Bullying

Cada vez mais conhecido entre crianças e adultos, o *bullying* é um fenómeno que merece especial atenção. Muitos alunos já estiveram envolvidos em incidentes de bullying, quer como vítimas, quer como agressores e esta é uma forma de violência que deve ser travada o quanto antes.

Bullying é um termo inglês que significa agressão, violência física ou psicológica (por exemplo, ameaças e insultos) por parte de um ou mais colegas sobre um outro colega ou grupo de colegas. Estas ameaças e agressões ocorrem de propósito e, geralmente, o agressor é maior e mais forte do que a criança agredida (Towers & Ramalho, 2012).

O *bullying* pode assumir várias formas e diferentes comportamentos, tais como: violência física e/ou verbal, ameaças e intimidação, extorsão ou roubo de dinheiro e pertences, exclusão do grupo de colegas, etc.

O *bullying* acontece quando um aluno é provocado/vitimado e exposto, repetidamente e ao longo do tempo, a ações negativas por uma ou mais pessoas. Estas ações são intencionais e causam, ou tentam causar, danos ou mal-estar a essa pessoa. (Olweus,1994). O que distingue o *bullying* de uma provocação é o seu padrão intencional e repetido de intimidação física ou psicológica, além da desigualdade do poder físico ou psicológico, sendo o agressor mais forte, ou assim percepcionado.

O *bullying* pode ser conduzido por um indivíduo ou por um grupo, e o alvo das agressões pode também ser um indivíduo – a vítima – ou um grupo.

Este importunar repetido pode ser físico, verbal ou psicológico.

Ser vítima de *bullying* magoa profundamente e não deve ser aceite como algo natural.

O *bullying* é caracterizado pelos seguintes critérios:

Intencionalidade do comportamento: o comportamento tem um objetivo que é provocar mal-estar e ganhar controlo sobre outra pessoa.

Repetição: o comportamento é conduzido repetidamente e ao longo do tempo, e não ocasionalmente ou isoladamente.

Desequilíbrio de poder: normalmente os agressores são mais fortes física ou

psicologicamente e vêm as suas vítimas como um alvo fácil

Em Portugal, a incidência de vítimas de *bullying* nas escolas é de cerca de 20% e de 16% para os agressores (Pereira et al., 2004).

Quem é o *Bully*?

O agressor tem consciência dos seus atos; o objetivo é humilhar o outro para sentir que tem controlo. Geralmente, são jovens com necessidade de dominar, pouco tolerantes à frustração, pouco persistentes e que, de alguma forma, têm mais poder do que a vítima. São crianças mais isoladas e com poucos amigos, que não gostam da escolar e envolvem-se mais em comportamentos de risco para a saúde (ex. consumo de tabaco, álcool e drogas). *vivem em famílias onde existe distância emocional, disciplina inconsistente ou muito punitiva e ausência de transmissão de valores e normas sociais.*

O Bully também deve ser ajudado. Os adultos não devem ignorar ou recusar a ajuda a estas crianças.

Alguém é um *bully* se fizer estes comportamentos repetidas vezes: bater, ameaçar e disser coisas que assustam outra criança; roubar as coisas de outra criança; não deixar uma criança participar nas brincadeiras ou encorajar os colegas a não brincarem com ela; provocar; chamar nomes feios; humilhar.

Saber mais sobre o bullying

Muitas vezes, **a vítima não pede ajuda porque tem vergonha** e quer evitar retaliações do *bully* e/ou porque acha que não vão acreditar nela. Os adultos podem, erradamente, pensar que ela está a ser conivente com o *bully* e aumentar o seu risco de vitimação

O ***bullying* não é uma luta de crianças** nem somente uma provocação. É mais do que isso porque a criança que é vítima não se consegue defender e sente-se assustada e sozinha.

Se um adulto receber uma queixa de uma criança que alega estar a ser vítima de *bullying* **não deve ignorá-la.** Caso a criança não se sinta ajudada poderá desistir de pedir auxílio

"Até mesmo os meus colegas já não querem brincar comigo. Tentei ser invisível! Tento fugir dele para o evitar, mas quanto mais tento mais ele me chateia…"

Se uma criança está a ser maltratada pelos seus colegas, o adulto deve expor a situação à escola e resolverem o problema juntos

Quem é a vítima?

Geralmente são crianças mais sensíveis e que têm uma aparência diferente (por exemplo, excesso ou baixo peso, gaguejam, usam óculos, não seguem a moda); mostram-se passivas, pouco assertivas, introvertidas e incapazes de se defenderem

Alguns sinais e comportamentos de crianças vitimas de um Bully são:

- Objetos escolares 'perdidos' ou danificados;
- Roupa rasgada,
- Hematomas sem explicação aparente;
- Perda de interesse pela escolar ou desejo de mudar rapidamente de escola

Culpar a criança por não se defender é a pior atitude e só aumenta o seu sofrimento.

Professores, diretores e funcionários da escolar deverão ter um papel ativo contra o *bullying*, tomando medidas que proporcionem um ambiente seguro e livre de agressões.

Como os pais ou professores podem ajudar as crianças a não serem vítimas de *bullying*?

A investigação demonstra que a **prevenção** é a melhor forma de evitar o *bullying* (Olweus, 1993). Ninguém deve ignorar a sua existência. Os pais devem explicar este fenómeno aos seus filhos e a escolar também deve abordar o tema e promover sessões de esclarecimento com a participação dos alunos, pais ou outros encarregados de educação.

Como agir se uma criança estiver a ser vítima de *bullying*?

Se um adulto souber que uma criança é vítima de *bullying*, o primeiro passo é denunciar a situação ao Conselho Executivo da escola.

Se a queixa partir da própria criança ou de um colega, o adulto não deve, à partida, considerá-la um exagero. É fundamental averiguar a veracidade dos factos e agir em conformidade. A ausência de apoio à criança pode prejudicá-la ainda mais.

A intervenção dos pais e da escola deve ser imediata, tentando sempre não expor a criança vitimizada e considerar os seus sentimentos.

O adulto deve ouvir e apoiar a criança, procurando que ela expresse os seus sentimentos. É natural que a criança não se sinta à vontade para falar, por isso, o adulto deve manter-se calmo e mostrar-se paciente.

Livro recomendado:

Bully: um mauzão que gostava de magoar os seus colegas.

Psiquilibrios edições

Psiquilibrios
Av. Alfredo Barros, 20
4715-350 Braga
253 284 517
www.psiquilibrios.pt