



**JORNADA DA FAMÍLIA**  
VAMOS JUNTOS CONSTRUIR  
UM AMBIENTE POSITIVO  
DE APRENDIZAGEM



*Serviço Social da Indústria*  
**PELO FUTURO DO TRABALHO**





**JORNADA DA FAMÍLIA**  
VAMOS JUNTOS CONSTRUIR  
UM AMBIENTE POSITIVO  
DE APRENDIZAGEM

**SESI**

*Serviço Social da Indústria*  
**PELO FUTURO DO TRABALHO**



## **CONFEDERAÇÃO NACIONAL DA INDÚSTRIA – CNI**

*Robson Braga de Andrade*

Presidente

### **Gabinete da Presidência**

*Teodomiro Braga da Silva*

Chefe do Gabinete - Diretor

### **Diretoria de Educação e Tecnologia - DIRET**

*Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti*

Diretor de Educação e Tecnologia

### **Serviço Social da Indústria - SESI**

*Vagner Freitas de Moraes*

Presidente do Conselho Nacional

### **SESI – Departamento Nacional**

*Robson Braga de Andrade*

Diretor

*Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti*

Diretor-Superintendente

*Paulo Mól Júnior*

Diretor de Operações



**JORNADA DA FAMÍLIA**  
VAMOS JUNTOS CONSTRUIR  
UM AMBIENTE POSITIVO  
DE APRENDIZAGEM

**SESI**

*Serviço Social da Indústria*  
**PELO FUTURO DO TRABALHO**



© 2023. SESI – Departamento Nacional  
Qualquer parte desta obra poderá ser reproduzida, desde que citada a fonte.

SESI/DN  
Gerência Executiva de Educação

## FICHA CATALOGRÁFICA

---

S491j

Serviço Social da Indústria. Departamento Nacional.

Jornada da família vamos juntos construir um ambiente positivo de aprendizagem / Serviço Social da Indústria. – Brasília : SESI/DN, 2023.

71 p. : il.

1. Violência Cotidiana. 2. Ambiente Positivo. 3. Aprendizagem. I.  
Título

CDU: 37.018

---

SESI  
Serviço Social da Indústria  
Departamento Nacional S  
ede  
Setor Bancário Norte  
Quadra 1 – Bloco C  
Edifício Roberto Simonsen  
70040-903 – Brasília – DF  
<http://www.portaldaindustria.com.br/sesi/>

Serviço de Atendimento ao Cliente - SAC  
Tels.: (61) 3317-9989 / 3317-9992  
[sac@cni.com.br](mailto:sac@cni.com.br)



## Parte 1: Violência cotidiana e seus efeitos

A violência cotidiana pode estar presente em nossas vidas de muitas maneiras e em diversos lugares, como em nossas casas, escolas, comunidades, trabalho, clubes e outros espaços de convivência. Ela se expressa nas relações interpessoais e os tipos mais comuns são:

- **Violência física:** envolve o uso da força física para causar dor, lesões ou morte, podendo ser um ato mais leve, como um empurrão, até chutes, socos e estrangulamentos.
- **Violência sexual:** qualquer tipo de contato sexual não consensual, como o estupro, o abuso sexual de menores, o assédio sexual e o tráfico sexual.
- **Violência psicológica:** uso de comportamentos ou palavras para controlar, humilhar, assustar ou manipular outra pessoa, como ameaças, insultos e isolamento social.
- **Violência econômica:** controle ou abuso financeiro, como impedir o acesso ao dinheiro ou à propriedade, reter salários ou bens de uma pessoa.
- **Violência cultural:** envolve a opressão ou a discriminação com base na raça, etnia, religião, gênero ou orientação sexual dos indivíduos.

É preciso estar atento aos sinais, pois vivenciar a violência pode gerar um impacto negativo em nossa saúde física e mental. Além disso, os impactos da violência em crianças e adolescentes podem ser mais graves do que

em adultos, devido à fase de desenvolvimento em que se encontram, ficando mais vulneráveis a situações traumáticas.

Algumas das consequências que a violência pode causar são:

- Problemas físicos de saúde, como lesões, doenças cardíacas, úlceras gástricas, enrijecimento de coluna e pescoço, entre outros;
- Desenvolvimento de problemas de saúde mental como ansiedade, depressão e estresse;
- Aumento do risco de comportamentos agressivos e criminosos;
- Dificuldades de aprendizagem e transtornos de atenção e concentração;
- Dificuldade de socialização e isolamento social;
- Problemas com autoestima, autoconfiança e autoimagem.

Nem sempre é fácil identificar sinais de violência na criança e no adolescente, até porque, muitas vezes os pais ou responsáveis estão inseridos dentro da mesma violência que sofre seu filho(a) ou tutelado. A violência cotidiana pode interferir em toda a dinâmica familiar, pois traz para dentro das relações sentimentos ruins, como medo, angústia, raiva, abandono e tristeza.

Por isso, é tão importante que os responsáveis se informem sobre o assunto, prevenindo que a violência cotidiana aconteça na vida da criança e do adolescente, fornecendo suporte e recursos adequados aos afetados por um ato violento, atuando junto à escola e à comunidade ao educar sobre os impactos negativos da violência, e promovendo o respeito, a empatia, o diálogo e a resolução pacífica de conflitos.



## ATIVIDADE 1

O que muda na sua vida saber que existem diferentes tipos de violência que ocorrem em diversos espaços de nosso cotidiano?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---







## ATIVIDADE 5

A criança ou adolescente que você cuida já foi vítima de alguma situação de violência?

- Sim     Não

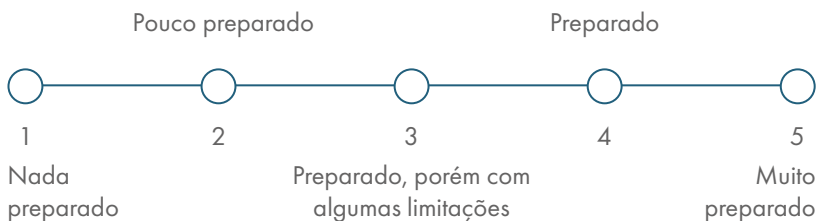
Se sim, assinale de qual tipo (você pode assinalar mais de um tipo, se for o caso).

- Violência física
- Violência sexual
- Violência psicológica
- Violência econômica
- Violência cultural



## ATIVIDADE 7

Em uma escala de 1 a 5, quanto você se sente preparado para identificar se a criança e ou adolescente pelo qual você é responsável está sendo vítima de situações violentas?



## ATIVIDADE 8

Já percebeu algum sinal que te deixou em alerta ou te levou a investigar alguma situação? Como isso aconteceu?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---









## ATIVIDADE 11

Em uma escala de 1 a 5, assinale o quanto você está satisfeito com as ações que a escola vem adotando para prevenir ou combater situações de violência no ambiente escolar.

1



Nada  
satisfeito

2



Pouco  
satisfeito

3



Neutro  
Nem satisfeito  
nem insatisfeito

4



Satisfeito

5



Muito  
satisfeito

## ATIVIDADE 12

Quais ações suas você percebe que geram comportamentos mais saudáveis ou tornam o estudante mais empático nos relacionamentos?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## **Parte 2:** Padrões e ciclos de desenvolvimento da violência

Você já ouviu falar sobre padrões e ciclos de violência? E o que eles têm a ver com você e com a criança ou adolescente pelo qual você é responsável?

Padrões e ciclos de violência são maneiras pelas quais a violência se desenvolve e se perpetua ao longo do tempo nos relacionamentos. São comportamentos que se repetem em determinadas situações, e que podem, ou não, acontecer de forma consciente, ou seja, nem sempre as pessoas que repetem esses comportamentos violentos se dão conta do que estão reproduzindo.

Esses padrões de comportamentos e ciclos de violência estão, frequentemente, presentes em relacionamentos íntimos, como entre casais, pais e filhos, irmãos, parentes e amigos próximos. Eles podem incluir insultos, controle excessivo por ciúme ou por abuso de autoridade, ameaças verbais, agressões físicas e sexuais, gritos, humilhações, castigos severos, entre outros.

Dentro de casa, na relação de educação entre pais e filhos, responsáveis e tutelados, padrões e ciclos de violência podem ocorrer quando os adultos recorrem a esses comportamentos para disciplinar a criança e o adolescente. Esse tipo de comportamento violento pode ser influenciado por fatores como o estresse dos pais ou responsáveis, a falta de habilidades parentais adequadas - quando não se sabe lidar com

a situação de outra maneira - por problemas de saúde mental, e por histórico de violência que os adultos tenham em suas próprias vidas, decorrente da educação que receberam.

Quando a violência se torna um hábito dentro da família, podemos cair em um ciclo vicioso, em que a violência é repetida e perpetuada por anos, afetando a saúde física, mental e emocional de toda a família, especialmente das crianças e adolescentes.

Qual é a mensagem que a educação que você dá transmite de verdade para a criança ou adolescente que você cuida? Nós, pais e responsáveis, precisamos ter essa pergunta como norteadora de nossas ações educativas. Será que consigo bons comportamentos da criança ou adolescente porque eles me respeitam, ou porque têm medo de mim e de minha autoridade? A partir de reflexões como essas é que surge a parentalidade positiva como uma abordagem de educação entre responsáveis e tutelados a ser seguida.

A parentalidade positiva prevê a construção de um relacionamento saudável entre pais e filhos, tendo como base o vínculo afetivo, a comunicação aberta, o respeito mútuo e o encorajamento saudável do desenvolvimento infantil.

Para chegar a isso, utilizam-se estratégias de incentivo ao comportamento positivo da criança e do adolescente, uma comunicação efetiva e respeitosa, a disciplina positiva e a resolução pacífica dos conflitos. Além disso, a parentalidade positiva também promove a autonomia e a independência das crianças, pois estimula a tomada de decisões e o senso de responsabilidade pelos seus atos, criando um ambiente saudável para seu crescimento, com saúde, felicidade, amor, paz e autoconfiança.

Ter uma comunicação positiva com a criança e o adolescente é uma estratégia fundamental nesse modelo de educação, pois os pais e responsáveis são encorajados a ouvi-los ativamente, a validar seus sentimentos - reconhecer e aceitar os sentimentos expressados por ele(a) sem crítica - e a ajudá-los a identificar as próprias necessidades e desejos.

Ao mesmo tempo, a disciplina positiva também envolve o estabelecimento de limites claros para a criança e o adolescente, que mostrem quais são os comportamentos esperados, acordados em negociações abertas e respeitadas, e não por ordens autoritárias. Nesse contexto, quando um limite é violado, a disciplina positiva enfatiza o uso de consequências não punitivas, ou seja, pacíficas, que permitam que a criança e o adolescente aprenda com suas escolhas e comportamentos, como por exemplo, um diálogo que o faça entender seu erro, fazendo-o assumir a responsabilidade por algo e reparar seu erro, ou a retirada de algum privilégio.

É importante deixar evidente que a parentalidade e a disciplina positiva não podem ser, em nenhuma instância, permissivas! A permissividade, ou seja, quando os pais ou cuidadores não repreendem a criança, deixando-a fazer o que quiser, é uma prática negligente e negativa na educação parental. Por isso, é essencial distinguir essas estratégias na disciplina positiva.

Vamos a um exemplo prático disso, usando a comunicação positiva para resolver um conflito: Uma criança pega na escola um brinquedo ou material de um colega e leva para casa:

**Cuidador:** “Eu vi que você pegou esse brinquedo/material que não é seu. Você gostaria de me dizer o que aconteceu?”

**Criança:** “Eu queria brincar com ele ou usá-lo, mas não tenho um igual em casa”.

**Cuidador:** “Eu entendo que você queira brincar com o brinquedo ou ter um desse, mas é importante que você peça permissão antes de pegá-lo. Com certeza o dono está chateado ou preocupado procurando-o. Vamos devolvê-lo agora, por favor?”

**A criança devolve o brinquedo e pede desculpas.**

**Cuidador:** “Que bom que você devolveu o brinquedo e pediu desculpas! Obrigada. Você pode pedir permissão antes de pegar algo que não é seu, para evitar que isso aconteça novamente? E se algo te incomodar nisso, você sempre pode falar comigo, tudo bem?”



Nesse exemplo, o cuidador utilizou a disciplina positiva ao permitir que a criança expressasse seus sentimentos e ofereceu uma solução pacífica para corrigir o comportamento inadequado, fazendo-o assumir a responsabilidade pelo seu ato. Além disso, a comunicação não violenta foi usada para validar os sentimentos da criança e ajudá-la a entender a importância de pedir permissão antes de pegar algo que não é seu.

Agora vamos à uma situação mais comum entre adolescentes: cuidadores descobrem que o adolescente mentiu sobre ter ido a uma festa.

**Cuidador:** “Eu notei que você me disse que iria passar a noite em casa, mas descobri que você foi à uma festa. Você pode me contar o que aconteceu?”

**Adolescente:** “Sim, eu fui à festa com meus amigos. Eu não queria que você soubesse, porque achei que não ia me deixar ir”.

**Cuidador:** “Entendo que você queria ir à festa com seus amigos, mas é importante para mim que você seja honesto e cumpra suas responsabilidades. Coloque-se no meu lugar, você gostaria que eu mentisse para você? Você pode me dizer porque achou que eu não deixaria você ir?”

**Adolescente:** “Eu sabia que você não iria gostar das pessoas que eu ia encontrar na festa”.

**Cuidador:** “Eu valorizo sua segurança e preciso cuidar dela. Estou preocupado com as pessoas que você conheceu na festa. Você pode falar para mim como podemos ajudá-lo a se manter seguro em situações como essa?”

**Adolescente:** “Eu posso contar para você quem estava na festa e onde eles vivem, ou quem são eles.”

**Cuidador:** “Agradeço que você esteja disposto a compartilhar isso comigo. Além disso, espero que você possa me dizer a verdade e confiar em mim para te ajudar em suas decisões.”

Assim como no primeiro exemplo, o cuidador permitiu que o adolescente expressasse seus sentimentos e oferecesse uma solução pacífica para corrigir o comportamento inadequado, assumindo seu erro. A comunicação positiva foi usada para validar os sentimentos do adolescente e ajudá-lo a entender a importância da honestidade e da confiança em um relacionamento saudável.

Veja, a seguir, algumas estratégias utilizadas na parentalidade positiva:

## Parentalidade positiva

The infographic features a central illustration of a family: a mother on the left, a father on the right, and two children in the middle. Surrounding this central image are 12 icons, each paired with a strategy name in Portuguese. The strategies are: 'Apoie' (Support) with a thumbs-up icon; 'Elogie' (Praise) with a heart icon; 'Inspire' with a telescope icon; 'Seja paciente' (Be patient) with a sad face icon; 'Confie' (Trust) with a profile head icon; 'Escute' (Listen) with an ear icon; 'Recompense' (Reward) with a game controller icon; 'Encoraje' (Encourage) with a starburst icon; 'Coloque regras' (Set rules) with a clock icon; 'Envolve-se' (Get involved) with puzzle pieces icon; 'Tenha um estilo de vida saudável' (Have a healthy lifestyle) with an apple icon; and 'Explique' (Explain) with a speech bubble icon.

- Apoie
- Elogie
- Inspire
- Seja paciente
- Confie
- Escute
- Recompense
- Encoraje
- Coloque regras
- Envolve-se
- Tenha um estilo de vida saudável
- Explique

Quando falamos de educação de crianças e adolescentes é muito difícil chegar em um consenso, pois cada um traz em sua forma de educar muitas variáveis, começando pela educação que recebeu, e indo para aspectos como cultura, valores, personalidade, contexto socioeconômico etc. Mas, não podemos ficar refém disso, e sempre há tempo de mudar a nossa forma de educar.

É importante estar atento para prevenir que ciclos violentos se perpetuem! Adultos sobreviventes são aqueles que cresceram apesar do cuidado de seus familiares, enquanto que adultos saudáveis cresceram por causa da qualidade das relações com seus familiares.

Não queremos que nossas crianças e adolescentes sejam adultos sobreviventes, propensos à depressão, transtornos de ansiedade e com dificuldade em se relacionar, mas sim, que sejam adultos saudáveis, confiantes e felizes em suas relações.

## ATIVIDADE 1

Como você acha que a educação que recebeu de seus pais e cuidadores influencia na que você dá para a criança ou adolescente que cuida? É possível ver ciclos de comportamentos - positivos ou violentos - se repetindo? Você pode utilizar o quadro abaixo para separar semelhanças e diferenças entre a educação que você recebeu, e a que proporciona.

A educação que recebi de meus familiares	A educação que ofereço.

## ATIVIDADE 2

Quais são suas crenças sobre disciplina na educação de pais para filhos? Como você acha que elas interferem na forma como você e a criança ou adolescente que você cuida se relacionam?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



### ATIVIDADE 3

Assinale, a seguir, a ação ou as ações que você pratica com mais frequência quando está diante de um conflito com a criança ou adolescente pelo qual é responsável:

- Fico sem conversar com ele(a) por um tempo, dando um "gelo" com silêncio.
- Coloco de castigo, tirando algo que ela gosta de fazer.
- Coloco de castigo no quarto ou em outro local em que ele(a) fique sozinho(a).
- Dou alguma punição física (exemplo: uma chinelada, um tapa, um puxão de orelha).
- Converso e depois aplico um castigo.
- Converso e tento resolver o conflito de forma pacífica, geralmente encontrando uma solução juntos.
- Outras ações: \_\_\_\_\_

---

## ATIVIDADE 4

Padrões de comportamentos violentos podem ser influenciados pelo estresse. O que você faz quando está estressado(a)? Como a criança ou adolescente que você cuida é impactada por esse seu jeito de lidar com o estresse? O que ele(a) pode estar aprendendo com você?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

## ATIVIDADE 5

Em uma escala de 1 a 5, quanto você considera que o seu estresse acaba sendo descontado na sua relação com a criança ou adolescente que você cuida?

1



Nada/  
Isso nunca  
acontece

2



Pouco/  
Quase  
nunca

3



Às vezes  
acontece

4



Acontece  
com certa  
frequência

5



Acontece  
muito



## ATIVIDADE 6

Pense nas estratégias que você usa para resolver brigas e conflitos em casa. Depois, pense se elas são boas ou se poderiam ser diferentes. Você pode usar o quadro abaixo para separar o que você pretende continuar fazendo (por acreditar que é um exemplo de parentalidade positiva) das coisas que você não tem certeza ou não quer continuar fazendo (por parecer um exemplo de parentalidade negativa).

O que faço e considero ser uma boa estratégia de educação	O que faço e não considero ser uma boa estratégia de educação ou tenho dúvidas





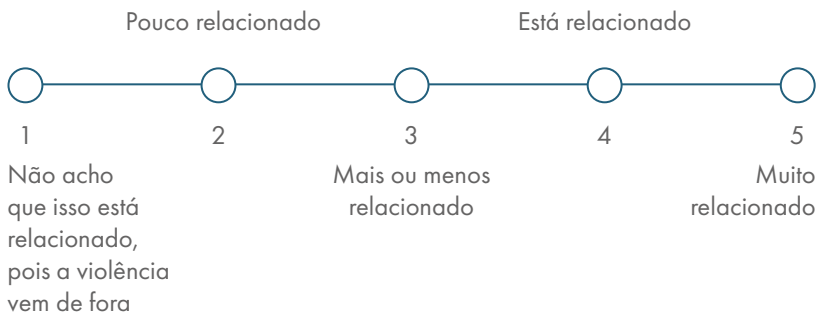






## ATIVIDADE 12

Em uma escala de 1 a 5, quanto você acredita que um ambiente familiar seguro e saudável está relacionado com a violência cotidiana em nossa família?









### **Parte 3:** Identificando sinais de violência na criança e adolescente

Vivemos uma época em que a maioria dos pais e mães trabalham fora de casa para sustentar o lar e, por isso, precisam organizar toda a rotina da casa para que a criança ou adolescente esteja bem, seguro e feliz nesse período. Nem sempre essa é uma tarefa fácil, pois muitas famílias não possuem outras redes de apoio, e em muitos casos, algum familiar precisa deixar o trabalho de fora para se dedicar ao trabalho de casa, que pode ser tão exaustivo quanto trabalhar fora, mas geralmente bem menos reconhecido pela família e pela sociedade.

O cansaço em relação a esses esforços são sentidos por todos da família, e esse ponto pode se tornar um grande inimigo das boas relações dentro de casa. As horas de trabalho durante o dia, por vários dias da semana, junto a todas outras responsabilidades pessoais e papéis que desempenhamos, fazem com que muitas vezes nos falte energia ou disposição para perceber situações acontecendo ao nosso redor. Torna-se até um mecanismo de defesa inconsciente e, de forma automática, priorizamos as tarefas rotineiras para dar conta de tudo e, quando percebemos, não estamos cuidando da qualidade das nossas relações em meio a isso.

Um exemplo disso é quando alguma criança ou adolescente comete um ato de violência contra si ou contra os outros, e as pessoas mais próximas dele, como familiares e amigos, relatam que nunca perceberam nada de estranho ou suspeito que pudesse levar a esse ato, ou que

indicasse uma necessidade de ajuda. Existe uma chance muito maior dos pais prevenirem esse tipo de situação se a relação com a criança ou adolescente estiver saudável, pois é possível identificarmos sinais de perigo e gatilhos que os levem a isso.

Quando falamos de gatilhos comportamentais nos referimos a eventos ou estímulos que podem desencadear comportamentos intensos nos indivíduos, como agressão, brigas, atitudes desafiadoras, isolamento social, atos ilícitos, entre outros. Esses comportamentos desencadeados são sustentados por emoções e sentimentos negativos, como raiva, medo, tristeza, injustiça, incompreensão, inferioridade, não se sentir amado, entre tantos outros que a criança ou adolescente não consegue lidar sozinho.

Os gatilhos variam muito de indivíduo para indivíduo, e podem vir em forma de situações estressantes ou que geram ansiedade, frustração, trauma, medo, como por exemplo problemas financeiros, brigas familiares, problemas de saúde em pessoas próximas, bullying, conflitos entre amigos, situações de incerteza etc.

Além dos gatilhos, existem sinais que funcionam como fatores de risco para que a criança ou adolescente esteja mais suscetível a cometer atos de violência. Dentre esses fatores estão a falta de supervisão dos cuidadores diretos - o que tem sido ainda mais comum com os avanços da internet e a quantidade de jogos e plataformas acessadas por eles - transtornos de saúde mental, histórico de comportamento agressivo - se a criança ou adolescente já reagiu a alguma situação com violência antes - falta de acesso a serviços de saúde, como acompanhamento periódico com pediatra para avaliar se o indivíduo está dentro de sua zona de crescimento e desenvolvimento, falta de acesso à educação escolar, uso de drogas e álcool, acesso à armas, e ser vítima ou já ter sido vítima de violência - dentro ou fora de casa.

## Fatores de risco para propensão a atos de violência em crianças e adolescentes

Falta de supervisão dos cuidadores diretos	Falta de acesso a serviços de saúde
Transtornos de saúde mental	Falta de acesso a serviços de educação
Histórico de comportamento agressivo	Uso de álcool e drogas
Acesso à armas	Ser vítima de algum tipo de violência

Abaixo, separamos alguns sinais de alerta mais comuns que os pais e responsáveis podem perceber no comportamento da criança ou adolescente dentro de casa, com o intuito de prevenir atos de violência.

- **Mudanças no comportamento:** Se a criança ou adolescente começa a agir de maneira diferente em relação ao seu comportamento habitual, isso pode indicar que algo está errado. Por exemplo, se ele(a) geralmente é tranquilo(a) e passa a ficar mais agressivo, isso pode ser um sinal de alerta. Se passou a ter muito mais interesse e fica tempo em excesso em aplicativos e jogos na internet, parecendo esconder o que está acessando. Ou se sempre frequentou a casa de parentes, vizinhos e amigos com prazer, mas de repente começa a se recusar a ir, ou demonstra insatisfação em ir sem um motivo ou explicação clara, também podem ser sinais de que houve alguma violência nesse ambiente que ele quer evitar.
- **Isolamento social:** Se a criança ou adolescente começa a se isolar socialmente, evitando contato com amigos e familiares, isso pode ser

um sinal de que ele está com dificuldade em lidar com questões pessoais ou emocionais.

- **Declínio no desempenho escolar:** Se a criança ou adolescente começa a ter um desempenho acadêmico inferior ao que costumava ter, isso pode ser um sinal de alerta para questões emocionais, psicológicas e de saúde mental. A escola também pode ser uma importante aliada nesse processo, uma vez que pode identificar sinais de violência no ambiente escolar e oferecer suporte ao estudante e à família.
- **Comportamentos impulsivos:** Se a criança ou adolescente começa a tomar decisões impulsivas e sem pensar nas consequências, isso pode ser um sinal de exaustão, indicando que algo está atrapalhando sua capacidade de decisão sobre as coisas, o que o leva a agir de forma impulsiva.

Por outro lado, precisamos ser sensíveis e próximos da criança ou adolescente que cuidamos, para entendermos que algumas situações podem não ser, necessariamente, sinais de perigo para comportamentos violentos. Mas que apesar disso, merecem nossa atenção e cuidado.

Se a criança ou adolescente sempre foi mais quieto, introvertido e de contato próximo com poucas pessoas, isso não significa necessariamente que ele está apresentando comportamentos antissociais e de isolamento, que podem levar a atos de violência. Sendo uma característica que ele(a) sempre apresentou, devemos saber respeitar e entender esse traço de sua personalidade, por mais que essa característica seja diferente da dos pais ou cuidadores, ou de como gostariam que ele(a) fosse.

É importante que conversemos com a criança e o adolescente em casa e sejamos sensíveis aos seus comportamentos e emoções. Identificar os sinais de perigo e gatilhos na vida deles sempre será desafiador, mas é possível quando estamos seguros e confiantes na relação mantida com eles.

## ATIVIDADE 1

Dentre os sinais de alerta a seguir, assinale qual ou quais você já identificou dentro de casa, acontecendo com a criança ou adolescente que você cuida.

- Mudanças no comportamento
- Isolamento social
- Declínio no desempenho escolar
- Comportamentos impulsivos





## ATIVIDADE 4

Você acredita que conhece tudo o que a criança ou adolescente que você cuida acessa na internet? Responda assinalando em uma escala de 1 a 5.

1



Não conheço nada/não supervisiono o que ele(a) acessa

2



Conheço pouco

3



Conheço mais ou menos

4



Conheço quase tudo

5



Conheço tudo



## ATIVIDADE 5

Assinale as formas que você utiliza para supervisionar os conteúdos que ele(a) acessa hoje na internet.

- Coloco limites no tempo de uso de telas
- Quando ele não está vendo ou não está por perto, mexo no celular em busca de conversas em suas redes sociais e jogos.
- Coloco um aplicativo para pais, onde vejo todo o histórico do que foi acessado por ele
- Deixo ele(a) mexer no celular apenas quando está ao meu lado ou perto de mim
- Pergunto com frequência sobre o que ele(a) acessou e confio na resposta que me é dada
- Outra forma diferente das anteriores: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_



## ATIVIDADE 7

Diante da dificuldade que a maioria dos pais e cuidadores têm hoje em acompanhar as relações que as crianças e os adolescentes possuem, como você pode garantir a segurança em sua casa e fora dela, sem restringir excessivamente suas atividades e liberdade?



## ATIVIDADE 8



Você acha que conhece bem os padrões de comportamento da criança ou adolescente que você cuida, para conseguir identificar sinais de alerta em relação às mudanças que podem acontecer nesses padrões? Você pode utilizar as frases abaixo como modelos para refletir sobre isso e as linhas para anotar outros padrões de comportamento que achar importante.

Ele(a) sempre foi mais \_\_\_\_\_ dentro de casa (introverso ou extroverso).

Com seus amigos sempre foi \_\_\_\_\_ (mais quieto(a) ou mais falante).

Na escola sempre tirou \_\_\_\_\_ (boas notas, notas medianas ou notas baixas).

Quando alguém vem me falar dele(a) para mim, \_\_\_\_\_ (falam coisas boas ou fazem críticas e reclamações de seu comportamento).

Ele(a) passa mais tempo em casa \_\_\_\_\_ (interagindo com a família ou brincando/jogando sozinho(a)).

Quando ele(a) está muito animado(a) com algo, ele(a) \_\_\_\_\_ .

Quando ele(a) está calmo(a) gosta de \_\_\_\_\_ .

Fazer \_\_\_\_\_ (tal atividade) é algo que faz bem/mal para ele(a).

Quando tem um problema na escola ou com os amigos, ele(a) \_\_\_\_\_ (chega rapidamente e me conta ou esconde o que aconteceu).

Quando existe algum conflito em casa ele(a) \_\_\_\_\_ (costuma chorar, tem dificuldade de expressar, se isola no quarto e não quer falar com ninguém, age de forma agressiva, é paciente e consegue manter a calma até resolvermos)



## ATIVIDADE 9

Agora que você pensou sobre os padrões de comportamento da criança e do adolescente que você cuida, conseguiria identificar se houve mudança nesses padrões nos últimos tempos? Você pode utilizar a tabela abaixo para anotar e classificar esses comportamentos.

Comportamento que ele(a) sempre teve	Comportamento dele(a) que percebi mudança	Essa mudança me preocupa? Pode ser um sinal de perigo ou me parece uma mudança natural do seu desenvolvimento?













## Parte 4: Estratégias familiares de aproximação, acolhimento e intervenção

Identificar sinais de violência em casa, especialmente na criança ou adolescente sob seus cuidados, pode ser um momento difícil e muito desafiador para os pais e cuidadores. No entanto, trata-se de uma situação que, infelizmente, todos estamos sujeitos, sendo essencial que saibamos como e onde procurar ajuda.

Selecionamos algumas estratégias que podem orientar nesse momento:

- **Promover uma comunicação não-violenta:** o primeiro passo é lembrar que atos de violência não são resolvidos com mais violência. Para tanto, é necessário buscar uma conversa aberta, respeitosa e afetuosa com o estudante, ouvindo-o com atenção e sem julgamentos, validando seus sentimentos e direcionando-o a entender e reparar o erro. Deixar claro como você se sente em relação a ele e à situação é fundamental para que ele se sinta acolhido e conectado a você.
- **Explorar as consequências da violência:** avaliar qual foi a seriedade do que aconteceu e quais são os impactos psicológicos, legais, familiares e sociais, para poder ajudar o estudante a se conscientizar e lidar com os efeitos negativos desse comportamento. Este ponto também é bem importante para que você possa definir quais ajudas profissionais irá precisar.

- **Buscar ajuda:** depois de avaliar os danos e impactos dessa situação de violência, é possível montar um plano de ação. Para isso, você pode pedir ajuda de autoridades em órgãos competentes, como delegacias, núcleos de assistência social - CREAS e CRAS - postos de saúde e conselho tutelar. Você também pode buscar ajuda de psicólogos, médicos, psiquiatras e terapeutas, para encaminhar a cuidados especializados diante da experiência vivida.
- **Reestruturação das relações familiares:** muitas vezes as situações de violência nos levam a repensar sobre a forma como estamos educando nossas crianças e adolescentes e as relações que foram construídas e estão sendo mantidas com eles. Podemos pensar em estratégias como terapias familiares, mudança em nossa forma de educar, ou seja, na educação parental que oferecemos, e a educação sobre as emoções, que consiste em ensinar as crianças e adolescentes a gerenciar suas emoções e a se comunicar de forma assertiva, podendo ajudar a prevenir a violência e promover relacionamentos saudáveis em suas vidas .

A educação de emoções inclui aprender a identificar o que se está sentindo, já que muitas vezes as crianças não conseguem entender que estão agindo de determinado jeito por estarem cansadas, com fome, com sono, irritadas, com medo, felizes demais etc.

Em um segundo momento, elas precisam aprender a expressar suas emoções de forma adequada, desenvolvendo habilidades de regulação emocional para lidar com momentos de estresse e dificuldade. Aqui entram técnicas que os pais e cuidadores podem ensinar para eles aprenderem a se acalmar, como ouvir uma música, respiração profunda, meditação, desenhar, entre outras. Outro ponto importante da educação das emoções é reforçar que todas elas são válidas e legítimas e que nenhum sentimento que a criança ou adolescente sinta deve ser menosprezado, pois isso os ensinará a não menosprezar os sentimentos dos outros no futuro, construindo empatia pelo próximo.

Do ponto de vista da escola, da mesma forma como ela tem um importante papel na prevenção, também pode e deve atuar nas estratégias de resolução dos problemas de violência com crianças e adolescentes, pois pode oferecer suporte ao estudante e à família, traçando estratégias em conjunto, orientando os pares escolares sobre cuidados especiais, e auxiliando na reintegração da criança e do adolescente em ciclos saudáveis de amizade, acompanhando de perto a evolução das estratégias traçadas.

Portanto, cabe aos responsáveis buscar as instituições, recursos e orientações para lidar com essa situação da melhor maneira possível, não hesitando em pedir ajuda quando necessário. A violência é um problema que afeta a todos, mas com diálogo e apoio profissional, é possível enfrentar e superar esses desafios.



## ATIVIDADE 2

Você acredita que já promove a educação das emoções para o(a) estudante? Quais comportamentos que você tem hoje com ele(a), e que acredita serem positivos para esse propósito?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## ATIVIDADE 4

Pensando sobre a comunidade onde você mora e a rede de apoio que tem, quais são as instituições, serviços de apoio e pessoas que você conhece em que poderia buscar ajuda, caso identificasse violência na vida do estudante?



## ATIVIDADE 5

Você já precisou recorrer às instituições de ajuda, pessoas ou serviços de apoio para casos de violência?

- Sim, já recorri. Qual? \_\_\_\_\_
- Não, nunca recorri.







## ATIVIDADE 9

Você acredita saber lidar e controlar bem suas emoções diante de um grande problema ou conflito?

1



Não sei lidar e controlar minhas emoções

2



Sei lidar pouco

3



Sei lidar mais ou menos

4



Sei lidar e controlar com frequência

5



Sempre lido e controlo bem minhas emoções







## ATIVIDADE 12

Em uma escala de 1 a 5, classifique o quanto você julga que essa Jornada da Família foi positiva, te trouxe novos conhecimentos e alertou sobre o tema da violência cotidiana em nossas crianças e adolescentes.

1



Nada/  
Eu já conhecia  
tudo o que foi  
dito aqui

2



Pouco

3



Mais  
ou menos

4



Foi  
positiva

5



Muito  
positiva/  
Aprendi  
muita coisa





Atitudes, comportamentos e informações que ainda preciso buscar ajuda.	Onde posso conseguir ajuda para resolver isso?



## REFERÊNCIAS

NELSEN, J.; LOTT, L.; GLENN, H. S. **Positive discipline in the classroom**: developing mutual respect, cooperation, and responsibility in your classroom. 3 ed. [S.l.]: Harmony, 2018.

ROSENBERG, Marshall B. **Comunicação não violenta**: técnicas para aprimorar relacionamentos pessoais e profissionais. São Paulo: Agora, 2021.

WORLD HEALTH ORGANIZATION - WHO. **World report on violence and health**. Geneva: WHO, 2002.



## **DIRETORIA DE EDUCAÇÃO E TECNOLOGIA - DIRET**

*Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti*

Diretor de Educação e Tecnologia

### **SESI/DN**

*Robson Braga de Andrade*

Diretor

*Rafael Esmeraldo Lucchesi Ramacciotti*

Diretor-Superintendente

### **DIRETORIA DE OPERAÇÕES**

*Paulo Mól Junior*

Diretor de Operações

### **Gerência Executiva de Educação**

*Wisley João Pereira*

Gerente Executivo de Educação

### **Gerência de Educação Básica**

*Leonardo Lapa Pedreira*

Gerente de Educação Básica

*Andressa Maria Rodrigues Klosovski*

*Ruan Vitorio de Macêdo*

Equipe Técnica

### **DIRETORIA DE COMUNICAÇÃO - DIRCOM**

*Ana Maria Curado Matta*

Diretora de Comunicação

### **Superintendência de Publicidade e Mídias Sociais**

*Mariana Caetano Flores Pinto*

Superintendente de Publicidade e Mídias Sociais

*Erika Carmen Batista da Silva*

Consultora de Comunicação



## **DIRETORIA DE SERVIÇOS CORPORATIVOS – DSC**

*Fernando Augusto Trivellato*

Diretor de Serviços Corporativos

### **Superintendência de Administração - SUPAD**

*Maurício Vasconcelos de Carvalho*

Superintendente Administrativo

*Alberto Nemoto Yamaguti*

Normalização

*Bruna Bezerra de Jesus*

*Isabela de Alcantara do Nascimento*

*Júlia Freitas Fernandes Alves*

*Maria Clara Rangel Martins*

*Paulo Gabriel Alves Marrocos*

*Isadora Parras Fernandes Araujo*

Gerentes de Negócios

*Ananda Nieiro Moreira*

*André Meirelles Muniz*

*Fillipe de Oliveira Caetano*

*Luiza Dias Ferraz Paulo*

*Ricardo Bispo Rosa*

*Teodoro Aragão da Rocha*

Consultores de Projetos

*AD&M Consultoria Empresarial*

Consultoria Técnica

*Juliana Spinelli Ferrari Sinzato*

Consultoria especializada

*Juliana Spinelli Ferrari Sinzato*

Design Instrucional

*Nicole Maset Fernandes*

Pesquisa e autoria

*Graziele Larissa Ferreira*  
Edição

*Joyce Ferreira*  
Diagramação





*Serviço Social da Indústria*

**PELO FUTURO DO TRABALHO**