

CYBERBULLYING

Como Encarar o Cyberbullying

- Criar e manter um clima de comunicação aberta e conversas regulares sobre a Internet e as tecnologias, em vez de esperarem e apenas abordar o assunto quando ocorrer algum problema;
- Encorajar as crianças/jovens a falar sobre os problemas com que se confrontam na Internet ou com outras tecnologias, como por exemplo os telemóveis e escutarem o que as crianças/jovens nos dizem;
- Explicar às crianças e aos jovens que se forem vítimas de Cyberbullying a culpa não é deles;
- Sublinhar que pedir ajuda não é um sinal de fraqueza, mas uma forma de afirmação que envia uma mensagem ao agressor que o seu tipo de comportamento não será tolerado e que não lhe será permitido continuar.

Como Prevenir o Cyberbullying

- Eduque-se a si, aos colegas e alunos sobre como usar as tecnologias de informação e comunicação de forma ética, responsável e segura;
- Eduque as crianças/jovens sobre os riscos de colocarem fotografias, vídeos e outros dados pessoais online que possam ser usados pelos seus colegas para actos de Cyberbullying;
- Preste atenção aos que os seus colegas ou discentes lhe dizem sobre potenciais casos de Cyberbullying e não se limite a subestimar, criar falsos sentimentos de segurança ou até ignorar as situações que lhe são reportadas (por exemplo, "limita-te a ignorar", "não leves isso a sério", etc.);
- Não reaja intempestivamente para proteger a criança/jovem. Por exemplo, não se ajuda uma vítima castigando-a. Se a criança é vítima de Cyberbullying, não lhe retire o direito de acesso ao computador ou à Internet;
- Caso os seus colegas/alunos sejam vítimas de Cyberbullying, deixe claro que trabalhará com a criança/jovem para encontrar uma solução;
- Monitorize a utilização das tecnologias de informação e comunicação pelas crianças e jovens a seu cargo. Faça-o escolhendo criteriosamente o local e o posicionamento do computador. Evite as áreas isoladas (quartos de crianças/jovens), preferindo os espaços de maior circulação.

Área Curricular Não Disciplinar Área de Projecto



Turma F ; Ano 6º

Trabalho elaborado pelos Alunos

Cristiana Xavier
David Peneda
Diana Pereira
Diana Veloso
Diogo Silva
Fábio Fernandes
Fábio Alves
Hélder Alves
José Gonçalves
Kelly Brito

Mauro Cabodeira
Michael Brito
Patrícia Cotinho
Paulo Babo
Rosa Brito
Samuel Marques
Sara Cerqueira
Tiago Eiríz
Vanessa Rodrigues
Vítor Silva

Colaboraram e orientaram os Professores

Amélia Rocha, Marco Azevedo, Francisco Carvalho,
Augusta Lourenço e Manuela Vieira

www.bullyngescola.com | www.bullyngescola.com/blog
bullying.escola@gmail.com

Agrupamento de Escolas de Valdevez

EB23/S de Arcos de Valdevez
Rua Dr. Joaquim Carlos da Cunha Cerqueira - Apt. 110
4970-952 Arcos de Valdevez - Portugal

“BULLYING NA ESCOLA”



“... 40% das Crianças em Portugal
sofre com este problema...”

2007/2008

www.bullyngescola.com | www.bullyngescola.com/blog
bullying.escola@gmail.com

BULLYING

O termo **“Bullying”** compreende todas as formas de atitudes agressivas, intencionais e repetidas, que ocorrem sem motivação evidente, adoptadas por um ou mais indivíduos contra outro(s), causando dor e angústia, e executadas dentro de uma relação desigual de poder. Portanto, os actos repetidos entre elementos da mesma comunidade(colegas) e o desequilíbrio de poder são as características essenciais, que tornam possível a intimidação da vítima. Em princípio, pode parecer uma simples brincadeira mas não deve ser visto desta forma. A agressão moral, verbal e até corporal sofrida pelos alunos, provocando sofrimento na vítima da “brincadeira”, pode levar à depressão.

Os agressores são indivíduos que têm pouca empatia. Frequentemente, pertencem a famílias desestruturadas, nas quais não há relacionamentos afectivos entre os seus membros. Os pais exercem uma supervisão fraca sobre os seus filhos, toleram e oferecem modelos errados para solucionar conflitos ou comportamentos agressivos. Admite-se que os que praticam o **“bullying”** têm grande probabilidade de se tornarem adultos com comportamentos anti-sociais e/ou violentos, podendo mesmo a tornarem-se criminosos.

O **bullying** tem motivado pesquisadores, educadores de todas as áreas a estudar as causas que motivam a banalização humana e a perda colectiva de alguns valores sociais e do significado da palavra respeito no relacionamento entre colegas. Palavra inglesa para definir a forma intencional de maltratar uma outra pessoa.

Principais tipos de BULLYING

- **Físico** (bater, pontapear, beliscar, ferir, empurrar, agredir).
- **Verbal** (apelidos, gozar, insultar).
- **Moral** (difamar, caluniar, discriminar, tyrannizar).
- **Sexual** (abusar, assediar, insinuar, violar sexualmente).
- **Psicológico** (intimidar, ameaçar, perseguir, ignorar, aterrorizar, excluir, humilhar).
- **Material** (roubar, destruir pertences materiais e pessoais).
- **Virtual** (insultar, discriminar, difamar, humilhar, ofender por meio da Internet e telemóveis).

- **Alvos de “bullying”** - são os alunos que só sofrem “bullying”.
- **Alvos autores de “bullying”** - são os alunos que ora sofrem, ora praticam “bullying”.
- **Autores de “bullying”** - são os alunos que só praticam “bullying”.
- **Testemunhas de “bullying”** - são os alunos que não sofrem nem praticam “bullying”, mas têm conhecimento dos envolvidos e convivem num ambiente onde isso ocorre.

Efeitos sobre os Alvos incluem

- Depressão reactiva, uma forma de depressão clínica causada por eventos exógenos.
- Stress de desordem pós-traumática.
- Torna-se também um agressor.
- Ansiedade.
- Problemas gástricos.
- Dores não especificadas.
- Perda de auto-estima.
- Medo de expressões e emoções.
- Problemas de relacionamento.
- Abuso de drogas e álcool.
- Auto-mutilação.
- Suicídio (também conhecido como bullicídio).

Efeitos numa Escola incluem

- Níveis elevados de faltas escolares (absentismo).
- Alto nível de faltas disciplinares por males menores.
- Desrespeito pelos professores.

Como agir com uma vítima de BULLYING?

- Saiba que ele(a) está a precisar de ajuda.
- Não tente ignorar a situação.
- Procure manter a calma.
- Mostre que a violência deve ser evitada.
- Não o agrida, nem o intimide.
- Mostre que sabe o que está a acontecer
- Converse com ele.
- Garanta a ele que o quer ajudar.
- Tente indentificar algum problema actual.
- Com o consentimento dele tente entrar em contacto com a Escola.
- Procurar auxiliá-lo a encontrar meios não agressivos.
- Encoraje-o a pedir desculpa ao colega que agrediu.
- Tente descobrir alguma coisa positiva em que ele se possa sair bem para elevar a sua auto-estima.

A partir de 12 de Maio, a **Associação Nacional de Professores**, cria uma **linha telefónica de apoio, dirigida a professores, alunos e famílias**, envolvidas ou vítimas das mais diversas formas de **“Bullying”**, quer como agressores, quer como vítimas, pois, normalmente os envolvidos nestas situações vivem um drama permanente de medo e em silêncio. Esta linha telefónica de apoio estará preparada para ouvir e dar o apoio necessário de forma confidencial.

A criação desta linha de apoio foi inserida num projecto intitulado **“convivência nas escolas”**, desenvolvido por esta Associação, em parceria com investigadores da Universidade Lusófona do Porto, tendo como base uma crescente preocupação associada à violência na comunidade escolar, confirmados pelos resultados da UNESCO, que lançaram o alerta; **25% a 50% dos alunos são vítimas de “Bullying”**.

O número telefónico de apoio é o **808 968 888** e este novo projecto pretende sobretudo, promover a educação para a convivência nas escolas, ajudando a prevenir e a combater fenómenos de conflitualidade, indisciplina e violência.