



Sensibilizar para a Inclusão e a Empatia



Objetivo

Rever e aprofundar conceitos fundamentais de inclusão e empatia e conhecer estratégias práticas, exercícios prontos para uso em sala de aula e modelos estruturados para práticas inclusivas, com especial atenção às necessidades dos refugiados (principalmente ucranianos) e das pessoas com deficiência.



Sensibilizar para a Inclusão e a Empatia

Objetivos

01

Esclarecer termos-chave
(xenofobia, racismo, discriminação, integração versus inclusão)

02

Reconhecer as barreiras típicas enfrentadas por refugiados, principalmente quando existe alguma incapacidade

03

Explorar o papel da empatia em comunidades pacíficas e inclusivas

04

Praticar atividades que desenvolvam a empatia e reduzam o preconceito

05

Considerar estratégias e ferramentas escolares estruturadas para a inclusão



Agenda e métodos

Agenda:

Conceitos – Barreiras – Empatia – Preços/Ferramentas – Modelos – Estratégias escolares – Exercícios – Conclusão

Métodos:

Minipalestra, trabalho em grupo, simulações, discussão

Ferramentas:

Mentimeter/Kahoot/Slido, videoclipe, modelos de mapas de empatia

Xenofobia versus racismo

Xenofobia: medo/desconfiança em relação a pessoas percebidas como estrangeiras

Racismo: pressupõe a superioridade/hierarquia de uma "raça" sobre outra

A distinção é importante para a resposta e pedagogia.



Discriminação

Perspectiva da Convenção da ONU sobre os Direitos das Pessoas com Deficiência

Discriminação:

Tratamento injusto, direto ou indireto por meio de regras/instituições.

Discriminação por deficiência:

Exclusão/ limitações/ recusa de adaptações necessárias que impeçam o gozo equitativo dos direitos.

Integração versus Inclusão

1

Integração

Dois grupos: o “grupo externo” adapta-se à maioria – uma análise crítica no conceito de migração.

2

Inclusão

Uma sociedade heterogénea; pertença incondicional de todos.

Na prática: A inclusão exige reflexão e aprimoramento contínuos, não ações isoladas.

Discussão: O que muda quando passamos da adaptação para o pertença incondicional?

Heterogeneidade e Interseccionalidade

1

Heterogeneidade:

Culturas diversas, níveis de incapacidade, gerações, trajetórias migratórias, necessidades individualizadas.

2

Interseccionalidade:

A sobreposição de eixos (incapacidade, condição de refugiado, género, origem) multiplica a desvantagem (ex. mulher refugiada com incapacidade).

Significados culturais da incapacidade e barreiras de acesso relacionadas com a migração; necessidade de colaboração interdisciplinar.

Barreiras e Discriminação

Mercado de trabalho

Não reconhecimento de qualificações; idioma; desafios de adaptação; encargos adicionais para as mulheres.

Educação

Habilidades linguísticas limitadas; dificuldades de reconhecimento; apoio insuficiente, especialmente para adultos/jovens; desafios estruturais da escola.

Integração social

Um quinto das pessoas não tem contacto próximo com pessoas fora da família; estereótipos ocultam a participação.

Incerteza jurídica

Burocracia; situação de residência; reunificação; benefícios – stresse psicossocial

Refugiados com incapacidade: invisibilidade e acessibilidade

Barreiras de acesso/alojamento – restrição, sobrecarga, isolamento.

Sistema de saúde e terapias: acesso restrito.

Falta de dados – necessidade de políticas e investigação.

“Invisíveis” em sistemas não projetados para suas necessidades.



Porque a empatia é importante?

Coesão

Equilíbrio entre a capacidade de apresentar diferentes perspectivas e a assertividade, levando em consideração as necessidades dos outros; desescalada; reciprocidade.

Valor Moral

A empatia deve estar ligada a ações de cuidado, postura adequada e senso de pertença à comunidade para gerar um impacto ético.

Empatia Avançada

A expressão externa pode não refletir os estados internos; reflete como alguém ou outras pessoas podem sentir-se na situação.

Atividade

Breve reflexão – quando a empatia muda a resposta à situação?

Práticas em sala de aula: aprendizagem cooperativa e participativa

- Estruturas cooperativas (Jigsaw, Think-Pair-Share): espírito de equipa, apoio mútuo, solidariedade.
- Participação e diálogo entre perspectivas: escolha, dramatização, mudança de perspectiva.

Ensino em equipa e colaboração multidisciplinar

- O ensino colaborativo possibilita apoio direcionado e capacidade de resposta a diversas necessidades.
- Equipas multidisciplinares atendem a perfis de aprendizagem variados.

Materiais KoKids

- Conjunto de ferramentas orientado para competências: integra pedagogia geral e específica.
- Individualização, diferenciação; matrizes de competências; trabalho em portfólio; cultura de sala de aula inclusive.
- Implementação prática e de baixo custo em grupos de alunos heterogêneos

Modelo de inclusão estruturada: RIM (Resposta à Intervenção adaptada)

- Matrícula conjunta (sem turmas especiais separadas)
- Diagnósticos/exames regulares para detetar necessidades precocemente
- Apoio individualizado e em níveis; intensificado quando necessário
- Colaboração entre professores da rede regular e professores da educação especial; prática baseada em evidências; abordagem preventiva e integrativa; avaliação contínua
- Processo cíclico: diagnóstico – determinação das necessidades de suporte – suporte em níveis – novo diagnóstico/documentação – ajuste

Programas de empatia e prevenção da violência

- EPaN (10-16): reconhecimento de emoções, diálogo baseado na perspectiva do outro, uso flexível da sala de aula; eficaz
- “Conhecendo-me a Mim e a Ti”: sentimentos – empatia – como lidar com ansiedade/stresse
- Faustlos: reconhecimento de emoções; gestão de sentimentos; resolução não violenta de conflitos; controlo da raiva; intencional versus não intencional; mensagens na primeira pessoa; compaixão; escuta ativa
- Raízes da Empatia: visita dos pais e do bebé à sala de aula; observação dos sentimentos; redução da agressividade/bullying; desenvolvimento de habilidades socioemocionais; ambiente acolhedor; funções executivas e resiliência

Exercício prático: Mapa da Empatia

Pequenos grupos mapeiam uma pessoa excluída, real/fictícia, do seu espaço social (incapacidade, migração, dependência química); o que a pessoa vê/ouve/sente/pensa; barreiras.

Partilhar padrões e obstáculos estruturais;
refletir sobre emoções e estratégias de
redução de preconceitos.

**Materiais: Modelo de mapa em
branco; notas adesivas**

Dica de facilitação:
**Incentive a identificação de barreiras
concretas, não de estereótipos.**

Exercício prático: Brainstorming de cabeça para baixo

1

COMEÇAR:

“Como a inclusão pode ser evitada?”

Obstáculos/viés

2

FECHAR:

“Como criar um ambiente inclusivo e empático?”

Derivar soluções

Adaptar por subgrupo (ex.: surdos, invisuais)

Exercício prático:

Simulações de conversas em perspectiva

Estações/role plays: percurso para cadeira de rodas; óculos de simulação; supressão de som (deficiência auditiva); comparação entre linguagem simples e complexa.

Análise pós-evento: emoções, surpresas, implicações práticas.

Enfatize simulações respeitosas; concentre-se na compreensão, não na performance.

Estratégias antidiscriminatórias no âmbito escolar

Conceitos para toda a escola:
regras cocriadas,
prevenção/intervenção/
reclamações

Padrões claros e aplicação
consistente; ambiente
seguro

Denúncias confidenciais;
acesso fácil

Empoderamento e participação;
coragem cívica

Integração curricular: diversidade,
direitos humanos, igualdade; redução
de preconceitos adequados à idade

Ambiente/métodos inclusivos; ensino
diferenciado

Parcerias externas; ciclos de avaliação e
feedback.

Síntese: dos conceitos à prática diária

- Clareza conceitual + realidades estruturais = respostas direcionadas e inclusivas
- Invisibilidade dos refugiados com incapacidade – necessidade de dados, investigação e políticas públicas
- Inclusão como reflexão/melhoria contínua em todo o sistema de aprendizagem



Resumo e recursos

Principais conclusões:

- Inclusão ≠ integração; pertença incondicional
- A empatia atenua conflitos e apoia ações éticas quando está ligada ao cuidado/comunidade
- Utilize estratégias de apoio em níveis (RIM), ensino em equipa, aprendizagem cooperativa e programas de empatia validados
- Implementar estruturas antidiscriminatórias para toda a escola e avaliações contínuas.

Perguntas e Respostas

Solicitação de feedback

Obrigada!

