


Bullying

Todos podemos contribuir
para o seu fim



Um guia para os pais
de alunos do ensino básico e secundário

Primavera de 2013



Os efeitos do bullying ultrapassam o espaço do recreio. Enquanto pai ou encarregado de educação, indicamos-lhe os sinais a que deve estar atento, o que pode fazer e onde pode dirigir-se para obter ajuda.

O que é o bullying?

O bullying é um comportamento agressivo que tipicamente se repete ao longo do tempo. A sua intenção é agredir, suscitar medo ou angústia ou criar um ambiente escolar negativo para outra pessoa. O bullying ocorre numa situação onde exista um desequilíbrio de poder real ou percebido.

A definição completa em inglês pode ser consultada na Lei da Educação (Education Act) em www.e-laws.gov.on.ca



Tipos de bullying

Pode considerar-se bullying se o meu filho não tiver sofrido danos físicos?

O bullying pode assumir várias formas, entre elas:

- **física** – bater, empurrar, danificar ou roubar bens materiais;
- **verbal** – chamar nomes, troçar ou fazer comentários de carácter sexista, racista ou homofóbico;
- **social** – excluir outras pessoas de um grupo ou espalhar boatos ou rumores sobre elas;
- **escrita** – escrever bilhetes ou cartazes ofensivos ou insultuosos;
- **electrónica** (mais conhecida como cyber-bullying) – espalhar rumores e comentários ofensivos através da utilização de e-mail, telemóveis (por exemplo, por mensagens de texto) e em websites de redes sociais.

O que é o bullying electrónico ou cyber-bullying?

Trata-se da comunicação por via electrónica que:

- é utilizada para incomodar, ameaçar ou humilhar outra pessoa;
- utiliza e-mails, telemóveis, mensagens de texto e websites de redes sociais para ameaçar, assediar, humilhar, excluir socialmente ou prejudicar reputações e amizades;
- inclui formas de menosprezo, insultos e também pode implicar espalhar rumores, partilhar informações, fotografias ou vídeos privados ou ameaças de agressões a alguém;
- é sempre agressiva e ofensiva.

Nas escolas de Ontário, os presidentes do conselho directivo são obrigados a tomar medidas contra o cyber-bullying se este tiver um impacto no ambiente escolar. Por exemplo, se um aluno for vítima de bullying e humilhado como resultado de uma mensagem de e-mail enviada a outros alunos da escola, é possível que não queira frequentar a escola.

O bullying é inaceitável, independentemente da forma assumida.

O bullying acontece quando há um desequilíbrio de poder entre pessoas. Esse “desequilíbrio” pode significar que um aluno é mais velho, de raça diferente ou que tem mais amigos do que o outro.

Pepler, D., Craig, W., Connolly, J., Yuile, A., McMaster, L., & Jiang, D. (2006). A developmental perspective on bullying. *Aggressive Behavior*, 32, p. 376.

Qual é a diferença entre conflito e bullying?

Às vezes, as pessoas confundem conflito com bullying, mas são duas coisas diferentes.

O conflito ocorre entre duas ou mais pessoas em desacordo, com opiniões ou pontos de vista diferentes. O conflito entre alunos nem sempre significa que se trata de bullying. As crianças aprendem muito cedo a compreender que as outras pessoas podem ter uma perspectiva diferente das suas, mas o desenvolvimento da capacidade de pôr as coisas uma perspectiva demora o seu tempo e é um processo que continua até ao início da idade adulta (*Stepping Stones: A Resource on Youth Development*, p. 26).

Num conflito, cada pessoa está à vontade para exprimir a sua opinião e não existe um desequilíbrio de poder. Cada um sente que pode afirmar o seu ponto de vista. A forma como se lida com o conflito pode torná-lo positivo ou negativo.

O conflito torna-se negativo quando um indivíduo se comporta de forma agressiva ao dizer ou fazer algo ofensivo. O conflito assume-se então como uma interação agressiva. O conflito só se converte em bullying quando se repete constantemente e existe um desequilíbrio de poder. Ao longo do tempo, pode surgir um padrão de comportamento em que a pessoa agressiva no conflito dá continuidade ou agrava essa agressividade. A vítima do conflito agressivo pode sentir-se cada vez menos capaz de exprimir o seu ponto de vista e cada vez mais impotente. É então que o conflito negativo pode converter-se em bullying.

A escola deve reagir ao bullying e ao conflito de forma diferente. Por exemplo, em caso de conflito, um membro do pessoal da escola pode tentar reunir os alunos para que cada um conte a sua versão da história e ajudá-los a resolver a situação em conjunto.

Em caso de bullying, um presidente do conselho directivo deverá considerar medidas disciplinares graduais, que poderão incluir a suspensão ou expulsão.

Quão grave é o problema do bullying?

O bullying nunca é aceitável. Não deve ser considerado como “parte do processo de crescimento”. Estudos e a experiência demonstram consistentemente que o bullying é um problema grave, com consequências de longo alcance para os alunos envolvidos, suas famílias e colegas e para a comunidade que os rodeia.

As crianças que são vitimizadas, que têm comportamentos de bullying ou ambas estão em risco de sofrer vários problemas emocionais, comportamentais e relacionais. Necessitarão do apoio dos adultos para que as ajudem a desenvolver relações saudáveis, não só na escola, mas ao longo das suas vidas.

Cerca de um em cada três estudantes em Ontário (29 por cento) denunciou ter sido vítima de bullying na escola, de acordo com um estudo de 2011 pelo Centro para Adição e Saúde Mental (Centre for Addiction and Mental Health – CAMH).

Os alunos vítimas de bullying sofrem frequentemente de ansiedade social, solidão, introversão, doenças físicas e baixa auto-estima. Também podem desenvolver fobias, assumir um comportamento agressivo ou sofrer de depressão. Alguns alunos faltam às aulas, assistem a uma descida das suas notas ou abandonam a escola por completo por terem sido vítimas de bullying.

Em geral, as crianças e os adolescentes que aprendem a utilizar o poder e a agressão para assediar os outros deixam de se importar com a diferença entre o que está certo e o que está errado. Eventualmente, podem tornar-se adultos abusivos. Por isso, é importante ajudá-los a pôr fim ao bullying o mais cedo possível.

Os rapazes e as raparigas têm o mesmo tipo de comportamento de bullying?

Tanto rapazes como raparigas podem ter comportamentos de bullying. Os rapazes tendem a fazê-lo fisicamente, enquanto as raparigas costumam utilizar abordagens mais indirectas, como espalhar boatos sobre colegas ou isolá-los ao excluí-los de actividades ou grupos. No entanto, com a idade, é mais provável que tanto rapazes como raparigas pratiquem bullying de forma verbal e social.

Como posso saber se o meu filho está a ser vítima de bullying?

Uma criança pequena pode não conhecer a palavra “bullying”, mas sabe quando alguém está a ser mau, a agredi-la ou fazê-la sentir-se triste ou assustada. Pode não lho dizer por ter receio de piorar as coisas se “contar”, “delatar” ou “chibar-se”.

Delatar vs. Contar	
Delatar	Contar
Delatar algo consiste em denunciar alguém para causar problemas a essa pessoa.	Contar algo consiste em procurar ajuda quando nós ou outra pessoa estamos a ser agredidos ou quando o nosso direito ou o dessa pessoa à segurança não está a ser respeitado.

(Federação de Professores de Ontário (Ontario Teachers’ Federation – OTF) e Centro de Ontário para a Prevenção de Agressões (Le Centre Ontarien de prévention des agressions – COPA), *Creating Safe Schools*, Janeiro de 2012, p. 56)

O seu filho adolescente também pode não lhe dizer quando houver um problema e poderá utilizar termos como “assédio” em vez de “bullying” para descrever o comportamento. É frequente os adolescentes preferirem resolver os seus problemas sozinhos. Podem pensar que os pais ficariam zangados e lhes confiscariam aparelhos tecnológicos, como os telemóveis, ou podem simplesmente considerar embaraçoso o envolvimento dos pais.

Mesmo que não fale sobre isso, pode estar atento a sinais de que o seu filho está a ser vítima de bullying, como os seguintes:

- As crianças vítimas de bullying podem não querer ir à escola ou chorar ou sentir-se doentes em dias de escola.
- Podem não querer participar em actividades ou eventos sociais com outros alunos.
- Podem ter um comportamento diferente do normal.
- Subitamente, podem começar a perder dinheiro ou objectos pessoais ou chegar a casa com roupas rasgadas ou bens pessoais estragados sem dar explicações que façam sentido.
- Os adolescentes vítimas de bullying e/ou assédio também podem começar a falar em deixar a escola e começar a faltar a actividades que envolvam outros alunos.

O meu filho é vítima de bullying. O que devo fazer?

- Oiça o seu filho e garanta-lhe que tem o direito de se sentir seguro.
- Certifique-se dos factos. Tome notas sobre o que aconteceu e quando aconteceu.
- Ajude o seu filho a entender a diferença entre “chibar-se”, “delatar” ou “contar” e denunciar. É preciso coragem para denunciar. A denúncia não pretende causar problemas a outro aluno, mas sim proteger todos os alunos.
- Marque uma reunião para falar com o director de turma do seu filho, com outro professor em que o seu filho confie ou com o presidente ou vice-presidente do conselho directivo da escola.
- Por mais difícil que possa ser, tente manter a calma para que, em conjunto, possam apoiar o seu filho e planear um plano de acção.
- Mantenha-se firme. Esteja atento ao comportamento do seu filho. Se as suas reuniões com o pessoal da escola não resultarem no fim do bullying, volte e fale com o presidente do conselho directivo. Acompanhe os passos que foram acordados na reunião.
- Fale com o monitor ou treinador se o bullying tiver lugar durante actividades pós-escolares ou eventos desportivos.
- Contacte a polícia se o bullying envolver comportamentos criminosos, como agressão sexual ou utilização de uma arma, ou se a ameaça à segurança do seu filho ocorrer na comunidade e não na escola.

A empatia é a capacidade de reconhecer e partilhar as emoções sentidas por outra pessoa. Surge no fim da adolescência e não costuma estar completamente desenvolvida antes do início da idade adulta. Na infância, uma forma básica de empatia manifesta-se quando as crianças começam a sentir-se angustiadas por verem outras pessoas nesse estado.

Stepping Stones: A Resource on Youth Development

Como posso ajudar o meu filho a lidar com o bullying?

Ao colaborar com a escola para ajudar o seu filho a lidar com o problema de bullying, estará a dar o exemplo e a transmitir uma mensagem clara de que o bullying está errado.

Independentemente da idade, pode ajudar o seu filho incentivando-o a falar consigo sobre bullying e dando-lhe os seguintes conselhos:

- Mantém a calma e **afasta-te** da situação.
- **Conta a um adulto** em que confies – um professor, o presidente do conselho directivo, o motorista do autocarro da escola ou o supervisor da cantina – o que aconteceu ou denuncia-o anonimamente.
- **Fala sobre isso** com os teus irmãos ou irmãs ou com amigos para que não sintas que estás sozinho.
- **Liga para a Linha de Apoio a Crianças** através do telefone 1-800-668-6868 ou vai a www.kidshelpphone.ca

É possível que o meu filho tenha comportamentos de bullying?

Por vezes, as crianças têm comportamentos de bullying tanto em casa como na escola. Esteja atento em casa. Existem sinais de que um dos seus filhos esteja a intimidar um irmão?

As crianças com comportamentos de bullying podem ser agressivas e conflituosas em casa e não mostrar respeito pelas regras da família. Se estiver preocupado com a possibilidade de o seu filho ter comportamentos de bullying, preste atenção à forma como interage com os irmãos, consigo e com amigos quando estes visitarem a sua casa. Se lhe parecer agressivo, não tiver uma boa relação ou não demonstrar empatia, é provável que estes sejam sinais de que tem comportamentos de bullying na escola.

As crianças que intimidam fisicamente outros alunos também podem chegar a casa com nódoas negras, arranhões e roupas rasgadas. Subitamente, podem ter mais dinheiro para gastar do que o normal ou bens pessoais que normalmente não poderiam comprar. Além disso, podem falar sobre outros alunos “armando-se em duros”.

O comportamento de bullying pode desenvolver-se no decurso de um longo período de tempo ou como resultado de grandes mudanças, perdas ou perturbações na vida de uma criança ou adolescente. Algum dos seus filhos passou por este tipo de experiência recentemente?

Pense na forma como os problemas e conflitos são resolvidos em sua casa. Falam sobre os problemas de forma positiva em família? Uma boa forma de desencorajar o bullying é sendo um bom exemplo e mostrando ao seu filho como resolver as dificuldades sem recorrer ao poder ou à agressão.

Também é importante explicar aos seus filhos o que é o bullying. Deverá descrever os diferentes tipos de bullying e explicar que este é ofensivo e prejudicial. Deixe claro que o bullying está errado e é um comportamento inaceitável, seja em que circunstância for.

Como é que as escolas lidam com o bullying e outros incidentes?

Os alunos que tenham comportamentos de bullying, seja pessoalmente ou online, podem enfrentar consequências diferentes.

Os presidentes do conselho directivo utilizam uma abordagem de medidas disciplinares graduais face ao bullying. A política de medidas disciplinares graduais de Ontário permite a um presidente do conselho directivo escolher entre uma série de opções para lidar com o comportamento e ajudar o aluno a aprender com as suas escolhas. Eis alguns exemplos:

- um pedido de desculpa por um comentário ofensivo ou desrespeitoso;
- uma revisão do que se espera do aluno;
- uma reunião com os pais/encarregados de educação;
- aconselhamento com um terapeuta para controlo da raiva;
- suspensão do aluno.

Em casos mais graves, o presidente do conselho directivo poderá recomendar a expulsão do aluno se este já tiver sido suspenso por bullying e continuar a representar um risco inaceitável para a segurança de outra pessoa. Estas regras aplicam-se a alunos do ensino primário e secundário.

As medidas disciplinares graduais ajudam a evitar que comportamentos inadequados se agravem e tenham um impacto negativo em todos os alunos e nas percepções que estes têm sobre segurança e escola. Também promovem um comportamento positivo por parte dos alunos, ajudam-nos a assumir a responsabilidade pelas suas atitudes e a aprender formas mais positivas de interagir com os outros.

As escolas oferecem apoio a todos os alunos envolvidos em bullying: alunos que tenham sido vítimas de bullying, alunos que tenham tido comportamentos de bullying e alunos que tenham assistido a esses comportamentos.

Todas as escolas e conselhos devem dispor do seguinte:

- políticas para evitar e lidar com situações de bullying;
- planos de prevenção e intervenção para situações de bullying;
- políticas de medidas disciplinares graduais e educação igualitária e inclusiva.

Todos os funcionários do conselho são obrigados a denunciar ao presidente incidentes graves com os alunos, como situações de bullying. Os presidentes do conselho directivo são obrigados a investigar todos os incidentes de bullying denunciados.

Os funcionários do conselho que trabalhem directamente com os alunos, como é o caso de professores, assistentes sociais e orientadores, têm de reagir a todos os comportamentos inadequados ou desrespeitosos que tenham um impacto negativo no ambiente escolar, incluindo situações de bullying.



Os conselhos escolares são obrigados a dispor de programas, intervenções ou outros tipos de apoio para alunos que tenham sido vítimas de bullying, tenham tido comportamentos de bullying ou assistido a esses comportamentos.

Para obter mais informações sobre a forma como o pessoal lida com incidentes na escola, consulte a secção “Reporting and Responding” (Denunciar e reagir) no website do ministério em www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/reportingResponding.html ou fale com o presidente do conselho directivo da escola se pretender saber mais sobre os serviços que esta disponibiliza.

Os presidentes do conselho directivo têm de contactar os pais/encarregados de educação de alunos que tenham sido vítimas de bullying, bem como dos que tenham tido comportamentos de bullying e informá-los sobre:

- o que aconteceu;
- os prejuízos sofridos pelo aluno;
- as medidas tomadas para proteger a segurança do aluno, incluindo qualquer medida disciplinar tomada em resposta ao incidente;
- os apoios que serão prestados ao aluno como resposta ao incidente.

Além disso:

- os presidentes do conselho directivo têm de convidar os pais para uma discussão sobre os apoios dados ao filho.

O que posso esperar da escola se o meu filho for vítima de bullying?

A escola deve dispor de um procedimento que permita a pais, alunos e terceiros denunciar incidentes de bullying de forma anónima.

Se está preocupado com o seu filho ou apenas pretende obter mais informações, peça para consultar:

- a política de prevenção e intervenção para situações de bullying do conselho escolar;
- o código de conduta da escola, que estipula a forma como os alunos, professores e outros membros da comunidade escolar devem comportar-se entre si;
- o plano de prevenção e intervenção para situações de bullying da escola e do conselho. Este documento explica o que o pessoal da escola pode fazer para resolver o problema;
- os resultados da escola no Inquérito sobre o ambiente escolar. Este inquérito anónimo ajuda as escolas a avaliar as impressões sobre segurança e a tomar decisões sobre como evitar o bullying e promover escolas seguras e tolerantes. Os inquéritos devem ser realizados pelo menos a cada dois anos.

Se o pessoal tomar conhecimento de que o seu filho está a ser vítima de bullying, pode esperar um contacto da escola. É possível que o director de turma ou outro professor em que o seu filho confie possa ajudar a identificar algumas estratégias que contribuam para resolver o problema.

Espera-se que as escolas envidem todos os esforços para investigar exaustivamente os seus motivos de preocupação, sem deixarem de proteger a privacidade dos alunos.

As escolas ajudarão todos os alunos envolvidos em situações de bullying, incluindo os que tenham tido comportamentos de bullying, sido vítimas de bullying ou assistido a esses comportamentos.

A escola terá um processo que poderá acompanhar se estiver preocupado com o apoio prestado ao seu filho. Se não estiver satisfeito com a resposta da escola, poderá contactar o supervisor do conselho escolar.

Além disso, poderá considerar juntar-se à equipa de promoção de escolas seguras e tolerantes da escola. A equipa é responsável por fomentar um ambiente escolar seguro, inclusivo e tolerante e inclui o presidente do conselho directivo, pelo menos um pai, o pessoal da escola, um aluno e um parceiro da comunidade.

Bom, pelo menos o meu filho não está envolvido em situações de bullying...

Toda a gente é prejudicada com o bullying e todos podem contribuir para o evitar. Em 85 por cento dos casos, o bullying acontece em frente de testemunhas. Estas testemunhas são afectadas pelo que vêem. Mesmo que as testemunhas tenham medo e não queiram envolver-se por medo de represálias ou de agravar a situação para a vítima de bullying, podem denunciar esses comportamentos anonimamente.

Pode ajudar a explicar ao seu filho que o bullying é inaceitável e que ele pode contribuir para o seu fim ao denunciá-lo a um adulto ou de forma anónima.

Fomentar relações saudáveis pode contribuir para o fim do bullying

A prevenção e intervenção para situações de bullying implicam mais do que simplesmente eliminar o bullying.

Também procuram promover o desenvolvimento de relações saudáveis, que implicam interacções respeitadas entre as pessoas, seja cara a cara ou online. O objectivo é garantir que todos os alunos podem relacionar-se de forma saudável, segura, respeitosa e afectiva com todos aqueles com quem interagem.

Os professores, pais e outros adultos apoiam e agem como exemplos para as crianças ao mostrar-lhe como funcionam as relações saudáveis. As relações positivas entre as crianças dependem de relações positivas com os adultos.

É menos provável que alunos capazes de manter relações saudáveis manifestem comportamentos de bullying, é mais provável que apoiem alunos vítimas desses comportamentos e estarão melhor preparados para atingirem os seus objectivos académicos. A promoção de relações saudáveis é um factor decisivo para evitar o bullying e criar um ambiente escolar seguro e tolerante.



Como estamos a contribuir para tornar as escolas de Ontário seguras e tolerantes

Para os alunos alcançarem o sucesso escolar, é essencial contar com um ambiente escolar positivo e uma atmosfera de aprendizagem e ensino segura.

Saiba mais sobre:

- **Estratégia para escolas seguras.** Esta estratégia abrangente inclui uma equipa de promoção de escolas seguras e tolerantes em cada escola, recursos escolares, formação para professores e presidentes do conselho directivo e uma parceria com a Linha de Apoio a Crianças. ontario.ca/acceptingschools
- **Inquérito sobre o ambiente escolar para os pais.** Este inquérito está disponível em 22 idiomas. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/climate.html
- **A abordagem à disciplina em Ontário.** As “medidas disciplinares graduais” envolvem toda a escola e promovem um ambiente escolar positivo. Permitem ao presidente do conselho directivo escolher as consequências apropriadas para lidar com comportamentos inadequados dos alunos. Também disponibiliza vários apoios aos alunos para promover um comportamento positivo. Esta política é explicada com maior detalhe em www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/145.pdf
- **Código de conduta.** Este guia para o código de conduta de Ontário explica as funções e responsabilidades de todos os intervenientes na comunidade escolar, incluindo alunos, pais, pessoal da escola e parceiros da comunidade. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/code.html
- **A política de prevenção e intervenção para situações de bullying de Ontário.** Esta política explica as expectativas para os conselhos escolares no desenvolvimento e implementação da respectiva política de prevenção e intervenção para situações de bullying. www.edu.gov.on.ca/extra/eng/ppm/144.pdf
- **Estratégia de educação igualitária e inclusiva.** Explica a forma como o ministério, os conselhos escolares e as escolas estão a apoiar a educação igualitária e inclusiva nas escolas de Ontário. www.edu.gov.on.ca/eng/policyfunding/equity.html
- **Prémio do Primeiro-Ministro para Escolas Tolerantes.** Este prémio reconhece até 10 equipas de promoção de escolas seguras e tolerantes que tenham feito um trabalho excepcional e inovador para criar um ambiente escolar seguro e tolerante. www.edu.gov.on.ca/eng/safeschools/award.html
- **Linha de Apoio a Crianças.** Este serviço de aconselhamento confidencial está disponível 24 horas por dia, 7 dias da semana. Visite www.kidshelpphone.ca ou ligue para **1-800-668-6868**.

Informações adicionais:

- **Recursos sobre bullying para os pais, desenvolvidos por PREVNet (Rede para a promoção de relações e erradicação da violência)** www.prevnet.ca/BullyingResources/ResourcesForParents/tabid/390/Default.aspx
- **Kit de ferramentas para os pais, edição adolescentes: O que os pais podem fazer para ajudar os filhos adolescentes a alcançar o sucesso.** Este kit de ferramentas é uma coleção de dicas, sugestões e recursos para os pais ajudarem e incentivarem os filhos adolescentes na escola.
www.ontariodirectors.ca/Parent_Engagement/Parent_Engagement.html
- **Safe@School.** Este website fornece recursos sobre prevenção de situações de bullying e educação igualitária e inclusiva, incluindo materiais de formação para professores e membros do pessoal escolar.
www.safeatschool.ca
- **Stepping Stones: A Resource on Youth Development.** Desenvolvido pelo Ministério dos Serviços Infantis e da Juventude, este recurso fornece uma visão geral das fases de desenvolvimento de jovens entre os 12 e os 25 anos e as formas como podemos identificar e responder às suas necessidades. Disponível em ontario.ca/steppingstones

Saiba mais sobre escolas seguras e tolerantes em
ontario.ca/acceptingschools

Solicite cópias gratuitas desta brochura em inglês e francês através de ServiceOntario em
ontario.ca/publications

Esta brochura e mais informações para os pais estão disponíveis em vários idiomas em
ontario.ca/EDUparents