

Mantenha-se
atento ao seu
filho!
Muitas vezes
este é um tipo
de violência
silenciosa e
que pode
deixar marcas
graves para o
resto da vida!

A PROBLEMÁTICA DO BULLYING...



O QUE LEVA O AUTOR DO BULLYING A PRATICÁ-LO?

Querer ser o mais popular, sentir-se poderoso e obter uma boa imagem de si mesmo. Isso tudo leva o autor do *bullying* a atingir o colega com repetidas humilhações ou depreciações. É uma pessoa que não aprendeu a transformar a sua raiva em diálogo e para quem o sofrimento do outro não é motivo para ele deixar de agir. Pelo contrário, sente-se satisfeito com a opressão do agredido, supondo ou antecipando quão dolorosa será aquela crueldade vivida pela vítima.

O QUE É O BULLYING?

O fenómeno do *bullying* escolar é um tipo de violência que ocorre entre pares, repetidamente e sem qualquer motivo aparente.

DIMENSÕES DO BULLYING:

- **Física** - bater, lutar, pontapear, danificar pertences, forçar a dar dinheiro, e extorsão;
- **Verbal** - proferir comentários desagradáveis, difamar, humilhar;
- **Psicológica** - ameaçar, implicar, irritar, excluir deliberadamente um individuo do grupo social, ignorar, ninguém falar com ele;
- **Sexual** - assédio, abuso.

Bullying físico:



Bullying psicológico:



Bullying verbal:



Cyberbullying:



O QUE NÃO É BULLYING?

Discussões ou zangas pontuais não são *bullying*. Conflitos entre professor e aluno ou aluno e professor também não são considerados *bullying*. Para que seja *bullying* é necessário que a agressão ocorra entre pares (Ex: colegas de classe ou de trabalho).

*Todo o bullying é uma agressão,
mas nem toda a agressão
é classificada como bullying.*



COMO IDENTIFICAR O ALVO DE BULLYING?

O alvo costuma ser alguém com baixa autoestima e retraída tanto na escola como em casa. Devido a estas características é difícil a pessoa conseguir reagir! Aqui é que entra a questão da repetição no *bullying*! Se a pessoa procurar ajuda, a tendência é que a provocação cesse!



**BULLYING
NÃO É
BRINCADEIRA**

PROBLEMAS ASSOCIADOS À VITIMIZAÇÃO DE BULLYING:

- Infelicidade na escola;
- Perda do interesse escolar;
- Diminuição do nível de empenho escolar;
- Falta de apetite;
- Perda ou dano de objectos pessoais;
- Regresso da escola com mau humor e relutância em dizer porquê;
- Alterações de humor aparentemente inexplicáveis;
- Dores de cabeça e barriga;
- Pesadelos e insónias;



CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING:

- Problemas de saúde mental;
- Maior probabilidade de se sentirem deprimidos;
- Angústias, fobias, ansiedade, pesadelos, impulsividade, infelicidade;
- Nos casos mais graves, o suicídio;
- Fraca ligação com a escola;
- Desinteresse e insucesso escolar;
- Forte probabilidade em se envolverem em delinquência, violência e, mais tarde, em comportamentos violentos;
- Dificuldade na obtenção e manutenção de emprego;
- Baixa autoestima e autoconfiança;
- Dificuldade em fazer e manter relacionamentos e amizades.