

# MANUAL IMERSÕES SAFERLAB



Safer  
Lab

realização



Safer  
net



parceria



1

# O QUE É ISSO?

Você tem nas mãos um manual para apoiar jovens na criação de projetos que ajudam a tornar a internet um lugar melhor – com mais diálogo e respeito à diversidade.

Esse material foi construído a muitas mãos para o Saferlab, um laboratório de ideias que apoia o protagonismo de jovens na construção de contranarrativas ao discurso de ódio nas redes.

Mais de 150 jovens participaram de encontros de formação em cinco regiões do Brasil e dezenas de projetos foram criados a partir das dinâmicas descritas aqui. Agora é a sua vez. Mergulhe nos conteúdos das próximas páginas, reúna seu grupo e vamos povoar a internet com coisas legais.

# 2

# QUAL A VISÃO DESTE MANUAL?

## 2 | QUAL A VISÃO DESTE MANUAL?

A ideia desses encontros de imersão sempre foi promover a troca: entre projetos, ideias e pessoas. Sabemos que as redes sociais são espaços muitas vezes nocivos, principalmente para grupos minorizados da sociedade. Mas a internet é também seu próprio antídoto. Apostamos no potencial que ela tem, na criatividade aguçada pela cultura da internet e nos desafios das metodologias colaborativas para estimular a produção de contra-narrativas para o discurso de ódio online.

Por isso, temos pontos que norteiam a construção desses encontros:



Estimular a criação conjunta, onde um projeto impulsiona o outro – não existe competição!



Valorizar talentos já existentes nos grupos é mais importante do que pensar em um projeto incrível, mas que não pode ser realizado por seus integrantes.



Apesar de estarmos focando no ambiente virtual, os problemas são reais e, por isso, podem gerar reações sensíveis do grupo.



É importante pensar como acolher as vivências de cada um para além dos projetos.



É preciso furar a bolha e falar com quem, muitas vezes, não está nos escutando. E isso demanda um conhecimento grande sobre público e sobre linguagens acessíveis.



Tornar esses projetos sustentáveis, apoiados em redes fortes e resistentes, é muito importante, inclusive para possibilitar com que as ideias saiam do papel.

3

# COMO FUNCIONA?

# a. plano de imersão

O encontro foi pensado para atender um público específico: jovens que produzem ou querem produzir conteúdos para internet. Então seu desenho e metodologias respeitam os tempos de imersão e contato com os contextos em que vivem e também os tempos de produção e mão na massa.

**Por isso, está desenhado para durar dois dias (16 horas de dinâmicas e mais um tempo para chegada e confraternização ao final).**

O objetivo é que os grupos saiam dos encontros com projetos de conteúdo e iniciativas realizadas na internet que contemplem as premissas do Saferlab – promover diálogo, diversidade e respeito aos direitos humanos – prontos para serem colocados em prática.

No primeiro dia, levamos o grupo a complexificar suas ideias e visões de contexto e a entrar em contato com as questões mais sensíveis, como por exemplo os preconceitos e sofrimentos que estão por trás dos discursos ofensivos e que estratégias existem para dialogar nesses espaços. A intenção é ajudá-los a terem mais elementos para responderem a perguntas que lançamos no segundo dia, com foco mais prático: qual é o seu projeto? a quem ele se direciona? como se manifesta na internet? como vai se preparar para realizá-lo?

Após os dois dias de trocas e mão na massa, encerramos a imersão com um compartilhamento dos projetos, num formato de apresentação, onde convidados especialistas nos temas internet, modelos de negócios e narrativas fazem comentários e observações que ajudem os projetos a ganharem músculo antes de irem para internet.



## **b.** *sugestão de agenda*

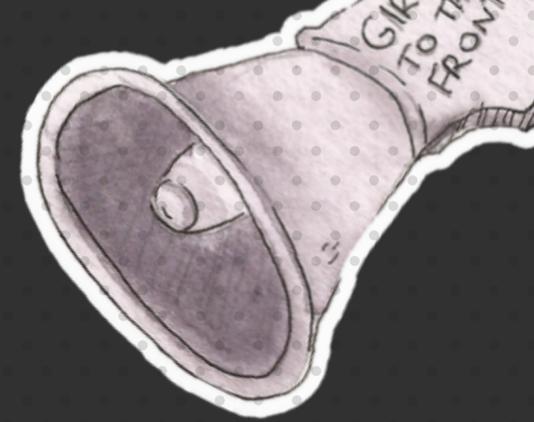
O ideal é trabalhar com uma carga horária de 16 horas, em dois dias intensivos. Mas o processo pode ser dividido em 4 encontros de 4 horas, caso seja necessário. Para além desse tempo, é importante contemplar um tempo/espço de chegada, para tomar café. E, no fim de cada dia, um momento de relaxamento e celebração, que pode ser um happy hour, por exemplo.

## **c.** *equipe que irá aplicar*

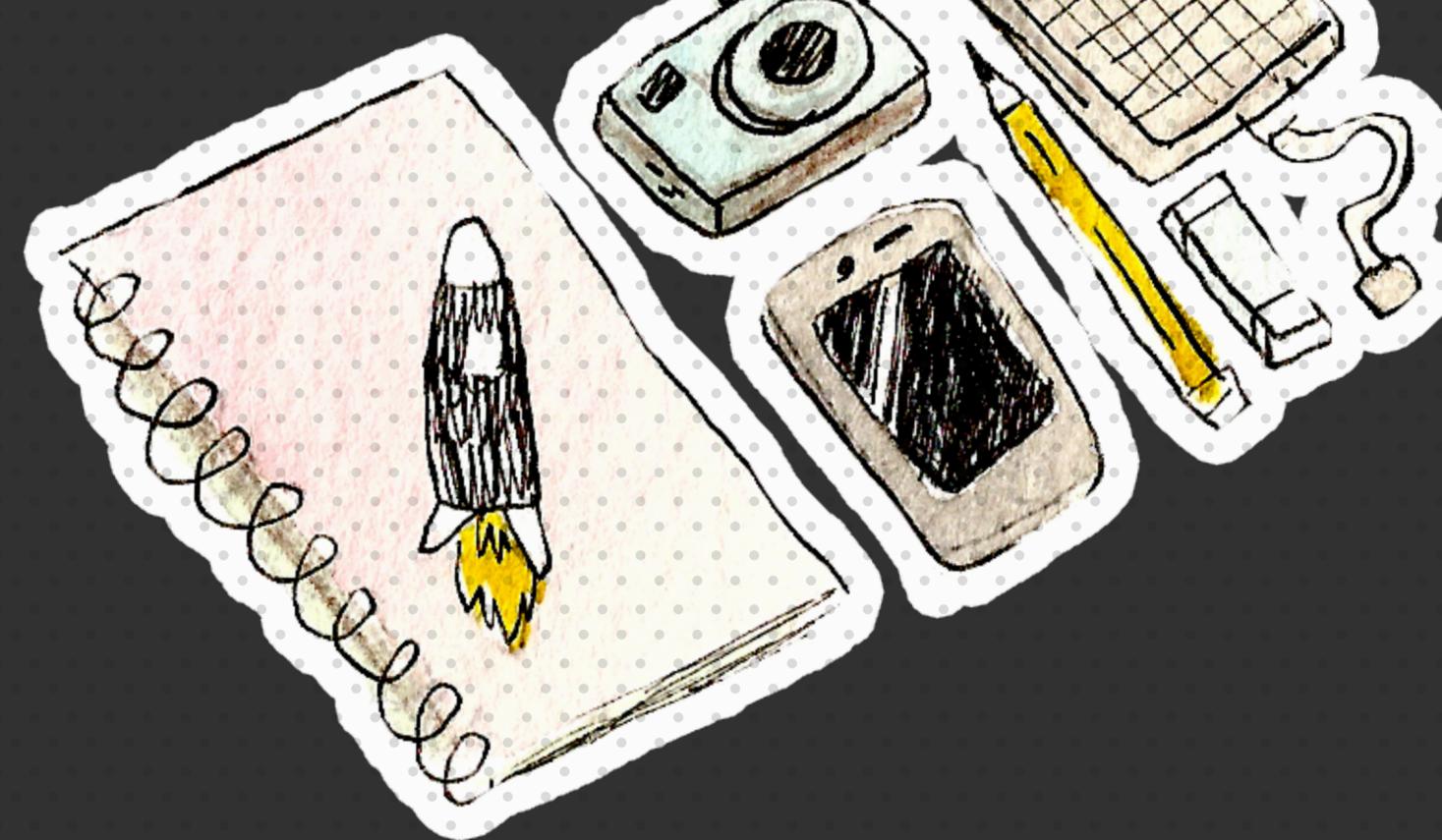
Para a aplicação, o ideal é ter, no mínimo, duas pessoas. Uma com perfil mais técnico (jornalista, que trabalhe com redes sociais e projetos de comunicação) e outra com perfil voltado para educação de grupos, condução de dinâmicas e auto-formação (pode ser uma psicóloga ou alguém que tenha experiência na área de educação). Se a equipe for maior, tanto melhor. E para que a aplicação seja suave, é importante definir previamente em que momento cada um é protagonista e tem o outro como apoio.

## **d.** *espaço/ estrutura*

Um espaço em que caibam mesas (de preferência redondas) e cadeiras para o trabalho em grupo, mas que tenha também possibilidade de se transformar em uma roda aberta de conversa. Dá pra fazer tudo no mesmo espaço se as coisas forem modulares. E vai depender também do tamanho do grupo



# **e. descrição das atividades e materiais necessários**



Nas páginas a seguir está a ordem das atividades, organizadas nos dois dias, e também, em cada etapa, o material necessário.

Antes de aplicar, é importante estudar os materiais, as etapas e a agenda do encontro.

Assim que estiver confortável com as orientações, você está pronto para a oficina:



| HORA   | TEMPO   | MATERIAIS   | ATIVIDADE   |
|--------|---------|---|---|
| 9h     | 30min   | Comida!   | CAFÉ DA MANHÃ   |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | APRESENTAÇÃO  |
| 10h    | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO |
| 11h    | 1h30min | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | MANDALA   |
| 12:30h | 1h      | Comida!   | ALMOÇO  |
| 13:30h | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | JOGO DOS BASTÕES  |
| 13:45h | 1h40    | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | ICEBERG   |
| 15:25h | 20min   | Café!   | INTERVALO   |
| 15h45  | 1h30min | Template 1  | TEMPLATE 1  |
| 17h15  | 10min   |   | ENCERRAMENTO  |
| 17h25  | 2h      |   | ATENDIMENTOS NO PLANTÃO                                 |

# DIA 1



| HORA   | TEMPO   | MATERIAIS   | ATIVIDADE  |
|--------|---------|---|--|
| 9h     | 30min   | Comida!   | CAFÉ DA MANHÃ  |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | APRESENTAÇÃO   |
| 10h    | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | <b>DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO</b> |
| 11h    | 1h30min | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | MANDALA  |
| 12:30h | 1h      | Comida!   | ALMOÇO   |
| 13:30h | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | JOGO DOS BASTÕES   |
| 13:45h | 1h40    | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | ICEBERG  |
| 15:25h | 20min   | Café!   | INTERVALO  |
| 15h45  | 1h30min | Template 1  | TEMPLATE 1   |
| 17h15  | 10min   |   | ENCERRAMENTO   |
| 17h25  | 2h      |   | ATENDIMENTOS NO PLANTÃO  |

# DIA 1

# DIA 1 dinâmicas de apresentação, sensibilização e aquecimento

10h | 50min

Espaço amplo,  
sem obstáculos

## 1. APRESENTAÇÃO EM RODA (10min)

Apenas dizer o nome e como está se sentindo nessa chegada.

## 2. MASSAGEM NAS MÃOS (10min)

Em roda, dar as mãos. Orientação para o grupo: Com a mão DIREITA fazer massagem na mão do colega, receber, portanto, massagem com a mão ESQUERDA.

A. Atentar para a mão do colega, na qual cada um está fazendo massagem: textura da pele, volumes, ossos, músculos, temperatura.

 **PERGUNTA:** *quando focamos na massagem que estamos fazendo, em todas as nuances que aparecem a partir da nossa atenção ao toque, o que acontece com a sensação na mão que está recebendo a massagem? (estará débil, fraca ou mesmo inconsciente).*

B. Atentar para a sua mão, que está recebendo massagem: textura da pele, volumes, ossos, músculos, temperatura.

 **PERGUNTA:** *quando focamos na massagem que estamos recebendo, em todas as nuances que aparecem a partir da nossa atenção ao toque, o que acontece com a sensação na mão que está fazendo a massagem? (estará débil, fraca ou mesmo inconsciente).*

B. Atentar para a sua mão, que está recebendo massagem: textura da pele, volumes, ossos, músculos, temperatura.

 **PERGUNTA:** *quando focamos na massagem que estamos recebendo, em todas as nuances que aparecem a partir da nossa atenção ao toque, o que acontece com a sensação na mão que está fazendo a massagem? (estará débil, fraca ou mesmo inconsciente).*

D. Compartilhar impressões.

 **PERGUNTA:** *o que acontece com a percepção do corpo e a nossa atenção em cada caso? Ao final da terceira rodada, “de onde” – de que perspectiva – vemos dois funcionamentos opostos (dar e receber) em integração? Que impressão essa experiência nos traz sobre estrutura / sistema / comunicação?*

## 3. OLHA O QUE EU SEI FAZER (10min)

Ainda com os participantes espalhados pela sala, pedir para que cada um mostre o que sabe fazer para a primeira pessoa com quem cruzar. A outra pessoa deve falar “UAU!” e mostrar o que sabe fazer. A primeira, por sua vez, diz “UAU!” e as duas seguem circulando pela sala.

## **DIA 1** dinâmicas de apresentação, sensibilização e aquecimento

10h

50min

Espaço amplo,  
sem obstáculos

### **4. BRIGA DE GALO (10min)**

Pedir para que se movimentem pela sala com os braços para trás. O objetivo é tocar nas costas da outra pessoa usando o cotovelo. A ideia é que elas/es possam experimentar interagir no funcionamento ataque-defesa. Questionar se foram movimentos confortáveis, o que é mais difícil (defender ou atacar?), como fica a atenção com o próprio corpo e com os sentimentos e como lida com os atos reflexos. É comum que os participantes entendam que é difícil agir quando estamos tentando nos defender. Da mesma forma essa experiência pode ser aplicada ao projeto.

### **5. TUI SAO (10 MIN)**

(Exercício do tai-chi para flexibilidade, equilíbrio e força em movimento)

Dividir o grupo em duplas que devem ficar com as mãos coladas, enquanto uma pessoa ataca a outra defende, de forma delicada. Sem desencostar, devem fazer movimentos circulares e fluídos, que envolvem escuta de si mesmo/a e da outra pessoa. Observar pactuações silenciosas, entrega do outro e também a presença de força e de influência que temos para com nosso entorno (seu movimento influencia o movimento da outra pessoa).



HORA

TEMPO

MATERIAIS

ATIVIDADE

| HORA   | TEMPO   | MATERIAIS   | ATIVIDADE  |
|--------|---------|---|--|
| 9h     | 30min   | Comida!   | <i>CAFÉ DA MANHÃ</i>   |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | <i>APRESENTAÇÃO</i>  |
| 10h    | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | <i>DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO</i>   |
| 11h    | 1h30min | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | <b>MANDALA</b>   |
| 12:30h | 1h      | Comida!   | <i>ALMOÇO</i>  |
| 13:30h | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | <i>JOGO DOS BASTÕES</i>  |
| 13:45h | 1h40    | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | <i>ICEBERG</i>   |
| 15:25h | 20min   | Café!   | <i>INTERVALO</i>   |
| 15h45  | 1h30min | Template 1  | <i>TEMPLATE 1</i>  |
| 17h15  | 10min   |   | <i>ENCERRAMENTO</i>  |
| 17h25  | 2h      |   | <b>ATENDIMENTOS NO PLANTÃO</b><br>Equipe se divide em duplas para receber cada grupo e discutir os resultados do dia e o preenchimento do Template 1 |

**DIA 1**

# DIA 1 mandala

11h

| 1h30min

| Caixa de som para o vídeo, papéis com as personagens, apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações)

## 1. REVELANDO PENSAMENTOS (10min)

Pedir para que cada pessoa, em movimento pela sala, revise tudo que fez nas últimas 24h. Depois solicitar que falem pensamentos que dificilmente revelariam para outras pessoas.

## 2. VOZES DO CAMPO (10min)

Jovens são convidados/as, de olhos fechados, a falarem em voz alta frases que se relacionam com o problema, assumindo posturas e gestos que dramatizem os atores, os representando no corpo e na fala: governo, empresas, ativistas, sociedade civil. Para cada ator experimentar uma postura ou gesto e uma afirmação, incluindo sobre o que é emergente de positivo também.

**FALAS:** *como reverbera em cada um as vozes do campo? São universais. Cada um tem seu não dito, os autores das vozes do campo também tem seu não dito*

## 3. MANDALA - Roleplay (1h30min)

Revelar intenções e necessidades ocultas entre atores estratégicos de determinado problema. Revelar dinâmicas internas destes atores, através da expressão corporal. “Um bom projeto endereça necessidades autênticas dos atores estratégicos”

### 3.1 PREPARAÇÃO PARA A MANDALA (12min)

- Vídeo disparador
- Divisão das duplas e entrega dos papéis
- Orientações: Explicar que cada uma de nós temos uma versão com filtro e uma versão sem filtro. A primeira é esta que nós apresentamos socialmente e a segunda é a que carrega elementos, muitas vezes inconscientes, que não deixamos à mostra, que ficam mais ocultos. As duas versões podem carregar contradições entre si ou não.
- Orientar a escolha de cada personagem, posicionar as duplas e escolher os observadores de cada dupla

### 3.2 ETAPAS DE INTERAÇÃO (42min)

- Rodada 1 (14 min): Versão com filtro posiciona-se quanto ao conteúdo. (max 2 min por Ego protagonista)
- Rodada 2 (14 min): Versão com filtro posiciona-se quanto ao conteúdo. (max 2 min por Ego auxiliar)
- Rodada 3 (14 min): Interação livre entre personagens: Podem se provocar, se fazer perguntas, Egos auxiliares sinalizam para falar. Mediadores podem intervir e Observadores podem sugerir falas para Egos Auxiliares

# DIA 1 mandala

11h

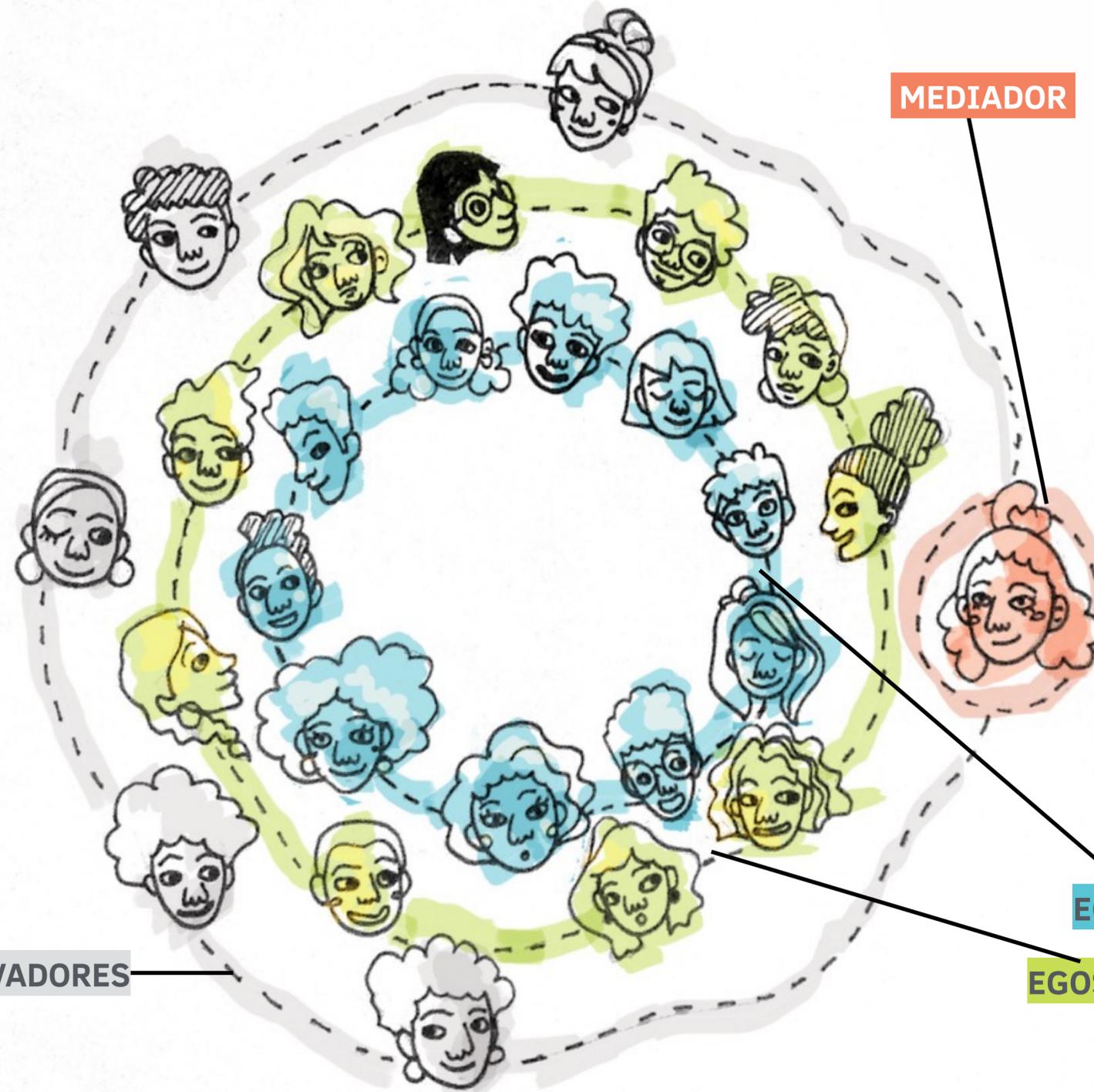
| 1h30min

| Caixa de som para o vídeo, papéis com as personagens, apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações)

## INTERFERÊNCIAS POSSÍVEIS

- \_Facebook cria nova política de não impulsionar conteúdo de ódio
- \_Harvey Weinstein é condenado e preso pelos crimes de abuso sexual
- \_Safernet cria algoritmo que diferencia discurso de ódio e liberdade de expressão
- \_Foi aprovada uma lei no período eleitoral proibindo fake news. Mas isso acabou censurando vários veículos independentes. Por isso, a SaferNet lançou uma campanha defendendo a liberdade de expressão
- \_Militância negra sofre processo por difamação de intervencionista
- Grande mídia lança reportagem sobre feminismo e sua importância na sociedade

OBSERVADORES



MEDIADOR

## PERSONAGENS

- \_Militante LGBT - homem cis e gay que é contra movimento trans
- \_Militante negra - mulher negra, de alta classe social, com mestrado em ciências sociais na UNB
- \_Militante feminista - mulher feminista casada com um homem machista
- \_Intervencionista: homem, de classe média, a favor da intervenção militar
- \_SaferLab - você é um projeto que luta para acabar com o discurso de ódio na internet
- \_Facebook - você é a rede social mais popular e influente do mundo
- \_Hater - homem, pai de duas filhas, morador da periferia, desempregado e machista

EGOS PRINCIPAIS

EGOS AUXILIARES

# DIA 1 mandala

11h

| 1h30min

| Caixa de som para o vídeo, papéis com as personagens, apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações)

## 4. SÍNTESE COM O CORPO (10min)

Parar e sentir. Como me percebo após esta interação - no corpo, na emoção, nos pensamentos?

De olhos fechados, buscar uma postura física que traduza como se sente (pode ser gesto desde que se repita)

Pedir para observadores guardarem a imagem dos corpos em posição, principalmente o de sua dupla.

Cada ator deve então imaginar que movimento traria resolução para este estado presente

Ao sinal do mediador, os atores realizam o movimento de resolução

Observadores e Mediadores fazem leitura do segundo momento

## 5. COMPARTILHAMENTO (1h30min)

Observadores de cada dupla relatam o que observaram

Dupla correspondente relata o que experimentou em cada etapa

Todas as personagens são abordadas desta maneira

Algumas questões para disparar conversas:

-  *\_O que surpreendeu em cada personagem?*
- \_Como perceberam a coerência ou incoerência entre egos principais e auxiliares?*
- \_Quais ações podem traduzir as necessidades autênticas de cada personagem?*
- \_Como percebemos estas personagens na sociedade?*
- \_Como seria implementar as ações diretamente direcionadas às necessidades reveladas?*



| HORA   | TEMPO   | MATERIAIS   | ATIVIDADE  |
|--------|---------|---|--|
| 9h     | 30min   | Comida!   | <b>CAFÉ DA MANHÃ</b>   |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | <b>APRESENTAÇÃO</b>  |
| 10h    | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | <b>DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO</b>   |
| 11h    | 1h30min | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | <b>MANDALA</b>   |
| 12:30h | 1h      | Comida!   | <b>ALMOÇO</b>  |
| 13:30h | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | <b>JOGO DOS BASTÕES</b>  |
| 13:45h | 1h40    | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | <b>ICEBERG</b>   |
| 15:25h | 20min   | Café!   | <b>INTERVALO</b>   |
| 15h45  | 1h30min | Template 1  | <b>TEMPLATE 1</b>  |
| 17h15  | 10min   |   | <b>ENCERRAMENTO</b>  |
| 17h25  | 2h      |   | <b>ATENDIMENTOS NO PLANTÃO</b><br>Equipe se divide em duplas para receber cada grupo e discutir os resultados do dia e o preenchimento do Template 1 |

# DIA 1

# DIA 1 jogo dos bastões

13h30 | 15 min | 02 cabos de vassoura, 02 objetos quaisquer

Em roda, todos se olham, olhos nos olhos.

Começamos com apenas um bastão.

Importante estabelecer o contato antes de passar um bastão, ter certeza de que quem o recebe sabe que vai receber, passar o bastão apenas ao estabelecer esta certeza.

Acelerar o ritmo, todos devem estar ligados onde está o bastão e quem o recebe precisa logo encontrar um olhar para passá-lo. Treinar por um ou dois minutos.

Inserir o segundo bastão. Mesmas regras.

Treinar por dois ou três minutos.

Inserir um objeto passando de mão e mão no sentido horário. Mesmas regras, só recebe se estabeleceu-se a ponte do olhar. Treinar por dois ou três minutos.

Inserir o segundo objeto passando de mão em mão no sentido anti-horário.

Treinar indefinidamente

 **FALAS:**  
(durante ou após a atividade)

*“Paciência, agilidade e concentração, sem pressa, mas com presteza”*

*“O campo de trabalho depende dessa atitude de todos, cada um é um segmento do campo”*

*“a qualidade do que acontece no grupo depende do engajamento, mesmo que silencioso, de cada um”*

*“estar atento já é estar trabalhando para o grupo”*

**DIA 1**

|  HORA |  TEMPO |  MATERIAIS             |  ATIVIDADE  |
|--|---|---|--|
| 9h   | 30min   | Comida!   | <i>CAFÉ DA MANHÃ</i>   |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | <i>APRESENTAÇÃO</i>  |
| 10h  | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | <i>DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO</i>   |
| 11h  | 1h30min   | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | <i>MANDALA</i>   |
| 12:30h   | 1h  | Comida!   | <i>ALMOÇO</i>  |
| 13:30h   | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | <i>JOGO DOS BASTÕES</i>  |
| 13:45h   | 1h40  | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | <i>ICEBERG</i>   |
| 15:25h   | 20min   | Café!   | <i>INTERVALO</i>   |
| 15h45  | 1h30min   | Template 1  | <i>TEMPLATE 1</i>  |
| 17h15  | 10min   |   | <i>ENCERRAMENTO</i>  |
| 17h25  | 2h  |   | <i>ATENDIMENTOS NO PLANTÃO</i><br>Equipe se divide em duplas para receber cada grupo e discutir os resultados do dia e o preenchimento do Template 1 |

# DIA 1 iceberg

13h45 | 1h40min | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras

## 1. ICEBERG

Mapeamento de um evento que está relacionado ao propósito principal do projeto. Esse evento é compartilhado no grupão para checagem.

**COMANDO:** vamos dividir o grupão em grupos por projetos ou projetos similares, caso o projeto seja em dupla. Cada grupo irá trabalhar para responder o modelo do Iceberg. A partir do problema que envolve discurso de ódio na internet o grupo quer resolver com seu projeto, responderão a quatro perguntas (qual o evento na internet (fato testemunhado pela pessoa, acontecimento), quais os padrões que ele levanta (os dados, generalização desses eventos, o que é recorrente, generalizável), as estruturas (que estruturas que permitem os padrões, as regras, os combinados, as oficialidades) e os modelos mentais (afirmações que explicam e justificam a estrutura, a crença que sustenta isso)).



### A. EVENTO

O nível do evento é o nível em que normalmente percebemos o mundo - por exemplo, acordar uma manhã e descobrimos que pegamos um resfriado. Embora os problemas observados no nível do evento possam ser tratados com um simples reajuste (aspirina), o modelo do iceberg nos leva a não supor que cada questão possa ser resolvida simplesmente tratando os sintomas ou ajustes no nível do evento. Sujeito específico/identificável / é uma ação visível / Tempo de ação-reação "curto". O que aconteceu?

Ex de projetos: festival, depoimentos, manifestações na rua

### B. PADRÕES DE COMPORTAMENTO

Se olharmos logo abaixo do nível do evento, muitas vezes notamos padrões. Eventos semelhantes ocorreram ao longo do tempo - podemos estar pegando mais resfriados quando não descansamos o suficiente. Observando padrões nos permite prever e prevenir eventos. Sujeitos coletivos e genérico/estatísticas/é cotidiano/repetitivo/reincidente/serve de referência para.../sujeito às mudanças históricas / Tempo de ação-reação "médio". O que você vê e percebe. muita gente percebe que... recorrente, cotidiano, estatísticas, generalizações. Que padrões permitiram que esse evento ocorresse ou que foram gerados a partir desse acontecimento?

Ex de projetos: manuais, sistematizações, iniciativas em escala

# DIA 1 iceberg

13h45 | 1h40min | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras

## C. ESTRUTURA / SISTEMA

Abaixo do nível do padrão está o nível da estrutura. Quando perguntamos: "O que está causando o padrão que estamos observando?" a resposta é geralmente algum tipo de estrutura. Aumento do estresse no trabalho devido à nova política de promoção, o hábito de comer mal quando sob estresse, ou a localização inconveniente de fontes de alimentos saudáveis poderiam ser estruturas no caso do resfriado. As estruturas podem incluir o seguinte:

1. Coisas físicas - como máquinas de venda automática, estradas, semáforos ou terreno.
2. Organizações - como corporações, governos e escolas.
3. Políticas - como leis, regulamentos e estruturas tributárias.
4. Ritual - comportamentos habituais tão arraigados que não são conscientes.

Tempo de ação-reação longo mas determinado (datado).

Física ou estratégia / o que possibilita e limita (lei, regra, combinado), o meio (legal, cultural, político, organizacional, etc). Não é uma ideologia e sim uma ferramenta/estratégica

Ex de projetos: Apps, projetos de lei, governança, modelo de negócio/sustentabilidade

## D. MODELOS MENTAIS

Modelos mentais são as atitudes, crenças, morais, expectativas e valores que permitem que as estruturas continuem funcionando como estão. Estas são as crenças que muitas vezes aprendemos inconscientemente de nossa sociedade ou família e somos provavelmente inconscientes de. Modelos mentais que poderiam estar envolvidos em nós pegando um resfriado, por exemplo: uma crença de que a carreira é profundamente importante para a nossa identidade, que a comida saudável é coisa de gente rica, ou que o descanso é para os desmotivados. Motivação / invisível / tempo de ação-reação longo e indeterminado (transição), raiz de uma ideologia. Crença, justificativas, frases de efeito, ditos populares. Você pergunta à crença por que ela existe e ela diz: porque sim.

Ex de projetos: Filmes, campanhas de sensibilização, docs, web séries, intervenções artísticas, etc)

## EXEMPLO

### A.EVENTO

Jovem sofre racismo em grupo de WhatsApp da GV

### B.PADRÕES DE COMPORTAMENTO

Falta de pessoas negras nas Universidades

### C.ESTRUTURA | SISTEMA

Sistema de cotas não é suficiente

### D.MODELOS MENTAIS

Racismo: pessoas negras valem menos que pessoas brancas

# DIA 1 iceberg

13h45 | 1h40min | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras

## 2. APRECIÇÃO DOS ICEBERGS E MONTAGEM DO ICEBERG COLETIVO PELA FACILITAÇÃO (10min)

Depois de preencher o iceberg cada um do grupo vai colocar duas bolinhas nas duas camadas do iceberg que se relacionam prioritariamente com seu projeto/ideia, ou onde ele teria mais força/ impacto de atuação.

## 3. SÍNTESE (10min)

Agora os grupos serão convidados a observar o todo, percebendo a interdependência de cada camada. Devem compartilhar com o grupão, respondendo à pergunta: Que ponto estratégico está chamando intervenção e em que sentido? Exemplo: sobre o machismo dos professores para com alunos, devemos dar prioridade a eventos (protestos, saraus, performances relacionados à internet), padrões (mudar estatísticas, avaliar impactos, influenciar o cotidiano) estrutura (regras, leis, limites institucionais) ou ao modelo mental (práticas cotidianas e mudanças de linguagem)?



HORA

TEMPO

MATERIAIS

ATIVIDADE

| HORA   | TEMPO   | MATERIAIS   | ATIVIDADE  |
|--------|---------|---|--|
| 9h     | 30min   | Comida!   | <i>CAFÉ DA MANHÃ</i>   |
| 9h30   | 30min   | Projektor + Tela  | <i>APRESENTAÇÃO</i>  |
| 10h    | 50min   | Espaço amplo, sem obstáculos  | <i>DINÂMICAS DE APRESENTAÇÃO, SENSIBILIZAÇÃO E AQUECIMENTO</i>   |
| 11h    | 1h30min | Caixa de som para o vídeo<br>Papeis com as personagens<br>Apito, Post it, Canetas, Papel (para anotações) | <i>MANDALA</i>   |
| 12:30h | 1h      | Comida!   | <i>ALMOÇO</i>  |
| 13:30h | 15min   | 02 cabos de vassoura<br>02 objetos quaisquer  | <i>JOGO DOS BASTÕES</i>  |
| 13:45h | 1h40    | Flip chart, Canetas, Post its, Mesas, Cadeiras  | <i>ICEBERG</i>   |
| 15:25h | 20min   | Café!   | <i>INTERVALO</i>   |
| 15h45  | 1h30min | Template 1  | <i>TEMPLATE 1</i>  |
| 17h15  | 10min   |   | <i>ENCERRAMENTO</i>  |
| 17h25  | 2h      |   | <i>ATENDIMENTOS NO PLANTÃO</i><br>Equipe se divide em duplas para receber cada grupo e discutir os resultados do dia e o preenchimento do Template 1 |

# DIA 1

# DIA 1 template 1

15h45 | 1h40min

Qual a ideia principal do seu projeto e que forma ele toma na internet?

ex: um site de turismo para pessoas negras

Em qual camada do Iceberg seu projeto vai atuar diretamente?

ex: na estrutura, porque cria oportunidades de troca, reconhecimento e valorização da cultura negra por meio do turismo

Qual o seu público, onde ele está e como vai atingi-lo?

ex: jovens entre 18 e 35 anos, negros, de diversos países. Vamos falar com eles por meio de redes do movimento negro em várias cidades e de forma ampla nas redes sociais do projeto

Seu projeto está furando alguma bolha?

ex: brancos que se interessam pela cultura negra

Qual a maior dificuldade que seu projeto vai enfrentar para alcançar as pessoas?

ex: conseguir trazer conteúdo inédito, a partir de um ponto de vista de quem vive aquela cultura

## DIA 2

|  HORA |  TEMPO |  MATERIAIS |  ATIVIDADE  |
|--|---|---|--|
| 9h   | 30min   | Comida!   | <b>CAFÉ DA MANHÃ</b>   |
| 9h30   | 30min   |   | <b>RETOMADA DO DIA ANTERIOR</b> Acolher sentimentos e sensações presentes do dia anterior até o presente momento (como saíram ontem e como chegam hoje). Apresentar agenda do dia. |
| 10h  | 15min   | Barbante, Durex, Tesoura, 20 macarrões por grupo  | <b>AQUECIMENTO</b> O grupo deve montar, com macarrão, um pedaço de durex e barbante a torre mais alta que conseguir.   |
| 10h15  | 1h45min   | Flip Chart, Canetas   | <b>WORLD CAFE</b>  |
| 12h  | 1h  | Comida!   | <b>ALMOÇO</b>  |
| 13h  | 10min   | Flip, Canetas<br>Cartaz com as informações das categorias                                     | <b>APRESENTAÇÃO DO EDITAL</b> Apresentação das categorias de bolsa / Mentorias / Cronogramas   |
| 13h  | 1h20min   | Template 2  | <b>CANVAS</b>  |
| 14:30h   | 2h30min   | Projetor, Flip chart, Canetas, Internet   | <b>APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS (PITCHING)</b>  |
| 17h  | 30min   |   | <b>ENCERRAMENTO</b> Roda de conversa: “Nesta imersão me dei conta que...”  |

## DIA 2

|  HORA |  TEMPO |  MATERIAIS |  ATIVIDADE   |
|--|---|---|---|
| 9h   | 30min   | Comida!   | <b>CAFÉ DA MANHÃ</b>  |
| 9h30   | 30min   |   | <b>RETOMADA DO DIA ANTERIOR</b><br>Acolher sentimentos e sensações presentes do dia anterior até o presente momento (como saíram ontem e como chegam hoje). Apresentar agenda do dia. |
| 10h  | 15min   | Barbante, Durex, Tesoura, 20 macarrões por grupo  | <b>AQUECIMENTO</b><br>O grupo deve montar, com macarrão, um pedaço de durex e barbante a torre mais alta que conseguir.   |
| 10h15  | 1h45min   | Flip Chart, Canetas   | <b>WORLD CAFE</b>   |
| 12h  | 1h  | Comida!   | <b>ALMOÇO</b>   |
| 13h  | 10min   | Flip, Canetas<br>Cartaz com as informações das categorias                                     | <b>APRESENTAÇÃO DO EDITAL</b><br>Apresentação das categorias de bolsa / Mentorias / Cronogramas   |
| 13h  | 1h20min   | Template 2  | <b>CANVAS</b>   |
| 14:30h   | 2h30min   | Projetor, Flip chart, Canetas, Internet   | <b>APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS (PITCHING)</b>   |
| 17h  | 30min   |   | <b>ENCERRAMENTO</b> Roda de conversa: “Nesta imersão me dei conta que...”   |

# DIA 2 world café

10h45 | 1h45min | Flip Chart, Canetas

## 4 rodadas de 20 min.

Pedir que elejam a pessoa que irá falar resumidamente do que se trata o projeto, ouvir e registrar as sugestões. Posteriormente será repassado para o restante da equipe.

- RODADA 1 (20min)
- RODADA 2 (20min)
- RODADA 3 (20min)
- RODADA 4 (20min)
- COMPARTILHAMENTO (25 min)

## Perguntas para serem respondidas nas mesas:

Com quem você vai falar?

Como você vai fazer isso?

Que outros projetos já existem nessa área?

Esse projeto está furando alguma bolha?

Qual o potencial de diálogo com quem não está dentro da bolha?

## COMANDOS

1. *Jovens sentam nos grupos para validar o template do dia anterior*

2. *Grupo decide quem é o relator responsável*

3. *Se os grupos forem pequenos, há possibilidade de juntar projetos parecidos numa mesma mesa. Avaliação é feita conjuntamente com os grupos*

4. *A orientação para quem vai rodar pelos projetos é: "Quando você chega no grupo, esse projeto é seu e você está desenvolvendo ele. Então suas sugestões e apontamentos são no sentido de melhorá-lo".*

5. *A orientação para o papel do relator é: "Você será responsável por explicar o projeto e coletar todas as sugestões que aparecerem, de forma organizada para depois ser com-partilhada com o grupo original do projeto".*

6. *A orientação para o jovens que irão rodar nos projetos é: "Você vai autonomamente para o projeto que quiser (que não seja o seu). Cruze o máximo para participar da maior parte dos projetos diferentes".*

*No momento final, o relator faz uma síntese do que ouviu para os grupos originais de cada projeto.*



## DIA 2

|  HORA |  TEMPO |  MATERIAIS |  ATIVIDADE   |
|--|---|---|---|
| 9h   | 30min   | Comida!   | <b>CAFÉ DA MANHÃ</b>  |
| 9h30   | 30min   |   | <b>RETOMADA DO DIA ANTERIOR</b><br>Acolher sentimentos e sensações presentes do dia anterior até o presente momento (como saíram ontem e como chegam hoje). Apresentar agenda do dia. |
| 10h  | 15min   | Barbante, Durex, Tesoura, 20 macarrões por grupo  | <b>AQUECIMENTO</b><br>O grupo deve montar, com macarrão, um pedaço de durex e barbante a torre mais alta que conseguir.   |
| 10h15  | 1h45min   | Flip Chart, Canetas   | <b>WORLD CAFE</b>   |
| 12h  | 1h  | Comida!   | <b>ALMOÇO</b>   |
| 13h  | 10min   | Flip, Canetas<br>Cartaz com as informações das categorias                                     | <b>APRESENTAÇÃO DO EDITAL</b><br>Apresentação das categorias de bolsa / Mentorias / Cronogramas   |
| 13h  | 1h20min   | Template 2  | <b>CANVAS</b>   |
| 14:30h   | 2h30min   | Projetor, Flip chart, Canetas, Internet   | <b>APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS (PITCHING)</b>   |
| 17h  | 30min   |   | <b>ENCERRAMENTO</b> Roda de conversa: “Nesta imersão me dei conta que...”   |

## DIA 2

|  HORA |  TEMPO |  MATERIAIS |  ATIVIDADE   |
|--|---|---|---|
| 9h   | 30min   | Comida!   | <b>CAFÉ DA MANHÃ</b>  |
| 9h30   | 30min   |   | <b>RETOMADA DO DIA ANTERIOR</b><br>Acolher sentimentos e sensações presentes do dia anterior até o presente momento (como saíram ontem e como chegam hoje). Apresentar agenda do dia. |
| 10h  | 15min   | Barbante, Durex, Tesoura, 20 macarrões por grupo  | <b>AQUECIMENTO</b><br>O grupo deve montar, com macarrão, um pedaço de durex e barbante a torre mais alta que conseguir.   |
| 10h15  | 1h45min   | Flip Chart, Canetas   | <b>WORLD CAFE</b>   |
| 12h  | 1h  | Comida!   | <b>ALMOÇO</b>   |
| 13h  | 10min   | Flip, Canetas<br>Cartaz com as informações das categorias                                     | <b>APRESENTAÇÃO DO EDITAL</b><br>Apresentação das categorias de bolsa / Mentorias / Cronogramas   |
| 13h  | 1h20min   | Template 2  | <b>CANVAS</b>   |
| 14:30h   | 2h30min   | Projetor, Flip chart, Canetas, Internet   | <b>APRESENTAÇÃO DOS PROJETOS (PITCHING)</b>   |
| 17h  | 30min   |   | <b>ENCERRAMENTO</b> Roda de conversa: “Nesta imersão me dei conta que...”   |

## DIA 2 canvas

13h | 10 min | Flip, Canetas, Cartaz com as informações, das categorias

Vamos retomar o iceberg para responder questões do 2º template (desenhado para responder às necessidades do projeto). O grupo agora vai preparar sua apresentação para os convidados (pitching). Jovens podem usar ferramentas on line gratuitas para isso.

### PERGUNTAS

- 1. Em qual camada (do iceberg) seu projeto vai atuar?*
- 2. Com quem ele se relaciona (subdivisão de atores, público alvo, parceiros, instituições)?*
- 3. Qual é a ideia principal e qual a presença dela na internet?*
- 4. Com quem você vai falar e como?*
- 5. Como você usaria a grana?*
- 6. O que você precisa para construir esse projeto?*
- 7. Que impacto terá?*
- 8. Qual categoria de investimento você precisa? Por que?*

## DIA 2 **template 2**

|  |  |  |  |
|--|--|--|--|
| <p>Qual a ideia principal do seu projeto e que forma ele toma na internet?</p>           |  |  |  |
| <p>Com quem seu projeto se relaciona?<br/><i>(público, parceiros e instituições)</i></p> | <p>O que você precisa para construir esse projeto?<br/><i>(equipe, equipamentos, estrutura, etc)</i></p> | <p>Quanto ele custa/ como usaria a grana e qual categoria de apoio você precisa?<br/><i>(equipe, equipamentos, estrutura, etc)</i></p> | <p>Qual impacto seu projeto terá e como vai medir isso?<br/><i>(buscar quantificar o resultado do projeto)</i></p> |

# 4

# **PARA QUEM QUER SABER MAIS**

**CONTEXTO DE POR QUE ESCOLHEMOS ESSE PERCURSO**

**#CHAMA  
PRA CONVER**

## 4 | PARA SABER MAIS

Uma imersão, dentro de um processo formativo, envolve o aprofundamento da experiência investigativa e relacional. O deslocamento físico alimenta o deslocamento perceptivo. A mudança súbita para um contexto extra-cotidiano (cenário e relações) convoca naturalmente a sensibilidade para outras percepções e conexões intensificando o potencial criativo e emergente. Relações baseadas em experiência colaborativa, ao invés de competitiva, ajudam a criar um campo para que emergjam soluções autênticas e uma visão mais integrada do contexto.

**A escolha das atividades se serve de ferramentas que criam um deslocamento na percepção habitual de um contexto, sensibilizam o corpo, a imaginação e as emoções como “órgãos” de percepção capazes de produzir e organizar informações relevantes.**

Compreender um contexto apenas racionalmente leva a uma fragmentação da visão integrada e complexa. Por outro lado, ao aumentar a capacidade perceptiva do grupo e alimentar conexões inusitadas, leva a identificação de lacunas estratégicas para a influência em contextos complexos (como a internet e a cultura contemporânea). De forma experiencial, as atividades trazem as contradições (sociais e pessoais) para o campo do cotidiano e das impressões subjetivas, permitindo a espontaneidade e a autorregulação de afetos e representações. A atividade em si promove saúde à medida em que produz acolhimento, relações, legitimação de sofrimentos, organização mental e sínteses emocionais.

**Mandala:** integra expressão corporal, dramatização, contexto social, engajamento crítico.

**Iceberg:** integra organização racional, análise e síntese de contextos sociais, percepção de diferentes naturezas: valores culturais, dinâmicas institucionais e burocráticas, padrões sociais e eventos cotidianos

**Macarrão:** integra exercício racional e relacional à capacidade de ação desapegada de autoria, estimula colaboração e cria condição para ampliar a consciência sobre as dinâmicas relacionais do grupo

**World Café:** integra exercício racional e relacional à capacidade de ação desapegada de autoria, estimula colaboração e co-criatividade.

Além destas, atividades de sensibilização também inserem o corpo para mobilizar a energia disponível, engajamento relaxado e relações prazerosas.



realização



parceria



# links

## Notas sobre a experiência e o saber de experiência,

Jorge Larrosa Bondia

<http://www.scielo.br/pdf/rbedu/n19/n19a02.pdf>

## Emergência de um Paradigma Antropoformador de Pesquisa-Ação-Formação Transdisciplinar,

Gaston Pineau

[https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource\\_ssm\\_path=/media/assets/sausoc/v14n3/06.pdf](https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/sausoc/v14n3/06.pdf)

## Sobre o olhar Transdisciplinar,

Maria de Mello

<http://cetrans.com.br/assets/textos/sobre-o-olhar-transd.pdf>

## Os sete saberes necessários à educação do futuro,

Edgar Morin

<http://portal.mec.gov.br/seb/arquivos/pdf/EdgarMorin.pdf>

## A systems thinking model: The Iceberg

Northwest Earth Institute

<http://www.nwei.org/assets/A-SYSTEMS-THINKING-MODEL-The-Iceberg.pdf>

A SaferNet Brasil, organização que trabalha desde 2005 na promoção de direitos humanos na web, se uniu ao Google.org e à UNICEF Brasil para propor uma nova abordagem relacionada ao discurso de ódio na rede, e contou com a consultoria da ÉNOIS para idealizar e aplicar a metodologia das imersões do SaferLab.

# **esse manual foi útil pra você?**

Conta pra gente como você aplicou!

[saferlab@safernet.org.br](mailto:saferlab@safernet.org.br)