

ESTUDANTES DO
ENSINO
FUNDAMENTAL II
E MÉDIO

INFORMAÇÕES E ATIVIDADES

INTRODUÇÃO

Se você está cursando o ensino fundamental II ou médio, já sabe por experiência que na escola, como em outros lugares, convivem pessoas que são diferentes entre si, que têm necessidades, personalidades e formas de ser distintas.

Existem adultos, jovens, homens e mulheres nascidos aqui e vindos de outros países; alguns que estão na escola há muito tempo e outros que vêm de outras instituições; existem pessoas com diferentes costumes e estilos de vida. Essa diversidade é um pilar fundamental e representa uma das coisas mais enriquecedoras e estimulantes da experiência educativa.

No entanto, não é fácil dividir um espaço muitas horas e cinco dias por semana com um grupo, porque podem surgir conflitos às vezes difíceis de resolver. Mas, sem dúvida, neste momento, o mais importante para você é seu grupo de amigos e amigas.

Infelizmente, existem pessoas que não podem desfrutar de um grupo de amigos ou amigas porque são discriminadas. Por isso, é importante levar em consideração que, apesar de existirem diferenças, **todas as pessoas têm os mesmos direitos** e, no caso dos jovens, são importantes especialmente o **direito de estudar, o direito à proteção contra a violência e o direito à não discriminação de qualquer forma.**

Estas páginas convidam você a pensar sobre como melhorar a convivência com os demais e a refletir sobre um problema atual: o *bullying*.

Você já deve ter escutado essa palavra na escola ou nos meios de comunicação, mas acreditamos que esclarecer alguns conceitos e pensar um pouco mais sobre o tema ajudará a prevenir e deter o assédio entre colegas.

Nesta apostila, você também encontrará atividades e ferramentas que ajudarão a detectar atitudes e comportamentos que, às vezes, as pessoas têm e que podem machucar os outros e violar seus direitos.

Com certeza, o diálogo, a criatividade e o respeito pelo outro(a) poderão ajudar a estabelecer acordos quando surge um problema no grupo. Um ponto importante a lembrar: os conflitos sempre podem ser resolvidos de maneira não violenta, evitando a discriminação e o dano.

Um colega ou uma colega tem o mesmo direito que todos a estudar em um clima tranquilo, a fazer amigos e amigas e a ter sua maneira de ser e de pensar. Aceitar-se e aceitar o outro é fundamental, não somente na escola, mas também na vida.

O QUE É **BULLYING?**

Bullying é agredir ou humilhar outra pessoa de forma repetida. Insultar, espalhar rumores, ferir física ou emocionalmente e ignorar alguém também são formas de *bullying* entre pares.

Pode ocorrer por meio do celular, pessoalmente, por escrito, na escola, no bairro, em algum meio de transporte ou em outros espaços onde os estudantes se encontram com frequência, como as redes sociais. Seja onde for, o *bullying* não deve ser permitido. É inaceitável.

O *bullying* é um problema que afeta milhões de crianças e adolescentes sem importar de onde são, nem de onde vêm. É um problema grave, principalmente nas escolas, e precisa ser resolvido o quanto antes.

Os que praticam *bullying* perseguem ou atacam os mais vulneráveis. Escolhem aqueles que são diferentes, porque não usam roupas da moda ou porque fazem parte de uma minoria social ou racial.

Os agressores atacam colegas que estão em desenvolvimento e parecem desajeitados, quem está acima do peso e até os mais estudiosos ou muito tímidos

Não precisam muito para se inspirar se têm a intenção de ferir, humilhar ou deixar de lado alguém do seu círculo de amigos ou amigas. Isso não somente humilha aqueles que são atacados, mas também afeta os que testemunham, especialmente se eles e elas não sabem o que fazer a respeito. **Na maioria dos casos, o assediado ou a assediada permanece em silêncio diante do abuso a que está sendo submetido(a). Essa situação intimidadora produz angústia, dor e medo.**

O *bullying* se sustenta ao longo do tempo, ocorre com frequência e sempre existe a intenção de magoar ou humilhar quem o sofre. É uma violência gratuita.

A LINGUAGEM QUE USAMOS

Nesta apostila, aplicamos a palavra “vítima” para descrever um(a) estudante que está sendo intimidado(a). Porém, não a usamos como uma condição em si, mas como um comportamento temporal. Essa palavra é de uso comum nas conversas cotidianas, nos meios de comunicação e, inclusive, para a lei. No entanto, ela não nos convence, já que frequentemente dá a ideia de passividade ou debilidade.

Não é assim que vemos os meninos e meninas que são intimidados. Pelo contrário, são jovens ativos que defendem seus direitos e os dos demais, e que têm toda possibilidade de mudança. Da mesma maneira, usamos o termo “agressora(a)” para nos referir a um comportamento e não a uma condição permanente.

Sabemos que, às vezes, nossa linguagem e nossa forma de dizer as coisas discriminam, tornando as meninas, adolescentes e mulheres “invisíveis”. Portanto, em muitos casos, usamos “meninos e meninas” em vez de apenas “crianças”, e “mães e pais” no lugar de “pais”. No entanto, preferimos não recorrer a formulações como “assediado(a)” ou “professor(a)” de forma frequente, porque, apesar de serem mais inclusivas, tornam a leitura mais difícil, especialmente para as crianças.

POR QUE O **BULLYING** É UM PROBLEMA?

O *bullying* é um problema porque traz **consequências negativas** para todos e todas que estão envolvidos, não somente para quem é agredido(a). Todos e todas que fazem parte desse problema são afetados: quem é perturbado, ofendido ou ameaçado; quem perturba ou ofende; e também os que veem essa situação e são testemunhas dela, especialmente quando não sabem o que fazer a respeito ou têm medo de que os prejudiquem ou “deixem de lado” se ousarem intervir. Não há motivo que justifique transformar alguém em vítima só por ser diferente.

Neste quadro estão descritos alguns sentimentos e consequências negativas que podem afetar cada um dos envolvidos:

Quem sofre a intimidação ou perseguição

É aquele menino, menina ou adolescente **alvo de comportamentos incômodos ou intimidação**.

Podem apresentar sinais de:

- Baixa autoestima ou autoimagem negativa.
- Baixo rendimento acadêmico.
- Sensação de raiva e medo.
- Fobia e afastamento escolar.
- Pesadelos e insônia.
- Depressão e ansiedade.
- Desconfiança nas relações sociais.
- Desconfiança dos adultos por sua intervenção inadequada.
- Sentimento de culpa por ser agredidos.
- Problemas de saúde.
- Recorrer à violência como forma de defesa.

Quem testemunha

São aqueles que **fazem parte do grupo que presencia o assédio**. Não participam diretamente, mas observam e muitas vezes agem **passivamente** diante do *bullying*, porque não sabem como intervir. Às vezes, inclusive, se aliam ao agressor(a). Embora não sejam vítimas diretas, também sofrem e podem ter medo de ser os próximos perseguidos se expressam desacordo ou pena da vítima, ou se não se juntam de forma complacente ao “poderoso(a)” do grupo. As testemunhas podem sofrer consequências como:

- Aprendizagem deficiente sobre como se comportar diante de situações injustas.
- Exposição, observação e reforço de modelos inadequados de atuação.
- Falta de sensibilidade perante o sofrimento de outras pessoas, já que ocorre uma dessensibilização pela frequência dos abusos.
- Desconfiança dos adultos por sua intervenção inadequada.
- Medo de serem vítimas.

Quem intimida ou persegue

É quem deliberadamente **faz uso da força ou do poder para intimidar outro ou outra**. Isso pode levá-lo(a) a:

- Envolver-se em brigas.
- Baixar seu rendimento escolar.
- Aprender de forma errada como atingir seus objetivos.
- Ter atitudes precursoras de uma conduta criminosa.
- Ser agressivo(a) em outros lugares ou situações.
- Adotar o caminho da agressão e da violência como forma de resolver seus problemas.
- Expressar suas dificuldades sociais ou familiares humilhando outro ou outra.

É DIFERENTE ENTRE MENINOS E MENINAS?

O *bullying* pode ser praticado pelas meninas e pelos meninos, mas a forma como se manifesta costuma ser diferente. Talvez você já tenha percebido que as meninas adolescentes têm mais tendência a se agredir verbalmente, enquanto os meninos são mais inclinados às agressões físicas. As meninas também podem espalhar boatos maliciosos ou deixar de lado outras colegas e, por sua vez, podem se tornar alvo de comentários sexuais ofensivos por parte dos garotos.

Na sociedade em que vivemos, existem alguns estereótipos sociais que afetam negativamente os homens e as mulheres, porque se transformaram em modelos difíceis de romper.

Por exemplo, é exigido dos homens que controlem suas emoções, que não demonstrem medo e que não chorem, porque se espera que sejam valentes, fortes e poderosos. Esse é um estereótipo negativo sobre como ser um homem, que foi tirado de concepções da sociedade machista.

Em muitas culturas, espera-se das mulheres uma atitude submissa em relação aos homens, porque elas são identificadas com a fragilidade e o afeto. Os meios de comunicação as mostram como objeto de desejo sexual e evidenciam o físico e a beleza como condições de felicidade. Isso tem que mudar!

Esse tipo de formação não somente cria desequilíbrios de poder entre homens e mulheres, mas também desigualdades e situações violentas em muitos casos. Por isso, é necessário combater esses modelos negativos que causam dano e resultam em situações de desigualdade entre as pessoas.

É comum que a televisão, os videogames, a publicidade e os meios de comunicação transmitam valores, modelos e relações baseadas na violência, na discriminação e na desigualdade. Felizmente, nem todos os exemplos são assim. Em nossas famílias, escolas, comunidades e países podemos encontrar inúmeros modelos de comportamento positivo e de valores mais saudáveis, aos que todos e todas devemos aspirar.

COM TECNOLOGIAS... O *CYBERBULLYING*

O *cyberbullying* ocorre quando **se utilizam as tecnologias e a Web para perturbar e agredir o outro ou outra.**

Como acontece o *cyberbullying*? Enviando SMS cruéis, espalhando falsos boatos ou mentiras por e-mail ou nas redes sociais (Facebook, Twitter, MySpace, etc.), publicando vídeos que envergonham a outra pessoa, criando perfis falsos nas redes sociais ou sites para rir ou zoar de alguém.

Quando o *bullying* usa a tecnologia, torna-se muito **agressivo e prejudicial**. As mensagens e as imagens podem ser enviadas a qualquer momento do dia, de qualquer lugar (inclusive de forma anônima), e são compartilhadas com muitas pessoas ao mesmo tempo. Dessa maneira, a vítima fica exposta a receber agressões a toda hora, até em sua própria casa. Além disso, os comentários podem permanecer na Internet durante toda a vida. Por isso, é importante que, se acontecer algo assim com você, busque ajuda e conte o que está acontecendo a um adulto de sua confiança.

ATIVIDADE 1

QUANTO VOCÊ SABE SOBRE O *BULLYING?*

✕ Para entrar no tema, propomos que responda a este questionário. Em seguida, dedique alguns minutos a refletir sobre suas respostas.

1. Seu grupo de amigos e amigas perturba frequentemente um garoto do curso. Fazem brincadeiras pesadas, o empurram ao sair da sala, pegam suas coisas. Você...

- a. Observa a situação, mas não se mete. Não está de acordo com esse tipo de atitude.
- b. Junta-se às agressões. Se não faz isso, poderia ficar fora do grupo.
- c. Intervém quando o perturbam e pede aos seus amigos que parem de fazer isso, porque não é certo.

2. Um colega de classe falou com um dos professores e contou que uma menina está sofrendo abuso de alguns colegas. O que você pensa?

- a. Acredito que é um dedo-duro que conta tudo aos professores.
- b. Nesse caso, acho necessário pedir ajuda a um adulto.
- c. Acho que, se a menina precisa de ajuda, deveria pedir ela mesma. Quem está fora não deve se meter.

3. Para você, o bullying é...

- a. Algo normal que acontece enquanto crescemos.
- b. Uma brincadeira, um jogo.
- c. É um abuso e causa dor.

4. Todos os dias, seus colegas o incomodam e ameaçam bater em você se não fizer o que dizem. Você...

- a. Fala com seus pais ou com alguma pessoa de confiança para que ajudem.
- b. Se isola e tenta passar despercebido na escola.
- c. Agride seus colegas e muitas vezes acaba batendo neles.

5. Quem é afetado pelo bullying?

- a. Os meninos, meninas ou jovens que sofrem o bullying.
- b. Os meninos, meninas ou jovens que presenciam a situação (as testemunhas).
- c. Os que atacam.
- d. Todos.

6. Quais são algumas das consequências do *bullying*?
Marque todas as que correspondem.

- a. Sentir medo.
- b. Abandonar a escola.
- c. Notas baixas.
- d. Não tem consequências.

7. O que posso fazer para deter o *bullying*?
Marque todas as que correspondem.

- a. Ficar calado e olhar para o outro lado.
- b. Com meus colegas, pedir ao agressor que pare.
- c. Contar ao professor ou a algum adulto da escola.
- d. Dizer ao meu pai e à minha mãe.
- e. Ajudar a criar ou fortalecer o programa de prevenção ao *bullying* em minha escola.

Compartilhe suas respostas com um de seus colegas.
Pensem quais seriam as respostas mais adequadas para prevenir ou parar o *bullying*. Que atitudes mudariam para melhorar a convivência com os outros colegas de escola?
Escrevam suas respostas aqui:

Respostas: 1-c; 2-b; 3-c; 4-a; 5-d; 6-a, b, c; 7 - b, c, d, e.

ATIVIDADE 2

UMA HISTÓRIA COMO MUITAS

✕ Em grupos, compartilhem a história que segue abaixo.
Ao terminar, respondam às perguntas para refletir sobre este caso.

A DECEPÇÃO DE RENATA

Renata é uma menina de 14 anos. Tem um perfil em uma conhecida rede social, onde se conecta para conversar com outros meninos e meninas de sua idade. Por meio dessa rede, recebeu uma solicitação de amizade de Fábio, um garoto de 16 anos da sua escola. Renata se animou, estava muito feliz, porque um garoto estava prestando atenção nela e começou a manter um relacionamento virtual com ele. Conversavam por *chat*, contava coisas, fazia confissões, falava de suas amigas...

Tudo parecia ir bem. Havia conhecido um menino que a fazia se sentir bonita, estava feliz, mas sua relação sempre foi virtual. Eles nunca se falaram na escola, nem se relacionaram pessoalmente. Fábio tinha pedido isso e ela respeitava.

Porém, um dia, recebeu uma mensagem dele que dizia: "disseram que você não é legal, que anda falando coisas sobre mim. Não quero mais nada com você!"

De nada serviram as tentativas de Renata para continuar a relação, nem seus apelos e súplicas. Não podia acreditar, não entendia o que tinha acontecido. Para piorar a situação, Fábio começou a publicar mensagens com ataques contra ela, dizendo que era má pessoa, que ninguém a suportava, que andava com todos os garotos da escola... Ela nunca desconfiou que Fábio não era Fábio. Umas “amigas” suas haviam criado um perfil falso para ganhar sua confiança, zoá-la e saber o que Renata realmente pensava delas.

ACHAM QUE É UMA HISTÓRIA QUE ACONTECE RARAMENTE OU OCORRE COM FREQUÊNCIA?

CONHECEM PESSOAS QUE FAZEM COISAS ASSIM?

QUE MOTIVOS PODEM TER ALGUMAS GAROTAS PARA PERSEGUIR OUTRA?

E ENTRE OS GAROTOS, NORMALMENTE QUAIS SÃO OS MOTIVOS PARA PERTURBAR OUTRO?

QUE CONSEQUÊNCIAS NEGATIVAS PODE TER O QUE ACONTECEU PARA RENATA?

IMAGINEM UM BOM FIM, ONDE TUDO TERMINE BEM. COMO SERIA?

ATIVIDADE 3

O PESO DA PALAVRA

✗ Você sabia que as palavras podem ser tão dolorosas quanto um soco? O que dizemos e o que nos dizem têm valor, têm um peso. Uma palavra maliciosa pode causar muito dano a uma pessoa, assim como um elogio pode fazer muito bem. Um apelido pode ser carinhoso ou pode ser vergonhoso.

Neste exercício, propomos que escrevam algumas das palavras, frases ou apelidos que são ditos com intenção de ofender outra pessoa.

Que palavras ou frases são ofensivas para os meninos?
Faça uma lista.

Que palavras ou frases são ofensivas para as meninas?
Faça uma lista.

VOCÊ JÁ USOU ALGUMA DESSAS FRASES OU APELIDOS? COM QUE OBJETIVO?

VOCÊ ACHA QUE, QUANDO ALGUÉM USA ALGUMAS DESSAS PALAVRAS, FAZ ISSO PELO SEU SIGNIFICADO, LHE DÃO OUTRO SIGNIFICADO OU APENAS USAM PORQUE ESTÃO NA MODA?

Em geral, as palavras usadas para insultar ou agredir estão vinculadas às características físicas, às questões que se referem à sexualidade, à nacionalidade ou à origem social de uma pessoa. É importante ser responsável ao escolher as palavras, porque todos os exemplos mencionados são **discriminação**. Quando uma pessoa é discriminada por seus amigos ou colegas, sente-se vulnerável, confusa e assustada. Às vezes, sentem-se envergonhadas e culpadas. A verdade é que sofrem uma situação injusta, porque quem está errado é aquele ou aquela que agride e discrimina. Na maioria das vezes, a discriminação está baseada em estereótipos sociais ou culturais sobre como devem ser ou agir os demais. Não levam em consideração que a diversidade enriquece e fortalece o grupo; que todas as pessoas, mesmo sendo diferentes, têm os mesmos direitos; e que ser diferentes nos permite contribuir com ideias e experiências variadas de vida para construir um projeto conjunto.

Existem várias formas de discriminação: a de gênero (normalmente contra as mulheres), a que atenta contra as pessoas que têm alguma deficiência, a que exclui meninos e meninas de outras raças ou de famílias de baixa renda e a de orientação sexual.

É importante que você saiba que discriminar é prejudicial e doloroso, e que é uma violação de um princípio básico dos direitos humanos.

ATIVIDADE 4

E VOCÊ, O QUE ACHA?

✗ Apresentamos algumas notícias semelhantes a muitas que apareceram nos meios de comunicação sobre o *bullying* e as opiniões de alguns adolescentes sobre o tema. Note que, em muitas ocasiões, elas fazem uma abordagem sensacionalista da questão: exageram (“é uma epidemia!”) ou somente pedem castigos (“expulsão!”). É preciso analisar as notícias com sentido crítico e com critério próprio. Discuta os exemplos abaixo com seus amigos, amigas e colegas.

DO BULLYING AO CYBERBULLYING

O problema da perseguição escolar tem aumentado, sobretudo no que diz respeito às suas consequências. Se antes olhávamos somente para o que se passava dentro da escola, a preocupação cresce ainda mais agora que os limites se abriram graças às tecnologias, e a perseguição chega por mensagens de texto ou pelas redes sociais.

ALGUMAS OPINIÕES:

Cecília, 15 anos: “Se me ofendem pela Internet, eu me defendo. Você me insultou, eu te insulto.”

Daniel, 17 anos: “Quando te agridem pela Internet, tudo fica mais difícil, porque não se sabe quem fez, todo mundo fica sabendo e até quem você nem conhece dá opinião. É muito humilhante.”

Mário, 15 anos: “Isso aconteceu comigo uma vez, mas com a ajuda dos meus pais pude colocar fim à agressão.”

E VOCÊ, O QUE ACHA?

INTENSIFICADAS AS AÇÕES PARA DIMINUIR O BULLYING NAS ESCOLAS.

Muitas escolas se uniram em uma campanha interescolar para divulgar mensagens de prevenção ao *bullying* entre todos os estudantes e suas famílias.

ALGUMAS OPINIÕES:

Pedro, 16 anos: “Na minha escola, começamos uma campanha contra o *bullying*. Estamos todos mais atentos, deixou de ser algo normal. Quando vê algo assim, você se mete.”

Paula, 15 anos: “Seria bom que os professores nos ajudassem a parar o *bullying*, porque, às vezes, não sabemos o que fazer. Às vezes, nos intrometemos e é pior, terminamos em uma briga ou voltamos para a escola com medo.”

Gabriela, 16 anos: “As campanhas são boas, mas fazem falta regras claras para a escola, um programa permanente para tratar e prevenir o *bullying*.”

E VOCÊ, O QUE ACHA?

MENINO HISPÂNICO SE SUICIDA NOS EUA POR SER VÍTIMA DE BULLYING.

O pequeno Joel Morales, um menor hispânico de apenas 12 anos de idade, residente em Nova Iorque junto com seus pais, se suicidou depois de ter sido vítima de perseguição por seus colegas de sala.

ALGUMAS OPINIÕES:

Sofia, 14 anos: “A discriminação é uma das causas de zoações e brigas na minha escola. Às vezes, não dão nem tempo de conhecer o garoto, por ser diferente já pegam no pé dele.”

João, 16 anos: “Todos somos diferentes. Qualquer coisa, então, seria motivo para alguém te agredir.”

E VOCÊ, O QUE ACHA?

VOCÊ PODE DAR SUA OPINIÃO SOBRE ESSES E OUTROS TEMAS, E DEBATER COM SEUS COLEGAS E PROFESSORES.

COMO PODEMOS PARAR O **BULLYING?**

A participação começa quando você se envolve em um problema com a intenção de fazer algo para solucioná-lo. O desafio está em suas mãos. Não fique calado, não tenha atitudes discriminatórias, não persiga outra pessoa e peça ajuda quando souber que alguém está sendo perseguido. Essas são todas maneiras de começar. Também existem muitas iniciativas que podem ser tomadas entre amigos e amigas. Uma delas é divulgar e propor que se trabalhe com o tema em sua escola.

AS CAMPANHAS SÃO UMA DAS MELHORES FORMAS DE DIFUNDIR A TEMÁTICA E PREVENIR O BULLYING. SOME SEU GRÃO DE AREIA!

ALGUMAS IDEIAS

Uma **campanha de conscientização** significa agir para divulgar um tema, dentro de um determinado espaço de tempo, com a finalidade de transmitir uma **mensagem e conscientizar sobre um problema**. Muitas vezes, um objetivo solidário motiva uma campanha.

As campanhas podem ser executadas de diversas formas: em uma rede social, distribuindo panfletos, colando cartazes, organizando uma mostra de arte ou de teatro, criando um concurso, etc.

Aqui, propomos algumas ideias que você pode levar adiante em sua escola. Boa sorte!

CONCURSO DE FOTOGRAFIA OU VÍDEO

Chega de bullying, não fique calado

Para organizar este concurso, propomos:

1. Convidar todos os estudantes a participar e expor sua visão sobre o tema.
2. Elaborar as bases do concurso. Lembre-se de incluir as datas para a entrega dos trabalhos e divulgar os ganhadores.
3. Selecionar os ganhadores de acordo com os critérios previamente combinados.
4. Organizar uma exposição para toda a comunidade. Os trabalhos atuarão como poderosas mensagens de difusão e conscientização.

CAMPANHA ONLINE NAS REDES SOCIAIS

As redes sociais são um meio excelente para difundir uma mensagem e fazê-la chegar a muita gente. Vocês podem escrever mensagens contra o *bullying* em seus próprios perfis ou criar uma página específica sobre este tema para dar opiniões, obter seguidores, compartilhar vídeos, fotos e notícias.

Podem recorrer à campanha **CHEGA DE BULLYING** na Internet para saber mais do que se trata: <http://chegadebullying.com.br>

**Importante: não é permitido aos menores de 13 anos abrir uma conta pessoal em nenhuma rede social.*

VÍDEO DEBATE

A projeção de filmes e vídeos que tratam do tema *bullying* ou *cyberbullying* é uma boa maneira de convidar todos e todas da sua escola a participar, abrir o debate e abordar esses problemas em oficinas participativas.

Sugerimos alguns títulos de filmes que fazem pensar no assunto, para assistir e discutir com os colegas:

As Melhores Coisas do Mundo

Em um Mundo Melhor

Bang Bang! Você Morreu

Kes

Stop Bullying, especial do Cartoon Network Estados Unidos com legenda em português:

<http://chegadebullying.com.br>

PARA LEMBRAR:

- O *bullying* é frequente nas relações entre colegas. Acontece quando alguém ou um grupo agride ou humilha outra pessoa intencionalmente, de forma contínua ao longo do tempo.
- Insultar, espalhar boatos, machucar fisicamente ou ignorar alguém também são formas de *bullying*.
- O *bullying* pode ocorrer por meio do celular, pessoalmente, por escrito, na escola, no bairro, em algum meio de transporte e em outros espaços onde os estudantes se encontram, inclusive nas redes sociais. Seja onde for, o *bullying* não pode ser permitido, é inaceitável.

- O *bullying* traz consequências negativas para todos envolvidos, não somente para quem é agredido(a).
- O *cyberbullying* pode ocorrer por meio de mensagens de texto para celulares, *chats* e mensagens instantâneas, fotos tiradas com câmeras de telefones, e-mail, fóruns e grupos, assim como sites dedicados a zombar de uma pessoa específica.
- O colega ou a colega que é maltratado(a) pode sofrer perda de autoestima, ansiedade, depressão, fobias, comprometer o desempenho escolar ou querer mudar de escola. Sem dúvida, precisa de ajuda. Existem casos em que as consequências foram mais drásticas.
- Quem faz *bullying* produz dano a si mesmo(a) e a outras pessoas, e também precisa de ajuda para lidar com seus problemas e aprender a conviver socialmente.
- As testemunhas do *bullying* podem fazer muitas coisas para detê-lo, especialmente falar com um adulto e não “olhar para o outro lado”.
- O *bullying* é um problema que afeta milhões de adolescentes, não importa de onde são, nem de onde vêm. É um problema grave, principalmente nas escolas, que precisa ser resolvido o quanto antes.
- Não ficar calado, não ter atitudes discriminatórias, não abusar de outra pessoa e pedir ajuda são maneiras de prevenir e deter o *bullying*.
- Falar, pedir ajuda a um adulto de confiança, elaborar e colocar em prática campanhas antibullying ou criar um programa de prevenção em sua escola são algumas formas de acabar com o *bullying*.
- Um colega tem o mesmo direito que todos de estudar em um clima tranquilo, de fazer amigos e amigas, e de ter sua forma de ser e pensar. Aceitar-se e aceitar os outros e outras é fundamental, não só na escola, mas também na vida.

COMPROMISSO

CHEGA DE BULLYING

Para assinar este compromisso online, acesse chegadebullying.com.br

Depois de tudo o que aprendeu, você certamente deve ter notado que o *bullying* traz problemas e aborrecimentos a todos os envolvidos e pode virar um pesadelo.

A campanha **CHEGA DE BULLYING** propõe que você assine este compromisso de prevenção ao *bullying*. Leve-o à sua escola para que seus colegas também assinem e colaborem para que não exista mais *bullying* no ambiente escolar. Convencer toda a comunidade escolar a assumir o compromisso significa ser “Escola 100% Comprometida” e merecedora de um reconhecimento por parte do Cartoon Network e dos demais parceiros desta campanha.

Eu posso deter o abuso envolvendo-me de algumas formas específicas. Aqui está o meu compromisso:

Não ficarei calado. Quando vir uma criança sendo humilhada ou magoada, direi algo. Vou falar sobre *bullying* com meus amigos e com os adultos que fazem parte da minha vida, para que todos saibam que eu acredito que perturbar os outros é errado.

Serei um defensor. Vou defender outras pessoas que possam precisar da minha ajuda, não somente meus amigos mais próximos. Não vou ficar calado quando alguém estiver sendo maltratado.

Serei um modelo a seguir. Com minhas ações diárias, vou mostrar que podemos conviver na minha escola, resolvendo nossos conflitos de forma pacífica. Não vou maltratar ou excluir ninguém, nem vou espalhar boatos pessoalmente ou pelo meu celular ou computador.

Parar o *bullying* começa comigo. Assinar este compromisso pode mudar minha vida e a de outra pessoa de maneira significativa. Vou encaminhar aos meus amigos e familiares para ajudar a construir uma comunidade comprometida a acabar com o *bullying*.

ASSINATURA: _____

NOME: _____

DATA: _____

NOTAS

REFERÊNCIAS:

- Health Resources and Services Administration. “El alcance y el impacto de los actos de molestar e intimidar”. U.S. Department of Health & Human Services em www.StopBullying.gov.
- Health Resources and Services Administration. “Niños que molestan o intimidan”. U.S. Department of Health & Human Services em www.StopBullying.gov.
- Health Resources and Services Administration. “Qué sabemos sobre los actos de molestar o intimidar (*bullying*)”. U.S. Department of Health & Human Services em www.StopBullying.gov.
- Health Resources and Services Administration. “Qué debo hacer si me molestan o intimidan”. U.S. Department of Health & Human Services em www.StopBullying.gov.
- Abente Pfannl, Daisy, Lesme Romero, Diana S., Lovera Rivas, Vanessa, Rodríguez Leith, Margarita, Zerené Reyes, Yasmina. *Manual didáctico para la prevención e intervención del acoso escolar*. Assunção, Secretaria da Infância e Planejamento do Ministério de Educação do Paraguai, 2010.
- Siede, Isabelino. *Un mundo para todos*. Buenos Aires, Ministério de Educação da Nação, Série Piedra Libre, 2011.
- Educación, Redes y Rehiletes, Associação Civil. *Somos una comunidad educativa: hagamos equipo. Una propuesta de intervención integral educativa contra el bullying*. Cidade do México, UNICEF, 2011.
- Associação Chicos.net. Manual de enfoque teórico dentro do “Programa uso seguro y responsable de las tecnologías”. Buenos Aires, fevereiro de 2011. Acesse: http://www.programatecnologiasi.org/index.php?option=com_content&view=article&id=27&Itemid=225.
- Ministério de Educação da Nação, *La convivencia en la escuela. Recursos y orientaciones para el trabajo en el aula*. Buenos Aires, Argentina, 2010. Acesse: http://www.me.gov.ar/construccion/pdf_coord/recursos-convivencia.pdf.
- Morduchowicz, Roxana. *Los adolescentes y las redes sociales. La construcción de la identidad juvenil en Internet*. Buenos Aires, Fundo de Cultura Econômica, 2012.
- Rodríguez, Nora. *Stop Bullying. Las mejores estrategias para prevenir y frenar el acoso escolar*. Barcelona, Editorial RBA, 2006.
- Associação Chicos.net. “Programa Tecnología Sí”. Acesse: www.programatecnologiasi.org
- Cartoon Network. “Chega de bullying, não fique calado”. Acesse: <http://www.chegadebullying.com.br>
- Plan Internacional. “Aprender sem medo”. Acesse <http://plan.org.br/index.html>



**CHEGA DE
BULLYING**

**NÃO
FIQUE
CALADO**

CHEGADEBULLYING.COM.BR



Coordenação de conteúdo: Plan Internacional e Cartoon Network