



Implementation of effective practices for the development of students' emotional intelligence with particular emphasis on anti-discrimination activities at European universities

IMPROVING
EMOTIONAL
INTELLIGENCE



Co-funded by
the European Union

Diretrizes de Moderação do Jogo EQUINI

Introdução: Porque o Jogo EQUINI Requer Facilitação

O jogo EQUINI aborda temas complexos e sensíveis, como discriminação, exclusão e emoções, através de uma abordagem experiencial baseada em jogo. Embora o formato promova o envolvimento ativo e a interação, pode também evocar reações emocionais, tensões éticas e momentos de reflexão pessoal. Por esta razão, **o jogo EQUINI foi concebido para ser utilizado com facilitação.**

A facilitação ajuda a enquadrar o propósito do jogo e a clarificar a sua natureza metafórica. O/a moderador/a apoia os participantes na compreensão de que a discriminação no jogo é simbólica e funciona como uma ferramenta de aprendizagem, e não como um julgamento pessoal. Ao estabelecer intenções claras, explicar os elementos cooperativos e competitivos do jogo, e criar um ambiente seguro e respeitador, a facilitação promove uma participação significativa e uma compreensão partilhada.

À medida que o jogo decorre, os participantes podem experienciar emoções como desconforto, frustração ou resistência.

Financiado pela União Europeia. As opiniões expressas são apenas da responsabilidade do(s) autor(es) e não refletem necessariamente as da União Europeia ou da Agência Nacional (AN). Nem a União Europeia nem a Agência Nacional podem ser responsabilizadas por elas.

Referência do Projeto: 2022-1-PL01-KA220-HED-000089417

Período de Implementação: 31.12.2022 – 30.12.2025

Programa: Erasmus+

Tipo de Ação: Parcerias de cooperação no ensino superior

Subvenção da UE: 400.000,00 €

Coordenador



Lodz University
of Technology

Parceiros



university of
 groningen



SumFuo
Grandir ensemble



Nykiel



UAlg

UNIVERSIDADE DO ALGARVE





A facilitação é essencial para monitorizar as dinâmicas emocionais, normalizar as respostas emocionais como parte do processo de aprendizagem e responder adequadamente quando é necessário apoio. Através da validação, do respeito pelos limites pessoais e da reflexão orientada durante e após o jogo, os moderadores ajudam a transformar a experiência em aprendizagem e a ligar os insights a contextos académicos, profissionais ou quotidianos mais amplos.

Encorajamo-lo/a a abordar o jogo com abertura, curiosidade e confiança tanto nos participantes como no percurso de aprendizagem. Não é necessário ter todas as respostas — a sua presença, atenção e disponibilidade para responder ao grupo à medida que o processo evolui são os aspetos mais importantes. Ao criar um espaço seguro, inclusivo e respeitador, contribui para que o jogo se torne uma oportunidade significativa de diálogo, conexão e reflexão partilhada sobre discriminação e empatia.

Preparação do/a Moderador/a

Sempre que possível, os moderadores devem experienciar o jogo EQUINI como jogadores antes de o facilitarem, de modo a antecipar melhor reações emocionais, dinâmicas de grupo e oportunidades de aprendizagem.

Além disso, os moderadores devem familiarizar-se previamente com todos os materiais do jogo, incluindo a **Introdução ao Jogo** e o **Kit de Primeiros Socorros EQUINI**, para assegurar uma facilitação fluida e a capacidade de responder claramente a questões ou situações inesperadas.

Fase 0: **Envolvimento Opcional Pré-Jogo**

Se for adequado ao seu grupo, poderá optar por envolver os participantes antes da sessão de jogo. Esta fase é **opcional** e deve ser adaptada ao conhecimento prévio, à experiência e ao contexto do grupo. É particularmente recomendada para grupos com exposição limitada a temas como discriminação, inteligência emocional ou empatia, podendo contribuir para a construção de uma compreensão básica e de uma preparação emocional adequadas.

Partilha de Materiais Educativos

Disponibilize recursos como artigos breves, vídeos ou exercícios reflexivos relacionados com discriminação, inteligência emocional ou empatia. Estes materiais podem ajudar os participantes a começar a refletir antecipadamente sobre os temas centrais do jogo. Podem também ser partilhadas questões curtas de reflexão, antes ou após o jogo, com o objetivo de promover uma aprendizagem mais aprofundada para além da experiência lúdica.





Convidar os Participantes a Explorar a App EQUINI

A App EQUINI está disponível na Google Play e na Apple Store. Pode ser utilizada antes do jogo como preparação, durante o jogo como recurso de apoio, ou após a sessão para reflexão e aprendizagem continuada.

Os participantes podem ser incentivados a explorar funcionalidades específicas da App, como o modo individual (singleplayer), de modo a familiarizarem-se com os conceitos-chave e os temas centrais do jogo. Durante o jogo, a App pode também ser utilizada para introduzir conjuntos adicionais de questões ou tarefas que complementem o jogo de tabuleiro, em função das necessidades do grupo.

Para utilizar a App de forma eficaz, os moderadores devem familiarizar-se previamente com as suas funcionalidades e decidir antecipadamente como e quando será utilizada. A utilização da App deve ser sempre ajustada ao perfil do grupo, aos objetivos de aprendizagem e ao contexto de facilitação.

Fase 1: Antes do Jogo – Preparação e Enquadramento

Definir o Propósito

Explique os objetivos educativos do jogo: **sensibilizar para a discriminação, promover a empatia e desenvolver a inteligência emocional**. Divida os participantes em duas equipas e atribua peões. Apresente a metáfora do Monstro da Discriminação como um desafio simbólico a enfraquecer em conjunto, explicando também o elemento competitivo amigável baseado na recolha de fichas por cada equipa.

Criar um Espaço Seguro

Esclareça que a **discriminação no jogo é simbólica** e não pessoal. Incentive a abertura, deixando claro que nenhum participante é obrigado a partilhar experiências pessoais. Esteja preparado/a para apoiar participantes que possam experienciar desconforto.

Para reforçar a segurança psicológica, recomenda-se que os/as moderadores/as:

- Co-construir acordos simples de grupo (ex.: escuta respeitosa, confidencialidade).
- Normalizar emoções e erros como parte do processo de aprendizagem.
- Utilizar linguagem inclusiva e respeitadora.
- Observar ativamente as dinâmicas de grupo e equilibrar a participação.
- Encerrar a sessão com cuidado (ex.: exercício breve de regulação emocional ou reflexão positiva).





Preparar os Materiais

Assegure que todos os elementos do jogo estão prontos: **tabuleiro, peões, avatares, dado, fichas, cartas e Kit de Primeiros Socorros**. Prepare previamente o espaço físico, incluindo uma mesa com cadeiras móveis e, sempre que possível, uma área separada para que as equipas possam discutir as tarefas antes de responder. Poderão ser necessários materiais criativos adicionais, como folhas em branco, lápis ou marcadores de cor, para determinadas atividades.

No início do jogo, considere solicitar às equipas que coloquem 30 fichas dentro do Monstro e que dividam as restantes fichas de forma equitativa entre si. Este procedimento contribui para tornar o poder do Monstro visível e concreto.

Definir a Duração do Jogo

Defina um/a responsável pela gestão do tempo e acorde a duração global da sessão. Na prática, recomenda-se aproximadamente **60 minutos para o jogo propriamente dito, acrescidos de 20–30 minutos para a introdução e a reflexão final**.

Estratégia de Seleção das Cartas

Para promover a segurança psicológica e a coesão do grupo, organize previamente cada monte de cartas (**Vermelho: Vítima, Rosa: Regras, Amarelo: Combate**) segundo uma progressão intencional.

Topo do monte: tarefas simples e dinâmicas, que promovam confiança e curiosidade.

Meio: tarefas com nível de exigência moderado, que requeiram trabalho em equipa e envolvimento emocional.

Fundo: tarefas mais reflexivas ou emocionalmente intensas, que possam abordar questões éticas ou pessoais.

Adapte sempre a seleção e a ordem das cartas às características dos participantes. Tal pode implicar a remoção de cartas com referências não pertinentes para o grupo (por exemplo, profissões específicas), ou de tarefas que exijam mais participantes do que os disponíveis. Os/as moderadores/as podem igualmente adaptar o conteúdo das cartas ou criar novas tarefas utilizando o modelo de carta EQUINI.

A adaptação das cartas faz parte integrante da facilitação e não compromete a integridade do jogo.





Fase 2: Durante o Jogo – Facilitação e Envolvimento

Promover a Coesão do Grupo

Inicie com interações leves, como a apresentação dos avatares. Celebre pequenos sucessos e incentive o humor, a cooperação e a descontração. Reforce que, em última instância, ambas as equipes estão a trabalhar em conjunto para enfraquecer o Monstro.

Facilitar o Jogo e a Segurança Emocional

Monitorize as dinâmicas emocionais ao longo do jogo e intervenha de forma cuidadosa sempre que necessário. Reações emocionais como desconforto, tristeza ou frustração fazem parte natural do processo de aprendizagem. Normalize essas emoções, proponha pausas ou breves intervalos quando adequado e respeite os limites pessoais. Incentive a utilização do Kit de Primeiros Socorros EQUINI para ajudar a identificar emoções e necessidades, evitando pressionar os participantes a partilhar experiências pessoais.

Podem também surgir momentos de reflexão ou partilha voluntária durante o jogo. Reconheça-os com sensibilidade quando pertinente, respeitando sempre os limites dos participantes e preservando a fluidez da dinâmica.

Ao longo do jogo, valide todas as contribuições, reconheça a diversidade de perspetivas e reforce a importância da confidencialidade no seio do grupo.

Assegure o cumprimento das regras, particularmente no que diz respeito às regras associadas ao dado da discriminação, mantendo simultaneamente uma postura flexível. Caso os participantes proponham adaptações criativas das regras que promovam a colaboração, a segurança emocional ou o envolvimento, acolha-as como parte de um processo de co-construção, em vez de impor rigidamente as regras estabelecidas.

Em grupos muito pequenos, ou em situações em que o resultado do dado exclua todos ou a maioria dos participantes de uma atividade, o/a moderador/a poderá optar por convidar todos os participantes a realizar a tarefa. Esta flexibilidade contribui para preservar a colaboração e favorecer o desenvolvimento da inteligência emocional.

Apoiar a Aprendizagem

Ajude os participantes a estabelecer ligações entre as tarefas do jogo e experiências da vida real. **Incentive a empatia** e a tomada de perspetiva, e utilize o Kit de Primeiros Socorros EQUINI para aprofundar a compreensão das emoções, das necessidades e dos conceitos associados à discriminação.





Gerir o Tempo e o Ritmo

Mantenha o ritmo do jogo, assegurando simultaneamente espaço para uma discussão significativa. Tenha presente que a fase inicial pode decorrer de forma mais lenta, devido à novidade do jogo e ao tempo necessário para que os participantes compreendam as regras, os papéis e os seus elementos simbólicos. O envolvimento emocional e a participação tendem a aumentar à medida que a sessão avança.

Fase 3: Após o Jogo – Reflexão e Integração

Facilitar a Reflexão

Oriente a discussão de encerramento recorrendo a questões como:

- Que emoções experienciaram?
- O que aprenderam sobre discriminação?
- Que ações podem adotar?
- O que aprenderam sobre si próprios/as?

Encourage a Partilha sem Pressão

Permita que os participantes partilhem experiências pessoais de forma voluntária. Valide todas as contribuições e reforce a importância da confidencialidade no grupo.

Ligar a Contextos Mais Amplos

Estabeleça ligações entre as aprendizagens decorrentes do jogo e contextos académicos, profissionais ou do quotidiano (por exemplo, ensino inclusivo, trabalho em equipa ou apoio a estudantes). Sugira atividades ou momentos de reflexão subsequentes que permitam dar continuidade ao percurso de as aprendizagens.

Refletir sobre a Própria Facilitação

Após a sessão, reflita sobre a sua prática de facilitação. Analise as dinâmicas de grupo, os momentos de envolvimento emocional ou de resistência, as suas respostas a situações inesperadas e os aspetos que poderá ajustar em futuras sessões.





Checklist Imprimível para Moderadores do Jogo EQUNI

Antes do Jogo

- ☐ Compreender o propósito e a metáfora do jogo.
- ☐ Criar um ambiente seguro e inclusivo.
- ☐ Organizar o espaço físico (se possível, mesas, cadeiras, etc.).
- ☐ Preparar todos os materiais do jogo (**tabuleiro, peões, avatares, dado, fichas, cartas e Kit de Primeiros Socorros**).
- ☐ Preparar materiais criativos suplementares (**papel, lápis e/ou marcadores coloridos**)
- ☐ Decidir sobre a utilização da App EQUNI.
- ☐ Adaptar as cartas e a sua sequência ao grupo.
- ☐ Definir tempo e responsável pela gestão do tempo.

Durante o Jogo

- ☐ Promover coesão e envolvimento do grupo.
- ☐ Monitorizar segurança emocional.
- ☐ Assegurar jogo justo com flexibilidade.
- ☐ Apoiar reflexão emocional e a aprendizagem.
- ☐ Gerir tempo e ritmo.

Após o Jogo

- ☐ Orientar discussão reflexiva.
- ☐ Incentivar partilha voluntária.
- ☐ Ligar aprendizagens a outros contextos.
- ☐ Sugerir atividades de seguimento.
- ☐ Refletir sobre a própria prática de moderação.

