

# Ozarfaxinars

 e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

1

## Bullying: O (des)crédito de um fenómeno

Ana Gisela Silva e Cátia Xavier, (\*)



### Introdução

Actualmente é comum sermos confrontados com casos de violência que acontecem nas escolas entre os jovens. Este acontecimento não é recente mas é notório que está a ser alvo de preocupação e interesse para alunos, pais, profissionais da educação, saúde, e comunicação social. Não obstante, não se deve confundir o termo *bullying* com violência, embora estes construtos sejam comumente utilizados como sinónimos.

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

2

De certa forma, torna-se regular o uso desapropriado de conceitos ligados às ciências humanas. Isto acontece porque não se efectua uma individualização da linguagem utilizada pelas ciências humanas da linguagem comum, pelo que os termos são utilizados vulgarmente, sem a adequação necessária. Esta generalização gera problemas de comunicação e interpretação nem sempre visíveis.

Sendo assim, o objectivo deste artigo passa pela reflexão acerca deste fenómeno chamado *bullying*. Olweus (1991, 1993, 1994) definiu o conceito de *bullying* afirmando que «um aluno está a ser provocado / vitimado quando ele ou ela está exposto, repetidamente e ao longo do tempo, a acções negativas da parte de uma ou mais pessoas.

Considera-se uma acção negativa quando alguém intencionalmente causa, ou tenta causar, danos ou mal-estar a outra pessoa (Olweus, 1991, 1993, 1994). Esse repetido importunar pode ser físico, verbal, psicológico e/ou sexual.

Sendo certo que o tema do *bullying* faz parte da actualidade, sendo debatido na comunicação social e alvo de cada vez mais estudos, cabe às escolas reflectir acerca das estratégias de intervenção e prevenção a utilizar e dos recursos a monitorizar para enfrentar o problema. Contudo, mais importante do que indagar acerca das causas e consequências deste tipo de violência, é pensar em como **prevenir** a evolução deste fenómeno.

Enquanto psicólogas escolares debatemo-nos todos os dias com as dúvidas, os anseios e as denúncias de casos de violência, por parte dos professores, alunos e funcionários. Na nossa concepção o alarmismo constitui o maior risco para a intervenção, uma vez que ampliar o fenómeno só vai prejudicar a sua compreensão, enquadramento e posterior resolução.

Quando os alunos nos relatam “Sou vítima de bullying”, será que sabem ao que se estão a referir? Será que sabem que o *bullying* não é um estalo ou pontapé apenas? Será que estão a par da gravidade deste fenómeno e do que fazer para se protegerem? Este constitui um dos lados da questão. No outro lado estão os professores que perguntam Como posso detectar situações de *bullying*? Como devo agir? Como devo abordar o agressor e a vítima? Que cuidados devo ter?

No meio de tantas questões, esclarecer os professores e alunos é a nossa maior preocupação enquanto técnicas que no dia-a-dia trabalham a prevenção. As solicitações são constantes e pede-se a rapidez de intervenção, que se quer cada vez mais remediativa, ao invés de preventiva.

É importante não esquecer que no outro prisma, do lado externo da escola, há o olhar dos pais, dos encarregados de educação e das famílias, que cada vez mais queremos que se coloquem do lado

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

3

interno e se envolvam. Este envolvimento é promovido por todos os membros da comunidade escolar, conduzindo a uma maior consciência dos problemas da escola, assim como maior sensibilidade para a compreensão dos problemas dos filhos e familiares.

Não obstante, em simultâneo crescem as preocupações, os medos, os alarmismos e confusões, com tantas notícias, tantas vozes de especialistas e não especialistas...

Ouvíamos há pouco no anúncio de uma reportagem televisiva a questão “Será que a escola é ainda um lugar seguro para os nossos filhos?” A resposta que daríamos se nos colocassem esta questão seria talvez:

“Será que a escola já deixou de ser um lugar seguro ou todos nós transportamos para ela as nossas inseguranças e transformamos este local num lugar inseguro, no nosso *bode expiatório*? Quantas vezes deixaremos esta questão no ar? ...

É certo que as causas e as resoluções da violência dentro das paredes da escola não estão só neste local, contudo a escola deve apresentar um papel fundamental na prevenção primária, no sentido de dotar todos os intervenientes de competências necessárias para lidar com o problema da violência.

## A prevenção

Os comportamentos de *bullying* constituem um factor disruptivo e de ameaça para toda a comunidade escolar: alunos, professores, ambiente escolar e processo educativo em geral. Logo, sendo o fenómeno do *bullying* tão complexo, o adequado seria intervir ao nível de todos os contextos: alunos, professores e funcionários, meio familiar e comunidade, elaborando programas de prevenção adequados às diferentes realidades.

## Prevenção no sistema escolar

Enquanto membros de uma equipa que se rege por dinâmicas de acção-prevenção, cabe-nos a implementação e gestão de programas de cariz preventivo, denominados na literatura de programas anti-bully.

Na elaboração deste tipo de programas na escola *qual o primeiro-alvo a abranger?*

Tendo em conta a proximidade e o papel de aconselhamento psico-pedagógico desempenhado enquanto psicólogas, os professores representam um alvo privilegiado. A literatura sugere a

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

4

necessidade de uma educação contínua por parte dos professores no que diz respeito à prevenção de comportamentos de *bullying*, dotando-os de competências de detecção e actuação.

O objectivo principal de um programa de intervenção psicoeducacional junto dos professores deve ser aumentar o conhecimento e uso de competências de intervenção, assim como a auto-eficácia dos professores, uma vez que um dos factores referidos por reduzir significativamente o *bullying* é a qualidade da **relação professor – aluno** (Newman, D.A. & Horne, A.M., 2004).

Face ao supracitado fundamenta-se a realização de acções de sensibilização e workshops para professores, permitindo que adquiram competências para a prevenção do *bullying*, actuando antes que estes comportamentos ocorram e possibilitando aos seus alunos um ambiente de aprendizagem seguro. Pensamos que o uso de educação e treino continuado para potencializar o conhecimento dos problemas pode revelar-se eficaz na medida em que permite aos professores lidarem melhor com as dificuldades dos alunos. Deste modo, estes tendem a sentir-se mais confortáveis e confiantes, expressando a sua individualidade, o que facilita a aprendizagem e o conforto na escola.

No que diz respeito à selecção de estratégias utilizadas nos programas de prevenção direccionados para os professores, o ideal seria combinar estratégias instrutivas (reúne componentes didácticas com componentes experimentais) e informativas com estratégias educativas e desenvolvimentais, realizando para além das acções de sensibilização, reuniões que permitem a partilha e a integração e reflexão acerca das experiências. Nestas acções normalmente são utilizadas estratégias cognitivocomportamentais, tais como o role-taking, role-playing, estratégias instrutivas e treino de competências. Uma outra estratégia que normalmente resulta prende-se com a sugestão de actividades para que possam ser os próprios professores a implementar nas aulas, de forma a transmitir aos alunos aquilo que aprenderam.

O aumento do conhecimento e consciencialização acerca do *bullying*, o reconhecimento do agressor e da vítima, a assistência às vítimas, recomendações e intervenções e o papel da prevenção poderão constituir alguns dos conteúdos abordados nas acções de sensibilização.

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

5

## Prevenção no sistema familiar e comunitário

*“Fomentar a ligação entre a família e a escola representa um passo importante no combate ao bullying, uma vez que o trabalho conjunto entre pais e professores é determinante para a definição de estratégias de actuação.”*

Face ao alarmismo instalado, é natural que os pais e familiares se mostrem preocupados, solicitando a intervenção da escola. Logo as acções de sensibilização tornam-se fundamentais, para que reconheçam mais facilmente os sinais de alarme e, conseqüentemente, possam actuar mais rapidamente. Uma boa estratégia a utilizar é chamar os pais e encarregados de educação para uma reunião conjunta, sempre que se desconfia de casos de violência existentes na turma, aproveitando essa oportunidade para desmistificar falsas crenças, esclarecer dúvidas, partilhar informações indispensáveis à implementação de soluções para prevenir a violência e explicitar o papel de cada um na resolução dos problemas diagnosticados.

Por outro lado, surge a necessidade de inclusão de uma abordagem compreensiva que agregue toda a comunidade na redução dos comportamentos de *bullying*. Nesse sentido, a escola procura envolver elementos na comunidade, como por exemplo a Polícia de Segurança Pública – Escola Segura, que se dispôs a realizar uma formação acerca do *bullying* para os alunos, assim como a Polícia Municipal que irá realizar uma acção de sensibilização para os pais. O Facto da comunidade já se encontrar envolvida constitui um factor de protecção, uma vez que já existem bastantes acções no concelho de Matosinhos: são distribuídos folhetos informativos e várias entidades se deslocam às instituições educativas para dar formação, no que se refere à prevenção da violência em meio escolar.

## Prevenção no sistema pessoal

Num universo infindável de interrogações, toda a comunidade educativa coloca questões acerca da intervenção directa com os agressores, as vítimas e as testemunhas:

*Como lidar com a raiva, frustração e incompreensão das vítimas? Como promover comportamentos assertivos nos agressores? Como promover os factores protectores e reduzir os factores de risco?*

Antes de mais convém estarmos conscientes das características de todos os intervenientes. No que concerne aos agressores, são frequentemente jovens com problemas emocionais ou com problemas de aprendizagem. A maior parte sente-se incapaz de lidar com os seus problemas, sendo vítimas de agressividade no próprio contexto familiar. Simultaneamente, os factores

# Ozarfaxinars

e-revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

6

individuais parecem influenciar a conduta agressiva, sendo os factores mais preponderantes a impulsividade, o défice de atenção, défices cognitivos e fraco desempenho escolar.

Convém ressaltar que o agressor tem consciência da sua acção: sabe que humilha o outro, sentindo que tem o controlo. No entanto também este interveniente sofre as consequências negativas do *bullying*, dado que estes apresentam propensão para a depressão e para ataques de culpabilidade.

Por sua vez as vítimas são usualmente crianças que possuem características específicas, maneirismos ou outras peculiaridades que os distinguem dos demais.

Outras vítimas preferenciais são os bons alunos, pois alguns agressores identificam este sucesso como uma demonstração de superioridade ou como uma forma de agradar ao professor. A longo prazo, as vítimas interiorizam estes sentimentos de inferioridade, começando a perceber-se como merecedoras das agressões. Desta forma, tornam-se alvos mais vulneráveis à depressão e suicídio quando comparadas com o seu grupo de pares.

Em acréscimo é importante não esquecer que a violência na escola traduz-se numa grande diversidade de comportamentos anti-sociais (qualquer forma de opressão ou de exclusão social, agressões, vandalismo, roubo). O *bullying* representa uma dessas formas de violência, reunindo uma série de comportamentos anti-sociais. Estes problemas são, normalmente, associados quer a baixos níveis de tolerância quer a dificuldades no desenvolvimento moral e na auto-estima, quer no caso das vítimas como dos agressores.

## Programas de treino de competências

Face a todas as características apresentadas, relativas aos diferentes intervenientes no fenómeno do *bullying* pensamos que a intervenção, ao nível dos alunos, deve ser delineada de forma a privilegiar o treino de competências pessoais e sociais. Este tipo de estratégias cognitivo-comportamentais podem ajudar a diminuir a prevalência de comportamentos de risco na actualidade e na idade adulta. Desta forma, enquanto psicólogas apostamos em programas de treino de competências, no sentido de criar e/ou desenvolver aptidões que possam em primeiro lugar prevenir o *bullying* e, no caso de este já existir, ajudar à sua atenuação, começando pela compreensão do fenómeno.

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

7

O jogo dramático e as dinâmicas de grupo enquanto metodologias facilitadoras da promoção de mudanças nos padrões comportamentais permitem a consciencialização da existência de outras formas de comportamento, que não o violento. Neste sentido, desenvolvemos com as crianças e jovens, do Ensino Regular e dos Cursos de Educação Formação, espaços dedicados à promoção de competências através do jogo, para que de uma forma prática e mais apelativa, possam reflectir acerca do seu comportamento, fazendo novas escolhas, num processo que se pretende, primeiramente, de auto-descoberta e de comunicação assertiva com os outros numa fase posterior. Frases como “*Não acredito que possa modificar o meu comportamento*” ou “*É só assim que eu sei ser*” são comuns entre os jovens que não conhecem outra forma de resolver os seus problemas, que não através da violência, ou que são incapazes de controlar os seus impulsos. Estas afirmações são mais comuns do que o que seria desejado e demonstram uma falta de interiorização das regras e normas sociais, assim como enormes dificuldades no relacionamento interpessoal.

Pela experiência que adquirimos, a intervenção em grupo, com recurso a dinâmicas de grupo é bem aceite pelas crianças e jovens e permite, a longo prazo, atingir mudanças comportamentais significativas, mas a curto e médio prazo, permite introduzir confiança entre os elementos do grupo, aumentando a coesão grupal e do conhecimento de si próprio e do outro, a melhoria da auto-estima e maior facilidade na expressão emocional.

Assim, nestes grupos, denominados de *grupos de desenvolvimento*, procura-se desenvolver competências de auto-estima, auto-conhecimento e hetero-conhecimento, auto-controlo, assertividade, resolução de conflitos, e de resistência à frustração. Desta forma, para além de reduzir comportamentos violentos, mostrando a existência de modelos alternativos da resolução de conflitos, promove-se a motivação pela aprendizagem e a interiorização das regras sociais para uma melhor convivência no espaço escolar.

O recurso a dramatizações pode facilitar o reconhecimento de situações- problema, a aproximação à realidade prática e a confrontação com as várias formas de resolução: agressiva, passiva ou assertiva.

Mediante sugestões, os participantes devem, em pequeno grupo, improvisar e tentar agir da forma solicitada, para que depois a situação possa ser discutida em grande grupo, procurando-se eventualmente novas soluções. Esta é uma das metodologias que, a título de exemplo, apresentamos de seguida:

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

8

## Eu tenho o direito de...

### Comunicação assertiva

<b>Objectivos</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aprender a defender os direitos próprios</li> <li>• Treinar a capacidade de comunicar de forma assertiva</li> </ul>
<b>Material</b>	
<b>Metodologia</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pequenos grupos: 5 minutos</li> <li>• Grande grupo: 45 minutos</li> </ul>
<b>Desenvolvimento</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. O Animador divide a turma em pequenos grupos</li> <li>2. Entrega a cada grupo uma situação na qual existe violação dos direitos individuais.</li> <li>3. Pede ao grupo que analise a situação distribuída e que defina os papéis dos vários elementos.</li> <li>4. A mesma cena deverá ser representada assumindo os vários tipos de comportamento: assertivo, agressivo e passivo.</li> <li>5. No final da representação de cada grupo, abre-se a discussão à turma.</li> </ol>	
<b>Discussão</b>	
<ol style="list-style-type: none"> <li>a. O que pensam da cena representada?</li> <li>b. Qual pensam que foi o modo mais correcto de resolver a situação?</li> <li>c. O que têm a dizer dos vários papéis representados pelo grupo?</li> <li>d. Que dificuldades sentiu o grupo na representação desta situação?</li> <li>e. Qual foi o tipo de comportamento mais fácil de representar?</li> </ol>	

#### SITUAÇÃO 1

Estás com os teus amigos numa fila para comprar bilhetes de cinema. Alguém tenta meter-se à tua frente. Reages.

#### SITUAÇÃO 2

Num restaurante sentes-te incomodado pelo fumo de uma pessoa da mesa ao lado. Pedes-lhe para apagar o cigarro. Ela recusa, respondendo incorrectamente.

#### SITUAÇÃO 3

Faltam 5 minutos para a repartição fechar. A funcionária recusa-se a atender-te dizendo para voltares no dia seguinte. Defendes o teu direito de ser atendido.

# Ozarfaxinars

e- revista ISSN 1645-9180

Nº 19 Prevenir a violência na Escola - Bullying

9

No que diz respeito ao caso concreto do *bullying*, a aprendizagem de métodos de resolução de problemas não violentos constitui, na nossa opinião, uma das melhores estratégias a recorrer para prevenir as consequências negativas que estas situações podem trazer para a vítima e agressor, nunca esquecendo que o agressor provavelmente já foi vítima e a vítima pode tornar-se agressor para se defender, ou seja, tratando todos como potenciais vítimas e acentuando a importância de agir quando se é testemunha.

## Conclusões

Do que aqui expusemos, podemos finalizar com a seguinte questão: “Devemos dar crédito a um fenómeno que corre o risco de cair em descrédito?” A resposta é “Sim, devemos, mas com base numa intervenção estruturada!” Só com uma intervenção nos diferentes sistemas será possível atenuar/travar este fenómeno que constitui um dos maiores fenómenos da sociedade actual. Logo, as intervenções preventivas de um fenómeno desta envergadura, devem mobilizar todos os recursos possíveis e um grande esforço para envolver os agentes educativos escolares e familiares, assim como as estruturas da comunidade, na luta por um objectivo comum: *Escolas seguras e ricas em aprendizagens positivas.*

## Bibliografia

- Newman, D.A. & Horne, A.M., (2004). Bully Busters: A Psychoeducational Intervention for Reducing Bullying Behavior in Middle school Students. *Journal of Counseling & Development*, 82, 259 – 267.
- Olweus, D. (1991). *Bully/Victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a School-Based Intervention Program.*
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school.* Oxford e Cambridge: Blackwell.
- Olweus, D. (1994). Annotation: bullying at school: basic facts and effects of a school based intervention program. *Journal of Psychology and Psychiatry*, 43 (7), 1171-1190.

(\*) *Psicólogas*