

GUIA bullying infantil

CONTEÚDO ESPECIAL
PARA EDUCADORES,
PAIS E CUIDADORES

DE OLHO NO FUTURO

CONHEÇA AS
CONSEQUÊNCIAS
DAS AGRESSÕES
NA FASE ADULTA

GUIA DE ATIVIDADES

DICAS DE ESTÍMULOS
QUE PODEM PROMOVER
MAIS INTEGRAÇÃO E
HUMANIZAÇÃO
ENTRE A GAROTADA

AS FACES DO BULLYING

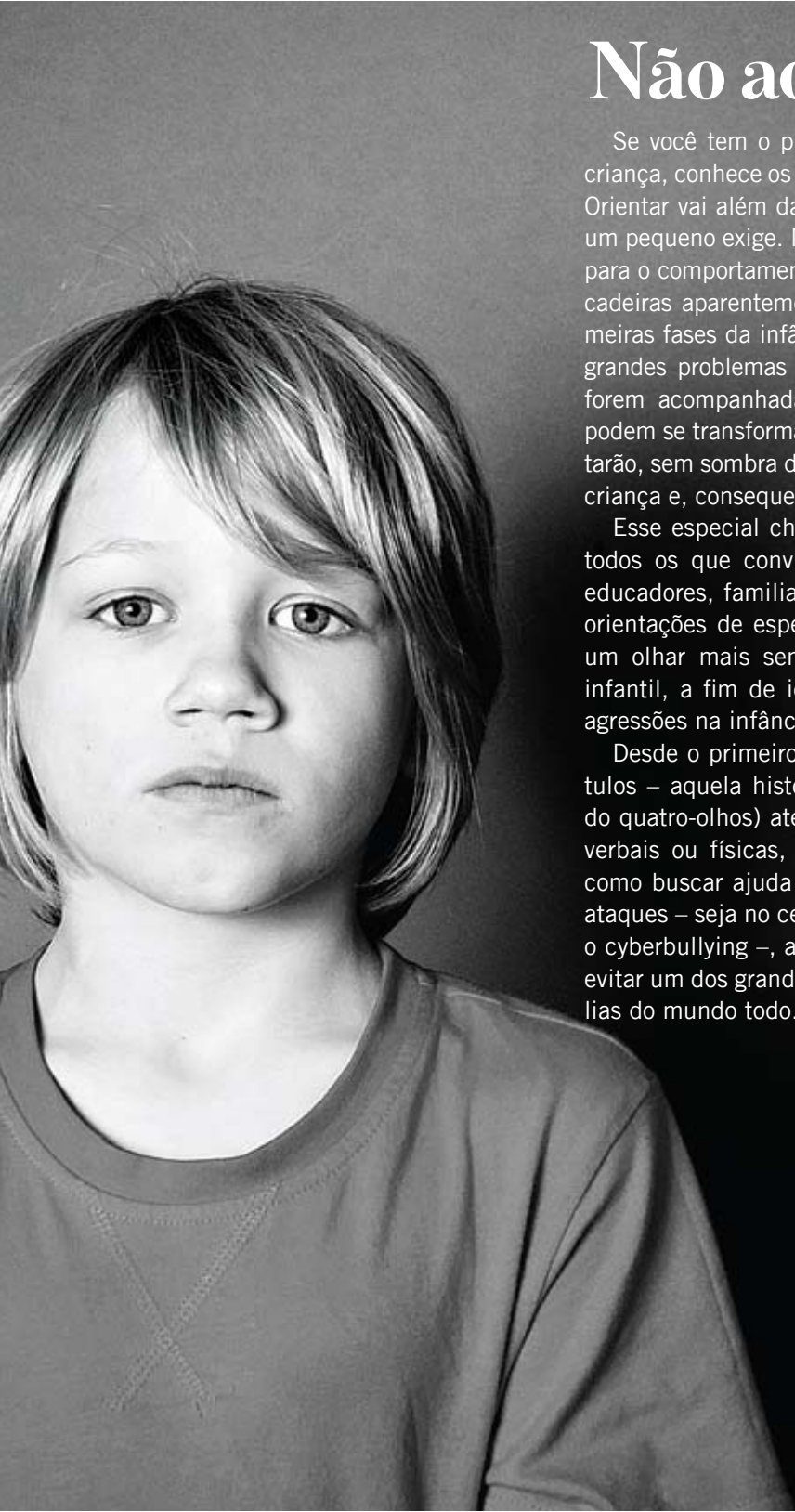
COMO CUIDAR E ORIENTAR
AGRESSORES, VÍTIMAS
E TESTEMUNHAS

TESTES

ELABORADOS POR
PROFISSIONAIS
PARA IDENTIFICAR
SE AS CRIANÇAS ESTÃO
SENDO ATACADAS
E SE OS PAIS
ESTÃO ATENTOS



COMO AS FORMAS DE **VIOLÊNCIA**
(PSICOLÓGICAS E FÍSICAS) REPETITIVAS SÃO
CAPAZES DE **AFETAR** A FASE MAIS IMPORTANTE
DO DESENVOLVIMENTO **HUMANO**



Não ao *bullying*!

Se você tem o prazer de viver perto de alguma criança, conhece os amores e as dores da educação. Orientar vai além da lista de cuidados básicos que um pequeno exige. Necessita de um olhar profundo para o comportamento da criança. As simples brincadeiras aparentemente inofensivas ainda nas primeiras fases da infância podem se transformar em grandes problemas – situações essas que, se não forem acompanhadas e tratadas como precisam, podem se transformar em grandes traumas que afetarão, sem sombra de dúvida, o desenvolvimento da criança e, conseqüentemente, sua vida adulta.

Esse especial chega com a intenção de alertar todos os que convivem com os pequenos: pais, educadores, familiares e cuidadores. Por meio de orientações de especialistas, buscamos despertar um olhar mais sensível sobre o comportamento infantil, a fim de identificar traços das possíveis agressões na infância.

Desde o primeiro passo (que é a criação de rótulos – aquela história da baixinha, do gordinho, do quatro-olhos) até as condutas mais agressivas, verbais ou físicas, você encontrará sugestões de como buscar ajuda e apoio ao se deparar com os ataques – seja no cenário real, seja no virtual, com o cyberbullying –, além de dicas para sobreviver e evitar um dos grandes problemas que afetam famílias do mundo todo.

Boa leitura,

Os editores

redacao@editoraonline.com.br
www.revistaonline.com.br



6 – Capítulo I

SEM RÓTULOS, POR FAVOR

Evitar a transmissão de preconceitos às crianças é mostrar aos pequenos que sempre há chance de crescer e mudar para melhor



28 – Capítulo III

PERSONAGENS DE UM MESMO DRAMA

Sem se importar com a presença de testemunhas, os agressores atormentam a vida escolar de suas vítimas apenas por diversão e para demonstrar poder



42 – Capítulo V

PARCEIRA CASA E ESCOLA

A união entre pais e professores pode ser o caminho para ajudar nas mudanças de ideias, comportamentos e valores que contribuem para o combate ao bullying



14 – Capítulo II

DAS BRINCADEIRAS ÀS AGRESSÕES: O CAMINHO DO PROBLEMA

Mentiras, boatos, gozações, exclusão. Intimidação, tapas, extorsão de dinheiro. Tudo isso faz parte da vida de milhões de jovens e preocupa pais e educadores do mundo inteiro



36 – Capítulo IV

VIOÊNCIA NAS SALAS DE AULA

O primeiro passo para enfrentar de maneira eficaz a violência entre alunos é estimular a comunidade escolar a desenvolver um olhar observador



54 – Capítulo VI

PREVENÇÃO É O MELHOR REMÉDIO

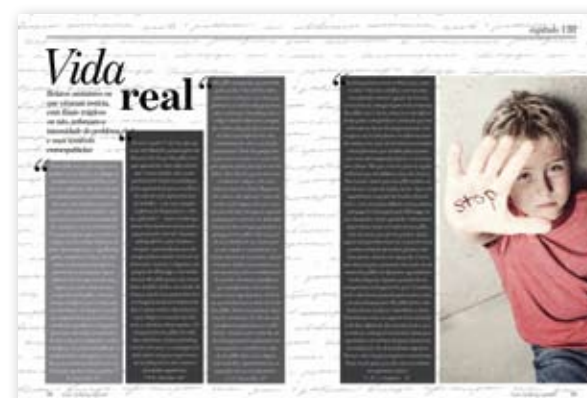
Os caminhos de medidas preventivas contra o bullying precisam fazer parte do dia a dia de todos que estão envolvidos com o desenvolvimento infantil



64 – Capítulo VII

A INFLUÊNCIA NA VIDA ADULTA

Os resultados dos ataques sofridos na infância e na adolescência podem interferir no amadurecimento, provocando distúrbios físicos e emocionais, além de dificuldades nos relacionamentos e no trabalho



78 – Capítulo IX

VIDA REAL

Histórias verídicas e os casos mais famosos de bullying



86 – Capítulo XI

GUIA DE CONTEÚDO

Livros, filmes, blogs e sites



72 – Capítulo VIII

PERGUNTAS E RESPOSTAS

As principais dúvidas pela visão de especialistas no bullying



82 – Capítulo X

TESTES

Avaliações de especialistas ajudam na hora de detectar o problema



94 – Capítulo XII

GUIA DE ATIVIDADES

Estímulos que promovem integração e humanização entre as crianças



Sem rótulos, *por favor!*

Evitar estigmas e preconceitos transmitidos às crianças é mostrar aos pequenos que sempre há chance de crescer e mudar para melhor

“Ana Paula fala mais que a boca e não para quieta um minuto. Pedro, o gordinho que senta lá no fundo da classe, é quieto, preguiçoso e chorão. O João até que é um bom garoto, mas burrinho que só, e lê muito mal. Já o Rafael é um pestinha, vem de uma família complicada e não desgruda dos garotos mais velhos e encrenqueiros”, dizia a professora Maria, do 2º ano do Fundamental, ao passar informações sobre os alunos à substituta, dias antes de sair de licença-maternidade.

Os nomes são fictícios, mas a situação é real. O hábito de rotular os menores, seja por características físicas, seja pelo comportamento, não é tão inofensivo quanto parece e pode trazer sérias consequências para o desenvolvimento social, afetivo e educacional dos pequenos.

Para entender melhor o mal que causam os rótulos, imagine se, no primeiro dia de aula, a professora substituta entrasse na sala com ideias preconcebi-

das a respeito dos alunos. Perceberia, por exemplo, que a “burrice” crônica do João era, na verdade, um caso de miopia severa, que dificultava seu rendimento escolar por ele não conseguir enxergar direito o que estava escrito na lousa?

Outra consequência desse tipo de atitude por parte dos adultos é o sentimento de rejeição provocado pelo apelido: “A criança pode encarar a situação como uma agressão gratuita e sentir que não é amada por não ser boa o suficiente. Isso cria dificuldades no desenvolvimento de vínculos e relações afetivas com outras pessoas no futuro. Ela pode, ainda, se acomodar com esse rótulo, aceitando-o. Daí, não sentirá motivação para desenvolver as habilidades criticadas. A estratégia para superar ou reverter essa situação é diferente em cada caso, mas um trabalho de conscientização sobre suas qualidades e seus defeitos já é um excelente primeiro passo”, afirma Cynthia Wood, psicóloga e psicopedagoga da Clínica Crescendo e Acontecendo, em São Paulo.

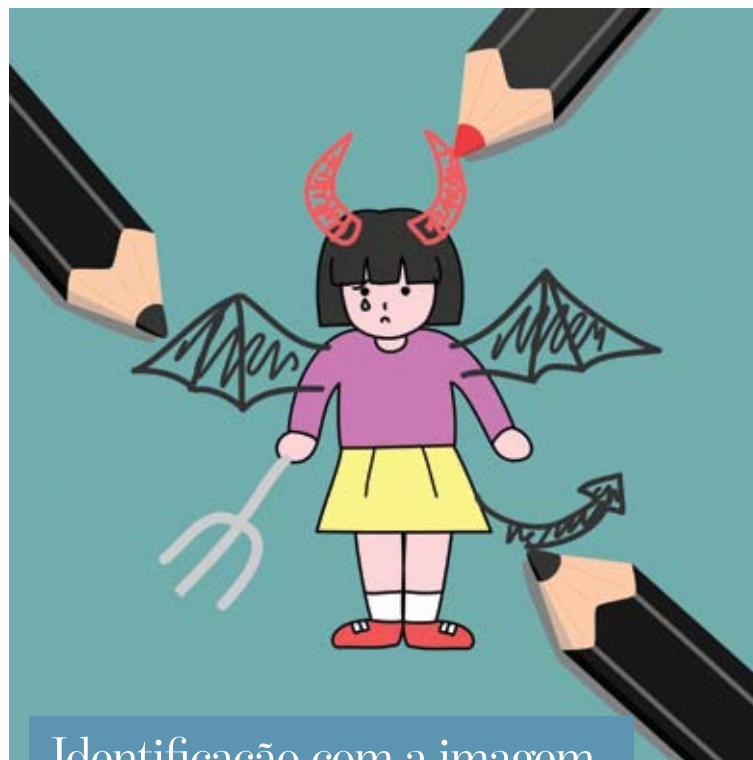
Aprendizado por repetição

Para sorte do João, a nova professora identificou a raiz do problema, até porque ela já tinha passado pela mesma dificuldade de leitura por falta de óculos. Se tivesse se deixado levar pelo estigma de “burrinho”, provavelmente seria mais um adulto a contribuir para reduzir a autoestima do garoto, que, além da baixa acuidade visual, ainda é franzino e tímido.

Ser chamado de incapaz, entretanto, não é nenhuma novidade para João. Seu apelido veio de casa. O pai, exigente e crítico, sempre se refere ao filho como “lesado” ao conversar com os professores. E é assim que o chama cada vez que o menino tropeça ou deruba o suco na mesa, para o divertimento dos dois irmãos mais velhos. “Os apelidos são, muitas vezes, a porta de entrada para rótulos e humilhações. Em geral, o hábito de rotular vem de casa, quando a criança cresce em uma família que exerce essa prática”, diz a psicóloga Marjori de Lima Macedo, coordenadora de núcleo do Centro Regional de Atenção aos Maus Tratos na Infância (Crami), de Santo André, SP.

A psicopedagoga Sandra Bozza, mestre em Ciências da Educação, socióloga e linguista, de Curitiba, PR, compartilha a mesma opinião: “Criar rótulos certamente é uma tendência que pode vir da escola ou de casa. Basta que haja exemplos não reprimidos nas duas instâncias para que meninos e meninas comecem com a prática. Em outras palavras, se não forem coibidas as atitudes de menosprezo ou de humilhação nas primeiras manifestações, os pequenos não conseguirão compreender que esse tipo de comportamento não agrega nenhum benefício pessoal nem para o grupo ao qual pertencem”.

A criança também pode aprender esse mau hábito em outros relacionamentos interpessoais, como na escola, no clube, na vizinhança ou no grupo de amigos. Fragilizada frente às agressões verbais, ela acaba descobrindo o poder que um apelido maldoso tem de ferir emocionalmente uma pessoa. A partir daí, ela pode começar a inverter os papéis e usar a mesma estratégia contra outras pessoas: “Ao constatar que ganha um papel de destaque no grupo de amigos ao dar apelidos a outros coleguinhas, além de reproduzir a violência verbal a que foi submetida, ela acaba ganhando força interna, ainda que seja de uma forma negativa, e passa a ser agressora em vez de vítima”, explica Marjori.



Identificação com a imagem

A infância é a fase de formação de identidade, dizem os especialistas. É quando a pessoa descobre quem é e, muitas vezes, “decide” quem vai ser no futuro, ainda que nem sempre seja um processo consciente. Então, o rótulo imposto por pais e educadores acaba influenciando a formação da identidade, deixando-a confusa. Por isso, não é estranho que a criança comece a achar interessante exercer o papel dado a ela. O “pestinha maldoso”, por exemplo, pode aprontar cada vez mais em cima do “gorducho” para se firmar no posto de “valentão”. Enquanto isso, a vítima se afunda na compulsão alimentar e ganha cada vez mais peso, assumindo definitivamente os rótulos que recebeu.

Na tentativa de serem aceitas, algumas conseguem virar o jogo. O “baleia” percebe que é mais vantajoso ser o fanfarrão da turma do que pedir proteção aos pais ou aos professores e não receber nada além de mais rótulos e rejeição. “Pessoas adultas são competitivas, e as crianças não são diferentes. Algumas acreditam que precisam se impor frente ao grupo para garantir uma imagem de destaque ou consideração”, explica a psicopedagoga Cynthia Wood.

Por que você não é igual a seu irmão?

A família não deixa de ser um microsistema responsável pela transmissão de valores, crenças, ideias e significados presentes na sociedade. Portanto, ela tem uma importância única na formação infantil. É convivendo diariamente com os pais e os irmãos que os pequenos aprendem as diferentes maneiras de viver, de construir as relações sociais e de encarar o mundo.

É fácil imaginar o estrago emocional causado a uma criança ao ouvir em casa “Você não presta pra nada!”, “Como pode ser tão burro e desajeitado?”, “Não sei a quem você saiu!” ou “Por que não é bonzinho como seu irmão?”. Pense na dor que ela

deve sentir ao escutar essas frases dos próprios pais ou responsáveis, de quem ela depende totalmente para obter segurança, afeto e proteção, mas, para sua tristeza e desajuste, só recebe agressões verbais, apelidos humilhantes e comparações injustas.

Os especialistas usam o termo “família disfuncional” para designar as que apresentam comportamentos inadequados, agressões físicas e/ou verbais constantes e uma estrutura conturbada, na qual os papéis dos adultos são confusos ou não definidos. Além de não conseguir transmitir afeto nem valores éticos e morais, esse núcleo familiar ainda cria um ambiente conflituoso, individualista e pouco solidário.





Sequelas

Além das agressões e humilhações verbais, ainda existem outros comportamentos dos adultos que podem trazer problemas às crianças. Veja alguns deles:

- Falta de demonstração de afeto e respeito.
- Uso de álcool, drogas ou medicamentos que alteram o comportamento
- Mensagens ambíguas.
- Críticas constantes e sempre destrutivas.
- Regras e normas rígidas em excesso.
- Muitas cobranças e autoritarismo.
- Conflitos e discussões familiares frequentes.

As consequências desses hábitos negativos podem se estender até a idade adulta, com reflexos na

vida profissional e afetiva. De acordo com os profissionais da área, o costume de tratar uma criança de modo pejorativo pode ser compreendido pelo viés da violência psicológica – a humilhação e a ausência de consideração em relação ao sentimento de outra pessoa –, que, em linhas gerais, certamente trará consequências para o desenvolvimento emocional. “Uma menina ou um menino exposto indiscriminadamente a essa situação tem a autoestima e a autoimagem seriamente afetadas, podendo vir a ser um adulto inseguro, com pouca confiança em seus talentos. Pode até mesmo manifestar traços depressivos leves a moderados”, explica a psicóloga Marjori.

O exagero é prejudicial

Mesmo quando o rótulo é sinônimo de elogio, se repetido várias vezes em público pode ter um efeito negativo no desenvolvimento emocional dos pequenos. De tanto ser chamado de inteligente, gênio ou crânio desde que começou a ser alfabetizado na pré-escola, Cláudio se convenceu de que realmente era superior aos colegas e ganhou ares de um “sabe-tudo”, incapaz de refletir sobre suas ações por se achar 100% certo sempre e em qualquer circunstância.

Para completar, ainda descobriu um jeito de driblar suas dificuldades, ao não se arriscar em atividades nas quais não se sentisse totalmente seguro. Outra consequência desse ego erroneamente inflado pelos elogios foi a dificuldade cada vez maior de o garoto lidar com as frustrações ao perceber que não dava para ganhar todas. Resultado: Cláudio, agora com 9 anos, não tem amigos por conta da fama conquistada. Além de “gênio”, a classe toda reclama que ele “se acha” e é “chato”.

No caso das famas negativas, o mais provável é que o aluno se sinta preso à imagem que fazem dele. Dizer “Ah! Você não tem jeito mesmo, hein? Nem conseguiu resolver essa conta fácil, que até seu irmãozinho menor é capaz de fazer” equivale a dizer que ele não se adapta àquele universo escolar.

A partir daí, é possível que o professor, ainda que não tenha tido más intenções, veja seus esforços como educador não surtirem mais efeito, uma vez que o aluno rotulado acabou acreditando em suas palavras e assumiu o papel de incapaz que lhe foi designado pelo mestre.



“Minha família se mudou para uma pequena cidade do interior da Bahia e fui matriculada em uma escola nova. O tormento começou logo no início. Como tinha um cabelo muito crespo e volumoso, era só entrar na classe para escutar o coro, que gritava: “Cabelo-de-tuim, cabelo de cuscuz, piolhenta e cabelo-de-esconder-pulga”. Como não conhecia ninguém e também era muito tímida, não sabia o que fazer e fugia chorando para o banheiro. Mas, como não dava para me esconder o tempo todo, tinha de voltar para ver as meninas de risadinhas. A professora fazia que não enxergava, e eu não queria contar aos meus pais, que já tinham muitos problemas. Um dia, não aguentando mais, desandei a gritar com todo mundo. Nem me lembro o que falei. Só me recordo de ter dito o quanto sofria com aqueles apelidos. Até hoje não sei direito o que aconteceu, mas no dia seguinte vi que só uma ou outra ainda me xingava de “cabelo ruim”. Depois, até elas pararam com isso. Aos poucos, as garotas foram se aproximando de mim e acabamos por nos tornar amigas. Hoje, até acho divertido o meu chique, mas, na época, sofri um bocado.”

Andreia, 17 anos, aluna do último ano do Ensino Médio*

Abaixo as etiquetas

Pais e professores nem sempre percebem o quanto esses rótulos podem atrapalhar o desenvolvimento emocional e cognitivo de uma criança. Por isso, é fundamental ficar alerta para evitar classificações e julgamentos prévios:

Cuidado com as palavras – Ninguém é igual no tempo de aprendizado, nas habilidades, nem na capacidade de se relacionar com outras pessoas. Por isso, evite perder a calma quando seu filho ou aluno bater no colega com ou sem motivo. Melhor dizer: “O que você fez foi maldoso e deixou seu amigo triste” do que simplesmente disparar “Você é um menino mau”. Mostrar a diferença entre a pessoa (você é mau) e sua atitude (você fez uma maldade) dará à criança a oportunidade de descobrir que sempre há espaço para mudanças e tempo para que ela possa refletir sobre a atitude e agir de maneira diferente da próxima vez.

Valorize as características de cada um – Ressaltar o quanto seu filho ou aluno é gentil e educado é valorizar a sua individualidade. O perigo, porém, é transformar esse elogio em uma espécie de rótulo, do qual ele não consegue se desvencilhar. Assim, poderá se sentir obrigado a ser o eterno bonzinho, mesmo quando está sendo agredido. Tudo o que ele não vai querer é manchar a única imagem que – ele acredita – os pais e educadores têm dele. É preciso reconhecer e valorizar os pontos fortes de cada um, mas também deixar aberta a possibilidade de que, de vez em quando, tanto adultos como crianças se irrite e deixem de ser gentis por algum tempo.

Questione mais e rotule menos – Qualquer característica boa, quando levada ao extremo, pode ser prejudicial. Ser naturalmente um líder é bom, mas exagerar no desejo de comandar o mundo pode incentivar a formação de uma pessoa autoritária. Por isso, é interessante que a criança pense nos resultados de suas atitudes quando tem um comportamento inadequado, mesmo que seja uma característica positiva, como é o caso da liderança. Afinal de contas, ninguém é apenas uma coisa ou sempre igual o tempo todo.

Cultive a diversidade – É fundamental que seus filhos ou alunos tenham a oportunidade de conviver com crianças de outros grupos, de diferentes idades e classes sociais. Só assim será possível mostrar que, sim, existem diferenças, mas que elas não impedem ninguém de viver em harmonia. E que, apesar de ser diferente, a outra pessoa não merece nenhum apelido maldoso ou ser transformada em alvo de gozações. Em geral, as crianças menores lidam melhor com as diferenças e sentem que podem aprender com elas. Por isso, quanto mais cedo os pais começarem a educá-las para aceitar a diversidade, melhor. “Conversar abertamente sobre o tema e ter atitudes de aceitação e empatia com toda gama de pessoas deveria ser determinante na educação dos pequenos. Todavia, há famílias que não têm isso como prioridade”, lembra a educadora e socióloga Sandra Bozza.

Em geral, as crianças menores lidam melhor com as diferenças e sentem que podem aprender com elas





Das brincadeiras sem graça às agressões: o caminho do problema

Mentiras, boatos, gozações, exclusão. Intimidação, tapas, extorsão de dinheiro. Tudo isso faz parte da vida de milhões de jovens e preocupa pais e educadores do mundo inteiro

O termo *bullying* tem origem na língua inglesa e pode ser traduzido como humilhação em público. Não é novo, mas antes se restringia às quatro paredes da sala de aula. Chegava, no máximo, até o pátio. Para a psiquiatra Ana Beatriz Barbosa Silva, autora do livro *Bullying – Mentis perigosas nas escolas* (Editora Objetiva, 2010), a questão não pode ser mais tratada como um fenômeno apenas da área educacional. “Atualmente, ele já é definido como um problema de saúde pública e, por isso mesmo, deve entrar na pauta de todos os profissionais que atuam nas áreas médica, psicológica e assistencial

de maneira mais abrangente”, comenta.

No Brasil, os dados são alarmantes. O *bullying* é um dos vilões do Ensino Médio, envolvendo cerca de 30% dos estudantes brasileiros. Desse total, 20,8% são agressores. Ou seja, um em cada cinco jovens dessa faixa etária diverte-se agredindo, física ou verbalmente, seus colegas de escola. Os dados são da Pesquisa Nacional de Saúde Escolar (PeNSE), divulgada em junho de 2013 pelo Instituto Brasileiro de Geografia e Estatística (IBGE). O estudo foi realizado com 109.104 alunos do 9º ano do Ensino Fundamental de todo o país, o que incluiu adolescentes de 13 a 15 anos.

Hostilidade pura

Nos tempos de escola de muitos pais e professores que têm hoje 40 anos ou mais, as diversões entre colegas envolvendo humilhações disfarçadas de apelidos maldosos e/ou preconceituosos – e uma ou outra brincadeira que terminava em tapas e empurrões nos mais fraquinhos – eram consideradas normais pelos adultos. No máximo, a turma de agressores, em geral comandada por um aluno considerado valentão, parava na diretoria, ganhava uma advertência e um bilhete para ser assinado pelos pais. Pronto: ficava por isso mesmo.

Ao aluno agredido, restava apenas se conformar com sua sina e, de preferência, sofrer calado. Se fosse reclamar na diretoria ou em casa, ainda corria o risco de escutar um “Se vira!”, até porque agressões entre os jovens sempre foram entendidas como parte do aprendizado para a vida adulta. Só nos últimos anos é que o *bullying*, como passou a ser chamado esse tipo de comportamento agressivo, se transformou em um sério problema.

Entretanto, existem adultos que ainda acreditam na inocência dos apelidos e das piadinhas, ignorando as consequências. Segundo Cleo Fante, pedagoga, historiadora, pesquisadora da violência nas escolas brasileiras e autora de vários livros sobre o tema, como *Bullying, intimidação no ambiente escolar e virtual* (Editora Conexa, 2009), se mal resolvidas, as agressões sofridas no período escolar podem deixar marcas para o resto da vida, tanto nas vítimas quanto naqueles que as praticam. “É um equívoco dizer que o *bullying* é uma brincadeira e que os alunos superam-na sozinhos. Estamos falando de uma forma de violência deliberada.”

Entre tapas e xingamentos

A prática da perseguição repetida é tão antiga quanto a própria escola, dizem os especialistas. Além disso, o *bullying* não é um fenômeno isolado, fazendo parte de uma questão mais ampla, a violên-

cia, um reflexo de novos e antigos problemas sociais que se transplantaram para dentro das salas de aula. A intimidação física ou verbal dos mais fortes sobre os mais fracos, por exemplo, em quase nada difere do que acontece em qualquer outro grupo social, seja no quartel, em uma comunidade religiosa ou mesmo no ambiente de trabalho.

A preocupação também aumenta quando a sociedade percebe o crescimento do problema: “O aumento da agressividade entre adolescentes preocupa e angustia os pais e todos que, de modo direto e indireto, lidam ou se ocupam com os jovens”, escreve a psiquiatra Ana Beatriz.

Contudo, a preocupação com o *bullying* também se estende aos praticantes e é amplamente justificada, como escreve a educadora e consultora educacional Rebekah Heinrichs em seu livro *Perfect targets: Asperger Syndrome and bullying* (sem tradução para o português): “Indivíduos que praticaram hostilidades na infância e na adolescência têm maior probabilidade de serem condenados na vida adulta por crimes graves, com maior índice de reincidência. Além disso, podem engajar-se em comportamentos de risco com abuso de substâncias ou se envolver com gangues e violência doméstica, além de sofrerem com a depressão e ideias suicidas”.

Um velho conhecido da turma

“Com frequência, a humilhação pública a que é submetida uma criança ou um adolescente gira em torno de alguma imperfeição apresentada pela vítima no aspecto físico, cognitivo ou comportamental. Geralmente, o *bullying* vem de pessoas que têm uma necessidade de autoafirmação, conhecidas como valentões ou *bullies* (em inglês), que só enfrentam quem é mais fraco ou está em menor vantagem”, diz a psicopedagoga Luciana Barros de Almeida, presidente nacional da Associação Brasileira de Psicopedagogia (ABPp).

Apesar da prática da perseguição sistematizada ser tão antiga, ela só começou a ser estudada como fenômeno a partir da década de 1970. Os estudos sobre o *bullying* iniciaram-se na Universidade de Bergen, na Noruega, com o professor Dan Olweus, interessado em entender as tendências suicidas em

Com frequência, a humilhação pública a que é submetida uma criança ou um adolescente gira em torno de alguma imperfeição apresentada pela vítima no aspecto físico, cognitivo ou comportamental. Geralmente, o bullying vem de pessoas que têm uma necessidade de autoafirmação, conhecidas como valentões ou bullies (em inglês), que só enfrentam quem é mais fraco ou está em menor vantagem”

adolescentes de seu país. Em 1980, três rapazes entre 10 e 14 anos cometeram suicídio, fazendo com que se despertasse a atenção para o problema.

Na pesquisa conduzida por Olweus, verificou-se que um em cada sete estudantes noruegueses estava envolvido em casos de *bullying*, como agressor ou vítima. Suas pesquisas duraram de 1978 a 1993, período em que entrevistou cerca de 84 mil estudantes, 300 a 400 professores e mil pais de alunos. Mas foi só em 1993 que o persistente professor conseguiu sensibilizar as autoridades de educação da Noruega e iniciar uma campanha contra o ato em todas as instituições de ensino do país.

Esse tipo de comportamento agressivo não tem nada a ver com diversão: “A brincadeira tem a conotação lúdica que remete ao prazer, ao entretenimento. Já o *bullying* é uma atitude inadequada porque a estratégia usada é desqualificar o outro naquilo que a própria vítima se sabe em desvantagem. A intenção do agressor é hostilizar, expor o mais fraco para se fazer forte”, explica a psicopedagoga Luciana Barros de Almeida.

A pedagoga Cleo Fante também explica as diferenças entre diversão e hostilidade: “As brincadeiras acontecem naturalmente e fazem parte das relações sociais, o que torna o ambiente descontraído e acolhedor. São permitidas no grupo e têm por finalidade divertir, sensibilizar, aproximar, integrar, incluir. Algumas podem ser tendenciosas e inconsequentes, e



sua aceitação dependerá dos limites de cada participante. Porém, quando as brincadeiras se convertem em atitudes agressivas e abusivas, com o intuito de prejudicar o outro e colocá-lo em posição de inferioridade e dominação, podem originar as brutalidades.

Portanto, para que uma atitude seja considerada *bullying*, é necessário que ela apresente algumas características:

- Intenção de provocar dano material, físico, emocional ou de aprendizado.
- Persistência e continuidade das agressões sempre contra a mesma pessoa.
- Ausência de motivos que justifiquem os ataques.
- Quando há um desequilíbrio de poder que dificulte a defesa da vítima.

Estratégia

O *bullying* compreende uma variedade de atitudes que têm como único propósito a humilhação e submissão de uma pessoa mais frágil, supostamente sem condições físicas ou emocionais para se defender do agressor. Devido às inúmeras formas da prática, os estudiosos dividiram o fenômeno em dois tipos: direto e indireto, ambos danosos e cruéis.

O primeiro ocorre quando a vítima é atacada diretamente por meio de apelidos, humilhações, agressões físicas, ameaças, roubos, ofensas verbais, expressões e gestos que geram mal-estar. Esse tipo ocorre com mais frequência entre meninos. “É comum vermos garotos envolvidos em agressões físicas e verbais, reforçando as características pessoais da vítima, com o intuito de ridicularizá-la. Quando praticam ações agressivas, preferem se sentir apoiados pela presença do grupo”, diz a especialista em educação infantil e psicopedagogia Denise Tinoco, professora de Educação Básica e da Universidade Estácio de Sá, no Rio de Janeiro.

Já o indireto acontece quando a vítima está ausente. Seus autores criam situações de divisão, discórdia e indiferença, agindo por meio de fofoca, manipulação de amigos, mentiras, isolamento, difamação e discriminação, com a intenção de excluir a vítima do grupo social. Enfim, uma agressão silenciosa, muitas vezes feita de sorrisos irônicos e bilhetes anônimos, que deixam a vítima sem respostas, falando sozinha, até que ela mesma não se aproxime mais do grupo.



O *bullying* indireto é o preferido das crianças menores e das mulheres, ainda que não seja impossível encontrar meninas partindo para as vias de fato: “As garotas buscam evidenciar e reforçar negativamente características sociais, fraquezas e traços da personalidade da vítima. A maioria das agressões indiretas é velada e anônima. As pesquisas demonstraram também que as meninas cometem mais injúrias virtuais”, explica a pedagoga Denise Tinoco.

Primeiros sinais

“Como saber se meu filho está sofrendo *bullying* na escola?” Esta é uma das perguntas mais frequentes feita pelos pais em consultórios, reuniões de escola e palestras sobre o assunto. A dúvida tem razão de ser, pois a criança pequena não consegue entender direito o que está acontecendo a sua volta na escola para poder contar aos pais. Entretanto, existem sinais importantes que podem indicar que as crianças

“O estresse constante pelo medo de ataques costuma provocar sinais físicos na criança.

estão sofrendo humilhações. O primeiro indicador surge quando a criança ou adolescente evita entrar em contato com seu agressor. Outros comportamentos de uma vítima de *bullying*:

- Falta de interesse pela escola, fazendo birra para ir, com medo de agressão física ou verbal.
- Isolamento, evitando estar próximo dos amigos e da família, fechando-se no quarto e não desejando sair com colegas.
- Queda no rendimento escolar devido à falta de atenção nas aulas.
- Baixa autoestima, com várias referências a sua incapacidade de fazer essa ou aquela tarefa.
- Ataques de fúria e impulsividade, querendo bater em si e nos outros ou atirando objetos.

Esses sinais podem ser indícios de tristeza, insegurança e baixa autoestima. Além disso, o estresse constante pelo medo de ataques costuma provocar sinais físicos na criança. Conheça alguns deles:

- A criança (ou o adolescente) começa a andar cambaleando, demonstrando cansaço.
- Tem problemas para dormir e sofre com pesadelos.
- Aparece com a roupa rasgada ou suja e chega em casa sem os seus pertences.
- Apresenta feridas no corpo e não sabe explicar como surgiram.
- Tem falta de apetite, não desejando comer nem a comida preferida.
- Queixa-se de dores de cabeça ou de barriga várias vezes ao dia.

A provável vítima de *bullying*, criança ou adolescente, deve apresentar pelo menos três desses sinais. Além disso, alguns adolescentes podem iniciar o consumo de álcool ou drogas.

“Como posso saber se meu filho pequeno está agredindo seus colegas na escola?” Essa é a segunda dúvida que atormenta os pais preocupados com a prevenção. A resposta é do profissional Luciano Passianotto, psicólogo clínico de São Paulo: “É difícil avaliar se uma criança pequena, com

menos de 5 anos, apresenta um perfil agressor, considerando que ela ainda está desenvolvendo sua capacidade de sentir empatia e de compreender as consequências de alguns de seus atos. Mas alguns comportamentos chamam atenção. Quando crianças ou adolescentes quebram regras deliberadamente, mentem, são violentos com pessoas ou animais, não têm a mínima tolerância a frustrações ou tentam manipular os outros e acobertar seus desvios, é sinal de que pode haver algo grave. É mais comum que uma personalidade agressiva seja identificada durante a infância, mas existem casos em que isso só aflora na adolescência”.

A evolução

Ao ser questionada pela psicóloga Thelma Armidoro Velasco, assistente técnica do Centro Regional de Atenção aos Maus Tratos da Infância do ABCD (Crami), sobre como ela definiria a violência psicológica, uma paciente de 8 anos, vítima em sua própria casa, soube retratar de maneira perfeita seus sentimentos ao dizer: “É aquela que machuca o coração”. Essa é a dor que toda vítima de *bullying* sente quando é submetida a um constrangimento público, na escola ou em casa, com agressões físicas ou palavras cruéis. “Não importa o método. Qualquer forma de ação que coloque a criança ou o adolescente em posição de inferioridade, usando comparações, humilhações,

ameaças, constrangimento, rejeição ou privação de afeto, provoca uma violência psicológica, não raro mais duradoura e danosa do que uma agressão física”, diz a psicóloga Thelma Armidoro Velasco.

Veja outros sinais de que crianças e jovens possam estar sofrendo *bullying*, de acordo com a psicóloga do Crami:

- Doenças frequentes sem causa e/ou diagnóstico preciso, como obesidade, alergias, distúrbios do sono etc.
- Comportamentos depressivos, baixa autoestima e/ou isolamento social.
- Dificuldades e problemas escolares sem que existam limitações cognitivas e intelectuais que justifiquem.
- Regressão a comportamentos infantilizados abaixo da idade cronológica.
- Tendências suicidas e automutilação.
- Carência afetiva.

“É importante lembrar que não devemos considerar apenas um indicador de forma isolada, mas avaliar todo o histórico do paciente, levando em conta a situação em que vive e todas as queixas”, finaliza Thelma.

Fonte: Fenômeno bullying: Como prevenir a violência nas escolas e educar para a paz (Cleo Fante, Artmed Editora, 2005).



Fonte: Artigo científico Bullying: comportamento agressivo entre estudantes, publicado em 2005, no Jornal de Pediatria, revista científica da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Números assustadores

Apesar de ter sido feita no início de 2002, a pesquisa da Associação Brasileira Multiprofissional de Proteção à Infância e à Adolescência (Abrapia) é uma das mais completas e recentes realizadas no Brasil. Tido como referência por pesquisadores do fenômeno *bullying* no Brasil, o estudo – que ficou conhecido como Programa de Redução do Comportamento Agressivo entre Estudantes – teve como objetivos investigar as principais características do *bullying* entre 5.500 alunos da 5ª à 8ª série e criar estratégias capazes de prevenir a violência escolar entre os jovens.

“Apesar de o estudo ter sido realizado em pouco mais de um ano, de setembro de 2002 a outubro de 2003, foi possível reduzir a agressividade entre os estudantes, favorecendo o ambiente escolar, o nível de aprendizado, a preservação do patrimônio e, principalmente, as relações humanas. A adoção

de programas preventivos continuados em escolas de Educação Infantil e de Ensino Fundamental tem demonstrado ser uma das medidas mais efetivas na prevenção do consumo de álcool e drogas e na redução da violência social”, escreve o pediatra Aramis A. Lopes Neto, em seu artigo *Bullying: comportamento agressivo entre estudantes*, publicado em 2005 no Jornal de Pediatria, revista científica da Sociedade Brasileira de Pediatria.

Na conclusão da pesquisa, o pediatra propõe aos pais e professores uma reflexão: “A prevenção do *bullying* entre estudantes constitui-se de uma necessária medida de saúde pública, capaz de possibilitar o pleno desenvolvimento de crianças e adolescentes, habilitando-os a uma convivência social sadia e segura”.

Veja os dados comparativos da pesquisa da Abrapia.

Dados da pesquisa inicial

- 40,5% dos alunos admitiram estar diretamente envolvidos em atos, sendo 16,9% como alvos, 12,7% como autores e 10,9% ora como alvos, ora como autores.
- 60,2% dos alunos afirmaram que as agressões ocorrem mais frequentemente dentro das salas de aula.
- 80% dos estudantes manifestaram-se contra o *bullying* relatando sentimentos como medo, pena, tristeza etc.
- 41,6% dos que admitiram ser alvos disseram não ter solicitado ajuda aos colegas, professores ou familiares.
- Entre aqueles que pediram auxílio para reduzir ou cessar seu sofrimento, o objetivo só foi atingido em 23,7% dos casos.
- 69,3% dos jovens admitiram não saber as razões que levam à ocorrência de *bullying* ou acreditam tratar-se de uma forma de brincadeira.
- Entre os alunos autores de agressões, 51,8% afirmaram que não receberam nenhum tipo de orientação ou advertência quanto à incorreção de seus atos.

Avaliação final

- 79,9% admitem saber o que é *bullying*, com redução de 6,6% de alunos alvos e de 12,3% de alunos autores.
- A indicação da sala de aula como local de maior incidência de atos caiu 24,7%, passando de 60,2% para 39,3%.
- O número de alunos que admitia gostar de ver o colega sofrer baixou 46,1%.
- Entre os alunos alvos que buscaram ajuda, o sucesso das intervenções para a redução ou cessação do *bullying* teve um crescimento de 75,9%.
- O desconhecimento sobre o entendimento das razões que levam à prática dos atos foi reduzido em 49,1%.
- O percentual daqueles que admitiram o *bullying* como um ato de maldade passou de 4,4% para 25,2%, representando um aumento de 472,7%.
- O percentual de alunos autores que admitiram ter recebido orientações e advertências quanto à incorreção de seus atos avançou de 45,6% para 68%.

Final feliz

Thalita Rocha Costa tinha 9 anos quando começou a sofrer bullying em uma escola particular no Recife, PE. A turma que a agredia, constituída só por meninas, roubava seu dinheiro do lanche e ainda a chamava de baleia na aula de natação. Atualmente, com 18 anos, Thalita não esquece os abusos. Basta se emocionar um pouco mais para aparecer uma urticária crônica, adquirida na época, que deixa sua pele avermelhada e seus lábios inchados. Em um certo dia de junho de 2015, Thalita encontrou na fila do banco uma de suas torturadoras. Mas o encontro não a abalou, de tão ocupada que estava com o planejamento da viagem especial que faria no fim do mês. O destino de Thalita era a Universidade de Harvard, em Cambridge, nos Estados Unidos, uma das mais prestigiadas do mundo, onde estudaria medicina. Dias antes havia recebido um e-mail da instituição que confirmava sua aceitação como estudante, com direito a um apartamento só para ela e uma bolsa de estudos integral. Com o bullying, a jovem aprendeu a transformar raiva e angústia em superação, e o resultado foi a conquista da vaga em uma das universidades mais cobiçadas por alunos do mundo inteiro.

Fonte: Diário de Pernambuco, em 15 de junho de 2015.



Brutalidade na rede

Quando o cyberbullying se manifesta, mensagens e imagens ofensivas repercutem rapidamente, negando à vítima o direito ao esquecimento

A escalada da violência mundial contra os mais jovens não dá trégua nos noticiários: crianças e adolescentes que atravessam fronteiras para fugir de guerras enfrentam soldados, tornam-se bombas humanas nas mãos de grupos extremistas ou são vítimas de balas perdidas em meio a confrontos entre os traficantes e a polícia. Como se não bastasse viver em um mundo permanentemente em tensão, mesmo em áreas consideradas seguras, muitos deles ainda enfrentam o cyberbullying, uma modalidade de humilhação pública que tomou de assalto as redes sociais, principalmente por meio dos celulares.

Pesquisas realizadas no Brasil e no mundo revelam que essa prática perversa não para de crescer. Um dos motivos é a maior facilidade de acesso à internet, que permite aos jovens estarem cada vez mais conectados e por mais tempo. A edição 2014 do estudo Este Jovem Brasileiro, realizado pelo Portal Educacional em parceria com o psiquiatra Jairo Bouer em 14 estados brasileiros, revela que o uso da internet e das redes sociais já faz parte da rotina de 95% dos 4 mil estudantes entre 13 e 16 anos que responderam à pesquisa. Um segundo dado aponta que as redes sociais ocupam uma parte considerável do tempo desses estudantes: 85% deles dizem passar ao menos duas horas navegando pelos sites ou usando aplicativos de relacionamento.

Fora de controle

Em um mundo ilimitado, não é de se estranhar que o poder de agressão dos bullies seja igualmente sem limites. Uma pesquisa divulgada em 2010 revela que o cyberbullying, a violência praticada nos meios virtuais ou por celulares, já é mais frequente que o bullying, agressão feita pessoalmente, em geral dentro das escolas. O estudo foi realizado pela

ONG Plan Brasil, com estudantes brasileiros entre 10 e 14 anos, nas cinco regiões do país. Dos 5.168 alunos que participaram da pesquisa, 10% já sofreram ou praticaram bullying; 16,8% foram vítimas ao menos uma vez e 17,7% praticaram o cyberbullying. Entre as vítimas, 13% foram insultados pelo celular e as 87% restantes, por textos e imagens enviados por e-mail ou via sites de relacionamento.

Em outros países, a relação entre bullying e cyberbullying também é crescente. Um estudo feito em 2009 pelo pesquisador John Palfrey, professor e vice-reitor para a Biblioteca e Recursos de Informação da Escola de Direito da Universidade de Harvard, nos Estados Unidos, revela que 42,4% dos jovens que disseram sofrer ataques de bullying virtual também são vítimas de agressões nas escolas.



Sobre os estragos produzidos pelos dois tipos, as opiniões não são unânimes. “Considero o *bullying* presencial mais grave do que o on-line, à medida que este último é mais visível que o primeiro. Ou seja, muitas vezes os adultos não conseguem perceber a existência do *bullying* na escola, abandonando o aluno nos momentos em que isso ocorre. Já o *cyberbullying* se torna público, deixando pegadas digitais que podem ser vistas posteriormente. Contudo, é importante ressaltar que não há consenso entre especialistas sobre esse assunto no Brasil”, afirma Ana Maria Albuquerque Lima, psicóloga, mestre em educação e autora do livro *Cyberbullying e outros riscos na internet: Despertando a atenção de pais e professores* (Editora Wak, 2011).

Já a psicopedagoga clínica Quezia Bombonato, de São Paulo, acredita que a humilhação virtual produz mais estrago que a presencial: “Enquanto o *bullying* é mais focado num determinado grupo, as agressões on-line se espalham por um público indiscriminado, pois as mensagens, as imagens e os comentários depreciativos se alastram rapidamente”. A rapidez e a abrangência desses ataques tornam as agressões ainda mais perversas, porque o espaço virtual é ilimitado. O poder de destruição de quem ataca também se amplia, e o jovem agredido se sente mais acuado, mesmo fora da escola.

Insegurança na net

Um estudo realizado mundialmente pela ONG Plan para o seu relatório “Porque sou uma menina” (Because I am a girl), divulgado em 2010, analisou a relação de garotas, moradoras de grandes cidades de países em desenvolvimento, com a internet e os celulares. O estudo apontou os principais fatores que fazem com que as meninas não aproveitem plenamente a tecnologia para seu desenvolvimento pessoal e para adquirir conhecimento.

Parte desse estudo foi feito no Brasil com dois grupos. O primeiro contou com 44 garotas, entre 10 a 18 anos, que foram entrevistadas presencialmente. O segundo grupo contou com 400 meninas, entre 10 e 14 anos, que responderam a um questionário on-line.

Veja alguns dados da pesquisa realizada com as garotas brasileiras:

- Ficou evidente que as meninas mais novas não têm tanta liberdade para usar a internet devido às regras impostas pelos pais, que temem por sua segurança.
- Todas as garotas mais velhas navegam pela internet com mais frequência, mas não se sentem seguras on-line.
- Cerca de 80% do total de 444 jovens entrevistadas se sentem vulneráveis na internet e no celular por medo de: a) terem suas fotos pessoais “roubadas” e expostas na rede; b) envolverem-se com pessoas que se passam por outras em perfis de redes sociais ou em aplicativos de mensagens; c) terem suas contas de e-mail invadidas; d) serem agredidas verbalmente ou difamadas por meio do *cyberbullying*.



Outras diferenças

No *bullying* presencial, bastava que a vítima saísse da escola e chegasse em casa para se sentir segura. Agora, como as agressões ficam gravadas nas páginas virtuais por tempo indeterminado, o tormento também se torna permanente. Todos podem ver os xingamentos a todo instante, já que as humilhações não tiram férias nem somem nos fins de semana. “O espaço do medo é ilimitado”, diz a psicoterapeuta Maria Tereza Maldonado, autora do livro *A face oculta – Uma história de bullying e cyberbullying* (Editora Saraiva, 2009). Além disso:

- No pátio da escola, a vítima sabe quem é seu algoz, quem faz parte da plateia e sente o impacto de sua intimidação cara a cara. No *cyberbullying*, não. A agressão se alastra de tal maneira, que a vítima fica sem saber ao certo quem iniciou o ataque.
- Pelo uso regular da internet e do celular, os jovens estão se tornando cada vez mais vítimas em potencial. As meninas, em especial, acabam correndo mais riscos pelo hábito – comum entre as adolescentes – de enviar fotos íntimas para os namorados, que muitas vezes não hesitam em expô-las nas redes sociais, nos e-mails e nas mensagens que se espalham rapidamente.
- A tecnologia dificulta a identificação do agressor (ou dos agressores), o que aumenta a sensação de impotência e a insegurança da jovem vítima.
- Uma das características mais marcantes do *cyberbullying* é a possibilidade de o agressor agir na sombra. Ele pode criar um perfil falso nas redes sociais, abrir uma conta fictícia de e-mail (ou ainda roubar a senha de outra pessoa) para mandar seus recados maldosos e desaforados sem ser descoberto por muito tempo.
- Segundo especialistas, a internet parece ter um papel importante quando o assunto é suicídio ou massacres em escolas, como acontece vez ou outra nos Estados Unidos. Em 2011, o serviço secreto americano fez um estudo com histórias de massacres em escolas de 1950 a 2010. A constatação foi de que 87% dos atentados com grande número de mortos foram motivados pelo *bullying*. No Brasil, o caso mais marcante foi aquele conhecido como massacre no Realengo. Outros dois casos que também alarmaram a opinião pública brasi-

leira aconteceram em 2013, quando duas jovens, uma no Piauí e outra no Rio Grande do Sul, suicidaram-se por conta do *cyberbullying*. A piauiense Jane *, com 17 anos na época, enforcou-se com o fio do aparelho alisador de cabelos depois que um vídeo íntimo seu, com outra jovem e um homem, foi divulgado no WhatsApp. Na mesma semana, a adolescente Regina *, de 16 anos, de Veranópolis, RS, tirou a própria vida depois que um ex-namorado compartilhou suas fotos íntimas na internet.

De provocação a roubo de identidade

As práticas de *cyberbullying* se dão pela internet e pelo celular – via e-mail, mensagens instantâneas, redes sociais e outros ambientes virtuais – com o objetivo de difamar a vítima de maneira deliberada e repetitiva. De acordo com a psicóloga Ana Maria Albuquerque Lima, existem oito tipos distintos dessa violência:

- **Provocação incendiária:** acontece mediante discussões que se iniciam on-line e se propagam de modo rápido, com linguagem vulgar e ofensiva.
- **Assédio:** caracterizado pelo envio de mensagens ofensivas, com o objetivo de insultar a vítima.
- **Difamação e injúria:** o ato ocorre por fofocas e rumores disseminados na internet, visando causar danos à reputação.
- **Roubo de identidade:** quando uma pessoa se faz passar por outra na internet, usando os dados pessoais em contas de e-mail ou mensagens instantâneas, com o intuito de constranger e gerar danos a um terceiro.
- **Violação da intimidade:** divulgação de segredos, informações e imagens íntimas ou comprometedoras.
- **Exclusão:** desligamento de alguém, de modo intencional, de uma comunidade virtual.
- **Ameaça cibernética:** envio repetitivo de mensagens ameaçadoras ou intimidadoras.
- **Happy slapping:** é a interface mais nítida entre o *bullying* presencial e o virtual. Vídeos que mostram a agressão física na rua a um jovem, escolhido de modo intencional ou não, são divulgados na internet para ampliar a humilhação.

Inimigos ocultos

É importante destacar que, no *cyberbullying*, existe um personagem fundamental: a testemunha. Sem ela, as agressões não teriam tamanho poder de destruição. “O ataque é profundamente propagado não apenas pela conduta do agressor. Existe uma plateia que consente de forma silenciosa, que assiste às agressões e aos danos. O agressor gosta de audiência, e a massa o segue, curte, assiste, divulga e compartilha”, explica Ana Paula Siqueira Lazzareschi de Mesquita, advogada especialista em direito digital, de São Paulo. Veja as características de cada um nessa história cruel de violência moderna:

• Foi comigo

- Como no *bullying* presencial, ela costuma ser tímida e não faz amigos com facilidade. Foge do padrão do restante da turma pela aparência física (etnia, altura, peso ou estilo), por ser quase sempre a melhor aluna da escola ou ainda pela religião.
- Insegura, quando agredida se retrai e sofre, o que a torna um alvo ainda mais fácil.
- Por todas essas características pessoais, está mais sujeita a doenças psicossomáticas, como dores de cabeça e de estômago sem causa aparente. Sofre também de angústia, ataques de ansiedade, trans-torno do pânico, depressão, anorexia e bulimia, além de fobia escolar.
- A depressão e o medo perseguem a vítima, tanto ou mais que seus agressores. Os casos mais sérios, se não receberem assistência, podem acabar em suicídio.
- Como não sabe lidar com o problema, pode escolher pessoas que considera mais indefesas que ela e passa a provocá-las, tornando-se, ao mesmo tempo, alvo e agressor.

• Eu fiz

- Atinge sua vítima com humilhações repetidas para se sentir popular, poderoso e obter uma boa imagem perante a plateia.
- Saber do sofrimento do outro não o impede de agredir. Pelo contrário, fica feliz em provocar reações dolorosas. Seu prazer é pensar o quanto sua crueldade pode fazer doer.
- Por conta do anonimato, sente-se livre para fazer o

que quiser, sem medo de ser pego. Usa o computador ou o celular sem ser submetido a julgamento, por não estar exposto aos demais.

- Normalmente, mantém esse comportamento por longos períodos. E, quando adulto, continua com o mesmo comportamento para chamar atenção.
- A internet traz mais uma vantagem: como está oculto, nem precisa ser o mais forte para intimidar, o que é praxe na prática do *bullying* presencial.

Eu vi

Também chamado de espectador, é fundamental para a continuidade do conflito, mesmo que não compartilhe ou repasse o e-mail ofensivo, nem mesmo defenda a vítima. Ainda que não queira fazer parte dessa história, só pelo simples fato de ler a mensagem, sem tomar atitude nenhuma, já se torna parte da plateia que o agressor. Os que atuam nas agressões, rindo, comentando ou repassando imagens e fofocas, precisam saber que também são corresponsáveis pelo sofrimento causado ao outro.



A dor da saudade

Em abril de 2013, a canadense Ellen Smith*, de 17 anos, se enforcou após meses de assédio e ofensas pela internet. Sua morte causou comoção nacional e motivou a aprovação de uma lei na província de Nova Scotia para punir esse tipo de crime.

Dois anos antes de tirar a própria vida, ela havia sido abusada sexualmente por quatro jovens, que fotografaram o episódio e postaram as imagens nas redes sociais. O assunto rapidamente ganhou os corredores da escola da jovem, que começou a ser xingada e a receber ameaças por meio de torpedos e de seus perfis nas redes sociais.

“Foi como uma bomba, e ela nunca conseguiu se recuperar”, conta o pai, que acrescenta: “Nós seguramos as mãos dos nossos filhos quando atravessamos a rua, conversamos com eles sobre o perigo que estranhos representam. Não podemos mais fingir que não sabemos do lado negro da internet”.

Protesto em pink

Chloe Kurt *, de 15 anos, havia imigrado com a família da Irlanda para a cidade de South Hadley, em Massachusetts, nos Estados Unidos. Ela foi encontrada enforcada na escada do prédio onde morava no dia 14 de janeiro de 2010, três meses depois de intensos ataques de bullying provocados por garotas que estudavam na mesma escola. As agressões teriam começado depois de ela se envolver, por um breve período, com um garoto popular, ex-namorado de uma das agressoras.

Os ataques teriam ocorrido principalmente dentro da escola, mas também por meio de mensagens via celular e em sites de relacionamento. Ela até tentou não ligar para os comentários. Com medo dos espancamentos prometidos e das ofensas pela internet, acabou com sua vida vestindo uma camiseta pink, que se tornou o símbolo do movimento de jovens norte-americanas que se sensibilizaram com a história da garota irlandesa.

Fontes: Artigo O uso das tecnologias digitais por adolescentes: potenciais e riscos, de Ana Maria Albuquerque Lima, disponível no site www.aedmoodle.ufpa.br

Livro Cyberbullying e outros riscos na internet: Despertando a atenção de pais e professores, de Ana Maria Albuquerque Lima (Editora Wak, 2011).

Bullying – Cartilha 2010 – Justiça nas escolas, do Conselho Nacional de Justiça (CNJ), disponível para download em: <http://goo.gl/EOKGQd>

De olho na rede

“Temos a obrigação de educar as crianças, os adolescentes e os adultos que utilizam a internet de maneira indiscriminada ou omissa, para que a ignorância digital, o exibicionismo e o egoísmo não façam tantas vítimas como vemos acontecer todos os dias”, diz Ana Paula.

A psicóloga Ana Maria dá dicas para pais e professores ajudarem meninos e meninas que estejam sofrendo com o *cyberbullying*:

- Fique atento a qualquer mudança de comportamento que possa indicar que alguma coisa não está bem. Não espere que o jovem conte o que está acontecendo. Procure ficar ao lado de seu filho ou aluno e acreditar nele.
- Não coloque o problema como sendo responsabilidade dele e não diga que essas histórias são comuns nessa fase da vida e que não têm tanta importância.
- Afirme que há maneiras de combater o problema. Se você não souber o que fazer, procure especialistas que possam ajudá-lo a pelo menos aliviar as consequências.
- Reporte o caso à escola e não se contente apenas com palavras gentis de consolo. Exija providências concretas. Não acredite se disserem que as coisas se resolvem por si só. Seu filho ou aluno precisa saber que você está ao lado dele para enfrentar os agressores.

Ana Paula também faz um alerta especial aos pais de meninas adolescentes: “Atualmente, o direito de imagem é violado com maior frequência em virtude da autoexposição demasiada nos aplicativos de comunicação instantânea e nas redes sociais. Não existe nude seguro, já que qualquer sistema pode ser invadido e a foto ser divulgada. Defendo que crianças, adolescentes e também adultos não devam jamais encaminhar fotos íntimas, em nenhuma circunstância, para nenhuma pessoa”, finaliza a advogada. Também não custa lembrar que tanto meninos como meninas devem ser conscientizados sobre as consequências negativas do compartilhamento de fotos de terceiros, tanto no papel de agressores como de plateia.



Personagens de um mesmo drama

Agressores, vítimas e testemunhas
lado a lado com o problema

Especialistas costumam dizer que o *bullying*, em geral, é um drama que se desenrola na presença de três personagens: o agressor, a vítima e a testemunha. Cada um apresenta características próprias, e os papéis não são obrigatoriamente fixos. Uma vítima, por exemplo, pode eventualmente se tornar um agressor se encontrar alguém que considere mais fraco. Uma testemunha que não goste de agressões pode apoiar os valentões mesmo quando quem apanha é seu melhor amigo, tornando-se cúmplice silencioso, por medo de ser o próximo agredido. Dessa maneira, o fenômeno se expande por escolas do mundo inteiro, muitas vezes sem que professores e responsáveis saibam como agir de maneira eficaz.

É verdade que ninguém nasce vítima ou agressor, mas vários motivos direcionam a criança ou o adolescente a desempenhar um ou outro papel: “Fatores genéticos, neurológicos e bioquímicos podem provocar um comportamento mais agressivo. Entretanto, em muitos casos, essa tendência é reflexo de

experiências ou do ambiente, que levam os jovens a ter dificuldade para controlar emoções, expressar angústias ou ansiedade. Ser agressivo pode também ser uma maneira de chamar atenção quando a pessoa se sente negligenciada”, diz Luciano Passianotto, psicólogo clínico de São Paulo.

Por outro lado, existem características que aparentemente contribuem para que crianças ou adolescentes se tornem alvos de constrangimento na vida escolar: “Pessoas com problemas físicos, magrinhas demais ou obesas, de etnias e culturas diferentes ou muito tímidas podem vir a se tornar vítimas. Isso não quer dizer que elas obrigatoriamente vão sofrer *bullying* ou que não reajam de modo adequado e revertam a situação caso sofram ataques. Mas, em alguns casos, a criança apenas não sabe como lidar com a situação ou tem medo de reagir e sofrer mais agressões físicas e psicológicas”, completa Luciano.

Conheça a seguir o perfil de cada personagem desse drama que preocupa cada vez mais a sociedade.

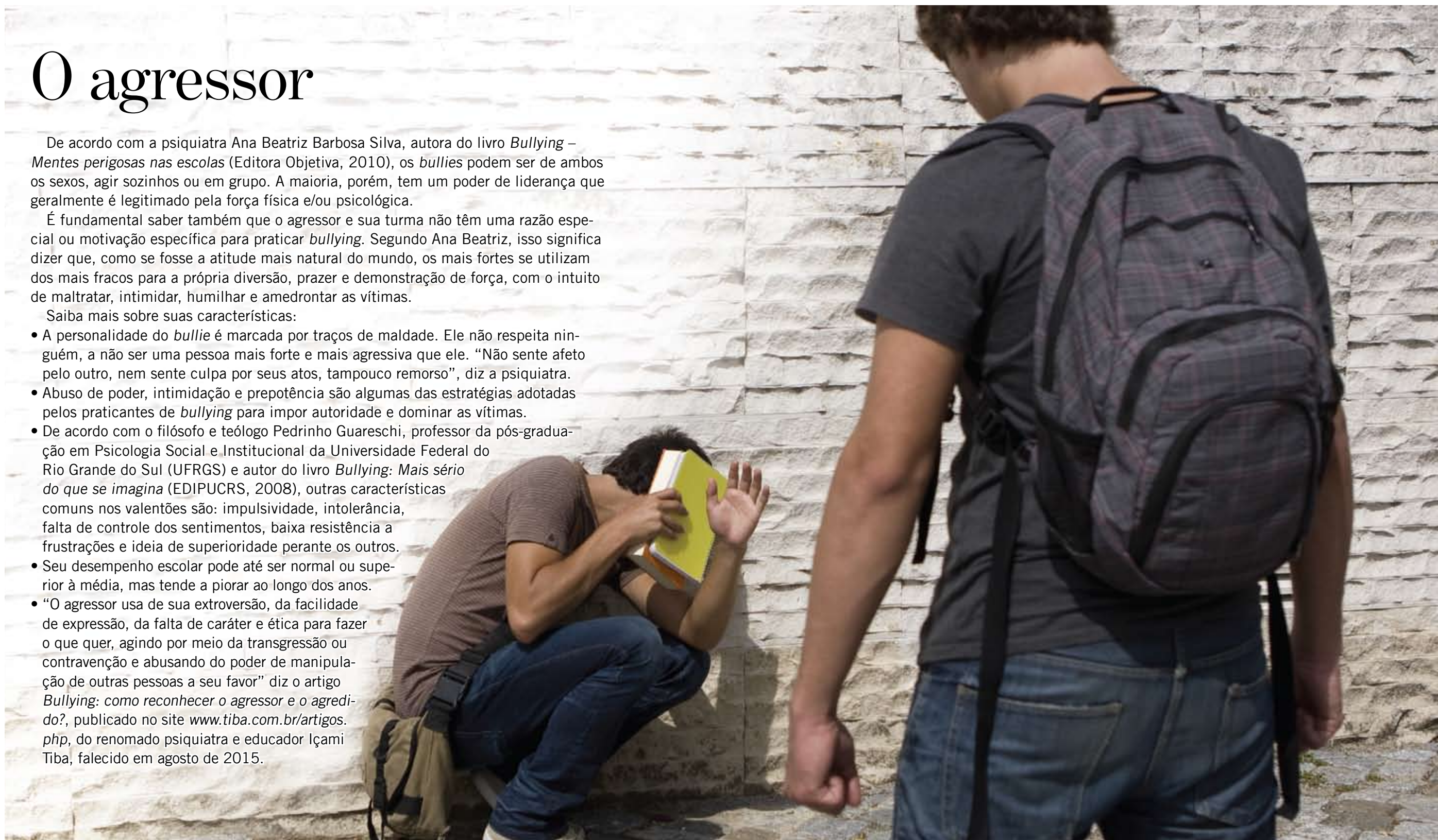
O agressor

De acordo com a psiquiatra Ana Beatriz Barbosa Silva, autora do livro *Bullying – Mentres perigosas nas escolas* (Editora Objetiva, 2010), os *bullies* podem ser de ambos os sexos, agir sozinhos ou em grupo. A maioria, porém, tem um poder de liderança que geralmente é legitimado pela força física e/ou psicológica.

É fundamental saber também que o agressor e sua turma não têm uma razão especial ou motivação específica para praticar *bullying*. Segundo Ana Beatriz, isso significa dizer que, como se fosse a atitude mais natural do mundo, os mais fortes se utilizam dos mais fracos para a própria diversão, prazer e demonstração de força, com o intuito de maltratar, intimidar, humilhar e amedrontar as vítimas.

Saiba mais sobre suas características:

- A personalidade do *bullie* é marcada por traços de maldade. Ele não respeita ninguém, a não ser uma pessoa mais forte e mais agressiva que ele. “Não sente afeto pelo outro, nem sente culpa por seus atos, tampouco remorso”, diz a psiquiatra.
- Abuso de poder, intimidação e prepotência são algumas das estratégias adotadas pelos praticantes de *bullying* para impor autoridade e dominar as vítimas.
- De acordo com o filósofo e teólogo Pedrinho Guareschi, professor da pós-graduação em Psicologia Social e Institucional da Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS) e autor do livro *Bullying: Mais sério do que se imagina* (EDIPUCRS, 2008), outras características comuns nos valentões são: impulsividade, intolerância, falta de controle dos sentimentos, baixa resistência a frustrações e ideia de superioridade perante os outros.
- Seu desempenho escolar pode até ser normal ou superior à média, mas tende a piorar ao longo dos anos.
- “O agressor usa de sua extroversão, da facilidade de expressão, da falta de caráter e ética para fazer o que quer, agindo por meio da transgressão ou contravenção e abusando do poder de manipulação de outras pessoas a seu favor” diz o artigo *Bullying: como reconhecer o agressor e o agredido?*, publicado no site www.tiba.com.br/artigos.php, do renomado psiquiatra e educador Içami Tiba, falecido em agosto de 2015.





A vítima

Em seus depoimentos e escritos, Içami Tiba também revelou que a chantagem emocional é um dos mecanismos que levam uma criança ou um adolescente a se transformar em alvo favorito dos *bullies*: “O agressor se vale das frágeis condições de reação da vítima e ainda a ameaça de fazer pior, caso ela conte para alguém. Assim, a pessoa fica sem saída: ao se calar, o *bullying* continua; e, se tentar reagir, a agressão pode piorar”.

A psicóloga Tahiana Borges concorda com o psiquiatra: “Seja por timidez ou por tentar se proteger de maneira inadequada, a falta de habilidade social para se posicionar diante das constantes provocações é o que a mantém na posição de vítima”.

De acordo com especialistas, como a psiquiatra Ana Beatriz Barbosa Silva, essa personagem pode ser classificada em três categorias:

Típica: tem dificuldades de se socializar por ser tímida ou reservada. Por isso, muitas vezes não consegue reagir às provocações. Em geral, é mais frágil fisicamente ou tem alguma limitação física. Os motivos que levam à prática de *bullying* contra ela são os mais banais possíveis.

Provocadora: ela provoca os colegas constantemente, ciente de que eles vão revidar com reações agressivas. Entretanto, na “hora H”, não consegue reagir de modo satisfatório e acaba sofrendo as consequências de suas provocações.

Agressora: leva as ações de *bullying* “a ferro e fogo” e é capaz de reproduzi-las em uma vítima mais frágil e vulnerável. Esse tipo de atitude perpetua o ciclo vicioso e torna o problema difícil de ser controlado. “O número de agressores é geralmente menor que o de vítimas, pois cada uma delas pode ou não replicar a violência”, escreveu Içami Tiba. Em situações extremas, como o famoso caso de Columbine, nos Estados Unidos, a vítima agressora se mune de armas e explosivos e busca fazer “justiça” com as próprias mãos, matando ou ferindo muitas pessoas e depois pondo fim à própria vida.



A testemunha

Para a pedagoga e pesquisadora Cleo Fante, “o aluno que presencia o *bullying* mas que não sofre nem pratica a violência representa a grande maioria dos envolvidos com o problema. Por temer se transformar em novo alvo para o agressor, acaba adotando a lei do silêncio”, escreve a autora no livro *Fenômeno bullying: Como prevenir a violência nas escolas e educar para a paz* (Verus Editora, 2011).

Pedrinho Guareschi alerta que “apesar de não sofrerem nem participarem de forma direta das agressões, os espectadores podem se sentir incomodados com o que veem e inseguros sobre o que fazer. Alguns reagem negativamente diante do *bullying*, por desejar que sua escola seja um ambiente seguro, solidário e sem temores. Tudo isso pode influenciar de maneira prejudicial sua capacidade de progredir nos estudos e socialmente”.

A testemunha pode ser dividida em três grupos:

Passiva: tem medo de se tornar a próxima vítima. Se for questionada, não concorda e até repele as ações dos *bullies*. Entretanto, ao assistir a uma agressão sofrida por um colega, não denuncia nem toma qualquer atitude em defesa das vítimas por temer represálias.

Ativa: não se envolve diretamente nos ataques, mas dá apoio moral aos agressores, com risadas e palavras de incentivo.

Neutra: não demonstra nada, nem desagrado nem agrado. O fato de um colega sofrer agressões parece não ter nenhum significado psíquico ou moral, como se ficasse anestesiada emocionalmente frente ao acontecimento. De acordo com especialistas, esse tipo de testemunha, em geral, vem de famílias desestruturadas e constantemente presencia atos de agressão no próprio lar.

Conselhos

“Minha primeira sugestão é para que o jovem acredite em si mesmo. Não importa o que digam, não somos o que pensam que somos! Se você acreditar nisso, será muito mais fácil se defender. Portanto, demonstre autoconfiança e coragem. Ainda que pareça difícil, não permita que os provocadores percebam o sofrimento sentido: defenda-se, peça-lhes para parar, revide os apelidos e brincadeiras sem ser agressivo ou chorar. Para se defender do bullying, é preciso encontrar um caminho entre a passividade e a agressividade, o que nós, psicólogos, chamamos de assertividade. Em seguida, conte o ocorrido a alguém de confiança, preferencialmente a um adulto, que possa ajudar você a resgatar a autoestima e também resolver o problema junto à escola. Ninguém vence o bullying sozinho.”

Tahiana Borges, autora do livro Memórias do bullying (Novo Século Editora, 2015), que foi vítima de agressões verbais em seu tempo de escola.



Morte anunciada

No dia 7 de abril de 2011, Wellington Menezes de Oliveira, de 23 anos, ganhou os noticiários ao entrar armado em uma escola municipal do Rio de Janeiro e promover uma tragédia semelhante àquelas assistidas nos canais de televisão norte-americanos.

Por volta das 8h30 da manhã, o ex-aluno entrou na Escola Tasso da Silveira, no bairro de Realengo, dizendo ter sido convidado para uma palestra. Subiu três andares e invadiu uma sala com 40 alunos que assistiam à aula de língua portuguesa. Sem dizer uma palavra, disparou 50 tiros contra os estudantes, deixando 12 crianças mortas – dois meninos e dez meninas, com idades entre 12 e 14 anos –, e se matou em seguida.

Um ex-colega do atirador revelou à polícia que Wellington sofria constantes intimidações de alunos da sua turma. Quietos e retraídos, só falava o básico, não jogava futebol, não namorava e não tinha o costume de beber ou fumar. Testemunha dos males sofridos pelo atirador, o rapaz também contou que, apesar de nunca arrumar brigas, alguns estudantes da turma sempre tiveram medo de que Wellington desenvolvesse algum comportamento violento. Foi o que aconteceu anos depois, aparentemente sem aviso-prévio. Ou melhor, sem que os adultos, pais e professores prestassem atenção e tomassem providências frente ao *bullying* a que Wellington foi submetido durante anos.

Fontes: *Bullying – Combater o bullying é um sinal de justiça. Cartilha da Comissão Nacional de Justiça, de Ana Beatriz Barbosa Silva, 2015. Disponível para download em goo.gl/C7BJcy*
Site: www.tiba.com.br



Direto das salas de aula

O primeiro passo para enfrentar de maneira eficaz a violência entre alunos é estimular a comunidade escolar a desenvolver um olhar observador

O *bullying* é um fenômeno que não faz distinção entre classes sociais e está presente em escolas públicas e privadas pelo Brasil afora com características semelhantes, independentemente da cultura do país. Porém, a situação por aqui apresenta uma particularidade. Em 21% dos casos, as agressões físicas ou verbais ocorrem dentro da sala de aula – e não no pátio da instituição.

Esse foi um dos dados revelados pela pesquisa *Bullying escolar no Brasil*, de 2010, organizada pela Plan Internacional, uma ONG voltada para os direitos da infância, que ouviu 5.168 alunos do 5º ao 9º ano do Ensino Fundamental, professores, gestores escolares e familiares de todas as regiões do país. “Em outros países, a violência costuma acontecer com mais frequência no pátio das escolas”, revela a educadora e pesquisadora Cleo Fante, coordenadora do estudo e autora de vários livros sobre *bullying*. As razões seriam:

- Nas escolas públicas, a falta de professores é frequente, e os alunos ficam dentro da sala sem supervisão, o que facilita a ocorrência de violência.
- Porém, muitos casos também acontecem na presença do professor, especialmente quando há superlotação, salas com mais de 30 alunos, o que dificulta o monitoramento de todos.
- Também acontece de os próprios professores apre-

sentarem uma postura agressiva em relação a um ou outro aluno, servindo de exemplo negativo.

- Muitos profissionais da educação revelaram na pesquisa que não sabem diferenciar o *bullying* de uma brincadeira comum, o que denota o desconhecimento de boa parte do corpo docente em relação ao fenômeno.
- O estudo demonstra que há despreparo da maioria das escolas pesquisadas para reduzir ou eliminar a ocorrência da violência escolar. O principal motivo para essa atitude passiva perante uma situação que se mostra cada dia mais grave é a escassez de recursos materiais e humanos e a falta de capacitação dos professores e das equipes técnicas.
- Como professores, auxiliares, funcionários e gestores muitas vezes acreditam que as causas da violência entre alunos estão na família ou na comunidade em que vivem fora do âmbito escolar, são feitas poucas ações institucionais com foco no combate ao problema. De acordo com a pesquisa, as ações mais comuns são pontuais e direcionadas especificamente aos agressores. Na maioria dos casos, os únicos recursos adotados são a punição dos *bullies* com advertências e suspensões e conversas com os pais deles.



Entre quatro paredes

Ao surgir uma situação em classe, a intervenção deve ser imediata. “Se algo ocorre e o professor se omite, dá uma risadinha por causa de uma piada ou de um comentário, vai pelo caminho errado. Ele deve ser o primeiro a mostrar respeito e dar o exemplo”, diz Aramis Lopes Neto, presidente do Departamento Científico de Segurança da Criança e do Adolescente da Sociedade Brasileira de Pediatria (SBP).

Se não houver uma manifestação rápida por parte do docente, o agressor percebe que, além de suas atitudes serem ignoradas, não vai sofrer punição, sentindo-se livre para agir como bem entender. Já a vítima acaba confirmando o que já desconfiava: que ninguém se importa com o que acontece com ela.

“Ao perceber um comportamento inadequado, uma falta de respeito ao outro, o docente deve imediatamente esclarecer, falar sobre o acontecido, tanto para a vítima quanto para o agressor. Quando nada se faz, toda a raiva represada vai se acumulando e uma hora deságua, é inevitável. Só não é possível prever quando e como acontecerá”, diz a psicopedagoga Luciana Barros de Almeida, presidente nacional da Associação Brasileira de Psicopedagogia (ABPp).

“Ao perceber um comportamento inadequado, uma falta de respeito ao outro, o docente deve imediatamente esclarecer, falar sobre o acontecido, tanto para a vítima quanto para o agressor”

Atitudes assertivas

O professor é a melhor pessoa para resolver o problema. Afinal, ele presenciou o acontecido, lida com os envolvidos quase diariamente e conhece a personalidade de seus alunos. Para isso, vale ter alguns cuidados:

- O ideal seria não mandar os alunos para a direção ou supervisão, dando a entender que não se sente com autoridade para controlar o comportamento da classe. Ele só deve agir assim em casos excepcionalmente graves. Por outro lado, isso não significa que o gestor escolar não deva saber o que se passa em sala de aula. Ele deve ser informado de toda e qualquer situação de *bullying* para que, junto com toda a equipe da escola, tome medidas preventivas ou punitivas, de acordo com o caso.
- De maneira cordial, o professor pode pedir ao agressor, por exemplo, que se coloque no lugar da vítima. Será que ele gostaria de ser chamado pelo apelido ou de ter seu dinheiro para o lanche “roubado”, ainda que por brincadeira?
- É importante também envolver os espectadores que, queiram ou não, se tornam cúmplices do *bully* ao se divertirem à custa da vítima. O professor pode lembrar a todos que brincadeiras de mau gosto só funcionam bem quando há uma plateia que ri da humilhação do colega. O objetivo deve ser transformar as testemunhas em aliadas contra o *bullying*, ao mostrar que as risadas e o desprezo podem ferir tanto ou mais que uma violência física.
- Questionar a vítima sobre o acontecimento só vai deixá-la ainda mais constrangida. Esse aluno precisa de ajuda e não que o lembrem que fez papel de bobo perante os colegas. De preferência, falar com ele em particular, no mesmo dia ou antes da próxima aula, para saber mais sobre a situação do *bullying* e demonstrar seu interesse na resolução do problema.
- O professor também deve chamar o agressor para uma conversa em separado após a aula, mas é importante que seja no mesmo dia. Mostre a ele as consequências de seus atos naquele momento e no futuro. Na conversa, procure indícios do motivo de seu comportamento agressivo e mostre a crueldade que existe por trás das brincadeiras.
- E não perder a chance de conversar com os alunos quando surgirem comentários, casos, notícias ou acontecimentos na própria escola que envolvam situações

específicas, como racismo, homofobia e preconceitos relacionados à obesidade e etnia, entre outros. Os temas devem ser abordados com objetividade, tendo em vista um projeto maior, o combate ao *bullying*.

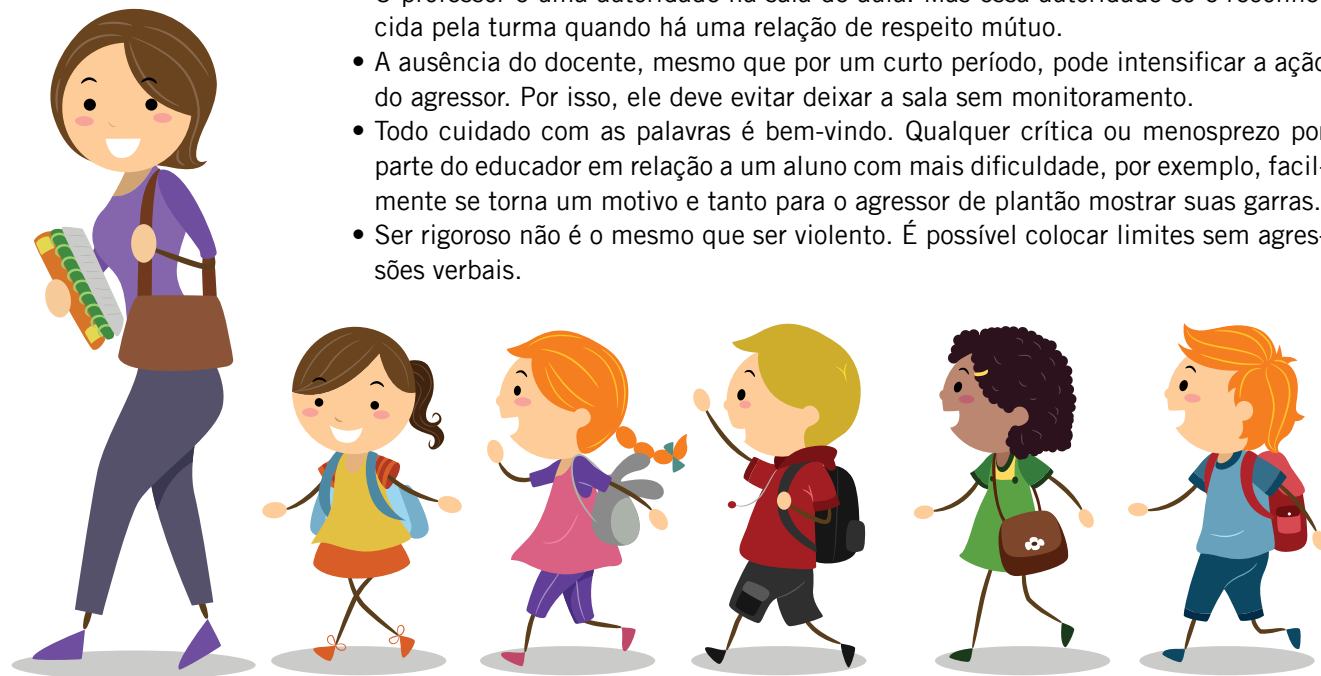
- Ainda que as intenções sejam boas, o docente deve se lembrar de que não é conveniente citar uma criança em particular durante as aulas, relacionando-a a um assunto que possa vir a ser usado como chacota.
- Interfira diretamente nos grupos sempre que isso for necessário para romper a dinâmica do *bullying*. Faça os alunos se sentarem em lugares previamente indicados, mantendo afastados os possíveis agressores das vítimas.
- Os funcionários da escola também são importantes agentes na luta contra o *bullying*. São eles que estão em contato com os alunos quando os professores não estão por perto. Com o convívio diário, eles aprendem a conhecer o comportamento da maioria, principalmente dos mais rebeldes e criadores de encrencas. Esse aprendizado será de grande valia para docentes e gestores identificarem os agressores e conterem situações de risco. Quanto maior for a capacitação desses funcionários, mais eficaz será a ajuda no combate à violência escolar.



Um modelo a ser seguido

O professor deve estar atento às atitudes e posturas que podem comprometer seu trabalho em relação ao combate e à prevenção do bullying:

- Nem todas as crianças e os jovens sentem e reagem aos estímulos da mesma maneira. Por isso, o docente não deve acreditar que uma única estratégia surtirá bons resultados com todos os alunos, seja para os de comportamento mais agressivo, seja para os mais tímidos. Conforme o “desafio” proposto, o sentimento de inferioridade nos mais inseguros pode se acentuar, a ponto de evitarem voltar à escola.
- Nunca se deve expor um estudante a uma situação constrangedora, que possa despertar nele o sentimento de incompetência.
- O professor é uma autoridade na sala de aula. Mas essa autoridade só é reconhecida pela turma quando há uma relação de respeito mútuo.
- A ausência do docente, mesmo que por um curto período, pode intensificar a ação do agressor. Por isso, ele deve evitar deixar a sala sem monitoramento.
- Todo cuidado com as palavras é bem-vindo. Qualquer crítica ou menosprezo por parte do educador em relação a um aluno com mais dificuldade, por exemplo, facilmente se torna um motivo e tanto para o agressor de plantão mostrar suas garras.
- Ser rigoroso não é o mesmo que ser violento. É possível colocar limites sem agressões verbais.



Estratégias auxiliares

Existem algumas práticas simples que podem ajudar o professor em sala de aula quando detectar um caso de *bullying* entre os alunos:

- Se a classe ainda não abriu um debate sério sobre a questão, o docente não pode perder a oportunidade de iniciá-lo no mesmo dia ou na próxima aula. Uma dica é apresentar o vídeo “A peste da Janice”, de 14 minutos, que pode servir de gancho para o início de um trabalho preventivo junto aos alunos.
- A dramatização é uma ferramenta eficiente para fazer crianças e jovens vivenciarem outros papéis. Mas é essencial discutir as experiências depois do trabalho. Atividades com filmes e músicas também

permitem que os alunos reflitam sobre a realidade e discutam como podem ajudar a diminuir os comportamentos agressivos na escola.

- Para as salas de pré-escola, os especialistas recomendam a contação de histórias que apresentem situações de *bullying*. A manifestação mais comum do fenômeno entre os pequenos é a exclusão do coleguinha das brincadeiras. Nesses momentos, é importante mostrar às crianças como esse comportamento machuca quem está sendo excluído.

Fonte: livro *Bullying escolar – Perguntas e respostas*, de Cleo Fante e José Augusto Pedra (Editora Artmed, 2008).

Se correr o bicho pega...

“A vida me reservou muita tristeza quando meus pais se separaram. Eu tinha 11 anos e vi minha família se dividir, uma vez que meus pais eram primos-irmãos. Minha mãe ficou desempregada e eu precisei trocar de turno na escola porque a mensalidade era mais barata. Talvez por causa da tristeza, deixei de estudar. Tornei-me um péssimo aluno e, com o começo da adolescência, simplesmente não sabia como me relacionar com os novos colegas e suas gírias esquisitas, passando a me isolar. Não demorou muito para eu ficar marcado na escola. Com o tempo, passei a sofrer violência da turma, por ser considerado bobo e imaturo e por não gostar do que todos gostavam. Passaram a me perseguir e eu sofria humilhações constantes por um grupo de agressores mais velhos ao perceberem que ninguém me protegia. Minha mãe passava horas em trabalhos árduos para ganhar algum dinheiro e meu pai estava com uma nova família. No final das aulas, à noite, eu ia para casa sozinho e, certa vez, eles me pegaram pra valer. Me bateram tanto no meio da rua que cheguei a desmaiar. Fui salvo por uma de minhas tias que, milagrosamente, passava por ali a caminho da faculdade. Depois desse episódio, fui obrigado a mudar de escola, o que para mim foi um alívio. Estava farto de ouvir dos professores que não seria nada na vida e de ser alvo de piadas por causa da minha aparência, da cor da minha pele, que é morena, e do meu rendimento escolar. Hoje, porém, percebo que esse tempo difícil me ajudou a me tornar um escritor, me possibilitou abordar esse assunto nos diversos livros que escrevi, com destaque para *Céu de um verão proibido* (Besourobox Editora, 2014), o preferido dos adolescentes. Estou feliz por poder retornar ao local onde fui humilhado – as escolas – para contar o que passei e ajudar a combater o bullying. Só tenho a comemorar!”

João Pedro Roriz, escritor, arte-educador e palestrante, apaixonado por literatura infantil e autor de mais de 20 livros para adolescentes, entre eles *Bullying – Não quero ir pra escola!* (Edições Paulinas, 2013) e *Bullying – Se correr o bicho pega* (Edições Paulus, 2013).





A vez dos pais

A importância do acolhimento no lar e da participação ativa na vida dos filhos

Quando um bebê nasce, seu primeiro núcleo de convívio e sociabilidade é a própria família. Ali se inicia a formação do adulto, homem ou mulher, que a criança será no futuro. É nesse começo de socialização que se esboçará também o modo como o indivíduo vai enfrentar os problemas que invariavelmente se apresentarão em sua vida.

É na infância que aprendemos (ou não) a ter resiliência, a capacidade de o indivíduo lidar com problemas, superar obstáculos ou resistir à pressão

em situações adversas, sem perder o controle de suas emoções. “Ensinar resiliência a uma criança é o mesmo que dar a ela as chaves de um reino mágico. O mundo fica mais radiante, o impossível parece possível, e futuros desafios não são percebidos como tão inatingíveis”, escreve Joel Haber, psicólogo clínico especialista em *bullying* em seu livro *Seu filho x Bullying: Ajude seu filho a lidar com provocações, insultos e agressões* (Novo Século Editora, 2012).

Será que meu filho é vítima?

De acordo com Cleo Fante, educadora e pesquisadora pioneira no estudo do fenômeno *bullying*, o primeiro alerta que deve ser dado aos pais é que não vejam seus filhos somente como vítimas. Esse primeiro olhar da família parece ser uma tendência quando surge o problema e os pais são chamados para uma conversa na escola. É preciso lembrar que muitas crianças na escola adotam comportamentos diferentes dos adotados em casa. “Por isso, é importante que fiquem atentos a qualquer mudança comportamental, mesmo que lhes pareça insignificante. Alterações de humor, insônia, aspecto triste, deprimido ou irritado, desejo de mudança de escola sem justificativas convincentes, queda brusca no rendimento escolar, sintomas psicossomáticos, como dores de cabeça e de estômago, tonturas, vômitos e diarreia pouco antes de irem à escola podem ser indícios de vitimização”, aponta a autora em seu livro *Bullying escolar – Perguntas e respostas* (Editora Artmed, 2008).

Por outro lado, ela também aconselha aos pais a ficarem alertas se o filho começar a ter “condutas abusivas, desafiadoras, humilhantes, agressividade exacerbada, envolvimento frequente em desentendimentos, expressão de sentimentos de superioridade, de intolerância e de desrespeito, pois são alguns sinais emitidos pelos praticantes de *bullying*”.

Em ambos os casos, é fundamental que os pais procurem a escola não apenas para conversar sobre os acontecimentos, mas também para trocar informações e procurar soluções em conjunto. O ideal é que estabeleçam uma parceria com a escola e se preocupem tanto com os filhos que são alvos como com os autores de maus-tratos. Ambos necessitam de ajuda e muitas vezes de encaminhamento a outros profissionais, especialmente os da área da saúde. Porém, se a escola não tomar providências, os pais devem procurar o Conselho Tutelar. Dependendo da gravidade do caso (*cyberbullying*, lesão corporal, calúnia e difamação), é necessário registrar boletim de ocorrência na delegacia de polícia.

Caminhos

A participação, o acompanhamento e a colaboração dos adultos na vida dos filhos têm grande valor. Sabendo que seus pais estão sempre presentes, os pequenos sentem-se mais seguros para contar os acontecimentos bons e ruins. “É importante não minimizar nem relativizar o que está ocorrendo. O assunto deve ser levado a sério. Mantenha um diálogo aberto com as crianças, busque entender se estão passando por alguma dificuldade que as esteja fazendo agredir ou se submeter às agressões. Fale com outros pais, professores, coordenadores e adultos próximos às crianças envolvidas. Tentar resolver tudo sozinho pode não ser tão eficiente. Não acredite que a situação mudou só porque as crianças pararam de falar sobre o assunto. Certifique-se de que as coisas realmente mudaram. Por último, mostre estar sempre disponível e ao lado delas”, orienta Luciano Pasionotto, psicólogo clínico de São Paulo.

Em casa, é fundamental que os pais conversem todos os dias com os filhos a respeito da escola, dos cursos e atividades que realizam fora, mesmo que as crianças tenham uma reação negativa, do tipo “Que conversa chata!”. Você não precisa pedir um relatório diário de tudo o que aconteceu em sala de aula, mas demonstre interesse pelo que seu filho conta, seja uma conversa, brincadeira ou o problema de um amigo. Sempre procure saber dos colegas, retome as histórias e pergunte como tal encrenca foi resolvida. Dessa maneira, você estará demonstrando a seu filho que realmente se interessa pela vida escolar dele, o que vai além de cobranças por notas e bom comportamento.

O mais importante é criar o hábito da conversa em família. Acomode os horários de trabalho dos pais e da escola dos filhos e aproveite uma das refeições, como o jantar, para promover essa reunião familiar, quando cada um pode falar um pouco de si mesmo.

Quebre as defesas

“Os pais devem sempre se mostrar disponíveis a escutar o filho, permitindo que expresse seus sentimentos diante da ameaça ou da agressão que vivenciou”, diz a psicopedagoga Bianca Acampora. Se perceber que ele quer contar alguma coisa da escola, mas não se decide a falar, converse bastante, tentando vencer sua resistência e ajudando-o a lidar com a questão. Procure não transformar a conversa em um inquérito policial. Desse modo, ele dificilmente se sentirá seguro para contar que sofreu agressão. Menos ainda se tiver sido ele quem começou a “brincadeira” de mau gosto.

Se a criança não sabe o que falar para se defender quando sofre um ataque de *bullying*, é melhor aconselhá-la a não responder nada, mas que procure não demonstrar medo. E preste bastante atenção no relato do seu filho, não apenas em suas palavras, mas em seu comportamento como um todo. Lembre-se de que nem sempre o agressor é quem deu início ao *bullying*. As vítimas também podem “provocar” uma reação negativa de quem já tem uma tendência à agressividade. Ainda que esse não seja o melhor caminho para se sobressair perante um grupo, o comportamento provocador pode ser uma forma desesperada de quem se sente excluído para chamar a atenção de seu grupo.



Hostilidade não é solução

Segure sua irritação se perceber que seu filho, principalmente se for mais velho, não soube se defender por medo do agressor. Ao ser questionado pelos pais com frases como “Mas por que você não reagiu?”, ele pode entender que, de alguma maneira, merece os insultos (na escola e em casa) por não saber se defender sozinho.

Alguns pais, então, decidem “treinar” os filhos para revidar a agressão. Cuidado com esse tipo de atitude, que pode causar um dano emocional maior ainda. Tentar despertar a coragem de seu filho com recomendações como “Nunca traga o desaforo para casa!”, mostrando que respeito é conquistado na base da força ou do grito, é o pior que se pode fazer a uma criança indefesa. Não é dessa maneira que ela aprende a construir um ambiente de solidariedade entre os colegas, seja nesse momento na escola, seja futuramente no trabalho.

Além disso, se ela já se sente temerosa de enfrentar o “fortão” da escola, imagine como fica sua autoestima por não conseguir atender também às expectativas dos pais. Entretanto, é muito importante os pais salientarem que estão muito orgulhosos dela, sim, por ter tido a coragem de lhes contar o que está acontecendo na escola, sem medo de causar decepção. Afirme que seu filho não está sozinho em uma situação que ele não sabe resolver, mas que juntos conseguirão solucionar o problema.

Sem perder a ternura

Os papéis de pai e de mãe requerem que o adulto tenha uma postura de autoridade que mostre competência para orientar e colocar limites. Alguns, entretanto, com medo de parecer autoritários, procuram se transformar em amigo do filho. Esse tipo de atitude pode confundir a criança. Ela precisa ter no pai e na mãe pessoas que inspirem confiança e representam um porto firme em todos

os momentos, inclusive nos mais difíceis, como nas situações de *bullying*.

Por isso, escute sua história com todo respeito. Peça que descreva quem esteve envolvido, como, quando e onde aconteceram os episódios. Descubra o máximo que puder sobre as táticas de perseguição ou intimidação que estão usando contra ela. E dê todas as demonstrações de que acredita nela. Por fim, converse sobre o próximo passo, que é procurar a escola e, junto com os professores, encontrar soluções pacíficas para resolver a questão.

Apoio da família

Muitas vezes os pais não sabem o que fazer de imediato quando percebem que seus filhos estão envolvidos em um caso de *bullying*. Por isso, à primeira desconfiância, a atitude mais assertiva é conversar com a criança ou o jovem, independentemente do papel que ele desempenhe na trama.

“Ao identificar o filho como vítima, a primeira atitude é tentar procurar a causa de seu sofrimento por meio de uma conversa e depois procurar a escola para fazer um trabalho conjunto de apoio. É preciso também fazer um trabalho de prevenção e mostrar como é inadequado esse comportamento, para que a vítima não venha a se tornar um agressor”, diz a psicopedagoga Quézia Bombonato.

E se seu filho for o causador do problema, a atitude deve ser a mesma: “O agressor carrega uma série de conflitos. Por isso, a família deve estar sempre atenta a seu comportamento. Ele sofre bastante, mas não como a vítima. Por isso, descarrega toda a carga negativa em outra pessoa. A família deve ampará-lo. Contudo, o problema é que, muitas vezes, são os próprios pais que incentivam o mal comportamento”, diz a psicopedagoga.





Quando a agressão vem de cima

Se a agressão de um colega provoca dor e deixa marcas, imagine, então, como deve se sentir a criança ou o jovem quando o *bullying* vem de um adulto, como pais ou professores: “Quando a criança é agredida de alguma maneira por quem deveria protegê-la, a dor e a sensação de desamparo se tornam maiores ainda. É possível que essas vítimas se tornem futuros agressores ou ainda pessoas com imensas dificuldades de estabelecer relacionamentos, pois aprenderam que confiar em alguém é sinônimo de sofrimento. Então, é melhor não confiar em mais ninguém”, alerta a psicóloga Thelma Armidoro Velasco.

Infelizmente existem situações de *bullying* na esco-

la provocadas pelo professor, que abusa de seu poder e humilha o aluno na frente dos outros. Segundo os especialistas, na maioria das vezes, o abuso tende a se tornar crônico. O professor, então, começa a descarregar toda sua agressividade verbal em cima de um aluno, tornando a aula uma cerimônia pública de degradação, na qual a vítima é constantemente ridicularizada enquanto suas capacidades são rebaixadas.

“Os alunos que sofrem *bullying* de professores vivenciam sentimentos de confusão, raiva, medo e uma enorme dúvida a respeito de suas competências acadêmicas e sociais. Além de não saber por que foi escolhido como alvo, ainda não sabe o que

fazer para parar com o *bullying* nem a quem recorrer na escola”, diz Thelma. Entretanto, se esse jovem souber que pode contar com o apoio dos pais, é na família que ele vai buscar ajuda.

O que os pais podem fazer nesses casos:

- Tenha uma conversa esclarecedora com seu filho. Ouça o que ele tem a dizer com toda atenção, evitando fazer críticas e dar exemplos do que ele deveria ou não ter dito. Se ele se atrapalhar no relato, não o censure nem demonstre que está desconfiando da história. Lembre-se de que ninguém consegue ser 100% objetivo sob forte pressão.

- Diga que acredita nele e converse sobre qual seria a melhor atitude a ser tomada, ainda que já tenha se decidido a comparecer à escola para falar com o professor e o gestor. Se seu filho não aceitar a ideia, não pense de imediato que a história pode não ser a que ele contou. Tente investigar o motivo da recusa. Pode ser medo, o que é mais que normal.
 - Diga a ele que o próximo passo é muito sério e explique as consequências de acusar alguém injustamente. Mas é fundamental que continue demonstrando confiança em suas palavras. Se você notar consistência nas acusações de seu filho, prossiga.
 - Se achar necessário, converse com os pais dos colegas de classe e peça que verifiquem com os outros jovens se presenciaram a cena, se esse professor em questão costuma agir assim apenas com seu filho.
 - Se suas suspeitas se confirmarem, avise-o sobre os próximos passos, afirmando que ele não precisa ter medo de sofrer retaliações. A criança precisa sentir-se segura sabendo que seus pais vão protegê-la.
 - Converse com o professor e escute o que ele tem a dizer. Mas saiba que ele dificilmente confessará que praticou *bullying* contra seu filho. Converse também com o diretor da escola. Caso o gestor não queira enxergar o problema, reúna as provas que conseguir.
 - Peça a seu filho que conte sobre as atitudes do professor depois dessas conversas. Se a conduta do educador melhorar, talvez o caso possa ser encerrado por aí.
 - Se o problema persistir, você pode pedir a autorização dos outros pais para que seus filhos sejam testemunhas ou instruir seu filho a fazer gravações que, em casos de *bullying*, serão provas importantes a serem usadas contra o agressor. Se necessário, converse com um advogado e peça uma autorização judicial para fazer tais gravações. Em último caso, de preferência com provas, faça um boletim de ocorrência e não se sinta constrangido em relatar o que aconteceu.
- Enfim, faça o que julgar mais prudente, porém não deixe de agir. Faça isso pelo bem-estar físico e psicológico de seu filho.



Meu filho é o agressor. E agora?

É difícil para alguns pais admitirem falhas ou defeitos em seus filhos e, por isso, preferem culpar os outros, mesmo quando têm a consciência de que estão errados. É fácil entender o motivo. Os agressores geralmente trazem de casa um modelo inadequado, com valores confusos, ou costumam liberar na escola as tensões que vivenciam no âmbito familiar.

Entretanto, negar as evidências com a intenção de proteger o filho não é a melhor saída. “Os pais devem ser ativos na identificação e pontuação de atitudes inadequadas logo nas primeiras ocorrências. Desconstruir um comportamento já aprendido é muito mais difícil. Os pais devem ser firmes com o filho e deixar claras as consequências de seus atos, mas sempre com carinho e amor”, diz Cynthia Wood, psicóloga e psicopedagoga.

Dificilmente o jovem vai contar em casa que faz brincadeiras de mau gosto com colegas.

Daí é importante que os pais fiquem atentos a reações que podem se manifestar desde cedo ou, então, repentinamente:

- Em geral, são crianças ou jovens que apresentam um comportamento mais agressivo. A tendência de maltratar animais pode ser um indício dessa agressividade.
- Apresentam dificuldade de relacionamento com um ou com os dois pais ou com os irmãos.
- Não pensam no bem-estar do outro.
- Demonstram gostar quando veem os outros expostos ao ridículo.
- Procuram sempre esconder as traquinagens dos pais.
- Falam palavrões.
- O que os pais devem fazer nesses casos:
- Deixe claro que considera os atos de perseguição ou intimidação sérios e que não vai tolerar tais comportamentos.
- Crie regras claras e coerentes que sirvam de guia para o comportamento de todos os filhos. Elogie e apoie quando eles seguirem as regras.
- Passe mais tempo com as crianças e os adolescentes e supervisione cuidadosamente suas atitudes.
- Conheça os amigos de seus filhos, convidando-os para ir a sua casa, e preste atenção em como passam o tempo livre.
- Estimule-os a participar de atividades sociais, como a prática de esportes coletivos.
- Compartilhe suas preocupações com o professor, coordenador ou diretor da escola.

A psicóloga Thelma faz um alerta: “Nos casos mais severos, seja da vítima ou do agressor, a família toda precisa de ajuda. Por isso, é fundamental que os pais procurem um psicoterapeuta para atender a criança ou o jovem com problemas e também para orientá-los e ajudá-los a compreender o sofrimento do filho. Dependendo do tamanho do sofrimento e/ou da depressão, às vezes, é necessário também entrar com medicamentos. Porém, essa indicação só será feita depois de a criança ou o jovem passar por avaliação médica com um profissional especialista”.



Mudança física só em último caso

Em um primeiro momento, não pense em tirar seu filho da escola, do curso ou mudar de prédio, ainda que ele insista. Será muito importante para a autoestima de seu filho quando ele vencer o bullying no ambiente onde foi vítima. Além disso, é bem possível que esta seja a primeira lição de vida na qual ele terá a oportunidade de aprender não apenas a se defender de seus perseguidores, mas que gente agressiva existe em toda a parte, inclusive em seu futuro ambiente de trabalho.

A hora e a vez do cyberbullying

Com ou sem *bullying*, os pais precisam ter controle sobre o uso da internet por seus filhos, que não devem ter liberdade total nessa atividade. Alguns especialistas orientam os pais a entrar nas redes sociais que seus filhos frequentam, mas sempre como espectadores, nunca como participantes diretos.

Se as agressões vierem via internet, seja por e-mail, vídeos, imagens ou mensagens nas redes sociais, mais do que nunca o apoio e a compreensão dos pais serão fundamentais para que o jovem – em geral, a garota –, consiga superar o problema e seguir em frente com o mínimo de sequelas possíveis.

Veja as orientações das educadoras Bianca Acampora, psicopedagoga e arteterapeuta, professora da Universidade Estácio de Sá, no Rio de Janeiro, e

Ana Maria Albuquerque Lima, psicóloga, mestre em Educação e autora do livro *Cyberbullying e outros riscos na internet: Despertando a atenção de pais e professores* (Editora Wak, 2011):

- Mesmo que os pais saibam que seu filho ou sua filha não está sendo vítima de *cyberbullying*, é importante reforçar, em conversas informais sobre o assunto, que caso isso venha a acontecer, não importa o teor da mensagem ou da imagem, é essencial que não fiquem com medo de censura e procurem imediatamente a ajuda de um adulto da família. Se, em um primeiro momento, achar menos doloroso contar a um tio ou uma tia, ou mesmo a um professor em quem confie, então que procure essa pessoa para ajudá-la a resolver a situação difícil.

- É fundamental também que ela aprenda a nunca responder às mensagens, pois, quando a pessoa reage, acaba atendendo ao objetivo do agressor, que é o de incomodar e ferir, o que faz com que tais ações se tornem cada vez mais frequentes.
- Ela também não deve fazer nenhuma retaliação, para não reforçar o comportamento do agressor e não alimentar o ciclo de agressão.
- A vítima, com apoio dos pais, deve relatar o ocorrido a um responsável na escola, se a agressão partir de um colega da mesma instituição.
- É bom juntar provas materiais, salvando e imprimindo as páginas com as ofensas.
- É possível pedir ao provedor, de preferência por meio de uma autoridade policial ou advogado es-

pecializado no assunto, para tirar a página com as agressões do ar.

- Procure uma delegacia especializada em ataques digitais para fazer o boletim de ocorrência.
- Peça ajuda a um psicólogo quando os recursos de apoio emocional da família se esgotarem.
- Se a situação deixa os pais muito aflitos e nervosos, uma saída é conversar com especialistas de instituições como a Safernet, que podem dar dicas para resolver o problema. Caso queira denunciar casos de *cyberbullying* para a Safernet, mande um e-mail para prevencao@safernet.org.br.

Fonte: site *Bullying não é brincadeira* (www.bullying-naoebrincadeira.com.br), de Valeria Rezende da Silva, psicóloga, orientadora educacional e autora do livro *Bullying não é brincadeira* (Just Editora, 2012).



A prevenção *é o melhor* *remédio*

A conscientização por meio de informação
e acolhimento promove resultados
significativos no combate às agressões

No cumprimento da lei

Primeiramente, é preciso lembrar também que prevenir e combater o *bullying* é uma obrigação legal, conforme descrito no artigo 5 do Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA): “nenhuma criança ou adolescente será objeto de qualquer forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade, opressão, punido na forma da lei qualquer atentado por ação ou omissão aos seus direitos fundamentais”. Mas sabemos que esse conhecimento nem sempre é suficiente nas escolas. “Justamente por isso, diversos municípios e estados, como Ceará, Distrito Federal, Rio de Janeiro, Rio Grande do Sul, Santa Catarina e a cidade de São Paulo criaram projetos de lei, alguns já aprovados, cujo principal teor é a obrigatoriedade das escolas públicas de punir e prevenir o *bullying* e todas as formas de violência escolar”, cita Tahiana. Saiba mais:

- Em julho de 2014, a Comissão de Educação da Câmara de Deputados aprovou o projeto de lei nº 6.504/2013, que obriga as escolas brasileiras a realizar campanhas contra o *bullying*. Pelo texto aprovado, elas devem ser anuais, ter duração de uma semana e ocorrer na primeira quinzena de abril em todos os estabelecimentos de Ensino Fundamental e Médio.
- Em março de 2015, o Senado aprovou o projeto de lei nº 68/2013, que institui o Programa de Combate à Violência Sistemática (*bullying*), com a intenção de diminuir as agressões nas escolas e orientar ações de órgãos que tenham relação com o tema. “Esperamos, sinceramente, que o projeto seja aprovado o mais rápido possível, para que escolas (públicas e privadas) e pais tomem medidas preventivas e proativas frente aos incidentes presenciais e digitais”, completa Ana Paula Siqueira Lazzareschi de Mesquita, advogada especialista em direito digital.

“nenhuma criança ou adolescente será objeto de qualquer forma de negligência, discriminação, exploração, violência, crueldade, opressão, punido na forma da lei qualquer atentado por ação ou omissão aos seus direitos fundamentais”

Programas de prevenção

Segundo a Organização Mundial da Saúde (OMS), os programas que enfatizam as capacidades sociais, como habilidade de se impor em situações difíceis, de defender seus próprios interesses, de iniciar e construir relacionamentos positivos e mantê-los, sem perder a outra pessoa de vista, parecem estar entre as estratégias mais eficazes para a prevenção da violência escolar. E, quanto mais cedo esses programas são aplicados, melhor. Ensinar essas competências às crianças nas escolas de Educação Infantil e do Ensino Fundamental é uma forma eficiente de prevenir e evitar a violência no Ensino Médio, no qual ela se faz mais presente.

Porém, o combate à violência, à discriminação e ao preconceito no cotidiano dos alunos tem se apresentado como um grande desafio para professores, equipe e toda comunidade escolar, que, muitas vezes, não sabem como agir frente aos acontecimentos.

“Ainda há um grande número de profissionais da educação que não conseguem distinguir condutas de *bullying* e outros tipos de violência. Eles também não têm preparo para desenvolver estratégias pedagógicas para enfrentar os problemas no ambiente escolar. O despreparo dos educadores ocorre porque, tradicionalmente, nos cursos de formação acadêmica e de capacitação, eles são treinados com técnicas que os habilitam para o ensino dos conteúdos, não sendo valorizada a necessidade de lidarem com o afeto e muito menos com os conflitos e com os sentimentos dos alunos”, escreve Cleo Fante. Daí a necessidade de aprovação urgente de programas como o de Combate à Violência Sistemática, que servirá de balizador a todos os profissionais envolvidos com crianças e adolescentes nas escolas.





Parcerias

É preciso que as escolas, juntamente com as famílias dos alunos, primeiro reconheçam a existência do *bullying* como um fenômeno presente no cotidiano escolar. Em segundo lugar, professores, pais e profissionais das áreas de educação e saúde devem estar conscientes dos prejuízos causados aos jovens não apenas para o desenvolvimento educativo, mas também para o futuro, seja na área emocional, social ou profissional. “Encontro pessoas que culpam as vítimas pelo *bullying* que sofrem por não saberem se defender perante as agressões. Essa ideia faz algum sentido se partirmos do ponto de vista de que a passividade da vítima alimenta a agressividade do *bully*. Desse modo, uma das melhores maneiras de prevenir o problema é ensinar a criança a se defender de maneira adequada”, diz a psicóloga Tahiana Borges.

Segundo Joel Haber, psicólogo clínico norte-americano, especialista em estratégias *antibullying* e autor do livro *Seu filho x Bullying: Ajude seu filho a lidar com provocações, insultos e agressões* (Novo Século Editora, 2012), “se os pais tiverem uma atitude protetora em relação a seu filho, sempre o salvando de situações difíceis, ele aprenderá a ser indefeso e não terá oportunidade de crescimento”. Segundo o autor, os responsáveis devem agir de modo a fazer

com que a criança sinta que possui o controle da situação, permitindo que ela perceba que pode fazer algo de positivo em relação a si mesma.

Conheça outras orientações da educadora Bianca Acampora, psicopedagoga e arteterapeuta, doutora em Ciências da Educação, Cognição e Linguagem e professora da Universidade Estácio de Sá, no Rio de Janeiro:

- Fique conectado a seu filho. Quanto mais você souber sobre os amigos dele e os detalhes sobre seu relacionamento com os colegas, mais fácil será detectar qualquer alteração nas interações sociais da criança.
- Converse com ele todos os dias especificamente sobre assuntos relacionados à escola e às atividades do dia, como: com quem a criança tomou seu lanche ou qual foi a pior parte do seu dia. Essa é uma forma importante de estabelecer uma boa comunicação com seu filho, para que ele saiba que pode contar com seu apoio quando houver algum problema.
- Explique a ele o que é *bullying*. As crianças sabem que bater ou empurrar um colega está errado. Por isso, quando são agressivas com outras crianças, procuram agir quando pais e professores não estão olhando. Daí, nem sempre é fácil descobrir quem bateu em quem numa sala de aula de pequenos, por exemplo. Você pode explicar a ele que outras formas de *bullying*, como excluir e ignorar alguém, também podem ser prejudiciais.
- Explique para a criança o que fazer caso testemunhe alguma situação de *bullying*. Diga para ela alertar imediatamente os professores, pois é uma maneira de impedir que alguém se machuque.
- É importante também estabelecer e rever periodicamente com seu filho os conceitos básicos sobre o que fazer se encontrar um comportamento prejudicial dirigido a ele ou a algum colega.

Palavras de especialistas

Psicólogos, educadores e pesquisadores são unânimes ao afirmar que só o trabalho em conjunto da escola, família, comunidade e demais profissionais que lidam com crianças e jovens é capaz de acabar com o bullying.

“Um dos motivos para o aumento do bullying é que os pais estão distantes demais de seus filhos. Há pouco diálogo e pouca interatividade. Às vezes, a distância é tanta, que parecem viver em mundos distintos. Pais que participam da vida dos filhos e sabem o que eles estão vivendo dificilmente terão problemas com bullying. Por isso, a participação dos pais e educadores na vida das crianças e dos adolescentes poderá fazer a diferença necessária para colocarmos fim a esse mal que nos assombra.”

Teuler Reis, psicólogo, coordenador do Projeto Educação Para a Paz e autor do livro Bullying... Tô fora, (Wak Editora, 2012)

“Parte da mídia e dos formadores de opinião afirmam que hoje existe um tratamento igualitário para minorias e para as pessoas consideradas diferentes. Não é o que observamos na prática. No meio desse discurso hipócrita, está uma criança ou um adolescente vivendo seus primeiros anos de relacionamento, louco para ser aceito, louco para participar deste mundo ilusório, no qual (aparentemente) todos recebem o mesmo tratamento. Mas o dia de hoje não é tão diferente do de ontem no que se refere a esse fenômeno. Mudaram apenas as motivações dos agressores. O orgulho, o preconceito, a incompreensão e a falta de empatia de muitas pessoas continuam os mesmos.”

João Pedro Roriz, escritor de livros infantojuvenis contra o bullying.

“Nos últimos anos, houve um intenso debate na sociedade brasileira sobre o fenômeno do bullying escolar, especialmente depois do pior massacre escolar da história brasileira: o massacre de Realengo, em 2011, na cidade do Rio de Janeiro. O atirador foi vítima de bullying na escola que invadiu, o que provocou um grave adoecimento emocional somado a uma disposição genética de doença psiquiátrica em sua família. Em um rompante de fúria e armado, acabou matando e ferindo vários alunos até cometer o suicídio. Nas investigações do caso, a Polícia Federal conseguiu fazer perícia no computador do atirador e salvou alguns vídeos nos quais ele comentava sobre o plano de sair atirando pela escola. O vídeo vazou para a internet, o que não poderia ter acontecido. Esse tipo de material pode servir de inspiração para outras pessoas igualmente adoecidas, motivando-as a realizar algo parecido e, assim, continuar o ciclo da violência. É importante que esses conteúdos digitais não sejam postados em sites especializados em bullying, para não disseminar mensagens provocadoras de novas violências e consequências imprevisíveis.”

Ana Maria Albuquerque Lima, psicóloga, mestre em Educação e autora do livro Cyberbullying e outros riscos na internet: Despertando a atenção de pais e professores (Editora Wak, 2011)

“Toda forma de preconceito, intriga, injúria e agressividade verbal, virtual ou física afeta os dois lados envolvidos. Muitas vezes, diante desse problema, a família e a escola ficam envolvidas com a vítima. No entanto, pesquisas apontam que crianças e jovens agressores também sofreram ou sofrem bullying em casa ou na escola sob outro contexto. É necessário aprender a lidar com a dor, com os sentimentos presos e, muitas vezes, um corpo repleto de marcas psicológicas e físicas. E esse aprendizado exige amorosidade, diálogo e participação de diferentes profissionais em um trabalho sério, sistemático e de médio e longo prazo.”

Denise Tinoco, professora de Educação Básica e da Universidade Estácio de Sá, pedagoga, especialista em Educação Infantil e psicopedagogia

“Em vários casos, a criança até suporta os ataques na escola sem demonstrar revolta, mesmo sentindo muito medo e insegurança. Mas quando chega em casa, põe a agressividade para fora, como se fosse uma panela de pressão. Além disso, passa a ter problemas de aprendizagem. Ela fica tão angustiada e com medo, que paralisa e não consegue aprender. Dependendo do modo de lidar com a situação, pode se tornar um adulto que se deixa dominar, pois não sabe se colocar nem se posicionar perante um fato que o agride fisicamente ou com palavras. Nos casos extremos, pode atuar como o atirador do Realengo, por exemplo.”

Quezia Bombonato, psicopedagoga clínica

“É verdade que o bullying cresceu bastante, mas estudos evidenciam que o nível de violência hoje não é tão maior se comparado ao de dez anos atrás. O fenômeno tornou-se apenas mais popular e foi divulgado entre a população escolar por meio da internet. Além disso, vivemos uma era na qual o individualismo prevalece, com pessoas que acreditam que suas justificativas são suficientes para explicar qualquer coisa. Como se julgam em maior dificuldade, em maior necessidade, acabam se fazendo vítimas e sentindo-se no direito de não considerar o outro. Outro fator agravante é o sentimento de onipotência das crianças e dos jovens de hoje por terem todas as necessidades imediatamente atendidas. Não saber lidar com as frustrações ou escutar “não” é apontado como um dos fatores principais para o aumento da violência e das situações caracterizadas como bullying.”

Luciana Barros de Almeida, Presidente Nacional da Associação Brasileira de Psicopedagogia (ABPp)

“Muitas vezes o bullying começa na própria família, que costuma agredir a criança com castigos físicos ou insultos, podendo trazer sérias consequências. Adjetivos pejorativos podem ser internalizados e tidos como verdade. A família é o primeiro modelo usado pelos pequenos para a construção da identidade. E eles tendem, pela falta de conhecimento natural da idade, a acreditar no que vem dos parentes. Desse modo, podem aceitar como verdade o rótulo de incapaz, por exemplo, e não se sentirem motivados a se desenvolver nas áreas em que são criticados. A criança também pode entender o xingamento como uma agressão gratuita e sentir que não é amada por não ser boa o suficiente. Isso cria dificuldades no desenvolvimento de vínculos e relações afetivas com outras pessoas no futuro.”

Cynthia Wood, psicóloga e psicopedagoga

“Sem dúvida, é muito mais fácil trabalhar na prevenção, começando com as crianças pequenas. Quanto mais cedo puder discutir essa questão com os pequenos, melhor será sua socialização baseada na empatia e na cooperação, e não na competição e na alta necessidade de suplantarmos o colega para poder se sobressair.”

O papel do professor

Os docentes deveriam ser preparados para trabalhar a emoção dos alunos. Porém, muitos profissionais têm dificuldade de lidar com os problemas de maus-tratos ou de violência que ocorrem dentro da sala de aula. Sem essa habilidade e não podendo oferecer uma resposta eficaz à situação, acabam reagindo, eles mesmos, com agressividade.

Por isso, é fundamental evitar a velha política do “faça o que eu digo, não faça o que eu faço”. “Não se pode admitir que os alunos sofram violências que lhes tragam danos físicos ou psicológicos, que testemunhem tais fatos e se cale para que não sejam também agredidos e acabem por achá-los banais ou, pior ainda, diante da omissão e tolerâncias dos adultos, adotem comportamentos agressivos”, afirma o pediatra Aramis Lopes Neto, ex-coordenador do programa de *bullying* da Associação Brasileira Multiprofissional de Proteção à Infância e à Adolescência (Abrapia) e coordenador do Programa de Redução do Comportamento Agressivo entre Estudantes do Rio de Janeiro.

“As instituições precisam ser vistas e repensadas como espaços coletivos onde habilidades e ações educativas positivas ganhem vez e voz! Escolas são espaços para crescimento cognitivo, afetivo e também relacional. Partindo desta premissa, existem várias frentes que precisam ser abertas e fortalecidas”, enfatiza a pedagoga Denise Tinoco, professora de Educação Básica e da Universidade Estácio de Sá, no Rio de Janeiro.



“As instituições precisam ser vistas e repensadas como espaços coletivos onde habilidades e ações educativas positivas ganhem vez e voz!”

De acordo com a educadora, “deveriam ser consideradas prioritárias ações como a formação continuada para os profissionais da educação, a aceitação e coparticipação positiva das famílias na escola e o desenvolvimento de projetos sociais que envolvam os diferentes atores sociais da instituição com a comunidade, além da gestão consciente e democrática. Na atualidade, o *bullying* das mais diferentes vertentes pode ser comprovado e ser considerado crime. Mas, antes de tudo, precisamos combatê-lo com conscientização legal e com aplicação de punições possíveis”.

Veja outras atuações preventivas sugeridas pela pedagoga Denise Tinoco:

- Exibição de filmes sobre temas atuais seguidos por rodas de conversa.
- Aplicação de dinâmicas de grupo com produção de textos conclusivos, hipertextos e paródias que tratem sobre temas como violência, agressividade, uso de drogas, poder e fama.
- Ciclos de palestras com pais, familiares e profissionais liberais.
- Debates sobre *bullying* nas salas de aula, fazendo com que o assunto seja bastante divulgado e assimilado pelos alunos.
- Estímulo aos estudantes para que façam pesquisas sobre o tema, a fim de saber o que colegas, professores e funcionários pensam sobre o *bullying* e como lidar com o problema.
- Estudo de casos reais sobre *bullying*.

O papel dos gestores

Para combater e prevenir o *bullying*, de acordo com Gabriel Chalita no livro *Bullying: O sofrimento das vítimas e dos agressores* (Editora Gente, 2008), “o primeiro passo é organizar o trabalho coletivo, envolvendo tanto os professores quanto os demais profissionais ligados à escola, e estabelecer uma estratégia de ação focada em três objetivos: neutralizar os agressores; auxiliar e proteger as vítimas; e transformar os espectadores em aliados”. Chalita salienta que algumas atitudes simples por parte da direção escolar podem ajudar a reduzir os casos de *bullying*.

Um dos protagonistas principais dessa tarefa, segundo os especialistas, é o diretor, cujo papel não deve se resumir apenas à administração do estabelecimento de ensino. Ele pode ser um valioso agente responsável por mudanças. Daí a importância do gestor estar atento a tudo. A ele cabe também liderar e planejar a organização de programas preventivos de combate à violência escolar, com a estreita colaboração de professores, funcionários e pais.

Veja as sugestões da Abrapia para criar um ambiente saudável na escola:

- É necessário que toda equipe escolar, desde o primeiro dia de aula, entenda o que é *bullying* e que não será tolerado qualquer tipo de agressão nas dependências da escola.
- Todos os alunos devem se comprometer a não praticá-lo e a comunicar a direção escolar sempre que presenciarem ou forem vítimas do *bullying*.
- Cabe ao gestor conversar com os alunos e escutar atentamente reclamações ou sugestões.
- É importante ter o reconhecimento e a valorização dos alunos que se empenham no combate ao problema.
- É fundamental criar, junto com os estudantes, regras de disciplina que sejam coerentes com o regimento, que varia de escola para escola.
- Gestores e professores devem estimular lideranças positivas entre os alunos, prevenindo futuros casos.
- Cabe a eles também interferir diretamente nos grupos, o quanto antes, para quebrar a dinâmica do *bullying*.

Recado a uma jovem vítima

“Não importa o que fizeram com você. Vai passar. Por vezes, as dores vão parecer insuportáveis. O medo, a angústia e a insegurança tenderão a puxar você para baixo. Mas não importa o que digam ou o que façam, você é o construtor da sua própria jornada, principal responsável pela sua história. É você quem transforma o discurso dos outros a seu respeito em verdades ou mentiras absolutas. Porque você é o único capaz de acessar suas próprias memórias e reconstituí-las, resgatá-las, revivê-las, transformando suas dores em memórias positivas por meio das quais é possível extrair forças para prosseguir.”

Tahiana Andrade S. Borges, psicóloga, especialista em gestão de pessoas e autora do livro Memórias do bullying (Talentos da Literatura Brasileira, selo da Novo Século Editora, 2015)

Fontes:

Artigo *Bullying – Comportamento agressivo entre estudantes*, de autoria do pediatra Aramis A. Lopes Neto, sócio-fundador da Associação Brasileira Multiprofissional de Proteção à Infância e à Adolescência (Abrapia) e coordenador do Programa de Redução do Comportamento Agressivo entre Estudantes, publicado em novembro de 2005 no *Jornal de Pediatria*.

Artigo *Livro de Gabriel Chalita sobre prevenção ao bullying*, de autoria de Ana Maria Albuquerque Lima, publicado em fevereiro de 2013. Disponível em goo.gl/2R0k7Q

Livro *Memórias do bullying*, da psicóloga Tahiana Andrade S. Borges (Talentos da Literatura Brasileira, selo da Novo Século Editora, 2015).



Influências inevitáveis

Perturbações na infância e na adolescência podem interferir na vida adulta, provocando distúrbios físicos e emocionais, além de dificuldades nos relacionamentos e no trabalho

Existem pesquisas em vários países sobre o *bullying* e seus efeitos nocivos na criança e no adolescente, mas pouco se sabia sobre seu alcance na vida adulta até cinco ou seis anos atrás. Uma das primeiras pesquisas publicadas a respeito, divulgada em agosto de 2013 pela revista científica *Psychological Science*, da Association for Psychological Science (Associação para a Ciência da Psicologia), mostra que os danos provocados pelas agressões físicas ou verbais sofridas na infância e na adolescência, quando não tratados, podem prejudicar a saúde física, emocio-

nal, afetiva e social na vida adulta.

Os pesquisadores Dieter Wolke, professor do Departamento de Psicologia da Universidade de Warwick, na Inglaterra, e William E. Copeland, professor de Clínica Psiquiátrica do Centro Médico da Universidade de Duke, nos Estados Unidos, investigaram o impacto do *bullying* sobre todos os afetados (vítimas, agressores e um terceiro grupo conhecido como vítimas-*bullies*, composto por crianças e jovens que inicialmente eram perseguidos e, mais tarde, tornaram-se perseguidores).

Alterações no corpo

De acordo com Dieter Wolke, “o *bullying* não pode mais ser encarado como uma parte inofensiva, quase inevitável, do crescimento. É fundamental mudar esse pensamento e reconhecer as agressões como um problema sério, tanto para o indivíduo como para a sociedade, já que seus efeitos são duradouros e significativos”.

Uma das conclusões da pesquisa é que as crianças que sofriam e praticavam perturbações, as vítimas-*bullies*, foram as que apresentaram maior risco de desenvolver problemas de saúde quando adultas. Tinham, por exemplo, seis vezes mais chances de serem diagnosticadas com uma grave doença, de fumar com frequência ou desenvolver algum tipo de transtorno psiquiátrico do que aquelas que não passaram por essa situação.

Ao analisar as amostras de sangue coletadas dos voluntários, os pesquisadores também perceberam que os índices da proteína C-reativa (PCR), um marcador de inflamação do organismo humano encontrado na corrente sanguínea, eram mais elevados nos que sofreram hostilidades na infância e/ou adolescência. Segundo eles, quanto maior o PCR, maiores as possibilidades de o organismo responder com inflamações às agressões de agentes externos, como traumas físicos (por menores que sejam) e microrganismos. É bom lembrar que os indivíduos que possuem um ín-

dice elevado de PCR também estão mais sujeitos a dores físicas com maior intensidade.

Dores físicas generalizadas ou doenças de fundo emocional são as respostas do organismo aos traumas emocionais que foram abafados e não receberam a devida atenção: “As emoções ignoradas na infância relacionadas a isolamento social, humilhações, situações vexatórias e agressões físicas e verbais podem gerar doenças psicossomáticas como psoríase, dores de estômago, asma, alergias e dores crônicas injustificadas nas articulações”, explica a psicóloga Tahiana Andrade S. Borges, especialista em gestão de pessoas e autora do livro *Memórias do Bullying* (Novo Século Editora, 2015), em que revela as próprias experiências como vítima de *bullying* durante a adolescência em uma escola no interior da Bahia.

O motivo real do maior comprometimento da saúde física e emocional de vítimas e agressores parece ser as lembranças que trazem de dias mais tumultuados: “A vítima nunca esquece. Não esquece as agressões, não esquece as humilhações, não esquece nem o nome nem a fisionomia do agressor. Uma criança ou adolescente que for vítima de *bullying* carregará para sempre as marcas dessa violência, que podem se transformar em sequelas negativas ou superações positivas”, confirma Tahiana.



Consequências físicas

Um estudo mais recente, divulgado em maio de 2015 por pesquisadores do Instituto de Psiquiatria do Kings College London – uma das instituições de ensino mais conceituadas do mundo –, encontrou relações entre *bullying* e excesso de peso, diabetes tipo 2 e maior risco de ataque cardíaco.

Junto com sua equipe, a psicóloga e coordenadora da investigação, Louise Arseneault, usou dados do Estudo Nacional Britânico do Desenvolvimento Infantil – uma pesquisa de longo prazo sobre crianças na Inglaterra, na Escócia e no País de Gales – e entrevistou os pais de 7.102 crianças nascidas em uma determinada semana de 1958, para saber se, entre os 7 e os 11 anos, elas tinham passado por situações que poderiam ser classificadas como *bullying*. Os cientistas também utilizaram registros oficiais do sistema de saúde do Reino Unido para coletar informações sobre peso e saúde do coração dos envolvidos quando estavam com 45 anos.

Para imprimir um maior rigor na verificação dos resultados, os cientistas controlaram também outros fatores de risco, como a classe social dos pais, o índice de massa corporal (IMC) dos participantes e a existência de psicopatologias na família, além de outras variáveis importantes na fase adulta, como estabilidade econômica, tabagismo, dieta e exercícios físicos. E, mesmo assim, os resultados para as vítimas de *bullying* se apresentaram mais significativos em comparação aos dos que não passaram por esse tipo de constrangimento.

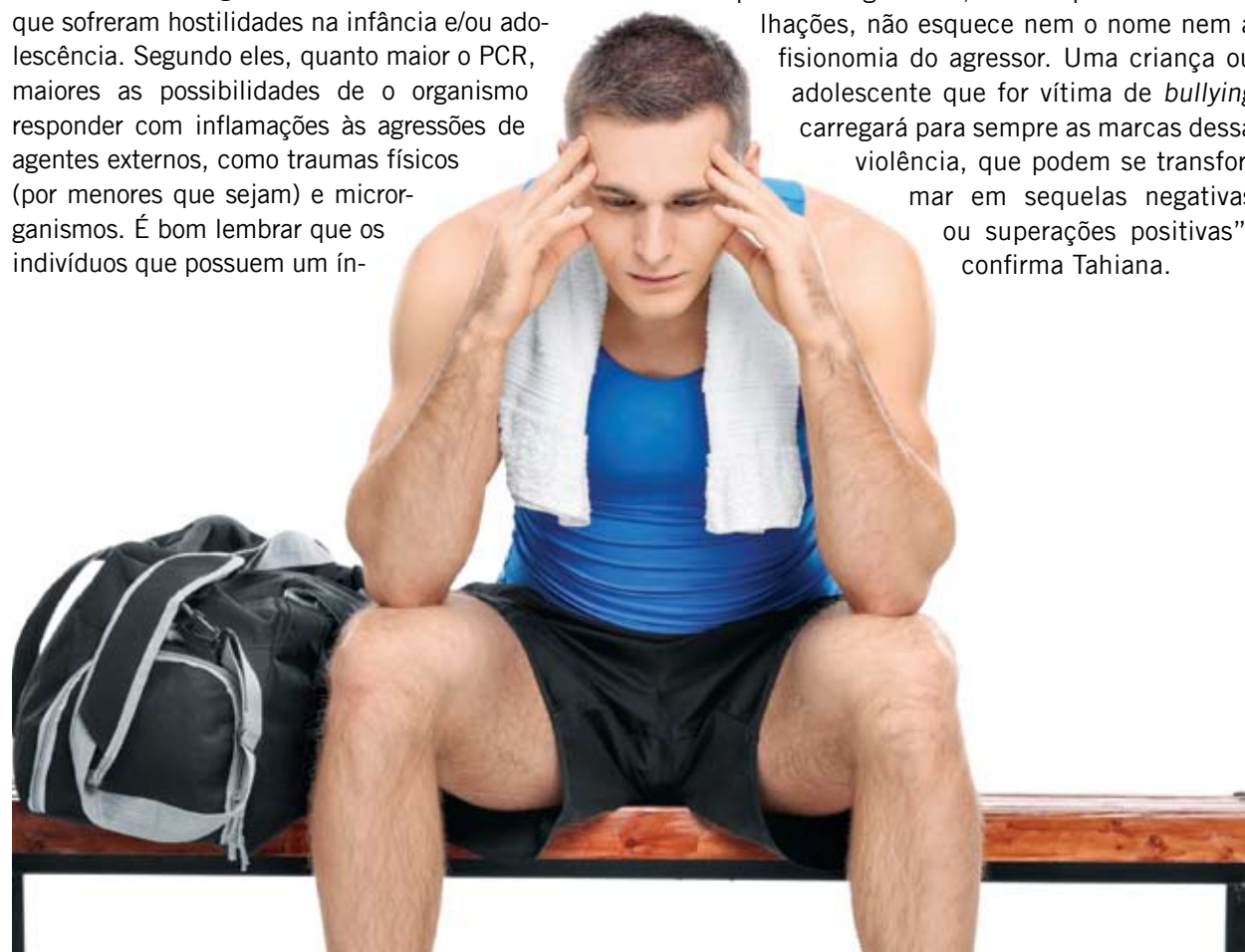
Veja alguns resultados:

- Aos 45 anos, 26% das mulheres que tinham sofrido intimidação ocasional ou frequente durante a infância estavam obesas, em comparação com

19% das que não haviam passado por esse tipo de experiência.

- Os estudiosos calcularam também a gordura abdominal por meio da relação cintura/quadril (RCQ) e constataram que, independentemente do sexo, aqueles que haviam sofrido *bullying* quando ainda eram pequenos mostraram índices mais elevados nessa medida na maturidade. É bom lembrar que, quanto maior a circunferência abdominal, maiores os riscos de doenças cardíacas, com maior predominância para os homens.
- Aproximadamente 20% dos que passaram por intimidação frequente apresentavam, na meia-idade, níveis maiores da proteína C-reativa (CRP), o que tende a proporcionar um quadro de aterosclerose, problema inflamatório e degenerativo que deixa as artérias endurecidas e entupidas por substâncias gordurosas, aumentando o risco de doenças cardíacas. Além disso, esses voluntários mostravam também quantidade elevada de fibrinogênio, uma proteína que estimula a formação de coágulos sanguíneos, o que leva a um maior risco de ataques cardíacos.

Embora as razões exatas para a influência do *bullying* sobre o peso ainda não tenham sido completamente elucidadas, os cientistas acreditam que crianças vítimas de brincadeiras maldosas na escola podem comer mais para conseguir um alívio para o estresse. “As intervenções precoces em apoio às crianças vítimas de *bullying* não só poderiam limitar o sofrimento psicológico como também reduzir os problemas de saúde física na vida adulta”, disse a pesquisadora Louise Arseneault.



Memórias dolorosas

Para a psiquiatra Ana Beatriz B. Silva, autora do livro *Bullying – Mentas Perigosas nas Escolas* (Editora Objetiva, 2010), “um trauma psicológico é capaz de deixar cicatrizes não apenas na alma, mas também no cérebro”. Isso porque, segundo ela, as relações interpessoais são os fatores que mais influenciam a biologia cerebral. Isso significa dizer que o sofrimento psíquico altera a forma de uma pessoa relacionar-se com o mundo à sua volta, modificando a percepção de si mesma e dos outros. Diante desse trauma, ela tende a agir de modo diferente, para se proteger, se defender ou se superar.

E, quando essas agressões não são enfrentadas e atendidas na infância e na adolescência, de acordo com Ana Beatriz, muitos jovens tendem a carregar consigo os traumas da vitimização para a vida adulta. Tornam-se adultos ansiosos, inseguros, depressivos ou mesmo agressivos, pois tendem a reproduzir nos relacionamentos profissionais e/ou familiares a violência que sofreram no ambiente escolar.

De acordo com o psiquiatra Pêrsio Ribeiro Gomes de Deus, diretor técnico de saúde do Hospital Psiquiátrico da Água Funda, em São Paulo, as agressões verbais por meio de insultos, desvalorizações constantes, humilhações em público e rótulos são extremamente danosas às crianças e aos adolescentes, em geral, pelo resto da vida desses indivíduos.

Os males, segundo ele, são causados por uma violência real, que “esmaga” a criança justamente por ela não compreender direito o motivo de tanta agressão: “Como ainda não tem a área da lógica no cérebro suficientemente desenvolvida para li-

Autoimagem borrada

Para o psiquiatra Pêrsio Ribeiro Gomes de Deus, existem outros transtornos, além dos depressivos, que podem ser desencadeados pelas agressões verbais:

- Distúrbios cognitivos (dificuldades de concentração e memorização).
- Presença constante de pesadelos e confusão.
- Autoimagem negativa e sentimento de inferioridade.
- Dificuldades de se relacionar por conta de timidez (ou vergonha) excessiva e isolamento, mesmo em relação aos familiares e amigos mais próximos.
- Autodesvalorização, falta de confiança e sentimentos de impotência.
- Distúrbios de ansiedade com sintomas como medo exagerado, fobias e ataques de pânico, perturbações do sono, desordens da alimentação e disfunções sexuais.
- Possíveis dificuldades de adequação de comportamento nas relações de intimidade e na integração social.

dar com a situação, a agressão é vivida ou codificada principalmente sob a ótica dos afetos. Isso faz com que se sinta rejeitada e não consiga encontrar seu lugar na família, nem organizar seus pensamentos: sente-se confusa, perdida e só”, explica o psiquiatra – coautor do livro *Eclipse de Almas* (Fonte Editorial, 2010), que busca responder questões ligadas à depressão a partir da psiquiatria, da psicologia, da teologia e da experiência profissional de cada um.



As agressões verbais por meio de insultos, desvalorizações constantes, humilhações em público e rótulos são extremamente danosas às crianças e aos adolescentes, em geral, pelo resto da vida desses indivíduos.



Salários menores

Por mais preparado e esforçado que seja um profissional, sua carreira pode ser prejudicada indiretamente se ele tiver sido vítima de bullying na infância ou na adolescência. Essa foi a conclusão a que chegaram os pesquisadores da Universidade Anglia Ruskin, em Cambridge, na Inglaterra, comandados pelo cientista social e economista Nick Drydakis, em um estudo divulgado em novembro de 2013.

Segundo os pesquisadores, as vítimas de bullying (físico ou psicológico) ganham salários menores que a média. O percentual pode chegar a 12,4% menos do que os profissionais que não passaram por essa situação traumática. Os dados também revelaram que 3,3% têm menos chances de serem contratados e 4,1% têm maior dificuldade de participar do mercado de trabalho.

“O problema dos baixos salários pode estar relacionado ao perfil das vítimas, que tendem a ser passivas, tímidas e com dificuldades de se afirmarem diante de outras pessoas. Esse é o mesmo perfil comportamental que faz com que muitos adultos se tornem vítimas de assédio moral no trabalho, alguns até mais de uma vez”, considera a psicóloga Tahiana Borges.

Volta por cima

Ainda que a vítima de *bullying* tenha recebido apoio familiar e da escola e o devido acompanhamento psicológico, existe a possibilidade de, na vida adulta, ainda surgirem consequências – menos graves, é verdade –, que podem ir de uma dificuldade em desenvolver novos relacionamentos até uma constante sensação de inadequação social. Mas é possível também que esse jovem que receba apoio consiga superar seus traumas e tirar resultados positivos das experiências negativas.

Em seu livro, Ana Beatriz afirma que é no sofrimento que muitos descobrem que possuem um traço de personalidade que antes desconheciam: a resiliência. Essa pode ser definida, de acordo com Boris Cyrulnik, neuropsiquiatra e psicólogo francês, como “a capacidade humana de enfrentar, superar, fortalecer-se e transformar-se a partir dos efeitos adversos”.

O grau de resiliência depende do grau de adaptação e de superação que cada um apresenta frente às adversidades que encontra pela vida. Uma pessoa com baixo grau de resiliência tenderá a lidar com o sofrimento de forma inadequada, desencadeando, no caso específico do *bullying*, os problemas citados anteriormente. Uma criança ou um adolescente com pouca resiliência precisará de anos de terapia e acompanhamento psicológico e/ou psiquiátrico para superar o sofrimento gerado durante os anos escolares.

Na própria pele

“Sofri bullying por quatro anos consecutivos em uma escola particular no interior da Bahia. Os motivos eram muitos: eu era muito magra, calada e estudiosa, além de ser de família evangélica. Mas o motivo principal era a timidez. Eu não sabia como me defender das ‘brincadeiras’, e isso tornava tudo mais divertido para os agressores. Durante esse tempo, recebi inúmeros apelidos, a maioria com o objetivo de me denegrir, humilhar e desmoralizar. Comecei a ser excluída de todas as atividades coletivas. Não me chamavam para participar das brincadeiras e ninguém fazia as tarefas em grupos ou duplas comigo. Aos poucos, deixaram de me cumprimentar e, muitas vezes, entrei e saí da escola sem que me dirigissem nenhuma palavra. A biblioteca se tornou meu esconderijo durante esse período e lá adquiri amor pela literatura e pelas palavras. Foi quando comecei a escrever minhas primeiras angústias e dificuldades, além de transformar os livros em lazer. Consegui superar o problema com o apoio da família. Felizmente, eu vivia em um lar estruturado, onde a fé e o amor sempre estiveram presentes. Foi por meio do auxílio da minha família que encontrei forças para superar cada problema e, principalmente, resgatar a autoestima e o amor próprio! Minha primeira experiência profissional como psicóloga aconteceu em uma escola pública, na qual os casos de intimidação eram evidentes. Criei um projeto de combate ao bullying e, a partir daí, tudo foi tomando forma. Muitas crianças passaram a me enviar bilhetes anônimos, contando suas dores diante da violência escolar. Assim, a ideia foi crescendo à medida que via outras crianças sofrendo o que eu sofri. Após anos de atuação profissional na área e três anos de estudos específicos sobre o bullying e suas consequências, transformei todo o meu conhecimento profissional e a minha experiência infantil em um livro. Não foi fácil rever o que passei no início da adolescência, mas foi uma experiência libertadora.”

Tahiana Andrade S. Borges, psicóloga, especialista em Gestão de pessoas e autora do livro *Memórias do bullying* (Novo Século Editora, 2015)



Perguntas & respostas

Especialistas tiram todas as dúvidas sobre este problema que atrapalha o sono (e a vida) de muitos jovens, pais e professores

Fontes: Maria Regina Domingues de Azevedo, professora do Departamento de Pediatria da Faculdade de Medicina do ABC; Marcelo Quirino, psicólogo pela UFRJ e psicólogo infantil no Centro de Referência e Tratamento da Criança e Adolescente, em Campo dos Goytacazes, RJ; Sérgio Lima, psiquiatra pela Unifesp, mestre em Psicologia Social e responsável pela Clínica Spatium; Susana Elisa de Campos Klassen, porta-voz do livro *Eu e elas: Tudo o que você precisa saber sobre amizades, bullying e panelinhas*, Editora Mundo Cristão, 2015, de Nancy Rue, autora e especialista em aconselhamento para o público jovem.

Como identificar que meu filho está sofrendo intimidação na escola?

O *bullying* prejudica a criança como um todo, afetando sua dimensão social, cognitiva, sexual e emocional. Ela pode se tornar calada, mais irritada do que o normal e chegar em casa muito quieta, muda ou emocionalmente instável. Pode ficar temerosa de ir para a escola em horários específicos, reagir emocionalmente de maneira impulsiva perto de certos amigos etc. Outros sinais podem ser: pedir para mudar de turma, ter queda de rendimento escolar, ter o apetite reduzido ou muito aumentado e até mesmo apresentar sintomas físicos, tais como dores de cabeça e de estômago e suor frio. Nos menores, é notória a perda da espontaneidade. Muitas vezes, eles começam a não querer ir ao ambiente onde estão sofrendo o *bullying*. Crises de choro e ansiedade antecipatória ao terem de ir para lá são outros sinais. O importante, então, é sempre observar o comportamento do seu filho.



O que fazer para evitar que isso aconteça?

Muitos pais criticam o filho, culpando-o ou pressionando-o a reagir. Mas a primeira e melhor atitude deve ser a aproximação para a conversa, mostrando que o aceitam do jeito que ele é. Os responsáveis devem dizer que há maneiras de fazer isso parar e que, se o filho desejar, eles podem agir. Devem também alertá-lo para não reagir violentamente nem se irritar ou manifestar tristeza na frente dos agressores. Os pais devem fazer essa educação emocional no sentido de moldar as formas de reação do jovem à violência sofrida.

Como os pais podem encarar o problema?

Em primeiro lugar, é bom manter a calma e não se alterar muito, para que o filho não fique ainda mais assustado. Ele pode ver que seu problema afeta os pais e não querer envolvê-los. Porém, os adultos devem ficar atentos e tomar atitudes, sim, como falar com a escola e até mesmo com os pais do aluno agressor. E devem deixar claro para o filho que não vão tomar atitudes que piorem o problema, a fim de adquirir a confiança dele.

Existe diferença na abordagem de crianças e adolescentes?

Sim, os adolescentes são mais arduos e precisam saber que os pais não vão tomar atitudes que piorem a situação. Já as crianças vítimas de *bullying* podem se tornar agressivas como resposta à violência sofrida

na escola. Trabalhar a educação emocional dos filhos e exigir que os professores falem sobre o tema em sala de aula são atitudes importantes para sanar o problema.

Os pais devem interferir ou somente falar com o filho?

Os pais devem exigir da escola uma ação, que pode vir por meio de práticas pedagógicas e/ou atitudes disciplinares. A escola tem a responsabilidade de elaborar programas que coíbam tais comportamentos, e isso os pais devem pedir. Vale falar com o agressor, caso estejam esgotadas as atitudes de educação emocional do filho e caso as atitudes da escola não tenham surtido efeito. Em último caso, deve-se pensar em trocar o horário de estudo ou até mesmo a escola. O ideal, portanto, é que a abordagem seja feita pela coordenação pedagógica ou pelo responsável legal pela instituição em que os jovens convivem.

Quando os pais devem buscar ajuda profissional?

Quando o medo do *bullying* virar fobia e estiver atrapalhando a parte cognitiva, social ou emocional da criança. Os responsáveis devem monitorar o rendimento escolar, a sociabilidade e o equilíbrio emocional dos filhos. Caso a criança ou o adolescente realmente não consiga enfrentar o problema ao longo do tempo, os pais devem procurar ajuda profissional antes que o *bullying* gere danos maiores à autoestima e à autoimagem.



Como agir ao saber que o filho é quem pratica o bullying?

Geralmente, filhos que praticam *bullying* podem ter problemas de relacionamento familiares graves e problemas de autoestima. A primeira atitude é olhar para o relacionamento entre pai, mãe e filhos e identificar erros, negligências, acusações e abusos, entre outros – e buscar corrigi-los. Orientar as crianças sem que haja reestruturação familiar não funciona.

Que “maus exemplos” dos pais poderiam influenciar os filhos a praticar o bullying?

A postura dos adultos diante da vida vai refletir muito na atitude dos menores. Os pais são modelos de identificação para os filhos. Um exemplo é muito mais importante do que muitas palavras. Falar algo e agir completamente em oposição a isso é extremamente nocivo para o funcionamento psíquico do filho. Pais preconceituosos e que cometem assédios na vida social favorecem a manutenção desse comportamento não civilizado. Piadas e atitudes preconceituosas

constroem na mente da criança e do adolescente a ideia de que existe uma superioridade e que ela deve ser comprovada com sua valentia. O que o agressor faz é, por meio de xingamentos ou ofensas à vítima, tentar subjugá-la. A “técnica” usada é exagerar nas características da vítima, mostrando o quanto ela está fora do padrão. Dessa maneira, a menina magra é chamada de “vara-pau” e a gordinha, de “baleia”.

O cyberbullying parece ter um efeito um pouco mais devastador, uma vez que quem o pratica pode ter o anonimato como aliado. Os efeitos são piores do que o bullying cometido no mundo off-line?

Pode-se dizer que sim, já que o espaço virtual não tem limites, e as mensagens e fotos depreciativas se espalham com muita rapidez. O poder da agressão se amplia consideravelmente, e o jovem também se torna vítima fora da escola. Defender-se, nessas situações, parece impossível. Em 2013, pes-

Quem sofre com o cyberbullying nem sempre consegue ver ou identificar quem são os agressores e, por isso, não raro se sente isolado ou impotente diante do ataque.

quisadores do National Institute of Child Health and Human Development, nos Estados Unidos, realizaram uma pesquisa com 4,5 mil adolescentes e pré-adolescentes norte-americanos. Eles concluíram que a intimidação virtual pode causar mais problemas às vítimas do que espancamentos ou ofensas pessoais. Quem sofre com o *cyberbullying* nem sempre consegue ver ou identificar quem são os agressores e, por isso, não raro se sente isolado ou impotente diante do ataque. Além disso, a equipe de pesquisadores concluiu que as vítimas de intimidação virtual apresentavam níveis de depressão significativamente altos e rendimento escolar diminuído de forma evidente.



Os efeitos psicológicos são tão dolorosos quanto os ataques físicos

Meninas e meninos agem da mesma maneira quando praticam o bullying?

Não. Em geral, o bullying cometido pelos garotos é bem mais fácil de identificar, pois eles agem de modo mais agressivo, violento, com ataques físicos. Já as garotas agem de maneira mais discreta, verbal, mas podem ser tão cruéis e malvadas quanto os garotos. Geralmente, elas excluem a vítima do grupo sem maiores satisfações, fazem fofocas, lançam olhares de reprovação, espalham boatos... Daí, quem sofre esses ataques, sem saber o porquê, na maioria das vezes se sente culpado, excluído. Os efeitos psicológicos são tão dolorosos quanto os ataques físicos.

É possível identificar quem tem o perfil de vítima de bullying?

Na maioria das vezes, são crianças ou adolescentes mais tímidos, retraídos, submissos, com dificuldade de se defender ou de se expressar. Esses indivíduos também apresentam dificuldade de relacionamento interpessoal, têm um ou dois amigos, quase sempre com o mesmo perfil que o seu. Também são alvos aqueles considerados diferentes, por questão de sexualidade, etnia, desempenho acadêmico, religião, modo de se vestir, maneira de falar, uso de óculos ou sobrepeso, entre outras características. As crianças que não dispõem de recursos ou habilidades para reagir são pouco sociáveis, sensíveis e frágeis. Tornam-se os “escravos” do grupo e não sabem revidar, por vergonha ou conformismo, sendo vitimadas por ameaças e agressões.

E quem tem perfil de agressor?

Via de regra, o agressor tem um comportamento provocador e de intimidação. Tem pouca empatia com as pessoas, ou seja, possui grande dificuldade de se colocar no lugar do outro. Geralmente, sua relação familiar não é baseada no afeto e, sim, em conflitos. Especialistas, como psicólogos e criminalistas, acreditam que a criança ou o jovem que pratica o bullying é um indivíduo que gosta de provar a sensação de poder, podendo sofrer intimidações na escola ou na família e até mesmo ser humilhado ou pressionado por adultos com frequência.

Quais as consequências do bullying e os prejuízos que crianças e jovens levam para a vida adulta?

As vítimas de bullying são sempre pessoas com problemas de baixa autoestima, e isso reflete no processo de socialização. Muitas vezes, são incapazes de se fazer ouvir pelos demais do grupo por temor de serem hostilizados, ficando com essa marca de que estar em grupo é sempre uma situação desagradável. Isso pode levá-los a reproduzir uma certa atitude grupal semelhante às que sofreram. Trata-se de um mecanismo de defesa, no qual a vítima acaba se identificando com o agressor, repetindo de uma ou outra maneira uma atitude violenta. Pode ser o caso, por exemplo, de um adolescente que sofreu

bullying na escola e que, ao assistir um colega apanhar brutalmente, não sai em defesa do mais fraco nem vai pedir ajuda. Fica de lado, em silêncio, como que “torcendo” pelo agressor.

O bullying pode ser uma causa de depressão entre crianças e jovens?

Pode, se não for identificado pelos pais ou coordenadores pedagógicos e, sim, pela reincidência e persistência.

De que maneira é tratada a depressão causada pelo bullying? Todos da família devem ser envolvidos?

O tratamento é o mesmo usado para depressão por outras causas: com o apoio de um especialista (psiquiatra ou psicólogo). Entretanto, se for identificada a existência do bullying, é fundamental que este seja combatido. Todos da casa devem saber do problema para que possam auxiliar a criança a lidar com a situação. As saídas criativas sempre aparecem mais em grupos. E, como a família não deixa de ser um pequeno grupo social, é essencial que todos participem.

Qual é o papel do professor na prevenção do bullying?

O docente pode exercer forte influência positiva ao usar os conteúdos de estudo como ponto de partida

para discussões sobre prevenção do bullying e valer-se do desenvolvimento dos temas transversais no ambiente escolar para promover os conceitos de justiça, igualdade e respeito. A assimilação desses conceitos deve ser feita não apenas por palavras, mas principalmente pelo exemplo do educador, de modo prático, visível e coerente.

O que o professor pode fazer para evitar que isso aconteça?

Pode ficar atento à dinâmica dos relacionamentos dos alunos, dentro e fora da sala de aula, e identificar as brincadeiras que passam dos limites. Para saber se uma situação é ofensiva, o educador só precisa se colocar no lugar do aluno e perguntar “Como eu me sentiria se alguém fizesse o mesmo comigo?”. Quando perceber a ocorrência de bullying, mesmo em estágios iniciais, deve tomar de imediato medidas cabíveis, conforme o código disciplinar da escola.

É preciso tratar diferentes tipos de bullying com a mesma seriedade? Por exemplo, piadas são mais leves que agressões físicas?

Existem diferentes graus de violência, mas convém lembrar que, às vezes, a persistência ou a maldade da agressão verbal pode ter o mesmo impacto emocional que a física. Cabe aos pais, educadores e outros responsáveis ficar atentos não apenas ao que está acontecendo

(se o bullying é físico ou não), mas também ao teor da agressão verbal. Deve-se chamar a atenção para qualquer tipo de brincadeira inapropriada, mesmo que não pareça grave, de modo a evitar que o problema aumente. As ofensas devem sempre ter consequências proporcionais à seriedade.

Ignorar o agressor é suficiente para que ele pare de cometer o bullying?

Pode ser uma das formas de lidar com o problema, mas só isso não basta, uma vez que o perfil de comportamento e de personalidade do agressor, bem como seu modus operandi, não leva muito em conta o “ignorar”. Eles são persistentes e insistentes, intimidam e amedrontam. Não usam apenas um modo de ação. Eventualmente, por dois ou três dias, pode funcionar, mas e depois? Por isso, o ideal é utilizar outros meios de coibir, como a interferência da escola.



Vida real

Relatos anônimos ou que viraram notícia, com finais trágicos ou não, reforçam a intensidade do problema e suas temíveis consequências

“Minha filha nunca foi magra, mas também nunca atingiu o sobrepeso. Sempre escutava piadinhas, que nunca a afetavam. Até que, durante uma festa junina na escola em que ela usou um vestido um pouco justo (nada de escandaloso), outras meninas resolveram fotografá-la, e esse foi o início do tormento. Na segunda-feira após o evento no colégio, ela encontrou dezenas de fotos dela impressas e espalhadas pelos corredores. Todas com seu nome e série, para identificar e provocar as acusações. Fiquei sabendo do ato apenas três dias depois, quando a mãe de uma amiga da minha filha comentou comigo. Confesso que minhas pernas tremeram. Ao chegar à escola, fui surpreendida, pois já haviam combatido o problema e chegaram para nós com todas as soluções. Foi lançada uma campanha contra o bullying, da qual minha filha foi a embaixadora, com apenas 12 anos. Ela quer contar sua história em um livro para ajudar outras garotas.”
T. M., São Paulo (SP)

“Trocar o ‘r’ pelo ‘l’ não era algo apenas do Cebolinha, personagem do Mauricio de Souza. Meu filho sempre apresentou essa dificuldade. Aos 11 anos, mesmo com acompanhamento de fonoaudiólogas, tinha apresentado pouca melhora. Em sala de aula, apresentações de trabalho – e até uma simples confirmação de presença (com seu ‘plesente!’) – eram constrangedoras. Três meninos começaram a pegar pesado com ele. Passaram a fotografá-lo e, para ilustrar a imagem, usavam frases que ele sempre falava errado. Criavam os chamados “memes” e dispararam em grupos do WhatsApp e nas redes sociais. Meu filho parou de comer. Parou de falar. Entrou em estado de choque, sendo necessário levá-lo a um hospital, onde teve tratamento físico (para evitar a desnutrição) e psicológico. A escola nos deu toda a estrutura. Foram exatos 550 dias para ter meu filho de volta. Hoje adotamos o homeschooling (ensino em casa), e a reintegração dele é feita aos poucos por meio de sua frequência em cursos e atividades esportivas.”
V. M. M., Salvador (BA)

“Meu filho sempre foi apaixonado pela escola. O local tinha ótima estrutura, inclusive uma área que promovia o contato dos pequenos com a natureza. Como frequenta o colégio desde o berçário, sempre foi conhecido pelos funcionários da Educação Infantil. Seu descontentamento com a escola foi progressivo. Certo dia, perguntou se precisava mesmo ir à aula. Tempos depois, pediu para ficar vendo filme, até o dia em que se recusou a entrar no colégio, com uma intensa crise de choro. Chegamos em casa e, com apenas 4 anos, ele contou tudo. Depois de uma cena em que ele não conseguiu segurar as fezes por conta de um distúrbio intestinal, dois amigos passaram a perseguir meu filho toda vez que ele ia ao banheiro. Lá, chamavam-no de “cagão” e convidavam os outros alunos de sua turma a fazer o mesmo. Então, meu marido e eu nos reunimos com a coordenação da escola e levamos o problema – que a professora desconhecia. Eram cenas rápidas, mas cotidianas, que destruíram o emocional do meu filho. Foram necessárias dezenas de conversas. Na sala de aula, a professora promoveu o acolhimento – mesmo com a mãe de um dos dois pequenos agressores se recusando a acreditar nos atos de seu filho. Dois anos depois, está tudo bem. Aparentemente, as sequelas não se manifestaram.”
C. S. F., Piracicaba (SP)

“Quantas pessoas você conhece que usam óculos? Para nós, adultos, é um recurso considerado ‘normal’, apesar de não ser incrível ter de carregá-lo por onde andamos. Meu filho, aos 12 anos, começou a ter dificuldades para acompanhar o conteúdo que era colocado na lousa. Foi diagnosticado com miopia e os óculos foram o melhor recurso. Ele relutou em usar. Ainda tentamos mostrar vários famosos que também precisavam usar, mas ele sempre finalizava a conversa com a frase: ‘Mãe, pai, vão me zoar no inglês’. Achamos que era bobeira, coisa de criança. Mas não foi. Assim que meu filho entrou na sala de seu curso de inglês, ouviu: ‘Aqui não suportamos ninguém de óculos. Durante toda a aula, enviaram bilhetes ameaçadores – por papel e mensagens por WhatsApp. Ao sair do prédio, ele foi agredido. Prometeram fazer lentes roxas no rosto do meu filho, com os socos que ele iria ganhar. Ele foi espancado por três meninos, enquanto duas garotas morriam de rir bem próximo. Um carro parou, desceu um rapaz de 25 anos com dois amigos e pararam com tudo. Socorreram meu filho, me ligaram e aguardaram minha chegada. Fizeram questão de me acompanhar no hospital. Por quê? O motorista do carro havia passado pela mesma situação quando pequeno. Meu filho ficou com lesões leves no físico (arranhões e leves hematomas) mas, no aspecto emocional, foi tudo bem diferente. Documentei tudo o que aconteceu, entreguei na escola e disse que aguardaria um retorno do posicionamento da instituição. Os alunos foram expulsos. Não sei como os pais reagiram e orientaram. Torço, muito, para que eles não encontrem uma próxima vítima.”
D. M. L., Campinas (SP)





Guerra nas estrelas

O caso mais famoso de *cyberbullying* aconteceu no Canadá, em 2004, e ficou mundialmente conhecido como Garoto Guerra nas Estrelas ou *Star Wars Kid*. Toda a história começou quando o canadense Ghyslain Raza, na época com 14 anos, resolveu gravar um vídeo de si mesmo imitando o vilão Darth Maul, de *Star Wars*, empunhando um taco de golfe como sabre de luz. Aparentemente, Raza fez a gravação porque ia participar de uma apresentação no colégio, e queria conferir como estava o seu desempenho. Por descuido, o garoto esqueceu o CD onde gravou o vídeo no laboratório da escola. Assim, a gravação foi parar nas mãos de dois colegas que, para se divertirem, resolveram colocar a performance de Raza no *YouTube*.

O vídeo se transformou em um viral, hoje com mais de 1 bilhão de acessos. Dez anos após o acontecimento, em entrevista ao periódico canadense *Maclean's*, Raza comentou que foi alvo de um dos mais violentos ataques de *cyberbullying* de todos os tempos.

Já formado em Direito, Raza lembrou os comentários maldosos e até as mensagens de internautas sugerindo que ele cometesse suicídio. Além de perder os amigos, teve que mudar de colégio, aguentou os insultos dos novos colegas e acabou em um hospital psiquiátrico. O advogado confessou que o menino muitas vezes chegou a pensar em dar fim à própria vida, mas resolveu dar entrevistas dez anos depois para falar sobre seu sofrimento e aconselhar jovens para que não pensem em suicídio, e procurem ajuda porque é muito duro vencer o bullying sozinho.

Sinais não percebidos

Em 27 de janeiro de 2003, Edmar Aparecido Freitas, de 18 anos, havia acabado de se formar no Ensino Médio, quando entrou na Escola Estadual Coronel Benedito Ortiz, na pequena cidade de Taiuva, no interior de São Paulo. Ele atirou em seis colegas, no caseiro e em uma professora. Apesar de ter escolhido mirar áreas vitais como cabeça e tórax, ninguém além do próprio atirador morreu.

Depois do tiroteio, amigos do rapaz resolveram falar que há bastante tempo desconfiavam de seu comportamento agressivo. Edmar era alvo de brincadeiras por ser gordinho. No início, não respondia aos insultos, mas aos poucos foi ficando agressivo. Entretanto, como era calado e nunca se metia em brigas, os professores e os pais não perceberam sua perturbação.

Sinais sobre seu comportamento violento, como sua fixação por armas e por Adolf Hitler, também passaram despercebidos. Dias antes de completar 18 anos, ele entrou na classe avisando que iria matar quem cantasse Parabéns a você. Por prudência, mais de 70% dos alunos faltaram às aulas naquela noite. O final da história foi trágico. Só ele morreu. Suas vítimas sobreviveram, mas ficarão com as sequelas físicas e emocionais para o resto da vida.

Morte anunciada

A intenção de um adolescente de 17 anos, morador da cidade de Remanso, no interior da Bahia, era ficar conhecido no mundo como “o terrorista suicida brasileiro” depois de matar mais de 100 pessoas e tirar a própria vida. Entretanto, felizmente a tragédia ficou muito aquém do planejado pelo jovem suicida. Ele não conseguiu se matar, mas, em compensação, matou duas pessoas e feriu mais três.

Por volta das 19h30 do dia 4 de fevereiro de 2004, o adolescente, armado com um revólver calibre 38, dirigiu-se à casa de um colega de 14 anos, que há anos o provocava na escola. Chegando lá, matou o outro jovem com um tiro na cabeça. Em seguida, seguiu para uma escola de informática para matar uma professora da qual não gostava. Ao ser impedido de entrar por outra funcionária, ele disparou contra ela e também a matou.

Sua intenção era suicidar-se, mas, segundo testemunhas, ele foi desarmado por um outro estudante presente na tragédia e então foi levado à delegacia. Os policiais encontraram em seu bolso um bilhete contando sobre suas intenções. Uma cruz suástica, símbolo do nazismo, ilustrava o bilhete.

Professores, pais e conhecidos do jovem não conseguiram entender seu gesto extremado. Porém, de acordo com relatos de colegas, o jovem atirador sempre foi muito tímido e, por isso, “zoad” pelo resto da turma, que sempre o deixava de lado. Humilhado por todos, sua fúria concentrou-se no menino que matou, um dos seus perseguidores mais acirrados. Chegou até a jogar lama no adolescente que, não aguentando mais as ofensas, acabou com seu sofrimento da maneira mais lamentável de todas.

Manifesto multimídia

Um jovem de poucos amigos, poucas palavras e muito desajustado. Assim foi descrito pelos colegas o universitário sul-coreano Cho Seung-Hui, que, em 16 de abril de 2007, na Universidade Virgínia de Tecnologia, na cidade de Blacksburg, no estado de Virgínia, nos Estados Unidos, protagonizou o maior massacre em uma instituição de ensino no país. Cho Seung-Hui matou 32 colegas e professores antes de se matar.

Primeiro, o sul-coreano foi até um dos alojamentos de estudantes por volta das 7h15 da manhã e fez duas vítimas. Apesar desse assassinato, as aulas não foram suspensas. Cho fugiu do local para voltar duas horas depois ao edifício da faculdade de engenharia Norris Hall. Neste segundo ataque, provocou a matança indiscriminada de outras 30 pessoas.

Quando a polícia chegou ao local e depois de arrombar as portas trancadas por dentro, os oficiais encontraram vários estudantes baleados e mortos. O autor dos disparos já estava caído, com um tiro na cabeça.

No mesmo dia, o departamento de jornalismo da emissora norte-americana NBC recebeu uma correspondência enviada por Cho depois de ele ter feito as primeiras vítimas no alojamento. Dentro do pacote havia 23 vídeos curtos de Cho. Nas imagens, com um discurso desconexo, no qual declarava seu ódio à riqueza, ele deixou uma mostra da extensão de sua perturbação: “Vocês tiveram 100 bilhões de chances de evitar este dia, mas decidiram derramar o meu sangue, me encurralaram e não me deixaram outra opção. Agora vocês têm sangue em suas mãos e nunca vão conseguir limpá-las”, dizia o estudante sul-coreano em um de seus vídeos.



Consultoria: Cynthia Wood, psicopedagoga da Clínica Crescendo e Acontecendo; e Luciano Passianotto, psicólogo clínico

Testes

Avaliações elaboradas por especialistas para ajudar no combate ao *bullying*

Meu filho pode ser vítima?

Seu filho pede, de maneira frequente, para não ir à escola?
a) Sim
b) Não

É comum seu filho relatar a “perda” de brinquedos, dinheiro, livros, roupas ou aparelhos eletrônicos?
a) Sim.
b) Não.

Você notou alguma mudança de comportamento recente (seu filho ficou mais quieto, agressivo ou triste)?
a) Sim.
b) Não.

Seu filho começou a tirar notas mais baixas no colégio?
a) Sim.
b) Não.

Seu filho tem menos amigos e está mais solitário?
a) Sim.
b) Não.

De uns tempos para cá, seu filho passou a se queixar de dores de cabeça e no estômago (e você já o levou ao médico e não identificou problemas de saúde)?
a) Sim.
b) Não.

Você percebeu que seu filho passou a apresentar dificuldade para dormir, a ter pesadelos e a fazer xixi na cama?
a) Sim.
b) Não.

Você tem notado marcas físicas no seu filho, como roxos, cortes e arranhões?
a) Sim.
b) Não.

Resultado:

De 6 a 8 respostas “Sim”
SINAL VERMELHO

Seu filho mudou de comportamento e tem dado diversos sinais de alerta que podem indicar que ele está sofrendo *bullying*. Procure conversar com ele e buscar a ajuda da escola em que ele estuda para tentar identificar e solucionar o problema.

De 4 a 5 respostas “Sim”
SINAL AMARELO

Apesar dos sintomas não serem generalizados, você deve ficar alerta. Talvez ele esteja começando a ser vítima de perseguições ou agressões. Fique atento e procure investir no diálogo, deixando seu filho confortável para desabafar – isso ajuda a impedir que o problema avance.

De 0 a 03 respostas “Sim”
SINAL VERDE

Aparentemente, está tudo caminhando bem com seu filho. Em geral, ele continua sendo o mesmo de sempre e não tem demonstrado mudanças significativas. Continue sempre atenta ao comportamento do seu filho. Assim, ao primeiro sinal de que ele possa estar sendo vítima de perseguição, você poderá ajudá-lo.

Você é capaz de perceber se seu filho está sofrendo bullying?

Seu filho começa, de repente, a mudar de comportamento: ele fica mais triste, agressivo e se isola. Como você reage?

- a) Pergunto o que está acontecendo e pressiono-o até que ele responda.
- b) Acredito que é só uma fase. Até pergunto o que está acontecendo, mas não levo a conversa adiante.
- c) Fico atento aos sinais e busco dialogar, tentando fazer com que ele se sinta confortável para desabafar.

Seu filho mais novo frequentemente “perde” brinquedos e aparelhos eletrônicos ou aparece com esses bens danificados. O que você faz?

- a) Dou uma bronca para ele aprender a cuidar melhor das próprias coisas.
- b) Desconfio que talvez possa ser um colega, mas não acho que isso seja grave. Acredito que o problema pode ser resolvido proibindo meu filho de levar coisas caras para o colégio.
- c) Converso com o meu filho e procuro a escola para entender o que está acontecendo e tentar solucionar o problema.

Seu filho costumava tirar notas boas no colégio e não enfrentava muitas dificuldades para fazer as tarefas. Mas, de uns

tempos para cá, passa a tirar notas baixas e a se desinteressar pelos estudos. Como você lida com isso?

- a) Chamo a atenção dele para que preste mais atenção nas aulas e o coloco de castigo.
- b) Acredito que isso acontece vez ou outra com qualquer um. Converso com o meu filho e passo a cobrá-lo um pouco mais, mas não acredito que seja algo para esquentar a cabeça.
- c) Assim que percebo a queda de rendimento, sento com o meu filho para conversar e busco compreender o que ele está passando. Também busco falar com a escola e os professores para saber se eles identificaram algum problema.

Seu filho, de repente, passa a arrumar desculpas para não ir à aula e vive pedindo para faltar; até mesmo alegando estar doente. Sua reação é:

- a) Explico que ele precisa ir para o colégio e, se insistir em faltar, dou-lhe uma bronca.
- b) Acredito que isso faz parte do comportamento normal da criança e vou apenas explicando que ir à escola é importante.
- c) Se o comportamento é recorrente e percebo que ele não está doente, fico alerta e converso com o meu filho, buscando sinais que me ajudem a identificar qual o verdadeiro problema.

Você começa a perceber que seu filho chega da escola com roxos ou arranhões. O que você faz?

- a) Ele é muito estabonado, então converso seriamente para ele tomar mais cuidado.
- b) Isso é normal na infância.
- c) Pergunto onde ele se machucou e, se ele se esquivar, fico alerta e procuro a escola.

Depois de ficar mais isolado, não querer sair de casa e perder alguns amigos, seu filho começa a pedir insistentemente para mudar de escola. O que você acha que isso pode ser e como lida com a situação?

- a) Provavelmente é frescura de criança. Não dou muita atenção e peço para ele parar.
- b) Num primeiro momento não me preocupo e, se ele insistir, acabo atendendo ao pedido.
- c) Pergunto por que ele quer tanto sair da escola e, a partir da sua reação, busco fazer alguma intervenção junto com os educadores para identificar e solucionar o problema.

Resultado:

De 6 a 3 respostas A
Metade de respostas A e metade de respostas B
Metade de respostas A e metade C (orientação possível)

FALTA DIÁLOGO

Você não conversa muito com o seu filho e diversas vezes usa a bronca ou o castigo para tentar solucionar o que acha que está errado. Desta forma, além de prejudicar a relação entre você e seu filho, dificilmente conseguirá identificar o *bullying* (ou outros problemas) e ajudá-lo de fato. Procure conversar mais e ficar atento aos sinais que seu filho dá.

De 6 a 4 respostas B
Metade de respostas B e metade C

CUCAS FRESCAS

Você até conversa com o seu filho e percebe mudanças comportamentais, mas, frequentemente, relaciona os sinais a algo natural, parte da vida e da infância. Às vezes, as mudanças são mesmo uma fase de transição mas, em outros casos, podem indicar problemas sérios como o *bullying*. Procure ficar mais atento e aprofundar conversas com o seu filho.

De 6 a 4 respostas C

MODELO

Você procura estabelecer um canal de diálogo com seu filho e está sempre atento aos sinais que ele dá e que podem indicar problemas (como o *bullying*). Além disso, sabe que é importante conversar com a escola para solucionar possíveis conflitos.



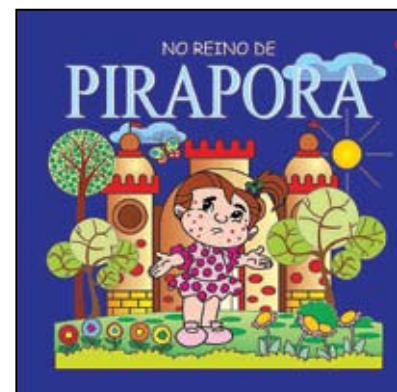
Livros, filmes sites & cia

Buscar informações confiáveis, conhecer a opinião de especialistas e ouvir quem já encarou o *bullying* de frente são atitudes imprescindíveis na luta contra esse fenômeno

Pais, professores, profissionais de saúde e de educação e organizações voltadas para a infância e a adolescência estão cada vez mais preocupados com a violência que atinge crianças e jovens no mundo inteiro. Além do aumento do número de agressões, outra grande aflição é saber como lidar com o *bullying*, que, em diversos países, já é considerado um problema de saúde pública. Para complicar ainda mais, o fenômeno é extremamente complexo, envolvendo uma gama enorme de questões, como desestruturação familiar, xenofobia e diferenças de classes, etnias e religiões. Mas, de qualquer maneira, os especialistas afirmam que o *bullying* deve ser encarado e combatido com urgência.



Para crianças

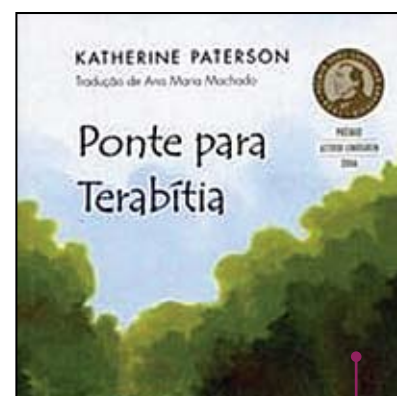
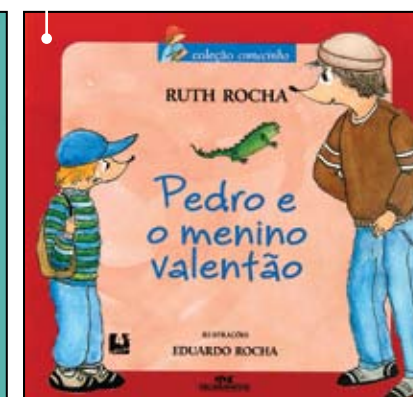


NO REINO DE PIRAPORA
Janine Rodrigues,
Editora Multifoco, 2012
A protagonista é uma princesa solitária. Depois que teve catapora, ela ficou com seu corpo cheio de bolinhas, o que a fez virar motivo de chacota entre outras crianças. Quando se torna rainha, ela decide se vingar, obrigando todas as meninas e as meninas do reino a brincar somente com brinquedos redondos. Até que, um dia, surge um garoto com um carrinho quadrado que muda o rumo das coisas.

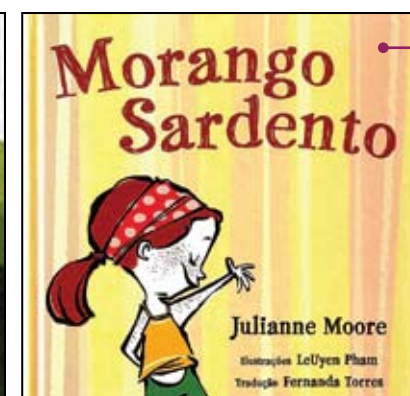
PEDRO E O MENINO VALENTÃO
Ruth Rocha, Editora Melhoramentos, 2009
Uma das escritoras mais consagradas da literatura infantil brasileira conta a história de um menino que é perseguido por outro garoto, mais velho. Então, sua família decide matriculá-lo no judô, que o deixa mais confiante. A obra traz uma reflexão sobre a melhor maneira de sair de uma situação de bullying.

LAÍS, A FOFINHA

Walcy Carrasco, Editora Ática, 2010
O livro fala sobre autoestima e bullying. A protagonista, Laís, muda de cidade com os pais e ouve apelidos maldosos e risadinhas, além de sofrer humilhações na nova escola. As outras crianças a chamam de gorda, fazendo a menina se envergonhar e acreditar que é feia. Quando Laís tem a chance de finalmente realizar seu sonho de se tornar atriz, ela terá de enfrentar seus fantasmas e aceitar-se do jeito que é.



PONTE PARA TERABÍTIA
Katherine Paterson,
Editora Salamandra, 2006
Aborda a amizade entre dois vizinhos de 10 anos de idade, Jesse Aarons e Leslie Burke – a garota, nova na vila e na escola. Juntos, eles criam um reino imaginário, chamado Terabítia, onde se sentem protegidos. Já na vida real, na escola, eles passam por situações de bullying e têm de lidar com medos e dificuldades típicas da idade. A obra também ganhou uma versão para o cinema.



MORANGO SARDENTO
Julianne Moore,
Editora Cosac Naify, 2010
A famosa atriz norte-americana escreveu esse livro baseado em sua infância. Conta a história de uma garota que sofria bullying no colégio por ser diferente das outras crianças. Com vergonha de suas sardas, ela tenta fazer de tudo – até tomar banho com suco de limão – para se livrar das pintinhas. Com belas ilustrações, a mensagem principal para as crianças é a de autoaceitação.

TEM UM GAROTO NO BANHEIRO DAS MENINAS
Louis Sachar, Editora Record, 2006
Bradley Chlakers é um menino conhecido pelo mau comportamento: gosta de brigar, mentir, ameaçar e fazer brincadeiras de gosto duvidoso. Também não é bom aluno. Todo mundo da escola o detesta, menos a nova orientadora educacional, que acredita na bondade e gentileza de Bradley e decide ajudá-lo a acreditar em si mesmo.





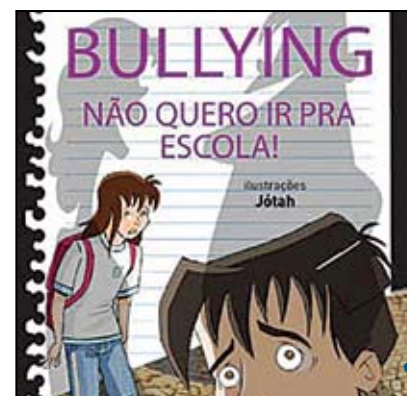
Para adolescentes



CÉU DE UM VERÃO PROIBIDO
João Pedro Roriz, Ed. Besouro Box, 2014
Alexia é uma garota que percebe que sua infância acabou com o fim das férias de verão. Sua visão de mundo muda, assim como seus gostos e interesses, e isso passa a afetar seus relacionamentos, inclusive os familiares. A obra fala de amadurecimento e, com um texto leve, trata de questões pesadas – como bullying, drogas e perdas – presentes no desenvolvimento de uma adolescente da década de 1990, quando o país passa por uma crise econômica, política e social.

TODOS CONTRA DANTE
Luis Dill, Editora Companhia das Letras, 2008
Baseado em fatos reais, o livro traz a história de Dante, um garoto que mora em um bairro pobre e gosta de ler *A divina comédia*, de Dante Alighieri. Novato no colégio, o garoto passa a ser perseguido por sua classe social e aparência. As consequências das “brincadeiras” são trágicas. Com a obra, o autor propõe uma reflexão sobre a sociedade atual.

A FOFA DO TERCEIRO ANDAR
Cléo Busatto, Ed. Galera Júnior, 2015
Escrito em forma de diário, o livro permite que o leitor conheça a visão de Ana, uma criança alegre que, na adolescência, começa a sofrer bullying na escola. O diário é a maneira que ela tem de mergulhar em seu autoconhecimento e reconhecimento do mundo. A obra mostra o crescimento e amadurecimento da jovem, que, mesmo em meio à maldade dos colegas, descobre o que é o amor ao conhecer o menino Francisco.



BULLYING, NÃO QUERO IR PRA ESCOLA!
João Pedro Roriz, Edições Paulinas, 2013
O livro aborda os diferentes tipos de bullying: direto, indireto e virtual, contando a história de Júnior e Sara, que estudam no mesmo colégio e sofrem assédio dos colegas. Ele é um garoto franzino e com diversos problemas de saúde, que é perseguido pelo atleta da escola. Já a menina sofre com o cyberbullying. Mesmo com traumas, medos e dificuldades, os dois descobrem como contornar a situação e, de quebra, se veem apaixonados um pelo outro.



A LISTA NEGRA
Jennifer Brown, Ed. Gutenberg, 2012
Nick e Valerie eram namorados e sofriam com o bullying praticado por alguns alunos do colégio. Isso até o dia em que Nick atira em vários colegas e, depois, suicida-se. Valerie tenta detê-lo, salvando a vida de uma pessoa que a maltratava. Mesmo assim, ela tem de conviver com o julgamento dos outros e com a culpa. O livro promove uma interessante reflexão sobre as atitudes e suas consequências e sobre o comportamento humano.

OS 13 PORQUÊS
Jay Asher, Editora Ática, 2009
Clay Jensen encontra um pacote misterioso na porta de sua casa com várias fitas cassete gravadas por Hannah Baker, uma garota que cometera suicídio duas semanas antes. Clay descobre, ao ouvir as gravações, que há 13 pessoas responsáveis por sua morte e que ele é uma delas. A obra mostra que mesmo atitudes que parecem pequenas podem marcar profundamente a vida das pessoas e se tornar algo perigoso.





Para adultos



BULLYING: O QUE VOCÊ PRECISA SABER
Léo Braga Calhau, Ed. Impetus, 2011
Um manual de orientação para pais, diretores e educadores, com destaque para o *bullying* no ambiente escolar. Com experiência em implantação de programas de combate ao problema, o autor apresenta soluções para todos os envolvidos: família, escola e vítimas. Além disso, aborda a questão do *cyberbullying*, com depoimentos de vítimas, casos que foram aos tribunais e formas de combater a violência pela internet.

BULLYING: COMO COMBATÊ-LO?
Alessandro Costantini, Editora Itália Nova, 2004
Diariamente nos deparamos com cenas de violência e agressividade. Mas, quando essas questões se tornam próximas e reais, seja no ambiente familiar, seja no escolar, envolvendo diretamente nossos filhos e alunos, é hora de entender esses mecanismos.

BRINCADEIRAS QUE FAZEM CHORAR!
Carolina Giannoni Camargo, Editora All Print, 2009
Apresenta o tema de maneira ampla a pais e professores, dando orientações sobre formas de identificar e ajudar as vítimas, bem como os agressores. A autora também apresenta uma reflexão sobre a educação de maneira geral e sobre o papel dos pais e educadores no combate ao bullying.



BULLYING E DESRESPEITO – COMO ACABAR COM ESSA CULTURA NA ESCOLA
Marie-Nathalie Beaudoin e Maureen Taylor, Editora Artmed, 2006
Com o objetivo de discutir e apresentar alternativas para enfrentar o bullying, a obra reúne conhecimento psicológico e experiência educacional, oferecendo uma abordagem bem-sucedida para se lidar com um amplo leque de problemas comportamentais. O texto é complementado por inúmeras atividades e estratégias de fácil implantação, acompanhadas de programas apropriados para o trabalho nas escolas.



BULLYING – ESTRATÉGIAS DE SOBREVIVÊNCIA PARA CRIANÇAS E ADULTOS
Jane Middleton-Moz e Mary Lee Zawadski, Editora Penso, 2007
Em um dos poucos títulos a explorar o bullying da infância à idade adulta, as autoras oferecem uma valiosa ajuda: usam estudos de caso sobre os bullies e suas vítimas para chegar ao centro do problema, examinando os aspectos de hostilidade explícita e proporcionando um plano para dar um fim a ele.

BULLYING: MAIS SÉRIO DO QUE SE IMAGINA
Pedrinho Guareschi e Michele Reis da Silva (organizadores), Editora Mundo Jovem, 2007
O livro procura desvendar as causas e origens do fenômeno, partindo de seu conceito. Faz uma análise das relações entre os seres humanos, dá exemplos concretos, propõe atitudes para prevenção, sugere atividades e subsídios para estudo e debate sobre o assunto.



Filmes



BEN X, A FASE FINAL *Nic Balthazar, Bélgica, 2007*

Ben é um adolescente com Síndrome de Asperger, uma forma mais branda de autismo. Com extrema dificuldade de socialização e comunicação, ele sofre a cotidiana opressão dos colegas na escola pública. Como refúgio contra essa vida dolorosa, o garoto mergulha em Archlord, um videogame jogado por milhares de pessoas on-line ao mesmo tempo, cada qual operando um personagem num mundo virtual. No jogo – que existe na realidade –, Ben é um herói, em oposição ao “ninguém” do mundo real: tem armas e poderes cobiçados e até uma princesa apaixonada por ele.

TIROS EM COLUMBINE *Michel Moore, EUA, 2002*

O documentário investiga a fascinação dos americanos por armas de fogo. Michael Moore, diretor e narrador do filme, questiona a origem dessa cultura bélica e busca respostas, visitando pequenas cidades dos Estados Unidos em que a maior parte dos moradores guarda uma arma em casa. Entre elas está Littleton, no Colorado, onde fica o colégio Columbine. Foi lá que os adolescentes Dylan Klebold e Eric Harris pegaram as armas dos pais e mataram 14 estudantes e um professor no refeitório. A verdadeira causa do massacre ainda é tema de discussão entre os pesquisadores do bullying. Eles não eram rapazes comuns que foram importunados pelos colegas até se vingarem. Não eram rapazes comuns que queriam ser famosos, nem jogavam videogames demais.

SEGUNDAS INTENÇÕES *Roger Kumble, EUA, 1999*

Em Nova York, Kathryn Merteuil e Sebastian Valmont pertencem a uma rica família e vivem como irmãos desde o casamento de seus pais. Sebastian tem a fama de ser um incrível sedutor e gosta de manter tal reputação, enquanto Kathryn, apesar de ser ainda mais amoral que ele, prefere fazer o gênero da jovem boa e comportada. Em um ímpeto de vingança, ela combina com o “irmão” um jogo cruel para acabar com a reputação de Cecile, a rival que roubou seu namorado.

GAROTA FORA DO JOGO *Tom McLoughlin, EUA, 2005*

Rodado nos Estados Unidos, o filme é uma adaptação do livro de Rachel Simmon *Odd Girl Out*, Mariner Books, 2001. No filme, o *bullying* acontece entre meninas que agredem as colegas de maneira velada. O alvo, no caso, é Vanessa, uma das garotas populares da escola, que passa a ser agredida por sua antiga melhor amiga por meio de mensagens no celular e na internet e pessoalmente.

QUASE UM SEGREDO *Jacob Aaron Estes, EUA, 2004*

Sam e Rocky são irmãos e vivem em uma pequena cidade do Oregon, nos Estados Unidos. Volta e meia Sam é atacado por George, o valentão da escola. Um dia, os irmãos armam um plano para se vingar dele, levando-o a um passeio de barco juntamente com dois amigos de Rocky e a namorada de Sam. A ideia é humilhar George ao fim do passeio, mas a situação foge completamente do controle dos garotos.

BANG, BANG, VOCÊ MORREU *William Mastrosimone, EUA, 2002*

Inspirado em fatos reais, o filme tem como personagem central Trevor, um rapaz que acaba desenvolvendo um comportamento muito agressivo por ter sido vítima de *bullying*. Cansado de ser hostilizado, ele ameaça explodir o prédio da escola com uma bomba de mentira. Após o incidente, sofre com a desconfiança de todos: professores, alunos e pais dos estudantes.

BULLYING: PROVOCAÇÕES SEM LIMITES

Josetxo San Mateo, Espanha, 2009
O filme conta a vida de Jordi, um adolescente que perdeu o pai e que, junto à mãe, decide mudar de cidade para recomeçar a vida. A princípio tudo parece bem, mas o destino reservado para ele será uma terrível surpresa. Quando Jordi passar pelo portão da escola, cruzará sem saber a tenebrosa fronteira de um novo inferno.

MEU MELHOR INIMIGO

Howard Deutch, Dinamarca, 2010
Cansado de ser humilhado pelos garotos da escola, Alf decide tomar providências contra aqueles que o atormentam. Alia-se a um colega e, juntos, firmam um pacto secreto. Inspirados nas lutas de Niccolo, herói de uma revista em quadrinhos, os dois desafiam os mecanismos de poder da turma.

A CLASSE

Ilmar Raag, Estônia, 2007
Joosép é um adolescente tímido e sensível que virou saco de pancadas do valentão Anders e sua turma. Diariamente, ele é submetido a longas sessões de tortura física e psicológica. A situação piora quando Kaspar, um dos garotos agressores, muda sua conduta e passa a protegê-lo. Sentindo sua liderança ameaçada, Anders decide tornar Kaspar também vítima das mesmas atrocidades.

Blogs, sites e grupos

CINEMA PARCEIRO DA EDUCAÇÃO

cinemaparceirodaeducacao.blogspot.com.br
Excelente blog de Lucyano Borges, professor com habilitação em Educação Infantil e Ensino Fundamental 1, coordenação pedagógica e gestão escolar. No site, você encontra várias indicações de filmes sobre *bullying*.

BULLY: NO BULLYING
bullynobullying.blogspot.com.br
Espaço destinado a divulgação, pesquisa e depoimentos sobre o fenômeno *bullying*.

BLOG BULLYING
cristianegossil.blogspot.com.br
Produzido pelos alunos da disciplina de webjornalismo do curso de Comunicação Social da Universidade Federal de Mato Grosso, o blog traz perguntas e respostas sobre o tema e indicação de outros sites relacionados.

STOPBULLYING.GOV

www.stopbullying.gov/blog
Em inglês, com versão em espanhol, o blog traz notícias do mundo inteiro sobre o fenômeno, com artigos sobre as características do *bullying* na infância, na adolescência e entre jovens adultos, além do perfil dos envolvidos, orientações a pais e professores e políticas e legislação dos estados americanos.

BULLYING PREVENTION
www.edutopia.org/blogs/tag/bullying-prevention
Outro blog em inglês, é voltado para a prevenção do fenômeno, com artigos sobre estudos, participação dos professores e controle sobre a sala de aula, entre outros.

MOVIMENTO TODOS CONTRA O BULLYING
movcontrabullying.blogspot.com.br
O movimento cívico português, apartidário e sem ligações religiosas tem o intuito de informar, formar, debater e tentar mudar a sociedade, a fim de combater o problema. O blog traz sugestões de artigos sobre o tema e uma lista de outros sites recomendados.

ARTIGO: O QUE A ESCOLA DEVE SABER E FAZER PARA DETER O BULLYING

goo.gl/Sx8HMT
Esse é o endereço encurtado da Revista Pátio, do Grupo A, Editora Artmed, que traz um excelente artigo assinado pela educadora Cleo Fante, pedagoga, historiadora e vice-presidente do Centro Multidisciplinar de Estudos e Orientação sobre o *Bullying* Escolar (Cemeobes).

APOSTILA DE PREVENÇÃO AO BULLYING ESCOLAR – COMPREENSÕES SOBRE O FENÔMENO

goo.gl/AQDGMa
Traz uma seleção de textos e sugestões para estudos sobre *bullying*, estimulando a discussão sobre esse fenômeno social. A apostila é uma complementação pedagógica de um projeto desenvolvido pelo professor Paulo César Antonini de Souza, entre 2006 e 2008, na EE Professora Dinah Lucia Balestrero, localizada em Brotas, SP.



Estímulos que podem promover integração e humanização e, assim, evitar o *bullying*

Consultoria:
Graziela Vanni,
psicóloga cognitiva
comportamental

Guia de atividades



Deixe que a criança contemple adultos ajudando outras pessoas, de maneira natural.

Agressor: consegue ter contato com o lado humano dos relacionamentos.

Vítima: Pode se identificar e se sentir capaz de ajudar também, saindo do papel de quem é apenas ajudado.



Fique off-line. Promova momentos em que tablets, celulares, televisões e outros eletrônicos fiquem desligados. Assim, o diálogo em família ficará mais próximo, e os membros terão de usar a criatividade para se entreter.

Agressor: ao ficar conectado por muito tempo, a parte agressiva se potencializa. Portanto, momentos como esse refrigeram o emocional.

Vítima: por meio de atitudes de interação com entrega total, a criança passa a ter confiança e encontra a oportunidade de conversar com os pais, sem contar que ficar conectada promove a introversão, característica de quem sofre bullying.



Faça um PIQUENIQUE no parque e envolva a criança da organização à finalização.

Agressor: é um ato voltado para a humanização, perfeito para as famílias que precisam cuidar de uma criança com perfil agressor. Incentive a escolha de alimentos e a colaboração com ideias. Isso ajuda a trazer a consciência a respeito de atividades que não precisam denegrir ninguém para trazer felicidade.

Vítima: ao ver uma tarefa que conseguiu realizar do começo ao fim, reconhece que tem potencial para participar de maneira importante do dia a dia.



Curta a natureza!

Ensine a reconhecer o que é belo e está acessível!

Agressor: já que ele precisa diminuir a ansiedade, aprender a enxergar coisas que no dia a dia não vê é importante e colabora para reduzir a ansiedade.

Vítima: já tem o perfil mais sensível, e essa atividade pode diminuir a timidez e valorizar a parte emocional.



Pratique esportes.

Agressor: a serotonina faz o trabalho do córtex pré-frontal esquerdo, responsável pelo equilíbrio. O agressor consegue relaxar.

Vítima: se reconhece capaz de realizar atividades, sente-se mais forte.



Promova gentilezas.

Agressor: quem pratica tanta violência pode ter contato com exemplos arrogantes e também violentos. Portanto, a criança ver que é possível ter outras atitudes pode ativar ações mais humanas.

Vítima: reconhece atitudes mais equilibradas, que vão incentivar estados mais tranquilos.



Cante!

Agressor: quem canta os males espanta, sim. A criança tem experiência com atividades divertidas em que não precisa agredir para se sentir bem.

Vítima: a criança em estado introvertido que consegue cantar sai do mundo do medo e expressa mais suas emoções. Os pais podem colocar música e fazer karaokê em casa. Tudo isso exterioriza os sentimentos e ajuda na autoestima.



Trace metas.

Agressor: pode ter sua energia canalizada para outros objetivos. A criança entende metas como sonhos com pernas e, para eles acontecerem, é necessário ter algumas atitudes. Assim, começa a olhar para si mesma.

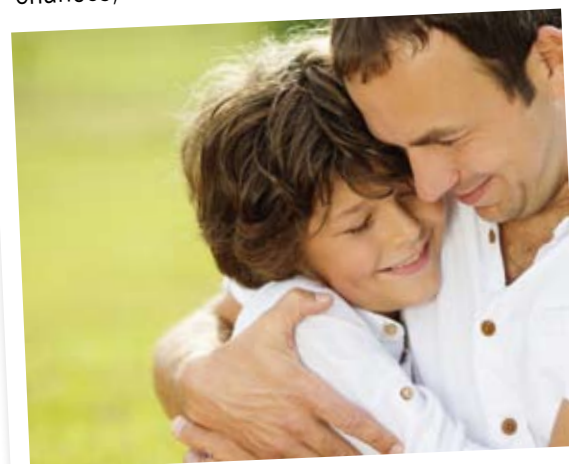
Vítima: trabalha a autoestima, ela se sente capacitada para algo. Podem ser pequenas atitudes, como juntar dinheiro no cofrinho para comprar um brinquedo no final do ano ou pedir suco para o garçom em um restaurante.



Escute os adultos pedirem DESCULPAS.

Agressor: crianças percebem que adultos erram. Ao ter contato com o perdão, podem sentir-se à vontade para ter a mesma atitude e, assim, passam a reconhecer erros.

Vítima: descobre que é possível ter outras chances, fortalecendo o emocional.



Incentive atividades de ARTESANATO.

Agressor: ocupações manuais despertam a calma. Para as crianças mais agitadas, com devida dinâmica e ambiente preparado, a entrega é maior.

Vítima: atividades ligadas às artes plásticas são as que mais contribuem para o desenvolvimento cognitivo e emocional da criança – e mais ainda quando feitas em conjunto com os pais. Ao produzir artesanato, a criança supera limites e faz uma arte que consegue fazê-la se sentir especial.



Realize ATIVIDADES CULTURAIS, como ir ao cinema, ao teatro e a museus.

Agressor: com bom embasamento dos pais e educadores, as crianças podem ter perfis comparados aos dos personagens. É possível estimular reflexões sobre atitudes ao mostrar os resultados das atitudes violentas. Ver um vilão que se dá mal pode trazer consciência.

Vítima: a criança reconhece personagens que superaram momentos difíceis, que deram continuidade a tudo, apesar das dificuldades.



Consultoria:

CENTRO REGIONAL DE ATENÇÃO AOS MAUS TRATOS NA INFÂNCIA (CRAMI)
Rua Humberto Olivieri, nº 114 – Santo André, SP
(11) 4992-1234 • crami@org.br • www.crami.org.br

CYNTHIA WOOD
Psicóloga e psicopedagoga na clínica Crescendo e Acontecendo
Rua Nilza Medeiros Martins, 187, sala A – São Paulo, SP
(11) 4113-2761 • crescendoacontecendo@gmail.com

Elizabete Duarte e Itamara Barra
Colégio Nossa Senhora do Morumbi
www.nsmorumbi.com.br • Tels.: (11) 3742-5513 / 3744-0015

GRAZIELA VANNI
Psicóloga cognitiva comportamental
Tel.: (16) 3374-7534 / grazielavanni.palestras@gmail.com

LUCIANA BARROS DE ALMEIDA – Psicopedagoga
Rua Teodoro Sampaio, 417, conj. 11 – São Paulo, SP
Tel.: (11) 3085-7567 • luciana.abpp@uol.com.br

LUCIANO PASSIANOTTO – Psicólogo
Rua Ibiapaba, 365 – São Paulo, SP
Tels.: (11) 4113-2722 e (11) 98546-6900
passianotto@gmail.com

MARJORI DE LIMA MACEDO
Psicóloga e coordenadora do núcleo Santo André do Centro Regional
de Atenção aos Maus Tratos na Infância (Crami)
Consultório: Rua Joaquim Távora, 223, sala 3 – Santo André, SP
Tel.: (11) 99873-1468 • marjorimac@hotmail.com

QUEZIA BOMBONATTO – Psicopedagoga clínica
Rua Heitor de Andrade, 177 – São Paulo, SP
Tel.: (11) 3815-8710 • quezia@bombonato.com.br

TAHIANA ANDRADE – Psicóloga na Clínica Provida
Estrada da Paciência, 2.009 – Salvador, BA
Tel.: (75) 8215-0654 e (71) 3351-8878
taiborges.psicologa@hotmail.com

THELMA ARMIDORO VELASCO
Psicóloga e assistente técnica do Centro Regional
de Atenção aos Maus Tratos na Infância (Crami)
Consultório: Avenida Pereira Barreto, 1.395, sala 111 – Santo André, SP
Tel.: (11) 99806-2483
thelma@arcospsicologia.com.br



Presidente: Paulo Roberto Houch
Vice-Presidente Editorial: Andrea Calmon – redacao@editoraonline.com.br

GUIA bullying infantil

REDAÇÃO
Jornalista Responsável: Andrea Calmon – MTB 47714
Editora: Aline Ribeiro

COLABORARAM NESTA EDIÇÃO:
Coordenação e finalização: Daniella Marcos; Edição: Elaine Iorio;
Texto: Rose Mary Ribeiro Mercatelli; Revisão: Lila de Oliveira; Arte: Shantala Ambrosi

PROGRAMAÇÃO VISUAL: Coordenador de Arte: Renato Marcel – diagramacao@editoraonline.com.br

ESTÚDIO FOTOGRÁFICO: Fotógrafo: Fernanda Venâncio
PRODUÇÃO FOTOGRÁFICA: Coordenadora: Elaine Simoni – elainesimoni@editoraonline.com.br

PUBLICIDADE
Gerente Comercial: Elaine Houch
Supervisor: Bernard Correa
Executivos de Contas: Antonio Demésio, Camila Maciel e Luciana Lemes
Operações Comerciais: Joelma Lima
Designer Gráfico Publicidade: Wesley Sozin

REPRESENTANTES
Brasília - (61) 3034-3704

MARKETING
Supervisor de Marketing: Vinicius Fernandes
Assistente de Marketing: José Antônio da Silva

CANAIS ALTERNATIVOS: Luiz Carlos Sarra

DEP. VENDAS: (11) 3687-0099 vendaatacado@editoraonline.com.br

LOGÍSTICA E ARMAZENAGEM: Luiz Carlos Sarra – luizcarlos@editoraonline.com.br

ADMINISTRAÇÃO: Diretora Administrativa: Jacy Regina Dalle Lucca – financeiro@editoraonline.com.br

CRÉDITO E COBRANÇA: cobranca@editoraonline.com.br

Impresso por Log&Print Gráfica e Logística S.A.
Distribuição no Brasil por Dinap

GUIA BULLYING INFANTIL é uma publicação do IBC - Instituto Brasileiro de Cultura Ltda. –
Caixa Postal 61085 – CEP 05001-970 – São Paulo – SP – Tel.: (0**11) 3393-7777
A reprodução total ou parcial desta obra é proibida sem a prévia autorização do editor.

Números Atrasados com o IBC ou por intermédio do seu jornaleiro ao preço
da última edição acrescido das despesas de envio.
Para adquirir com o IBC – www.revistaonline.com.br, Tel.: (0**11) 3512-9477
ou Caixa Postal 61085 - CEP 05001-970 - São Paulo - SP.

Compras pela internet: www.revistaonline.com.br

A On Line Editora tem a revista que você procura. Confira algumas das nossas publicações e boa leitura.

ASTROLOGIA: Guia Astros & Você – Desvende seus Sonhos • BIBLIOTECA JURÍDICA: Código Civil
• Código de Defesa do Consumidor, Constituição Federal • Código Penal • Consolidação das Leis
do Trabalho e Estatuto do Idoso • DECORAÇÃO: Delícias da Cozinha • DECORAÇÃO: Guia Casa
& Ambiente Bebê e Gestante • GUIA CASA & DECORAÇÃO • Guia de Paisagismo • Guia do Feng
Shui • Armários de Cozinha • CASA & AMBIENTE BEBÊ • CASA & DECORAÇÃO • Coleção Casa e
Decoração • Pequenos Ambientes Extra • Projeto para Cozinhas • Projetos para Banheiros • Guia
de Salas de TV • Guia Casa & Ambiente Bebê Luxo • EDUCAÇÃO: Almanaque do Estudante • Alma-
naque do Estudante Especial • Almanaque do Estudante Extra • O Guia Projetos Escolares Manual
para o Professor • Projetos Escolares Especial • FEMININA: TUA • FIGURINO NOIVAS • Guia de
Noivas Figurino FUTEBOL: Show de Bola Especial • Show de Bola Extra • Show de Bola Magazine
SuperPôster • INFORMÁTICA: Coleção Guia Fácil Informática em CD Room • Coleção Guia Fácil In-
formática Extra em CD Room • MODA: MODA MOLDES • Moda Moldes Especial • Guia Moda Moldes
• NEGÓCIO: Anuário de Franquias • Guia Meu Próprio Negócio • MEU PRÓPRIO NEGÓCIO • Meu
Próprio Negócio Especial • Meu Próprio Negócio Extra • PLANTAS: Guia de Hortas • Guia de Plantas
em Casa • Guia de Plantas em Casa Especial • Guia de Plantas em Casa Extra • PUERICULTURA:
Almanaque do Bebê SAÚDE E BEM ESTAR: Guia de Yoga • O Guia de Pilates • REVISTA OFICIAL
DE PILATES • O Livro de Pilates • Guia de Cuidados com a Saúde • TEEN: yes! Teen Books • TU-
RISMO: Buenos Aires, Lisboa, Londres, Madri/Barcelona, Nova York, Orlando, Paris, Roma, Salvador,
São Paulo, • Guia de Pousadas de Praia • Guia de Resorts Brasileiros • VEÍCULOS: Fusca & Cia

Aviso importante: A On Line Editora não se responsabiliza pelo conteúdo e pela procedência dos
anúncios publicados nesta revista, de modo que não restará
configurado nenhum tipo de responsabilidade civil em decorrência de eventual não cumprimento de
pactos firmados entre anunciantes e leitores.

CIP-BRASIL. CATALOGAÇÃO NA PUBLICAÇÃO
SINDICATO NACIONAL DOS EDITORES DE LIVROS, RJ

G971

Guia bullying infantil / [Dani Marcos]. - 1. ed. - São Paulo : On Line, 2015.
il.

ISBN 978-85-432-1015-5

1. Assédio nas escolas. 2. Bullying - Manuais, guias, etc. I. Marcos, Dani.

15-28050 CDD: 371.58
CDU: 37.064

12/11/2015 13/11/2015

GUIA bullying infantil

Entre as dores e os amores da educação, existe o estado de alerta no qual pais, professores e cuidadores precisam estar para acompanhar as transformações e alterações de comportamento das crianças. *O Guia Bullying Infantil* traz dezenas de orientações de especialistas para despertar um olhar mais sensível sobre o comportamento infantil, em busca identificar traços das possíveis agressões na infância. Desde o primeiro passo (que é a criação de rótulos – aquela história da baixinha, do gordinho, do quatro-olhos) até as condutas mais agressivas, verbais ou físicas, você encontrará sugestões de como buscar ajuda e apoio ao se deparar com os ataques – seja nos cenários real, ou no virtual, com o *cyberbullying* –, além de dicas para sobreviver e evitar um dos grandes problemas que afetam famílias do mundo todo. Neste Guia você encontra um conteúdo especial para entender e combater o *bullying*.



ISBN 978-85-432-1015-5 Ano 1 - Nº 1



R\$ 24,99

9 788543 210155