



ANTI-MOBING PROJEKT PROJETO ANTI-BULLYING

Informação Geral

O que é o Bullying?

O Bullying não é um fenómeno novo e está, infelizmente, muito presente nas escolas. Não deve, no entanto, ser confundido com conflitos isolados, brigas ou desentendimentos com agressividade. **Mobbing, Bullying ou Intimidação** são os termos técnicos utilizados para designar a violência aberta ou subtil que acontece repetidamente contra pessoas com a intenção de as isolar socialmente, portanto acções propositadas para magoar ou prejudicar colegas ou outros. Rapidamente acontece que mais alunos participem de forma ativa ou assistam passivamente.

Algumas pessoas são da opinião que o Bullying faz parte do desenvolvimento e é uma forma de as crianças e os adolescentes aprenderem a defender-se, no entanto, esta visão é errada.

Definição e descrição do Bullying

O Bullying é um comportamento intencional e danoso relativamente a outra pessoa, com as seguintes características:

- Desequilíbrio de forças – o Bullying tem como base uma desigualdade, uma diferença de poder – muitos contra um, forte contra fraco, agressivo contra brando
- Frequência: Ocorre de forma repetida (diariamente, semanalmente, mensalmente)
- Duração: Por um período alargado (semanas, meses)
- Resolução: Não é possível terminar resolver o Bullying sozinho.

Exemplos:

- Violência física (empurrar, bater, atacar)
- Ameaças (violência física ou outra)
- Tirar, esconder, danificar objectos escolares/vestuário
- Insultar, ofender, chamar nomes
- Ridicularizar, rebaixar, humilhar
- Dizer mal (atrás das costas), estragar a reputação
- Lançar rumores, mentiras
- Ignorar, isolar, excluir

- Olhares depreciativos, gestos humilhantes
- Culpar injustificadamente
- Denegrir a imagem junto de professores ou pais
- Ocultar informações importantes
- Extorsão de dinheiro “para protecção”
- Molestar sexualmente

O que é o Cyberbullying?

Nos tempos atuais de grande desenvolvimento da tecnologia, a nossa realidade é alterada constantemente, sendo necessário fazer adaptações. A fácil acessibilidade aos instrumentos tecnológicos, como os novos meios de comunicação traz uma nova dimensão aos comportamentos já conhecidos. Assim, surgem problemas relativamente aos novos *media* pois as crianças, os adolescentes e também muitos adultos não estão suficientemente preparados para a sua utilização. Na medida em que a utilização dos meios tecnológicos está sempre a aumentar, ocorrem também cada vez mais comportamentos negativos no espaço cibernético como o Cyberbullying. Por esta razão, a nossa prevenção deve também incidir em áreas como a protecção de dados, a esfera privada, os jogos online, o anonimato ou a punibilidade.

O Cyberbullying é a expressão para problemáticas específicas que surgem com o desenvolvimento tecnológico. Com as novas formas de comunicação como os SMS, E-mails ou Locais de Chat, é possível a violência verbal e psicológica assumir proporções incalculáveis. Estes comportamentos são caracterizados por uma dimensão virtual e por um crescente anonimato. Não se vê, nem se vivencia a pessoa com os seus sentimentos, com as suas reacções, nem se é confrontado com os efeitos das próprias ações e, não havendo este feedback, as competências empáticas ainda são menos solicitadas. Além disso, existe a falsa crença da não identificação e de uma certa impunidade.

A Escola Alemã de Lisboa assume o seu papel também relativamente a estes novos aspectos (que deve ser complementar ao dos pais), de continuar a desenvolver medidas pedagógicas em participação franca com crianças e adolescentes para, por um lado, informar e prevenir, e, por outro, para estabelecer limites de forma clara.

Definição e descrição do Cyberbullying

O **Cyberbullying** consiste em intencionalmente insultar, ameaçar, humilhar outros através dos novos meios de comunicação – geralmente durante um período relativamente longo.

O Cyberbullying diferencia-se em alguns pontos do “simples” Bullying:

- Interferência na vida privada a todo o minuto.
- O público é demasiado amplo. Os conteúdos espalham-se extremamente depressa.
- Os “Cyber-Bullies” agem geralmente de forma anónima.

Exemplos:

- Fazer telefonemas anónimos, ameaçadores
- Enviar mensagens danosas por sms, email, chatroom, blogues
- Escrever comentários infames nas redes sociais ou nos perfis
- Ignorar intencionalmente pessoas nos chatrooms ou obter dados pessoais de forma fraudulenta
- Fazer, enviar ou publicar imagens humilhantes
- Roubar palavras-passe
- Entrar em contas de utilizador e escrever mensagens, apagar, acrescentar informações, reenviar ou apagar emails pessoais
- Fazer perfis falsos que prejudicam intencionalmente outras pessoas
- Comentários, ameaças, exclusão propositada nos jogos online

Quais são os efeitos do Bullying/Cyberbullying?

As crianças ou adolescentes que são vítimas de Bullying na escola sentem-se sozinhas, tristes, ansiosas e inseguras, pensando que são elas próprias que têm algum problema. Atribuem facilmente a culpa a si próprios, o que vai fazer aumentar gradualmente o seu isolamento social, de forma a por vezes perderem a capacidade de relacionamento aberto com os outros. O Bullying tem efeitos negativos que podem afetar consideravelmente a sua personalidade, provocando por exemplo:

- Fobia escolar, faltas
- Quebra no rendimento escolar
- Problemas de concentração
- Sintomas psicossomáticos (distúrbios alimentares, dores de barriga, de cabeça)
- Perturbações do sono
- Faltas à Escola
- Perda de auto-confiança
- Isolamento e solidão

O Bullying pode ter repercussões muito negativas para a vida futura dos alunos envolvidos, não só para as vítimas como também para os agressores. É errado banalizar situações de intimidação, ao encará-las como fazendo parte do desenvolvimento.

Como se pode identificar o Bullying/Cyberbullying?

Apesar de ser difícil o reconhecimento de situações de Bullying, devem ser levados a sério alguns sinais como os anteriormente mencionados. Os pais são capazes de detectar facilmente que algo não está bem com os seus filhos, mais difícil é descobrir quais as verdadeiras razões para esse mal-estar. Muitas vezes, os professores ficam admirados quando são abordados relativamente a um caso de intimidação na sua turma. É que estas ações acontecem frequentemente de forma subtil e fora da sala de aula.

As crianças vítimas de Bullying habitualmente não falam com os professores nem com os pais sobre o problema. Têm medo de fazer queixinhas e sofrer represálias.

Quanto mais tempo durar uma situação de Bullying, mais difícil se torna encontrar uma solução e mais graves serão as repercussões físicas ou psicológicas nas crianças ou adultos atingidos.

O que leva crianças/adolescentes a intimidar outros?

Existem várias razões que podem contribuir para o surgimento de comportamentos de Bullying. Os jovens podem encará-los como uma maneira de se tornarem populares, de se gabarem, de mostrarem que são fortes, porque os outros passam a ter medo deles. Outros, terão talvez inveja ou ciúmes de quem escolhem como vítima. Outros, ainda, são eles próprios vítimas de intimidação. Muitas vezes não têm verdadeiramente a noção do impacto das suas acções, não imaginam como se sentem as vítimas, têm dificuldade em analisar os próprios comportamentos e o seu efeito nos outros.

Porque são intimidados alguns alunos?

Alguns são intimidados sem nenhuma razão particular, mas normalmente são crianças de alguma forma diferentes – talvez pela cor da sua pele, pela forma como andam, pelo seu tamanho, ou até devido ao seu nome. Por vezes são intimidadas por parecerem que não se sabem defender, ou porque não sabem ou não querem lutar.

Patrícia Poppe
Psicóloga Escolar