

BULLYING: CONHECER PARA PREVENIR

BULLYING: KNOW TO PREVENT

ELISABETE FERNANDES ¹

SÓNIA HENRIQUES ¹

SUSANA MACEDO MENDES ¹

ESPERANÇA JALES RIBEIRO ²

¹ Alunas do Curso de Mestrado em Intervenção Psicossocial com Crianças e Jovens em Risco na Escola Superior de Educação do Instituto Politécnico de Viseu – Portugal.

² Professora Coordenadora no Departamento de Psicologia e Ciências da Educação da Escola Superior de Educação e investigadora do Centro de Estudos em Educação, Tecnologias e Saúde (CI&DETS) do Instituto Politécnico de Viseu – Portugal. (e-mail: esperancaribeiro@esev.ipv.pt)

Resumo

O *bullying* é um fenómeno que suscita a apreensão de toda a sociedade. Deste modo, enquanto pais, educadores e profissionais, devemos reconhecer que a violência entre pares em meio escolar afeta gravemente o desenvolvimento saudável das crianças. Conhecer e identificar as causas que estão na origem do *bullying*, bem como as consequências que este comportamento acarreta no desenvolvimento psicossocial dos seus alvos, é fundamental para melhor intervir. Proteger as crianças e jovens de hoje contribui para potenciar um futuro sem violência, através da existência de adultos equilibrados. Assim, a criação e implementação de estratégias de prevenção do *bullying* em contexto escolar constituiu-se como dever social, porquanto só através de diversificadas conjugações de esforços será possível contribuir para um amanhã mais seguro.

Palavras-chave: *bullying*, escola, prevenção, estratégias, violência.

Abstract

Bullying is a phenomenon that raises concern in the whole society. Therefore, as parents, educators and

professionals, we must recognize that peer violence in schools seriously affects children's healthy development. Knowing and identifying the root causes of *bullying*, as well as its consequences in the psychosocial development of the targets, it's essential to better intervene. Protecting the children and young people of today, contributes to a possible future without violence, through the existence of balanced adults. Thus, the creation and implementation of *bullying* prevention strategies in schools, constitutes a social duty, because only through a diversified conjugation of efforts we can contribute to a safer tomorrow.

Keywords: *bullying*, school, prevention, strategies, violence.

Introdução

Nos últimos anos, verificou-se uma nova forma de violência escolar que tem vindo a ganhar cada vez maior relevância nos *mass media*, causando preocupações aos pais, educadores e à sociedade em geral. Este fenómeno, conhecido como *bullying*, não é recente nem é um acontecimento novo dentro das escolas; no entanto, só nos anos 80, através dos estudos do norueguês Olweus, é que foram definidos como *bullying* os comportamentos agressivos, antissociais e reincidentes que ocorrem entre estudantes no contexto escolar (Freire & Aires, 2012). Toda a violência é caracterizada pelo abuso de poder de um ou mais indivíduos sobre um outro ou vários, pelo que a prevenção da violência promovendo a não-violência é importante e necessária, sobretudo nas escolas (Cardoso, 2009). Apesar de acontecer no contexto das instituições escolares, o *bullying* não pode ser encarado como um problema apenas da escola, mas de toda a sociedade. Uma vez que tem consequências a longo prazo e interfere negativamente no desenvolvimento socioemocional, quer das vítimas, quer dos agressores (Fante, 2008), é urgente avançar para a intervenção como forma de prevenir e reduzir o *bullying* nas escolas (Pereira, 2002). O presente artigo encontra-se estruturado em três partes. Na primeira, caracteriza-se o *bullying*, identificam-se os seus diferentes tipos e os intervenientes neste fenómeno, as causas que poderão estar na sua origem e suas respetivas consequências, bem como a existência de fatores de risco e proteção para a criança ou jovem. Num segundo momento, aborda-se o papel das escolas na prevenção e, por último, apresentam-se algumas das estratégias no domínio da prevenção do *bullying* em meio escolar.

Para uma definição de *bullying*

É importante distinguir o *bullying* de outros comportamentos similares com os quais, por vezes, se confunde (Fernandes & Seixas, 2012). A diferença entre o *bullying* e outros comportamentos agressivos consiste na intencionalidade de fazer mal a uma determinada vítima (Pereira, 2002). Também Costantini (2004, p. 18) refere que estes comportamentos “não são conflitos normais ou brigas que ocorrem entre estudantes, mas verdadeiros atos de intimidação preconcebidos, ameaças que sistematicamente, com violência física e psicológica, são repetidamente impostas a indivíduos mais vulneráveis”. Strecht (2004) afirma que o *bullying* se caracteriza por situações fortes, graves e repetidas que envolvem algumas crianças e adolescentes enquanto vítimas, mas também enquanto vitimadores, e que acontecem, principalmente, no espaço da escola que ambos frequentam, não incluindo o que por vezes existe de agressivo, competitivo, discriminador e que, em pequena escala, faz parte das relações do dia a dia entre crianças e adolescentes. Assim, o *bullying* pode ser definido como “o abuso de poder directo e vitimação (persistente e prolongado no tempo) de um aluno ou de um grupo de alunos sobre outro aluno, mais vulnerável e que assume o papel de vítima.” (Amado, 2005, p. 310). É um fenómeno que se refere a ações agressivas e gratuitas contra uma mesma vítima, que ocorrem num período alargado de tempo, marcadas pelo desequilíbrio de poder. É diferente de outros tipos de agressões pelo facto de ser repetitivo, deliberado e intencional (Fante, 2008). Ainda Pereira (2002), citando Olweus (1993), define *bullying* como sendo um comportamento agressivo de intimidação e que apresenta um conjunto de características comuns, entre as quais se identificam várias estratégias de intimidação do outro e que resultam em práticas violentas exercidas por um indivíduo ou por pequenos grupos, com carácter regular e frequente. Desse modo, podemos afirmar que, embora o *bullying* possa apresentar diversas definições, todas convergem para uma relação premeditada de poder desigual, com a declarada intenção de magoar, ridicularizar, inferiorizar uma ou várias vítimas perante uma ou várias pessoas, criando inevitavelmente, um “efeito de etiquetagem para a vítima” (Pereira, 2002, p. 17). Desta forma, Fernandes & Seixas (2012) referem que os critérios que permitem caracterizar e distinguir o *bullying* são três: a intencionalidade, o carácter repetitivo e sistemático e a desigualdade de poder entre os alunos envolvidos. O *bullying* assume, pois, várias formas, umas mais atroz que outras, mas sempre com a intencionalidade de magoar o outro. Em contexto escolar, ocorre maioritariamente no recreio e manifesta-se, essencialmente, em maus tratos físicos e intimidação psicológica. Pode ser praticado por um ou mais agressores e, por norma, a vítima é uma criança/jovem inseguro, fácil de martirizar, com dificuldades em se defender e pedir ajuda (Pereira, 2002). De acordo com Neto (2005), podem distinguir-se dois tipos de *bullying*: o direto e o indireto. O ataque às vítimas é direto quando é caracterizado por

agressões físicas, ameaças, roubos, ofensas verbais, ou expressões e gestos que incomodam os alvos. Por sua vez, é indireto quando as ações têm por objetivo levar ao isolamento social, envolvendo atitudes de indiferença, isolamento, difamação e exclusão. No entanto, Bjorqvist, Lagerpetz & Kaukiainen (1992, cit. por Pereira, 2002), dividiram o direto em duas categorias: física e verbal. Na primeira incluíram as agressões físicas, ameaças, roubos, bater, empurrar, dar pontapés, na segunda as ofensas verbais, insultos, alcunhas, expressões e gestos, gozar com a vítima (Lopes Neto, 2005, cit. por Freire & Aires, 2012).

Mais recentemente surgiu um terceiro tipo de *bullying*, designado por *ciberbullying*. Este caracteriza-se pelo uso de novas tecnologias, utilizando sobretudo a internet para desvalorizar as vítimas. Os jovens que recorrem a este meio, por norma, motivam-se pelo anonimato, pois utilizam apelidos/*nicknames* ou fazem-se passar por outras pessoas (Fante & Pedra, 2008). De acordo com Fernandes & Seixas (2012), para que se verifique *bullying* é necessário o “envolvimento ativo de, pelo menos, dois sujeitos, um agressor e uma vítima” (p. 24). No entanto, em contexto escolar, um mesmo aluno pode desempenhar o papel de vítima (o que sofre o *bullying*), de agressor (aquele que pratica o *bullying*) e de observador (o que testemunha o *bullying*). Contudo, Olweus (1978, cit. por Fernandes & Seixas, 2012), faz a distinção entre vítima passiva e vítima agressiva, pela forma como esta reage aos ataques de que é alvo. Os alunos vítimas-agressivas evidenciam um comportamento discutível, na medida em que, tal como os agressores, apresentam níveis mais elevados de autoconfiança e autoestima, mas apresentam igualmente elevados níveis de rejeição e incapacidade, tal como as vítimas (Fernandes & Seixas, 2012). Também a Associação Brasileira de Proteção à Criança e ao Adolescente (ABRAPIA) caracterizou os intervenientes no *bullying* como: autores, alvos, espectadores e alvos/autores (Freire & Aires, 2012). Em contexto escolar, os autores do *bullying* praticam as agressões contra os colegas utilizando a sua força física ou aptidão psicoemocional, para intimidar, maltratar, dominar, liderar e vitimizar os mais fracos/indefesos, os que são mais vulneráveis e que não conseguem contrariar ou impedir essas mesmas agressões (Freire & Aires, 2012; Fernandes & Seixas, 2012). Os alvos são aqueles que estão expostos de forma repetida e prolongada aos atos negativos praticados por um ou mais colegas, demonstram fracas aptidões de socialização e não conseguem reagir perante a agressão ou até mesmo terminá-la (Strecht, 2008; Freire & Aires, 2012; Fernandes & Seixas, 2012). Por último, os espetadores, que não participam de forma direta nas agressões, mas que participam indiretamente enquanto audiência. Geralmente, desempenham papéis passivos, que podem ser encorajadores para a continuidade do *bullying*, e quando se manifestam em defesa da vítima é, maioritariamente, por uma questão de amizade (Camargo, 2009; Fernandes & Seixas, 2012). No caso dos alunos observadores, a “exposição à violência

pode dar lugar a uma conduta antissocial, passiva perante os problemas alheios, a relações entre iguais de domínio-submissão, a valores pouco solidários.” (Urna, 2009, p. 335). Estes observadores manifestam alguns sentimentos de fraqueza e depressão, pois ora estão a sofrer, ora estão a aprender comportamentos negativos.

É difícil determinar as causas dos comportamentos agressivos nas crianças e jovens, uma vez que variam de caso para caso e a origem desses comportamentos, pode resultar da interação de fatores internos e externos. Segundo Marcos (cit. por Urna, 2009, p. 332), “as sementes da violência são semeadas nos primeiros anos de vida, são cultivadas e desenvolvidas durante a infância e começam a dar os seus frutos malignos durante a adolescência”.

Vários estudos sobre a agressividade nos jovens concluem que, quando o comportamento agressivo se manifesta precocemente, ainda na infância, constitui-se como indicador de comportamentos desviantes no futuro. Segundo Negreiros (2008), a criança ao crescer e interagir com um mau ambiente social e familiar tende a apresentar comportamentos desajustados na sociedade. Obviamente que se o estilo educativo dos pais for negligente e não houver imposição de regras, for desinteressado e ausente, ou por outro lado, for autoritário com recurso a punições físicas, maior é a probabilidade de potenciar uma reação/ação desajustada da criança ou jovem noutros contextos. Por outro lado, o inverso potencia uma saudável e equilibrada adaptação ao meio social. De acordo com Freire & Aires (2012), é necessária uma visão ecológica e ampla antes de se fazer qualquer inferência sobre a origem de comportamentos antissociais dos jovens, seja culpando-se o aluno, ou culpando-se a escola, ou ainda a família ou a sociedade. Torna-se, assim, fundamental percebê-los como resultado de problemas que estão inseridos em todos esses ambientes – pessoal, escolar, familiar ou social – e nas inter-relações que entre eles ocorrem. Segundo Beane (2008), são, ainda, influenciadores, entre outros, fatores individuais e influências sociais. No entanto, Almeida (2012) refere que existem várias causas que favorecem situações de *bullying* e que são aumentadas pela heterogeneidade existente no contexto escolar, uma vez que aí convivem jovens de diferentes etnias, culturas e níveis socioeconómicos muito distintos. Segundo Fernandes & Seixas (2012), as motivações dos agressores estão orientadas para a obtenção de determinado fim, seja uma recompensa, aprovação pelos pares, integração no grupo ou a necessidade de obter pertences de outrem. Para além destas, Beane (2010, cit. por Fernandes & Seixas, 2012), identifica ainda a “inveja (...); o medo de ser alvo de troça (...); a vingança (...); e a proteção e preservação da própria imagem(...)” (p. 28). Para Fernandes & Seixas (2012) existem alunos mais propensos a serem vítimas: alunos caracterizados por “ansiedade, baixa auto-estima, inibição, retraimento social, timidez, submissão e dificuldades de regulação” (p. 96), mas também aqueles alunos que são diferentes “de forma manifesta (deficiência, etnia ou

religião) ” (p. 95). Contudo, independentemente das causas que estão na sua origem, o *bullying* apresenta consequências a vários níveis para os seus intervenientes, sendo apontado como estando na base de depressões e de dificuldades de inserção social na vida futura da vítima. Igualmente, também se verifica existir uma maior incidência de delinquência nos jovens com historial de *bullying* na escola (Amado, 2005). Segundo Martins (2007), as crianças agressoras, vítimas e vítimas/agressoras têm muitas vezes problemas quer ao nível das aprendizagens académicas, quer ao nível do rendimento escolar e ao do absentismo. Muitas destas crianças poderão apresentar dificuldades de aprendizagem na escola, as quais estão associadas a problemas relacionais e de comportamento. Quando há um envolvimento em condutas agressivas de forma continuada existe uma maior probabilidade de dificuldades nas relações com os professores, bem como de haver suspensão, reprovação e abandono escolar, o que facilmente pode conduzir a condutas delinquentes. Para este autor, as vítimas/agressoras mostram ser o grupo que se encontra numa situação de maior risco psicossocial. Pois, segundo Urra (2009, p. 329), quer as vítimas, quer os agressores “manifestam baixa auto-estima e têm um fraco poder de influência nas relações interpessoais com os pares.” Nos alunos vítimas de *bullying* podem ser identificadas consequências, tanto ao nível físico (dores de cabeça, garganta, barriga), como ao nível psicossomático (irritabilidade, cansaço, falta de apetite, insónias) como ao nível psicológico, o que se traduz em sentimentos de solidão, rejeição, tristeza, infelicidade, baixos níveis de autoestima/autoconfiança, elevados níveis de depressão, ansiedade, angústia, terror, o que, em situações extremas, pode levar mesmo a cometer o suicídio (Cardoso, 2009; Fernandes & Seixas, 2012; Urra, 2009). Embora as marcas psicológicas não sejam visíveis, as vítimas têm uma imagem muito negativa de si mesmas e são muito inseguras nas relações com os outros. “Para a vítima é difícil falar, pois sente vergonha e culpabilidade. Crê que merece o que lhe aconteceu, por ser diferente dos outros” (Urra, 2009, p. 333). Por sua vez, de acordo com Fernandes & Seixas (2012), no que diz respeito aos alunos agressores, estes manifestam níveis elevados de autoconfiança e autoestima e níveis mais baixos de incapacidade e rejeição, nervosismo e depressão.

Fatores de risco e proteção

Segundo Pereira (2002, p. 7), “somos informados de situações que, pela sua persistência e pelos níveis de violência física e psicológica, constituem fatores de risco que ameaçam gravemente o desenvolvimento psicológico e o bem-estar das crianças e dos jovens”. Um dos objetivos da intervenção social é, pois, a prevenção de situações que afetem ou comprometam o desenvolvimento equilibrado do jovem, destacando-se, assim, a necessidade de o profissional antecipar a ocorrência daquilo que se pretende evitar (Benetti, 2002). Desse modo, o reconhecimento de fatores de risco a que a criança

poderá estar exposta é fulcral para a proteger. Para uma melhor e adequada intervenção, junto de crianças ou jovens em contexto escolar – ou outros – é essencial identificar e conhecer se estão expostos a fatores que os colocam numa situação mais vulnerável. Para além disso, convém, de igual forma, identificar a existência de elementos protetores, intrínsecos ou extrínsecos, que os podem não só ajudar como também afastar dessas situações. Assim, de acordo com o que Fernandes & Seixas (2012, p. 64), “podemos assumir que os fatores de risco e, portanto, facilitadores de comportamentos de *bullying*, e os fatores de proteção, são os mesmos, variando apenas na sua configuração.” Segundo Reppold, Pacheco, Bardagi & Hutz (2002), fatores de risco são todas as variáveis que estão associadas a uma elevada probabilidade de ocorrência de comportamentos negativos ou indesejáveis. Por sua vez, Afonso & Cerviño (2006), cit. por Urra, 2009, afirmam que os fatores de risco “podem definir-se numa só palavra: SOCIEDADE” (p. 332). Esta é composta por todos: pelo jovem com características/personalidade específica, pela família, pela escola, pela cultura, pelos amigos. “É o resultado da interação de uma série de fatores nos quais estamos incluídos, direta ou indiretamente” (p. 332). No entanto, Beane (2010), cit. por Fernandes & Seixas, 2012, reconhece como fatores de risco o egocentrismo e a violência a que o jovem tem acesso facilitado, através dos media ou do ambiente familiar. Também Steinberg (2000), cit. por Reppold, Pacheco, Bardagi, & Hutz, 2002, p. 13, identifica a estrutura familiar como o mais elevado fator de risco, referindo que “A família é responsável pelo processo de socialização da criança, por meio do qual esses adquirem comportamentos, habilidades e valores apropriados e desejáveis em sua cultura”. Segundo Urra (2009), a influência do ambiente familiar é um dos fatores mais estruturados para a ocorrência de *bullying*, quer pela ausência de uma figura masculina ou presença de uma figura agressiva, quer pelas novas estruturas familiares, com a coabitação de filhos de diferentes uniões. Com a entrada na adolescência, que se caracteriza pelas inúmeras mudanças biológicas, cognitivas, emocionais e sociais, o jovem passa por uma fase mais vulnerável no seu desenvolvimento. Como resposta a estas profundas alterações, alguns jovens podem apresentar um desenvolvimento desequilibrado (problemas comportamentais e psicológicos). Silva & Hutz (2002) defendem que um desenvolvimento menos saudável pode ser resultado de vivências e aprendizagens da infância.

Perante os inúmeros desafios pessoais e sociais, o jovem pode ter uma maior ou menor capacidade em reagir de forma adequada ao grupo de pares e à sociedade em geral. Ainda de acordo com Urra (2009, p. 295), “a conduta violenta é aprendida num processo de socialização errado, pelo que a forma de intervenção será de recorte educativo e ecológico, incidindo de forma comportamental no seu meio social e

ambiental e apoiada por uma psicoterapia que modifique certas variáveis pessoais que se enquistaram no devir da sua história pessoal.”

Será, assim, mais provável que um jovem que teve um crescimento harmonioso consiga lidar com mais facilidade com situações adversas, uma vez que, durante o seu desenvolvimento, experienciou várias relações e situações positivas. Um adequado equilíbrio emocional, uma boa relação com familiares, amigos e comunidade, constituem-se assim, como elementos protetores da criança e jovem. Segundo Steinberg (1999), cit. por Reppold, Pacheco, Bardagi & Hutz, 2002, a adaptação psicológica apresenta-se como a ausência de problemas psicossociais. Todavia, se o jovem tiver progenitores que desempenhem um estilo educativo desadequado, presenciar episódios de violência, possuir relações pessoais e sociais deficitárias, viver com carências económicas e exposto a contextos problemáticos, maiores serão as probabilidades de apresentar comportamentos sociais também eles desadequados e até agressivos. Por norma, os agressores têm uma visão positiva da violência e são insensíveis ao sofrimento que causam às suas vítimas (Fernandes & Seixas, 2012). Considera-se, assim, que a criança está exposta a fatores de risco extrínsecos, se estiver inserida em contextos multiproblemáticos, nomeadamente, se tiver cuidadores negligentes na sua educação, ficar exposta a comportamentos violentos ou de consumo de substâncias nocivas para a saúde, tiver carências socioeconómicas, afetivas e educacionais, entre outras. Entre os fatores de risco, de carácter mais intrínseco, que se podem apresentar, situam-se, entre outros, a baixa autoestima, o desequilíbrio emocional, o isolamento, a revolta (que pode levar à agressão), a depressão e a desmotivação. Os fatores de risco correspondem a factos reais que podem ser externos ou internos, embora a fronteira entre eles seja muita vez ténue, e perante os quais o jovem reage de forma mais sadia ou disfuncional ou, mais ou menos adaptativa. Porém, a falta de competências sociais e de assertividade das crianças vítimas pode ser ultrapassada pelo treino, de forma a capacitá-las para lidar melhor com as situações de agressão, direta ou indireta (Smith, 1991, cit. por Cardoso, 2009). Por outro lado, os fatores protetores são todas as variáveis que diminuem a probabilidade de a criança ou jovem desenvolver comportamentos negativos ou indesejáveis. Se, por um lado, a hostilidade e a negligência parental são fatores de risco que contribuem para a ocorrência de distúrbios de comportamento e para a delinquência, as práticas afetivas, um bom funcionamento familiar e o vínculo afetivo parental podem ser considerados fatores protetores (Reppold, Pacheco, Bardagi, & Hutz, 2002).

O papel das escolas na prevenção do *bullying*

Toda a comunidade escolar é, frequentemente, envolvida e confrontada com comportamentos agressivos/*bullying*, que, por serem deliberados e constantes, podem

ser duradouros no tempo (Pereira, 2002). Strecht (2004) enfatiza a importância que todos devemos ter na prevenção do *bullying* referindo que, tanto nos agressores como nos agredidos existe um traço emocional de sofrimento psíquico, e é por isso importante a atuação dos pais, dos educadores e dos professores. Nesse sentido, a comunidade escolar também deve criar e manter uma relação de simbiose com os pais na educação dos filhos. E, sendo a escola um contexto que deve proporcionar o desenvolvimento de habilidades, competências, formação e desenvolvimento de conceitos, saberes e opiniões, tem ainda o papel fundamental de procurar alternativas para lidar com o *bullying* e preveni-lo (Freire & Aires, 2012). Para Leandro (2008), a criança possui esse direito “como candidata a uma humanidade plena” (p. 87). Assim a difusão de competências pessoais, sociais, emocionais e relacionais, são ensinamentos benéficos, se forem aplicados nos primeiros anos de ensino, proporcionando aos alunos modelos alternativos de resolução de conflitos e ferramentas que lhes permitam um crescimento e desenvolvimento saudáveis (Cardoso, 2009). Nesse sentido, devemos ter sempre em conta que a intervenção deve acontecer com a maior brevidade possível, pois a gravidade do *bullying* está relacionada com a sua continuidade, causando às vítimas sensações de abandono e insegurança e aos agressores o sentimento de impunidade e poder (Fante, 2008). Desse modo, a escola deve promover uma educação assente em valores humanitários e, sempre que detetar situações que coloquem em risco o desenvolvimento harmonioso da criança, deve agir convenientemente no sentido de o salvar. Tal como refere Montano (2006, p. 19), “Os profissionais de educação encontram-se numa situação privilegiada relativamente aos seus contactos com as crianças tendo, por isso, responsabilidades específicas, em matéria de proteção à infância e juventude, e funcionando, na maioria dos casos, como agentes de detecção e/ou recepção de denúncias de situações de maus tratos ou perigo.”

Segundo Fante (2008), identificar o fenómeno de *bullying* é difícil, visto ser muito peculiar, sendo preciso estar atento a qualquer mudança no comportamento, ainda que a mesma possa parecer insignificante. Por sua vez, Freire & Aires (2012) defendem que qualquer tipo de intervenção no *bullying* deve ter em conta as dimensões sociais, educacionais, familiares e individuais e que o *bullying* escolar deve ser encarado como um fenómeno social. Referem ainda que as formas de prevenção devem estar de acordo com o contexto onde ocorrem, envolvendo medidas psicopedagógicas e preventivas que levem em consideração aspetos sociais em vez de medidas punitivas, ameaças e intimidações. De acordo com Strech (2008), “(...) os pais e os professores podem e devem responder de maneira eficaz, mas sem uma intervenção compreensiva e verdadeiramente reparadora (...) nunca se alcançarão resultados satisfatórios” (p. 158). Uma vez que é nos recreios escolares que se observam mais comportamentos agressivos, é pois aqui que devemos centrar a intervenção, visando a diminuição da

ocorrência desses atos. Como já referimos, pelo facto de toda a comunidade escolar estar envolvida nestes comportamentos agressivos/*bullying*, é urgente encontrar soluções para acabar com eles.

Nesse sentido, Formosinho & Simões (2001, p. 75) sugerem que as medidas de combate ao *bullying* devem incluir a redefinição da política organizacional da escola, enunciando “regras democráticas e normas explícitas, que consagrem o princípio do respeito pelos direitos de cada indivíduo”. Para Cardoso (2009, p. 279), “a violência é um comportamento aprendido que também pode ser desaprendido, sendo desta forma, a escola um ambiente privilegiado para “os programas de prevenção onde as aprendizagens de respeito pelo outro, assertividade, resolução pacífica de conflitos, as estratégias de autocontrolo emocional, resistência à frustração e pressão dos pares e a consciencialização sobre a igualdade de género podem ser não só aprendidas, mas também experimentadas e solidificadas, através do diálogo e confronto de ideias, do treino de competências e da observação participante, permitindo que os indivíduos possam escolher alternativas não violentas”.

Deste modo, a prevenção através da educação para uma cultura de paz e não-violência significa, antes de mais, mediar, criar pontes que tentem evitar o aparecimento de problemas e dificuldades, através da sua prévia identificação e da rápida intervenção, ensinando capacidades e competências aos alunos, no sentido de melhorar as suas relações interpessoais (González-Pérez & Pozo (2007). De acordo com Fernandes & Seixas (2012), existem duas formas de abordar o *bullying*: programas de prevenção (intervenção primária) ou programas de intervenção (intervenção secundária ou terciária). A intervenção primária visa “reduzir a probabilidade de os alunos evidenciarem comportamentos perturbadores, agressivos ou violentos ” (Fernandes & Seixas, 2012, p. 67). Este tipo de intervenção requer, segundo Urra (2009), uma maior proximidade entre família-casa e escola-família-comunidades, desenvolve um código disciplinar positivo, prevê uma maior supervisão dos vários locais comuns da escola, nomeadamente nos recreios, através da reestruturação dos espaços físicos, dos equipamentos e das atividades. Segundo Fernandes & Seixas (2012, p. 68), estes programas destinam-se a toda a comunidade escolar, uma vez que se baseiam em modelos cognitivos de aprendizagem social, e através deles “procura-se alterar o clima e cultura escolares, eliminar os fatores que facilitam a ocorrência de comportamentos de *bullying* e de vitimização, promover o desenvolvimento de competências pró-sociais(...)”. Uma intervenção preventiva, focada no desenvolvimento de competências socioemocionais, produz efeitos positivos nos alunos, uma vez que estes tenderão para um menor envolvimento em comportamentos agressivos e vitimizadores. É essencial trabalhar temas como o autocontrolo, assertividade, gestão da raiva, empatia pelas vítimas e resolução de conflitos. De entre os inúmeros programas que visam o

desenvolvimento de competências preventivas de comportamentos agressivos, Fernandes & Seixas (2012), referem alguns exemplos: PATHS - *Promoting Alternative Thinking Strategies* (tem como objetivo a implementação de fatores de proteção contra a violência, intervindo com crianças em idade pré-escolar); PEACE – *Program on Empathy Awareness and Compassion in Education* (tem como objetivo aumentar a saúde e o bem estar das crianças, jovens e respetivas famílias, através da consciencialização, compaixão e empatia); Bully-Proofing Your School (dividido em dois programas, um para alunos do pré-escolar até ao 6º ano e outro para alunos do 6º ao 8º ano, e tem como objetivo o reconhecimento de comportamentos de *bullying*, estabelecer regras na sala de aula, promover respostas eficientes e desenvolver estratégias comunicativas). Estes programas podem ser desenvolvidos ao nível de intervenções de toda a comunidade escolar/educativa ou ao nível da turma (Fernandes & Seixas, 2012). Os primeiros pretendem combater e prevenir comportamentos de *bullying*, através do desenvolvimento de competências inibidoras desse comportamento. No entanto, o estudo desta problemática centra-se em quatro fases fundamentais: “compreensão do fenómeno, diagnóstico da realidade, programas de intervenção e avaliação” (Pereira, 2002, p. 130). Antes de qualquer intervenção, é necessário perceber de que forma ocorre o *bullying* na escola e promover o reconhecimento deste na comunidade escolar. Nos recreios, a supervisão dos adultos é uma questão fundamental para a sua redução (Pereira, 2002), devendo-se recorrer a estratégias proativas, através da melhoria dos espaços comuns e fomento da interação social. A implementação dos programas de intervenção deve ser efetuada de forma consistente e sistemática por toda a comunidade escolar (Fernandes & Seixas, 2012).

No que diz respeito às intervenções ao nível da turma, focam-se o “desenvolvimento e manutenção de um ambiente de aprendizagem positivo, inclusivo e de apoio onde as relações entre alunos e entre estes e professores, se baseiem no respeito mútuo” (Fernandes & Seixas, 2012, p. 83). Só atuando a todos os níveis será exetável reduzir o *bullying* e observar os resultados desejados pelos programas de prevenção.

Conclusão

É facto que, para prevenir comportamentos violentos, torna-se essencial encontrar e agir sobre as causas que motivam o seu desenvolvimento, reconhecendo que muitos desses comportamentos violentos são aprendidos através da observação e repetição de modelos. Por sua vez, esses modelos são consolidados através de padrões socioculturais que desvalorizam certos atos de violência e os consideram normais. É frequente a opinião de que certas ações de violência são uma forma de crescimento e de defesa numa sociedade competitiva, ignorando-se, desvalorizando-se ou recusando-se

conhecer as marcas emocionais que o *bullying* pode deixar numa criança ou num jovem, o que, em alguns casos, leva ao desenvolvimento de comportamentos de risco. Nesse sentido, além da intervenção junto das crianças vítimas e das crianças agressoras, é necessário também, recorrer e utilizar medidas de prevenção, com o objetivo de reduzir a frequência de comportamentos de risco, promovendo a reflexão e aprendizagem de métodos de resolução de conflitos, de forma não violenta, evitando as consequências que a violência pode ter nas vidas dos seus autores/alvos. Assim, como profissionais conscientes das consequências que o *bullying* tem nas crianças ou jovens, a nível psicossocial, com impacto na vida familiar e social, exige-se o desenvolvimento de ações de sensibilização/formação sobre esta temática, dirigidas a toda a comunidade que só pode prevenir se bem conhecer. Para além disso, a implementação de estratégias preventivas deste fenómeno em meio escolar é, também, fundamental para uma melhor formação das crianças, possibilitando-lhes a aquisição de um conjunto de competências individuais e sociais, por forma a interagirem com o seu grupo de pares de modo assertivo e a lidarem com situações indesejáveis.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Almeida, M. (2012). *O Bullying no Contexto Escolar (2º e 3º ciclos): Um Plano de Intervenção e Prevenção*. Trabalho de Projeto de Mestrado, Escola Superior de Educação Almeida Garrett, Lisboa. Disponível em: <<http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/3275/Rosario%20Almeida%20-%20Trabalho%20de%20Projeto.pdf?sequence=1>>.
- Amado, J. (2005). Contextos e Formas da Violência Escolar. *Separata Revista Portuguesa de História*, XXXVII, Faculdade de Letras da Universidade de Coimbra, Instituto de História Económica e Social. Pp. 299 – 319.
- Beane, A. (2008). *Proteja o seu Filho do Bullying*. Porto: Porto Editora.
- Benetti, S. (2002). Maus-Tratos da Criança: Abordagem Preventiva. In C. S. Hutz, *Situações de Risco e Vulnerabilidade na Infância e na Adolescência: Aspectos Teóricos e Estratégias de Intervenção*. São Paulo: Casa do Psicólogo Livraria e Editora, Lda. Pp. 131-150.
- Camargo, C. G. (2009). *“Brincadeiras” que fazem Chorar: Introdução ao Fenômeno Bullying*. São Paulo: All Print.
- Cardoso, N. (2009). O Jogo Dramático na Prevenção do Bullying – Algumas Experiências de Intervenção da APAV. *Revista Interações*, 5(13), 275-288. Disponível em: <<http://revistas.rcaap.pt/interaccoes/article/download/407/361>>.
- Costantini, A. (2004). *Bullying: Como Combatê-lo*. São Paulo: Itália Nova .
- Fante, C., & Pedra, J. A. (2008). *Bullying Escolar: Perguntas e Respostas*. Porto Alegre: Artmed.
- Fante, C. (2008). Brincadeiras Perversas. *Viver Mente e Cérebro, Ano XV, 181*, 74-79. Disponível em: <http://www2.uol.com.br/vivermente/reportagens/brincadeiras_perversas.html>.
- Fernandes, L. & Seixas, S. (2012). *Plano Bullying: Como Apagar o Bullying da Escola*. Lisboa: Plátano Editora, S.A.
- Formosinho, M. D. & Simões, M. C. T. (2001). O bullying na Escola: Prevalência, Contextos e Efeitos. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, 35(2), 65-82.
- Freire, A. & Aires, J. (2012). A Contribuição da Psicologia Escolar na Prevenção de no Enfrentamento do Bullying. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 16(1), 55-60. Disponível em <<http://www.scielo.br/pdf/pee/v16n1/06.pdf>>.
- González-Perez, J. & Pozo, M. J. C. (2007). *Educar para A Não Violência: Perspectivas e Estratégias de Intervenção*. Mem Martins: K Editora.

- Leandro, A. (2008). *O Papel da Comissão de Protecção das Crianças e Jovens em Risco. Equidade na Educação: Prevenção de Riscos Educativos*. Lisboa: Conselho Nacional de Educação. Pp. 87-95.
- Martins, M. (2007). Violência Interpessoal e Maus-Tratos entre Pares em Contexto Escolar. *Revista da Educação, vol. XV, 2*, 51-78. Disponível em: <<http://comum.rcaap.pt/bitstream/123456789/4343/1/Martins%20RE%202007.pdf>>.
- Montano, T. C. (Coord.) (2006). *Promoção e Protecção dos Direitos das Crianças – Guia de Orientações para os Profissionais da Educação na Abordagem das Situações de Maus Tratos ou Outras Situações de Perigo*. Disponível em: <http://www.cnpcjr.pt/%5Cguias%5CGuia_Educacao.pdf>.
- Negreiros, J. (2008). *Delinquências Juvenis - Trajectórias, Intervenção e Prevenção*. Porto: Legis Editora.
- Neto, A. A. N. (2005). *Bullying – Comportamento Agressivo entre Estudantes*. *Jornal de Pediatria, 81(5)*, 164 -176. Disponível em: <<http://www.scielo.br/pdf/jped/v81n5s0/v81n5Sa06>>.
- Pereira, B. (2002). *Para uma Escola sem Violência - Estudo e Prevenção das Práticas Agressivas entre Crianças*. Porto: Fundação Calouste Gulbenkian.
- Reppold, C., Pacheco, J., Bardagi, M. & Hutz, S. C. (2002). Prevenção de Problemas de Comportamento e o Desenvolvimento de Competências Psicossociais em Crianças e Adolescentes: Uma Análise das Práticas Educativas e dos Estilos Parentais. In C. S. Hutz (Org.). *Situações de Risco e Vulnerabilidade na Infância e na Adolescência: Aspectos Teóricos e Estratégias de Intervenção*. São Paulo: Casa do Psicólogo. Pp. 7-51.
- Silva, D. & Hutz, C. (2002). Abuso Infantil e Comportamento Delinquente na Adolescência: Prevenção e Intervenção. In C. S. Hutz (Org.). *Situações de Risco e Vulnerabilidade na Infância e na Adolescência: Aspectos Teóricos e Estratégias de Intervenção* São Paulo: Casa do Psicólogo Livraria e Editora Ltda. Pp. 151-186.
- Strecht, P. (2004). *Quero-te Muito - Crónicas para Pais sobre Filhos*. Lisboa: Assírio & Alvim.
- Strecht, P. (2008). Problemas de Escola. In P. Strecht, *A Minha Escola Não É Esta - Dificuldades de Aprendizagem e Comportamento em Crianças e Adolescentes* Lisboa: Assírio & Alvim. Pp. 125-200.
- Urra, J. (2009). *O pequeno Ditador*. Lisboa: A Esfera dos Livros.

Recebido: 27 de maio de 2015.

Aceite: 30 de junho de 2015.