

O que é Bullying?

O bullying é um termo inglês utilizado para descrever atos de violência física, verbal ou psicológica, intencionais e repetidos.

Podemos dizer que bullying se configura a partir de comportamentos agressivos que ocorrem entre pares numa situação desigual de poder, dos quais a vítima tem dificuldade em se defender. Diferenciam-se de outros tipos de violência pela frequência, intensidade e intencionalidade.

Pode ser:

- ♦ **Verbal** (insultar, ofender, falar mal, colocar apelidos pejorativos...)
- ♦ **Física e material** (bater, empurrar, beliscar, roubar ou destruir pertences da vítima)
- ♦ **Psicológico e moral** (humilhar, excluir, discriminar, chantagear, intimidar, difamar)



Porque acontece?

- ♦ Falta de limites nos seus processos educacionais no contexto familiar.
- ♦ Carência de um modelo de educação que seja capaz de associar a autorrealização com atitudes socialmente produtivas e solidárias.
- ♦ Vivência de dificuldades momentâneas como a separação traumática dos pais, ausência de recursos financeiros, doenças na família, etc.
- ♦ Falta de empatia, sentimento essencial para o exercício do altruísmo.

Quem está envolvido?

Todos estão envolvidos. Não existem somente vítimas ou agressores nesta violência.

O ciclo de bullying envolve toda a comunidade escolar, desde os alunos, a família e os funcionários da escola.

Vítima

Agressor

Bullying

Testemunha

Consequências comuns a todos os envolvidos

As consequências são as mais variadas e dependem muito de cada indivíduo, da sua estrutura, das vivências, da predisposição genética, da forma e da intensidade das agressões.

- ⇒ Baixo rendimento escolar
- ⇒ Baixa autoestima
- ⇒ Ansiedade
- ⇒ Isolamento social
- ⇒ Desinteresse
- ⇒ Agressividade e irritabilidade
- ⇒ Passividade
- ⇒ Distúrbios na alimentação/sono



ÉS Vítima:

- ♦ Denuncia ao teu agressor
- ♦ Evita ficar sozinho
- ♦ Não demonstres medo

Conheces alguma vítima?

- ♦ Não deixes o teu amigo sozinho
- ♦ Ajuda-o a contar a alguém de confiança o que se está a passar

Conheces o(a) agressor(a)?

- ♦ Tenta convencê-lo a mudar o seu comportamento
- ♦ Caso não tenhas sucesso, denuncia o caso

