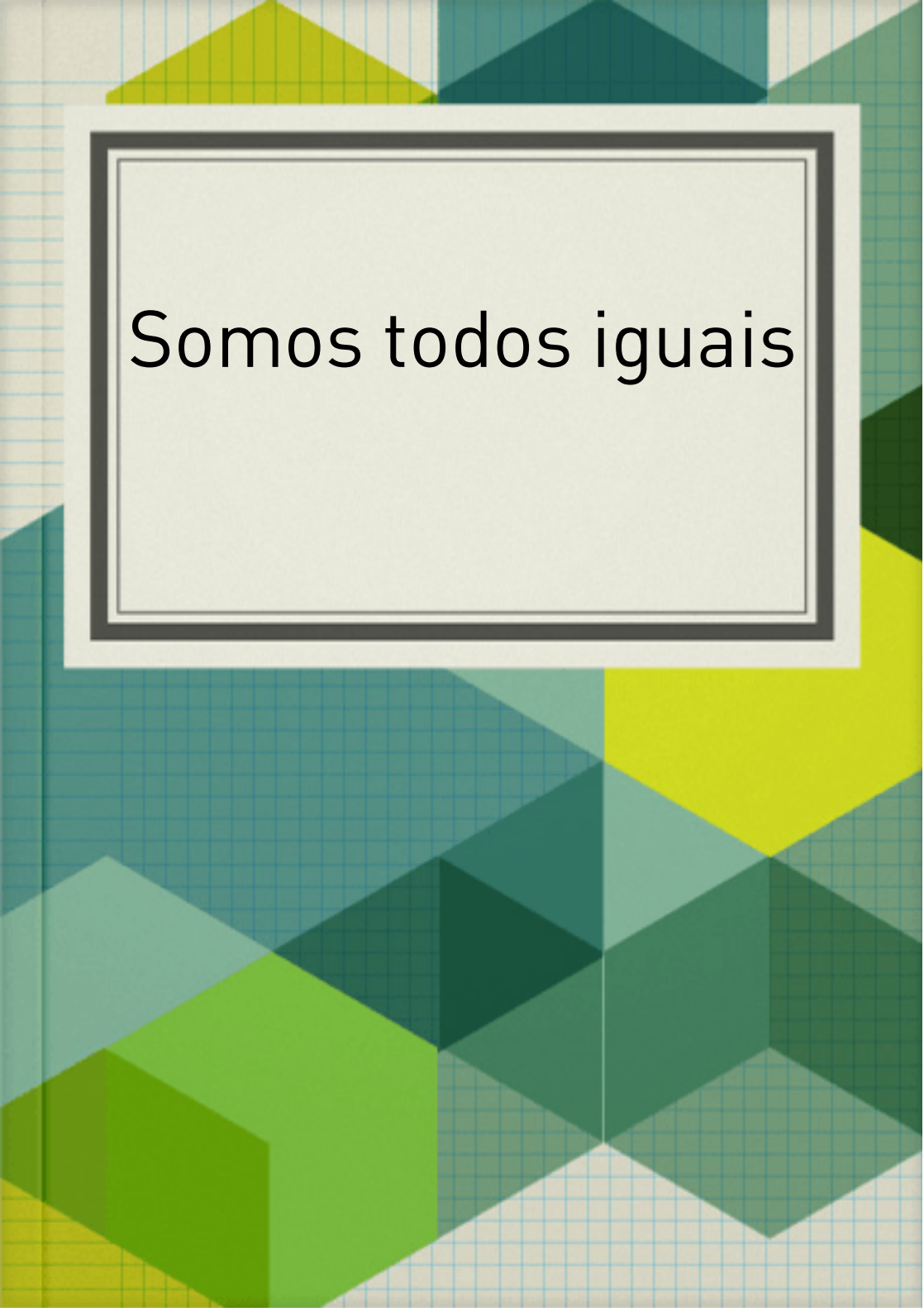




Somos todos iguais

Bullying é um termo da língua inglesa (bully = “valentão”) que se refere a todas as formas de atitudes agressivas, verbais ou físicas, intencionais e repetitivas, que ocorrem sem motivação evidente e são exercidas por um ou mais indivíduos, causando dor e angústia, com o objetivo de intimidar ou agredir outra pessoa sem ter a possibilidade ou capacidade de se defender, sendo realizadas dentro de uma relação desigual de forças ou poder.

O bullying se divide em duas categorias: a) bullying direto, que é a forma mais comum entre os agressores masculinos e b) bullying indireto, sendo essa a forma mais comum entre mulheres e crianças, tendo como característica o isolamento social da vítima. Em geral, a vítima teme o(a) agressor(a) em razão das ameaças ou mesmo a concretização da violência, física ou sexual, ou a perda dos meios de subsistência.

O bullying é um problema mundial, podendo ocorrer em praticamente qualquer contexto no qual as pessoas interajam, tais como escola, faculdade/universidade, família, mas pode ocorrer também no local de trabalho e entre vizinhos. Há uma tendência de as escolas não admitirem a ocorrência do bullying entre seus alunos; ou desconhecem o problema ou se negam a enfrentá-lo. Esse tipo de agressão geralmente ocorre em áreas onde a presença ou supervisão de pessoas adultas é mínima ou inexistente. Estão inclusos no bullying os apelidos pejorativos criados para humilhar os colegas. As pessoas que testemunham o bullying, na grande maioria, alunos, convivem com a violência e se silenciam em razão de temerem se tornar as “próximas vítimas” do agressor. No espaço escolar, quando não ocorre uma efetiva intervenção contra o bullying, o ambiente fica contaminado e os alunos, sem exceção, são afetados negativamente, experimentando sentimentos de medo e ansiedade.

As crianças ou adolescentes que sofrem bullying podem se tornar adultos com sentimentos negativos e baixa autoestima. Tendem a adquirir sérios problemas de relacionamento, podendo, inclusive, contrair comportamento agressivo. Em casos extremos, a vítima poderá tentar ou cometer suicídio. O(s) autor(es) das agressões geralmente são pessoas que têm pouca empatia, pertencentes à famílias desestruturadas, em que o relacionamento afetivo entre seus membros tende a ser escasso ou precário. Por outro lado, o alvo dos agressores geralmente são pessoas pouco sociáveis, com baixa capacidade de reação ou de fazer cessar os atos prejudiciais contra si e possuem forte sentimento de insegurança, o que os impede de solicitar ajuda.

No Brasil, uma pesquisa realizada em 2010 com alunos de escolas públicas e particulares revelou que as humilhações típicas do bullying são comuns em alunos da 5ª e 6ª séries. As três cidades brasileiras com maior incidência dessa prática são: Brasília, Belo Horizonte e Curitiba. Os atos de bullying ferem princípios constitucionais – respeito à dignidade da pessoa humana – e ferem o Código Civil, que determina que todo ato ilícito que cause dano a outrem gera o dever de indenizar. O responsável pelo ato de bullying pode também ser enquadrado no Código de Defesa do Consumidor, tendo em vista que as escolas prestam serviço aos consumidores e são responsáveis por atos de bullying que ocorram dentro do estabelecimento de ensino/trabalho.

É muito legal quando você está do lado que zomba, mas e quando é zombado? Pois é. Separamos umas dicas pra ajudar quem sofre com a maldade dos outros. Isso não inclui as brincadeiras bobas e inocentes, mas sim as que machucam e afetam o psicológico dos outros: Help, I need somebody, help! Quando as coisas passam dos limites, a melhor coisa a se fazer é conversar com alguém, pode ser com os pais ou amigos mais próximos! Nunca fique guardando sentimentos ruins dentro de você. Acredite, existem pessoas que se importam com você e super vão querer te ajudar nas horas difíceis.

Você não está sozinho buddy! Tem muita gente que passa por isso e, bom, você pode usar a internet ao seu favor e entrar em grupos específicos sobre bullying. Com certeza é uma ótima forma de aliviar o peso e não carregar a zoeira sozinho.

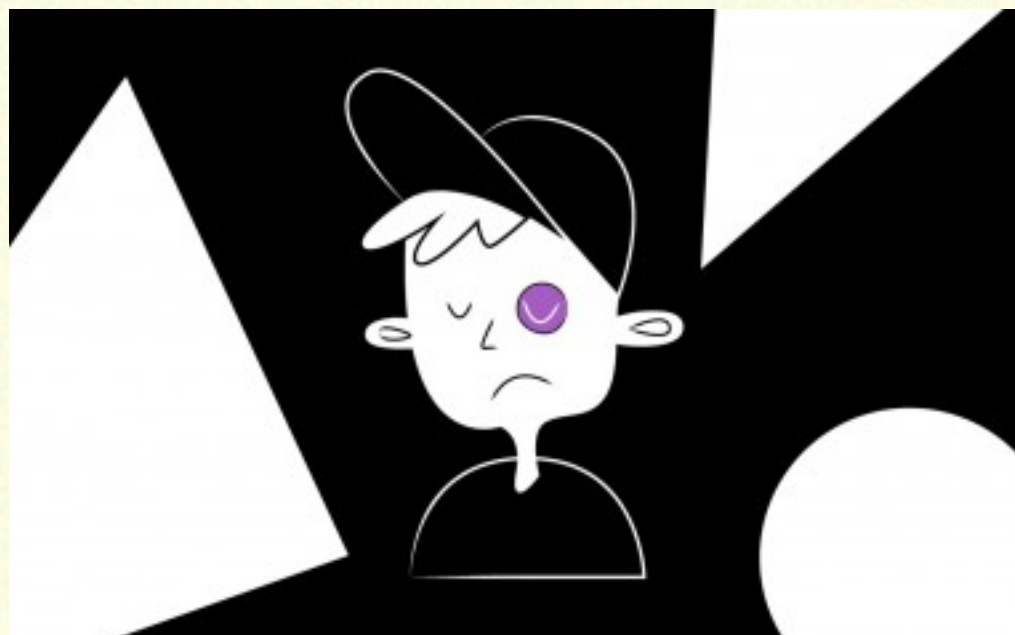
Abra as janelas e respire novos ares Está sendo zoadado na escola ou em lugares específicos? Então pratique o desapego de coisas ruins e frequente outros lugares que não te façam mal. Mude de escola e conheça novos amigos, se desligue um pouco da internet (caso esse seja o problema central). Acredite, tudo passa, você só precisa dar um empurrãozinho em você mesmo e criar soluções. :)

Procure profissionais Você é do tipo que pretende enfrentar o problema de cara? Que tal a ajuda de um psicólogo nessas horas? Eles são experts em conselhos e com certeza conseguem entender um pouco do que você está passando.

Respeito é bom e n







Questionário sobre bullying

Nome: _____

(Atenção! Você não é obrigado a colocar seu nome aqui, se você não quiser se identificar, pode deixar esse espaço em branco.)

1. Você acha que você já sofreu bullying alguma vez?

☐ Sim ☐ Não

Se você respondeu sim, quantas vezes já aconteceu?

☐ Poucas vezes ☐ Muitas vezes

Onde isso aconteceu?

☐ Na escola ☐ Na vizinhança

Se aconteceu na escola, onde exatamente foi?

☐ Sala ☐ Pátio ☐ Banheiro ☐ outro lugar

2. Você já viu outro aluno sofrendo bullying alguma vez?

☐ Sim ☐ Não

Se você respondeu sim, quantas vezes você já viu acontecer?

☐ Poucas vezes ☐ Muitas vezes

Onde isso aconteceu?

☐ Na escola ☐ Na vizinhança ☐ Outro lugar

Se aconteceu na escola, onde exatamente foi?

☐ Sala ☐ Pátio ☐ Banheiro ☐ Outro lugar

3. Que tipo de violência o(s) agressor(es) fez contra você ou contra o outro aluno?

☐ Colocou apelidos ☐ Ameaçou ☐ Roubou ou destruiu objetos

4. O quanto você se preocupa com o bullying?

☐ Muito ☐ Pouco ☐ Bateu ou empurrou ☐ Excluiu ou isolou ☐ Nada

5. Nessa folha, escreva o que você acha que pais, professores e outros adultos podem fazer para acabar com o bullying. PsicoEdu | Psicologia para Educadores

Dica do dia

Nem melhor, nem pior:
apenas diferente!



