



Universidade do Minho

**Agrupamento de Escolas de Monserrate -  
Viana do Castelo  
22 fevereiro de 2022**

# **Bullying e Cyberbullying na Escola – O que sabemos e o que podemos fazer?**

**Ana Tomás de Almeida e Luís Valente  
- Instituto de Educação**

# Plano da sessão

Apresentação do filme educativo TAGGED

Debate com alunos, professores e pais

Propostas de atividades a partir do

Seguranet

Síntese das ideias e questões

Mensagem a reter

# Questões para lançar o debate

- O filme conta uma história passada com adolescentes.
  - O que dirias desta história?
  - Que sentimentos estiveram na origem dos acontecimentos?
  - Esses sentimentos são motivos claros ou escondidos?
  - Os colegas e professores são capazes de perceber esses motivos? Em que altura é que entendem o que se está a passar?
  - Há alguma característica nestes adolescentes que pudesse levar-te a pensar que se iriam envolver nesta situação?
  - As consequências dos acontecimentos foram duras? Qual é a tua opinião? Achas que todos aprenderam uma lição?
  - Por último, estes acontecimentos já aconteceram contigo ou podiam acontecer contigo? E com os teus amigos e amigas?

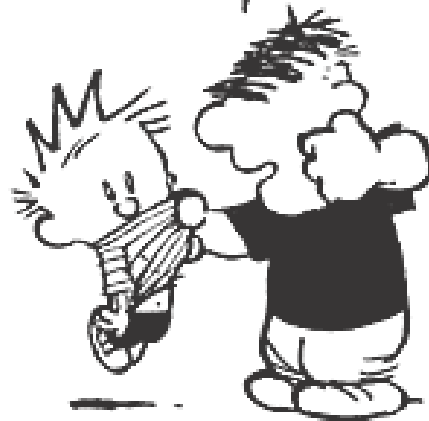
Para saber mais e explorar o  
tema

LARGA-ME, SEU BRUTAMONTES!  
POR QUE NÃO TE METES COM  
ALGUÉM DO TEU TAMANHO?!



© 1993 Waterson/Dev. by Universal Press Syndicate

Porque esses  
dão troco.



...PRESUMO QUE HAJA NISTO  
UMA CERTA LÓGICA  
SEM ÉTICA...



WATSON 10-2

*Bullying* = Maus tratos entres pares =  
Provocação = Vitimização = Intimidação

- Intencional
- Reiterado
- Desequilíbrio de poder entre os atores envolvidos
- Dificuldade da vítima em se defender ou proteger

# Tipos de *Bullying*

- Direto e físico – bater, esmurrar, agarrar, prender, estragar ou roubar, obrigar contra vontade
- Direto e verbal – gozar, chamar nomes, pôr alcunhas, insultar, humilhar, fazer reparos à aparência
- Indireto – lançar boatos e falsidades, atuar para afastar ou impedir que faça parte do grupo, destruir a imagem
- Cyberbullying – bullying através de meios digitais

## Nova forma de maltrato através do uso de:

### *Telemóvel:*

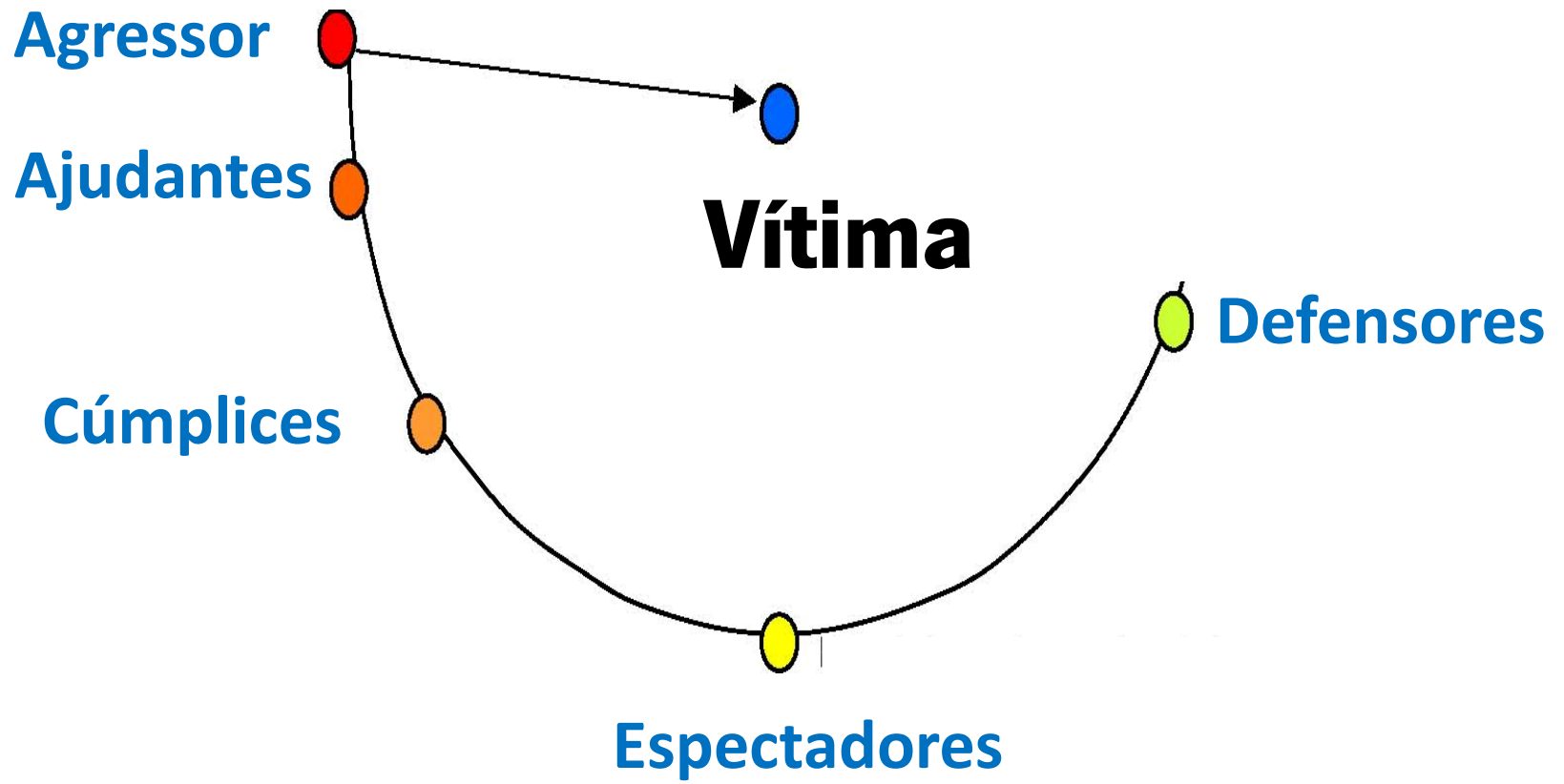
- Chamadas
- Mensagens de texto (SMS)
- Fotografia/Vídeo

### *Internet:*

- Email
- Mensagens Instantâneas
- Websites
- Salas de Chat/Blogs

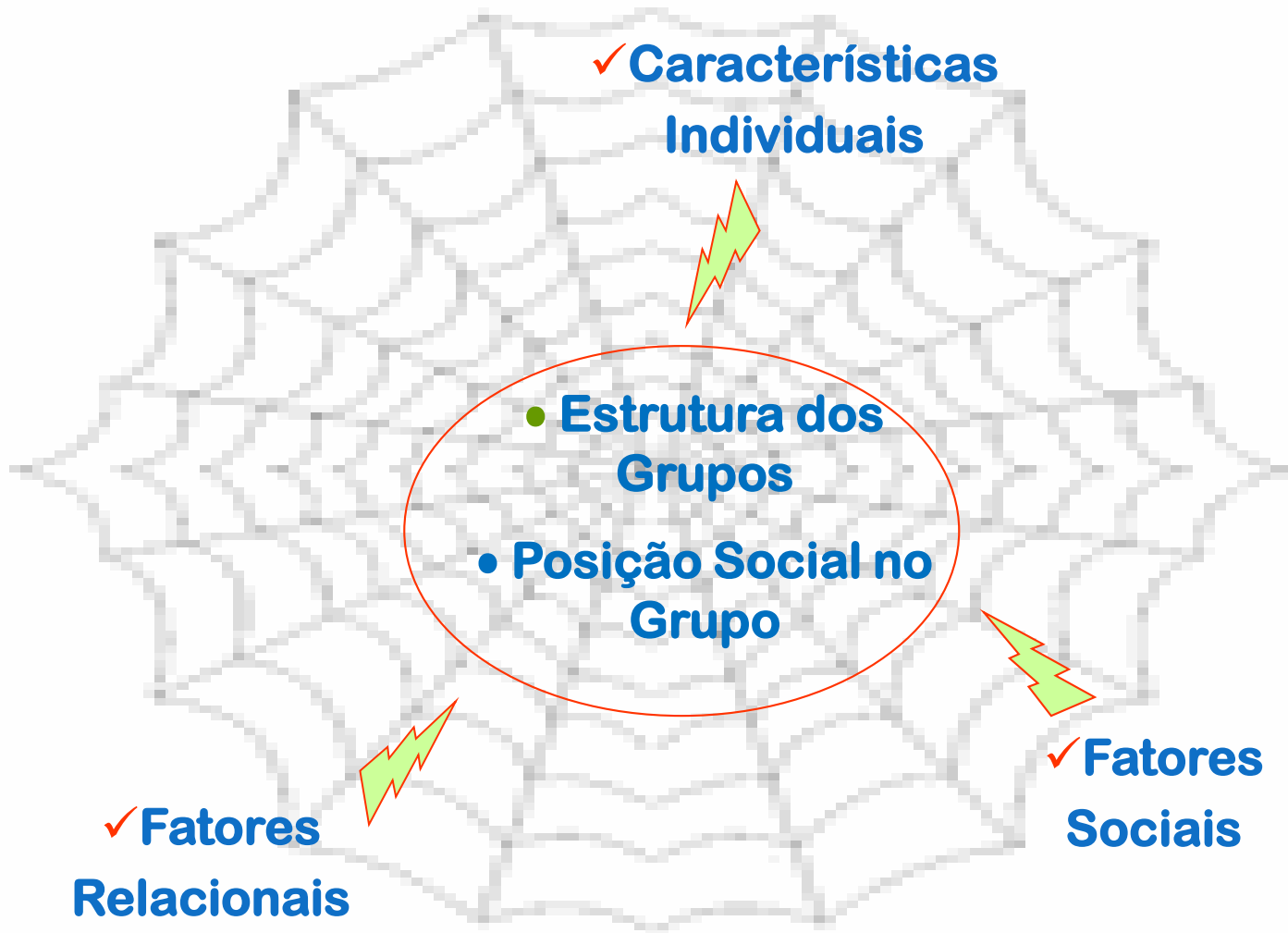
***O que é o  
cyberbullying?***







# Não há uma, mas uma conjugação de causas!



# Dados da investigação

- Mais novos + agressões físicas e diretas; Mais velhos + agressões indiretas.
- Maior incidência de *bullying* entre rapazes
- Predomínio de formas físicas e diretas nos rapazes e indiretas nas raparigas.
- Diminuem com a idade, embora os casos persistentes assumam maior gravidade
- **85%** dos episódios acontecem na presença de outros
- Com a intervenção dos companheiros, **57%** dos maus tratos cessa.



# Estudo Português 2008-2009

## ● Participantes

- 1735 adolescentes entre os 11 e os 27 anos (M = 15 anos; DP = 1.99)
- 23 escolas básicas de Braga e Lisboa + 6 escolas secundárias de Braga
- 47,5% sexo masculino e 52,5% sexo feminino

	Ensino básico	Ensino secundário	Total
Sexo masculino	447	377	824
Sexo feminino	487	424	911
Total	934	801	1375



# Prevalência

1751 adolescentes

Papel	N	%
Agressor puro	130	7,4%
Vítima pura	149	8,5%
Agressor_Vítima	88	5%

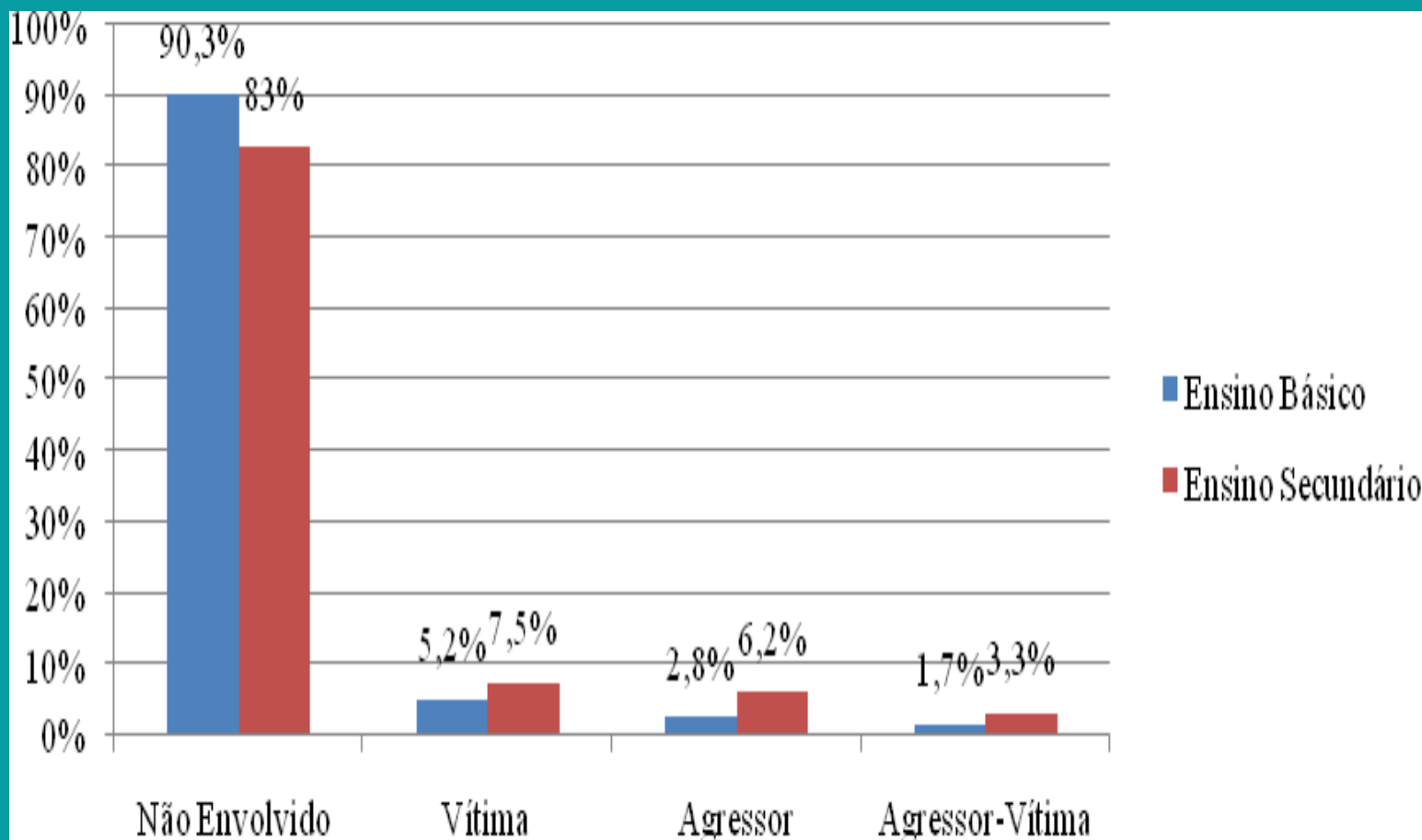




# Natureza e extensão do *cyberbullying*

## Estudo Português

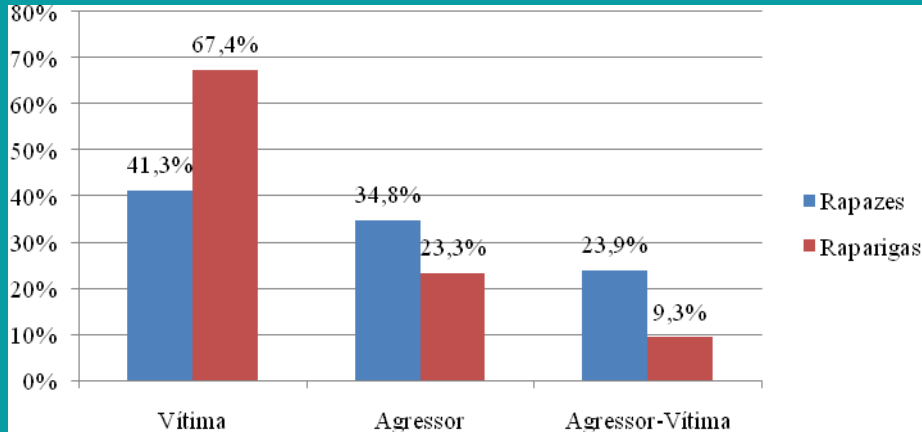
Distribuição do *cyberbullying* através da Internet em função do nível de ensino



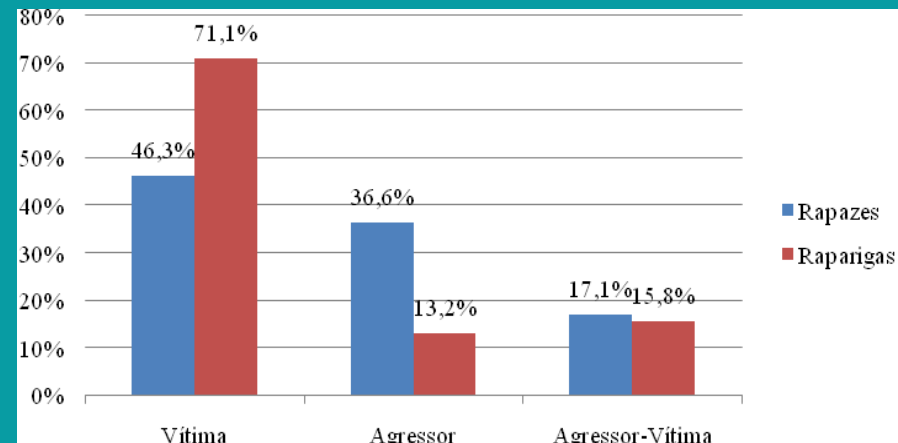


# Estudo Português

Distribuição do *cyberbullying* através da Internet no ensino básico em função do género



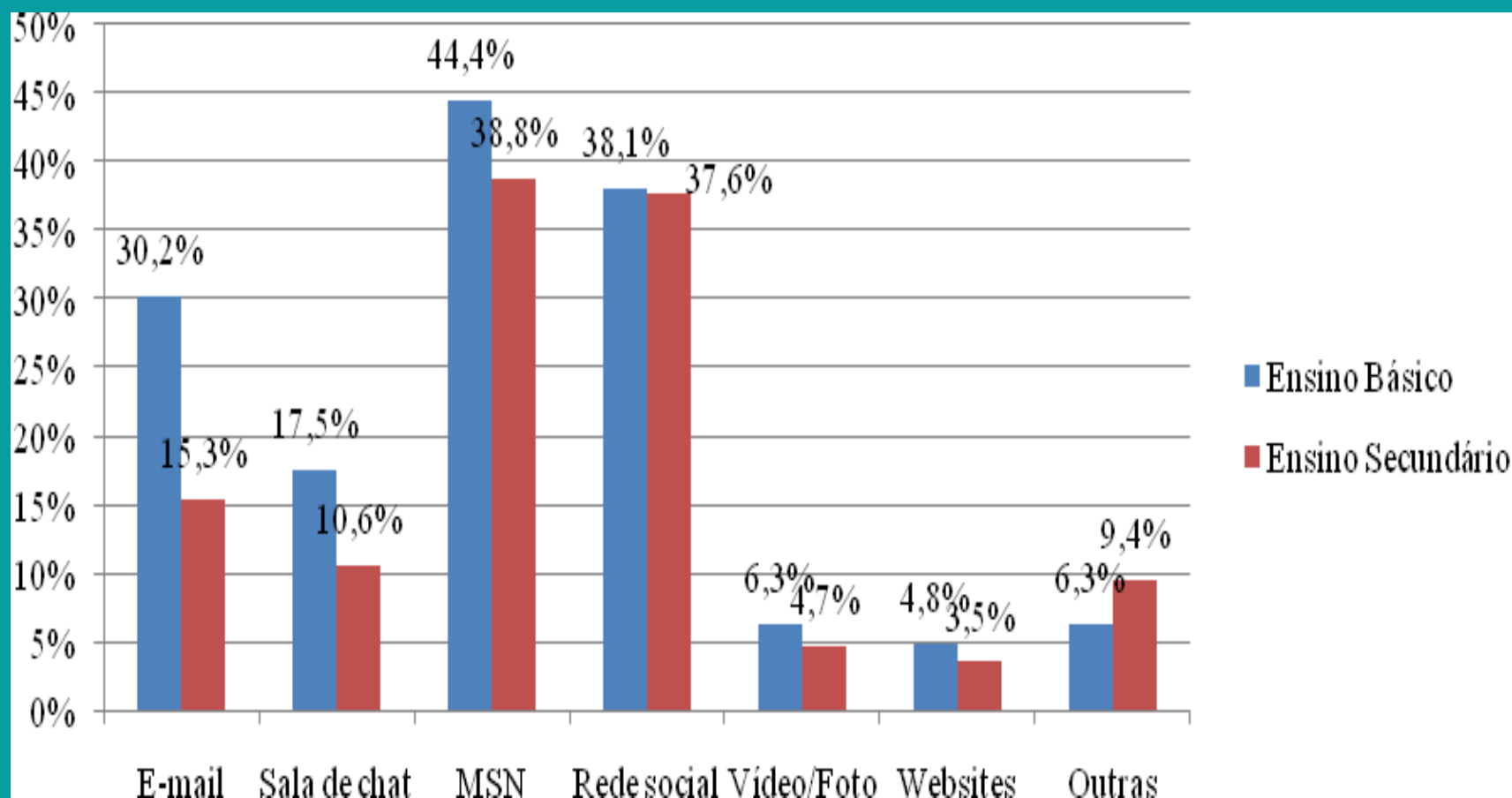
Distribuição do *cyberbullying* através da Internet no ensino secundário em função do género





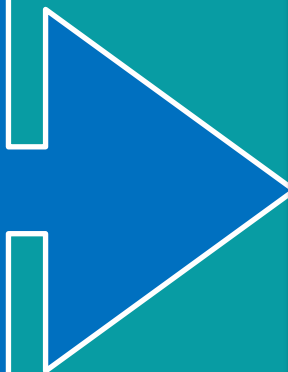
# Estudo Português

## Principais formas de *cyberbullying* através da Internet em função do nível de ensino



## *Porque usam os meios eletrónicos para agredir?*

- **Falta de informação e acompanhamento**
- **Falta de limites fixados pelos pais**
- **Gozo/divertimento**
- **Raiva/frustração**
- **Falta de empatia/insensibilidade**
- **Distância física que separa os agressores das vítimas;**
- **Anonimato – “criminosos disfarçados”**
- **Vingança das vítimas**



## **Alvos fáceis...**

- **Pessoas emocionalmente frágeis**
- **Dependentes das TIC**
- **Imaturos**
- **Aspeto diferente (e.g., vestuário)**
- **Ser o “marrão” ou o mais “burro” da turma**
- **Vítimas e agressores de bullying**



# Cyberbullying... Qual a gravidade?

- Está para além do espaço escolar: o agressor tem acesso ilimitado à vítima
- Maior audiência
- Poder das palavras escritas: mais concretas e reais
- Os agressores escondem-se atrás de falsas identidades
- Silêncio das vítimas: receiam que os adultos piorem a situação e proíbam o telemóvel ou a internet

***Maior gravidade no cyberbullying do que no bullying***

**Pouco se sabe acerca do modo como os modelos organizacionais da escola influem no aparecimento, na manutenção, no agravamento ou na diminuição do *bullying*. Desde a organização dos tempos, dos grupos, das atividades e currículo em geral, nenhum destes factores foi investigado**

# Efeitos do Grupo

- **Organização dos grupos escolares**
- **Hierarquia social, popularidade, poder e prestígio social**
- **Territorialidade**
- **Normas de grupo, conformidade às normas e consequências face à não conformidade**
- **Estratégias de afirmação do poder**

A pertença a um grupo implica a reprodução de determinados comportamentos, sob pena de ser excluído (“ *se um é gozado, os outros têm que gozar senão é ignorado... ‘passado a ferro’*”).

- **Porque concordam então com o grupo?**
- “ *faz para não ser discriminado*”;
- “ *não se sentir suprimido*”;
- “ *não ficar à parte*”;
- “ *falta de personalidade*”/“ *ela faz porque a outra faz*”)
- “ *falta de coragem*”
- “ *não têm amor próprio*”
- “ *é escudo de proteção para se sentirem aceites.*”

- **Intimidar para consolidar a imagem construída** - *“Também é assim que ganha respeito, dá-lhe duas lambadas, os outros vêm, ficam com medo, ganham respeito”*
- **Valorização e reforço** - Relatam uma situação no bar em que estavam a obrigar um colega a pagar-lhes um bolo, enquanto outros assistiam com agrado (*“alguns ficam todos contentes e dão-me um passou bem”*).
- **Conflito entre grupos**- *“betos e gunas não se dão”, “os gunas roubam os betos” e os “betos não falam com os gunas”/ “quando estava chateada ou não tinha nada para fazer ia procurar vítimas”* (Pita)
- **Demarcar território** - *“ninguém gosta de ter problemas, gostamos de estar na nossa, gostamos de estar à vontade”*. Se alguém estiver no espaço que pertence ao grupo é *“escuraçado”*.
- A inexistência de conflitos só é passível mediante o evitamento ou a não frequência dos mesmos espaços.



# Comunidade Educativa

## Como agir?

- A prevenção começa com o diagnóstico.
- A construção do projeto de prevenção e resposta ao Bullying e Cyberbullying deve basear-se nas necessidades específicas da escola e fundamento na investigação científica
- A única forma de intervir no contexto escolar é através do envolvimento sério de toda a comunidade escolar : direção, professores, funcionários, alunos e pais.
- Intervenção multinível: Escola, Turma e Individual

## A nível da Escola há que garantir:

- A coordenação do projeto por uma equipa que inclui membros da **direção**;
- A formação e preparação de **todos os adultos** que lidam com crianças e jovens;
- O plano educativo inclui **atividades específicas** trabalhadas nas várias disciplinas.
- O conhecimento claro das regras e procedimentos para **responder a casos de *bullying*** (definição; formas de atuação e consequências).
- Prémios e distinções para **dar valor às atitudes e ações contra o *bullying***.
- A maior vigilância em determinados **espaços**.

## A nível da turma:

- Atividades centradas na melhoria do clima de relações (ex: dinâmicas de aprendizagem em grupo que reforçam a coesão; debates; resolução de conflitos; tomada de perspetiva da minoria; expressão dramática).
- Organização de semanas temáticas.
- Círculo de amigos (dinamizar a rede de apoio entre companheiros)



## A nível individual:

- **Agressor** – Torná-lo parte da solução do problema. Evitar discursos culpabilizadores e moralistas.

Trabalhar a tomada de perspectiva do outro, a responsabilidade na compensação da vítima e na resolução do problema.

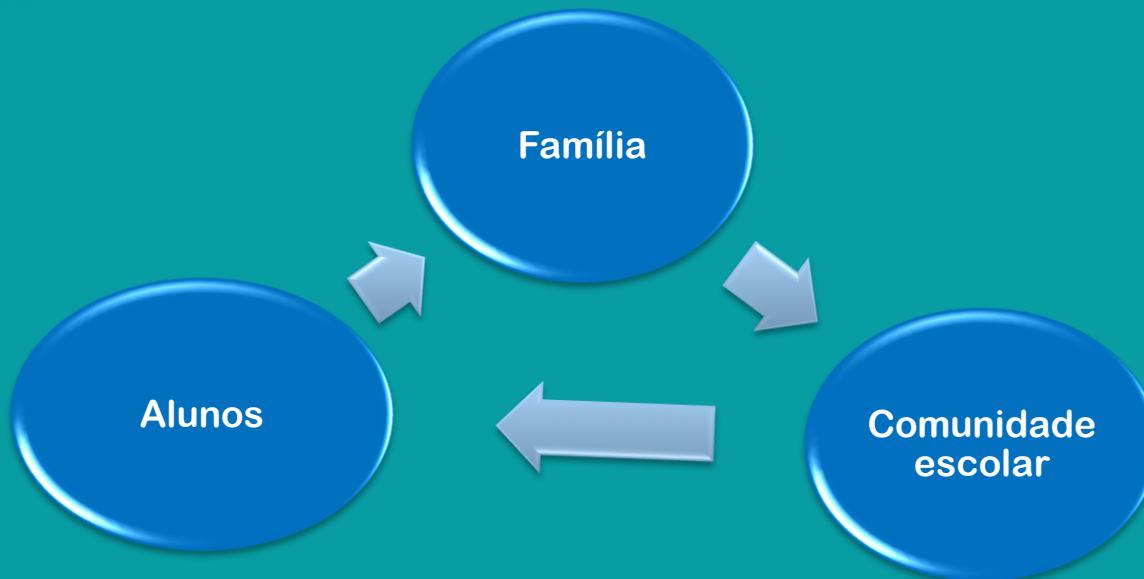
- **Vítima** – Transmitir-lhe confiança e apoio (ex.: Não desvalorizar o sofrimento da vítima ou culpá-la por aquilo que lhe acontece)

**Agressores e Vítimas** – Promover Competências Sociais e Métodos de Resolução de Problemas

**Avaliação do sucesso das políticas e dos programas desenvolvidos.**



Quem tem um papel fundamental para prevenir e responder ao *bullying* e ao *cyberbullying*?





## Alunos Como agir?

- Escolher um *nickname* genérico e mudá-lo em caso de *cyberbullying* (e.g., em vez de “PedroFamalicão” optar por “FootballFan”);
- Manter-se anónimo
- Tentar identificar o remetente (e.g., clicar no botão direito do rato sobre o endereço electrónico)
- Contatar o servidor ou operadora de telemóvel
- Não apagar mensagens e guardá-las como prova



# Alunos Como agir?

- Não responder a um agressor *online* → Evitar despoletar um ciclo vicioso
- Não ter medo de contar o que aconteceu
- Evitar as salas privadas
- Não marcar encontros na vida real
- Instalar um software especial que filtra e/ou bloqueia conteúdos *online* indesejados
- Denunciar situações de cyberbullying
- Consultar os sites: [www.seguranet](http://www.seguranet)  
[www.cybercrimes.net](http://www.cybercrimes.net).



## Comunidade escolar Como agir?

- Educar os alunos na ética e no direito de uso das tecnologias (Wolfsberg, 2006)
- Acompanhamento próximo do uso dos computadores e internet na escola
- Tomar medidas disciplinares sobre ações externas à escola, caso tenham um efeito adverso num aluno ou afetem a sua segurança e o seu bem-estar na escola → “Tolerância zero”
- Colaborar com as famílias na prevenção e na resposta aos casos de bullying e cyberbullying



## Comunidade escolar Como agir?

- Contatar os operadores *online*, relatar a atividade que viola os termos da lei, pedir para remover material inapropriado e impedir o acesso a *sites* aos utentes que não a cumpram (Stover, 2006)
- Aumento da consciência → e.g., *workshops* ou ensino direto de valores e regras de bom comportamento, do treino de empatia e do uso de histórias e dramas nos programas curriculares.



# Pais Como agir?

- Tomar consciência do problema (Campbell, 2005)
- Conhecer a internet e o uso das tecnologias
- Educar para o respeito, a compreensão e da responsabilidade
- Influência da localização e uso dos computadores e telemóveis em casa (Campbell, 2005);
- Incentivar a partilha de problemas



# Pais Como agir?

- Acreditar na vítima e evitar a punição
- Informar as autoridades escolares sobre o abuso, comunicar com a polícia e o servidor da Internet/operadora do telemóvel
- Guardar as mensagens como provas (Campbell, 2005)
- Escrever um contrato familiar sobre o uso da Internet e as precauções a tomar (Keith & Martin, 2005)
- Instale software de prevenção de cyberbullying



# Como sei se o meu filho é vítima de *bullying*?

## **Alguns destes sinais poderão surgir:**

- Falta de vontade ou recusa em ir para a escola;
- Relutância em ir sozinho para a escola;
- Sentir-se doente de manhã (dores de cabeça, barriga, etc.)
- Desmotivado em relação à escola e/ou diminui o seu rendimento académico
- Retraimento, começar a gaguejar, mostrar falta de confiança;
- Quando chega a casa parece triste, temperamental, lacrimajante ou deprimido.
- Tem poucos amigos;
- Chorar ao adormecer, ter pesadelos;
- Pedir dinheiro ou começar a roubar;
- Recusar falar acerca do que se passa
- Ter hematomas, cortes, aranhões inexplicáveis;
- Chegar a casa com roupas, livros, ou outros pertences rasgados, estragados;
- Começar a agredir outras crianças ou irmãos;
- Tornar-se agressivo e desmedido.

3) Perguntar à criança as seguintes questões para perceber se é um padrão repetitivo:

*“O quê, onde e quando aconteceu esse incidente?”*

*“Quem estava envolvido em cada ocasião?”*

*“Mais alguém viu e se sim quem?”*

*“O que já foi feito até ao momento?”*

*“Quais são os professores que estão conscientes do problema?”*

4) Estabelecer uma relação colaborativa com a escola. Lembre-se se você não está consciente que o seu filho é vítima de *bullying*, talvez os professores também não saibam.

Trabalhe com a escola no sentido de estabelecer um plano para lidar com a situação.

- 5) Guarde um diário/registo de eventos de quando o *bullying* começou e o que aconteceu.
- 6) Encoraje o seu filho/a a falar de qualquer situação de bullying que ocorra a um professor em que confiem.
- 7) Sem se intrometer e andar sempre com perguntas sobre o assunto, esteja atento à disposição do seu filho/a e procure saber como se passou o dia...
- 8) Tenha conversas que lhe permitam conhecer o seu filho/a adolescente e evite que ele/a pressinta que está a controlá-lo.

# Sites para consulta...

<http://www.internetsegura.pt/>

<http://linhaalerta.internetsegura.pt/>

<http://www.miudossegurosna.net/>

<http://www.seguranet.pt/>

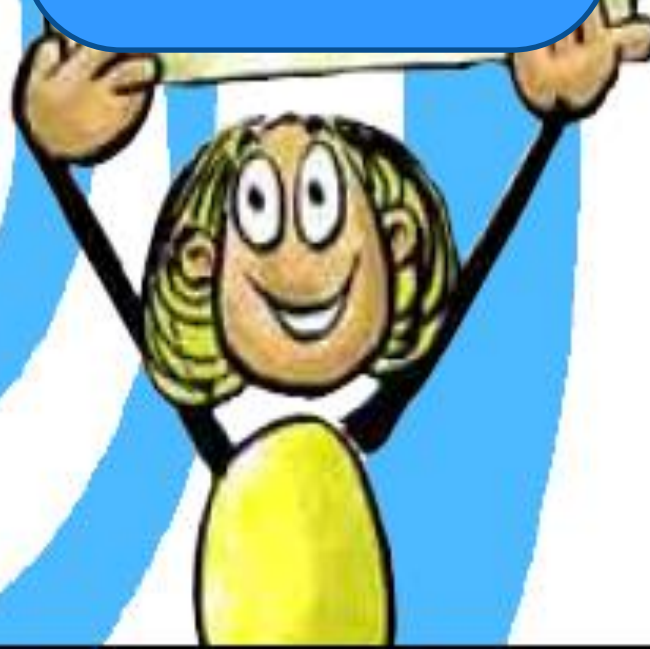
<http://www.pj.pt>

**COMBATER  
O BULLYING E O  
CYBERBULLYING!**

**EDUCAR PARA A CONVIVÊNCIA  
E O RESPEITO PELO OUTRO!**



**OBRIGADA PELA  
ATENÇÃO**



Outras situações para abordar  
o bullying e o cyberbullying  
com os alunos

# Situação 1

*“No final da aula de Educação Física, vê um colega teu a ser filmado a tomar banho no balneário por outros colegas. As imagens foram transmitidas por telemóvel”.*

*“No final da aula de Educação Física, o professor dirige-se balneário e vê um aluno seu a ser filmado a tomar banho no balneário por colegas. As imagens foram transmitidas por telemóvel”.*

# Situação 1

*O que fazes como colega e aluno?*

*O que faz como professor?*

*Como explicam o que fazem?*



## Situação 2...

*“Percebes que um amigo teu e outros colegas acabam de pôr no whatsapp da turma imagens a gozar com uma professora: “Com essa roupinha ganhavas o concurso de Miss Parola”.*

*“Percebe que um grupo de alunos da sua direcção de turma acabam de pôr no blog da turma imagens a gozar com uma colega professora: “Com essa roupinha ganhavas o concurso de Miss Parola”.*

## Situação 2...

*O que fazes como colega e aluno?*

*O que faz como professor?*

*Como explicam o que fazem?*