

Bullying ?

É um conjunto de atitudes premeditadas, repetidas e intencionais, quer físicas, psicológicas ou morais. Envolve um desequilíbrio de poder ou de forças entre agressor/a e vítima em contexto escolar.

Define-se "bully" a pessoa que pratica bullying e que tem como objetivo: humilhar, intimidar e agredir a vítima. O bullying efetiva-se através de ameaças, boatos, ataques físicos (bater, arranhar, cuspir, roubar ou partir objetos pessoais da vítima), ataques verbais (chamar nomes, provocar, incentivar outras crianças para não serem amigas de uma delas) ou até a exclusão de alguém do grupo de forma intencional. O bullying também pode ser praticado por meio de chamadas, mensagens escritas (sms, mms, correio eletrónico), mensagens de voz e/ou vídeo, comunicações em salas de chat, publicações em redes sociais, entre outros, o qual se designa por "Cyberbullying". Este acarreta problemas psicológicos graves, pelo seu alcance, podendo afetar a autoestima dos jovens e conduzir ao isolamento social. Em casos extremos, pode levar a situações de depressão e/ou mesmo suicídio.

Uma criança ou adolescente que é vítima de bullying, ou seja, que é provocada, atemorizada, perseguida ou agredida com frequência pelo/a mesmo/a colega ou grupo de pares, por norma apresenta dificuldade em se defender e em exteriorizar os seus medos, traumas e frustrações.



CM-EVORA.PT

ÉVORA
Câmara Municipal

um por
todos
e todos
contra o
bullying



Cultura
de não
violência


PMIND
PLANO MUNICIPAL PARA A IGUALDADE E NÃO DISCRIMINAÇÃO
TECER REDES PARA A IGUALDADE


PMIND

biz
FUTURE

Cofinanciado por:

COMISSÃO PARA A CIDADANIA
E A IGUALDADE DE GÉNERO


POLÍTICA INTEGRADA
DE INTERCOMUNICAÇÃO
E SERVIÇOS

PORTUGAL
2020

 EUROPEAN UNION
EUROPEAN UNION
EUROPEAN UNION

PARA MAIS INFORMAÇÃO CONSULTE O SITE DO MUNICÍPIO

Algumas características frequentes sobre bullies e vítimas

bully

- Idade superior à da vítima (geralmente)
- Rendimento escolar inferior ao da vítima
- Dificuldade em obedecer a regras e à autoridade das pessoas adultas
- Falta de empatia, impulsivo/a e manipulador/a
 - Exerce liderança no seu grupo

vítima

- Considerada fisicamente mais frágil
- Por norma, tem um rendimento escolar alto
 - Insegura, tímida e introvertida
 - Pouco popular
- Maior capacidade de autocontrolo

um por todos e todos contra o bullying

O que podes fazer ?

Evita os/as agressores/as e os locais onde eles/elas costumam estar

Anda acompanhado/a

Age de forma confiante

Sê assertivo/a

Permanece calmo/a

Mantém uma distância de segurança
Grava contactos importantes no telefone e contacta em caso de emergência
Recorre a alguém da tua confiança seja familiar, amigo/a, professor/a, auxiliar (...)

Se és ou foste vítima ou testemunhaste algum ato de bullying denuncia!