

**MAL INVISÍVEL** | Anonimato e alcance maior das agressões morais tornam o bullying na internet mais preocupante

# A difícil tarefa de combater o cyberbullying

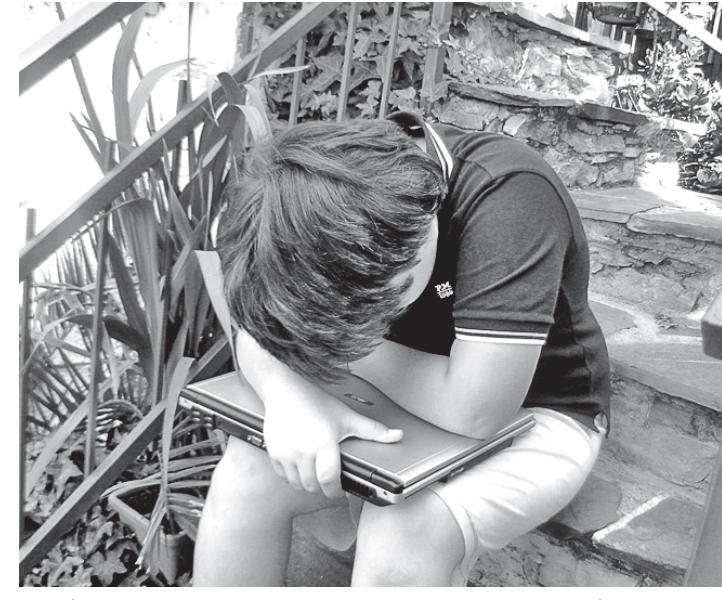
Educadora recomenda que pais estejam atentos ao que os filhos acessam na rede

Há muito conhecido pelos educadores, o bullying tem assumido uma face ainda mais cruel e difícil de ser combatida nas escolas. A popularização do acesso à internet por uso das mais diferentes formas de comunicação móvel e o hábito cada vez mais frequente, entre jovens e adolescentes, de acessar redes sociais, geraram o ambiente perfeito para o que se convencionou chamar de cyberbullying, ou seja, a realização de práticas de constrangimento e agressão moral pela rede.

Dois aspectos tornam, para muitos, o cyberbullying ainda mais grave que o bullying tradicional. Na prática, o anonimato se transforma em um incentivo a mais para o agressor. Além disso, a possibilidade de o conteúdo ser acessado por qualquer computador ou dispositivo móvel pode aumentar em uma escala incalculável o tormento das vítimas.

Para a educadora e pós-graduada em Educação Infantil, em Educação e Saúde, professora Bianca Acampora, o acesso mais frequente dos jovens à tecnologia de comunicação móvel amplia, e muito, os riscos do cyberbullying. "Os meios tecnológicos que, a priori, seriam para melhorar e facilitar a vida das pessoas em todas as áreas estão sendo utilizados para menosprezar e insultar", comentou a especialista.

Autora do livro *Psicopedagogia clínica: o despertar das potencialidades* (Editora WAK), Bianca Acampora ressalta que a prática cyberbullying, geralmente, é feita por adolescentes sem limites, insensíveis e inconsequentes. "Em relação a colegas de escola e pro-



Ser vítima de ofensas via internet pode causar danos psicológicos graves

fessores, as difamações são intencionadas e visam mexer com o psicológico da pessoa, deixando-a abatida e desmoralizada perante os demais."

A possibilidade de utilizar a internet de qualquer lugar torna mais difícil, para as escolas, fiscalizar e restringir o cyberbullying. Por isso, o primeiro passo aconselhado por especialistas é a instituição de verificar o uso de seus próprios laboratórios de Informática. Afinal, alunos podem utilizar os equipamentos para postar mensagens contra algum colega ou mesmo para acessar emails do tipo e, com isso, dar pistas sobre se alguém está sendo constrangido. "O cyberbullying pode ser visto em comunidades criadas com o objetivo de ofender e xingar pessoas, na manipulação de fotos e nos emails ofensivos que invadem o espaço íntimo da vítima", exemplifica Bianca Acampora.

Em casa, os pais podem adotar cuidados semelhantes. Mesmo aqueles que não são muito famili-

arizados com a Informática podem e devem buscar formas de saber como os filhos usam a internet. É o que defende a professora Ana Maria Albuquerque, psicóloga formada pela Universidade de Brasília e autora do livro *Cyberbullying e outros riscos na internet: despertar a atenção de pais e professores* (Editora WAK). "No que se refere à ética na internet e o que deve ser exposto publicamente na web e o que deve ficar no privado, os pais possuem um melhor discernimento do que as crianças e os adolescentes", salienta a educadora, que recomenda que os pais busquem sempre ter uma postura de diálogo, e não de punição, com os filhos.

É muito comum o filho não expressar os problemas ou dramas existenciais que esteja vivendo referentes às práticas de cyberbullying por medo de os pais terem reações como, por exemplo, deixar o filho de castigo, sem usar o computador ou até de tomar uma atitude mais impetuosa na escola", destaca a professora Ana Maria Albuquerque.

Cabe ressaltar que tanto as práticas de bullying virtual como a do bullying presencial podem gerar queda do desempenho escolar entre as vítimas, entre os agressores e também entre a plateia que assiste a agressão. Quando o clima escolar fica inóspito e violento, isso diminui a capacidade de aprendizagem dos alunos em decorrência desse tipo de estresse entre os alunos e também entre alunos e educadores", ressalta.

Ana Maria Albuquerque também trabalha com prevenção ao bullying e ao cyberbullying no Portal do Professor. Mantido pelo Ministério da Educação (MEC), o site possui um blog destinado especificamente para a prevenção ao bullying e cyberbullying, com dicas a educadores e pais sobre

## Sinais podem identificar vítimas

Uma das dificuldades para identificar e ajudar alguém que sofre com cyberbullying é o fato de que, muitas vezes, a própria vítima prefere esconder o pesadelo que está enfrentando. No entanto, alguns sinais e comportamentos podem ajudar os pais e professores a saber quando alguém é alvo de críticas, ofensas e agressões morais.

Segundo a professora Ana Maria Albuquerque, existem alguns sintomas físicos, psicosomáticos e emocionais que podem ser indicativos de bullyng tanto físico quanto pela internet. Queixas constantes de dor de cabeça, excesso de sono ou insônia, pesadelos, obesidade, bulimia, ansiedade, pensamentos persecutórios e síndrome do pânico são alguns exemplos de comportamentos que podem indicar a ocorrência do bullying, que pode, inclusive, afetar rendimento nos estudos por parte da vítima e até de outros alunos do colégio.

Cabe ressaltar que tanto as práticas de bullying virtual como a do bullying presencial podem gerar queda do desempenho escolar entre as vítimas, entre os agressores e também entre a plateia que assiste a agressão. Quando o clima escolar fica inóspito e violento, isso diminui a capacidade de aprendizagem dos alunos em decorrência desse tipo de estresse entre os alunos e também entre alunos e educadores", ressalta.

Ana Maria Albuquerque também trabalha com prevenção ao bullying e ao cyberbullying no Portal do Professor. Mantido pelo Ministério da Educação (MEC), o site possui um blog destinado especificamente para a prevenção ao bullying e cyberbullying, com dicas a educadores e pais sobre



Ana Maria Albuquerque: bullying faz cair rendimento escolar

como enfrentar o problema.

Há outros serviços públicos que podem ajudar vítimas, pais e escolas a lidar problemas relacionados com o cyberbullying. Na Safernet, a central brasileira de cibersegurança, existe um canal chamado *Help Online*, que possui psicólogos especializados para receber denúncias e auxiliar os jovens e suas famílias. Outra opção é a Polícia de Crimes Digitais da Polícia Federal, que cuida

de casos relacionados a ocorrências pela internet, e o Disque 100, um número gratuito para denúncia de quaisquer casos de violação dos direitos humanos.

Uma estratégia que pode auxiliar os pais a saberem se seus filhos são vítimas de cyberbullying é o uso de softwares de controles, ou de parental control, como são chamados. Segundo a professora Ana Maria Albuquerque, neste caso, é importante que o programa esteja instalado em todas as máquinas da casa e que elas estejam em locais de comum acesso, como a sala, o hall ou a cozinha. Ela, no entanto, alerta que a solução não pode se limitar a isto. "O uso de software parental control não substitui o diálogo em casa sobre vida digital."

**SERVICO**  
Safernet: [equipehelpline@safernet.org.br](mailto:equipehelpline@safernet.org.br)  
Polícia de Crimes Digitais da PF: [www.crimespelainternet.com.br/](http://www.crimespelainternet.com.br/)  
delegacias-de-crimes-digitais  
Disque Direitos Humanos: 100  
Blogs sobre cyberbullying: [e-proinfo.mec.gov.br/e-proinfo/blog/bullying](http://e-proinfo.mec.gov.br/e-proinfo/blog/bullying)

## Indícios de ocorrência de bullying

- Sintomas físicos:** queixas constantes de dor de cabeça, tonturas, náuseas, diarreia, enurese (incontinência de urina), excesso de sono ou insônia, perda de apetite, dores generalizadas no corpo, apresentar arranhões ou machucados.
- Sintomas psicosomáticos:** gastrite, úlcera, bulimia, anorexia, rinite, obesidade.
- Problemas de saúde mental:** ansiedade, pesadelos, pensamentos persecutórios, oscilação de humor, síndrome do pânico, psicoses, depressão, pensamentos suicidas e suicídio.
- Comportamentos que podem indicar cyberbullying:** apresentar ansiedade após o uso da internet, aparentando perturbação; diminuir o tamanho da tela sempre que um adulto passa por perto; apagar sempre o histórico dos sites navegados; isolar-se da família e dos amigos;

## "O bullying é uma violência invisível"

GABRIEL NASCIMENTO  
[gabriel.arouca@folhadirigida.com.br](mailto:gabriel.arouca@folhadirigida.com.br)

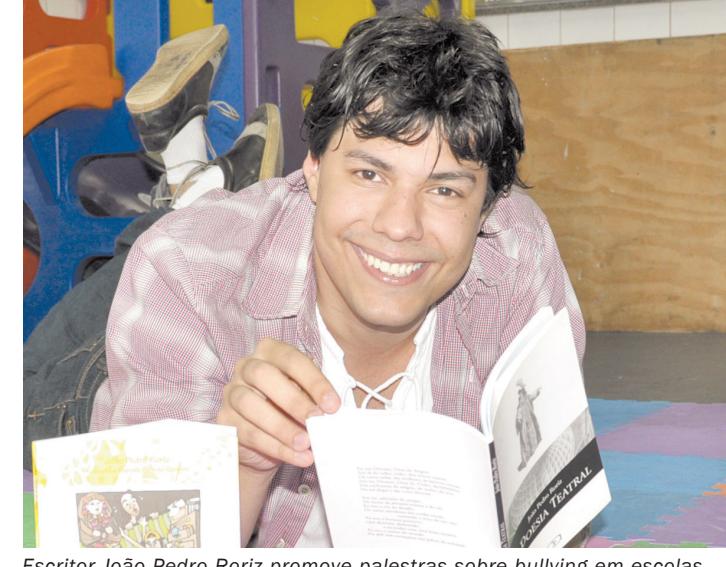
Autor do livro *Almanaque da Cidadania* (Editora Paulus), o escritor João Pedro Roriz tem realizado palestras em escolas para falar, entre outros temas, sobre o bullying. Segundo ele, a preocupação maior em torno da questão é o fato de que as agressões sofridas, principalmente na infância, ter consequências para toda a vida. "Uma situação que acontece dentro da escola contamina a vida de uma criança, porque a escola é a vida dessa criança", destacou o especialista.

**FOLHA DIRIGIDA - COMO PODEMOS DIFERENCIAR O BULLYING DE UMA AGRESSÃO COMUM?**

**João Pedro Roriz** - O bullying é aquela violência que acontece todos os dias. Existe a crise individual, ou entre dois indivíduos, que não pode ser considerada bullying. O bullying, quando acontece, ele não é tão facilmente diagnosticado, por isso é muito difícil você perceber o que está acontecendo na escola. O professor precisa ter muito "jogo de cintura" porque o bullying é uma violência invisível, e quando você vê, já contaminou todo o ambiente. Normalmente a vítima tem medo de dizer que está sofrendo esse tipo de violência.

**POR QUE ESTE PROBLEMA TEM PREOCCUPADO TANTO AS ESCOLAS?**

Porque sabemos que desde a criação da primeira escola, existe bullying, desde o momento em que se criou a primeira comunidade. Bullying não é um fenômeno que acontece apenas nas escolas, em todo lugar em que há uma comunidade, existe o bullying. O que a gente pode fazer é um trabalho de prevenção para que isso não venha a ocorrer. Qual é o porquê da preocupação? Nós sabemos que a curto, médio e longo prazo, as vítimas do bullying sofrem traumas que podem se estender até a vida adulta, e uma situação que acontece dentro da escola contamina a vida de uma criança, porque a escola é a vida dessa criança. É ali que ele tem seus melhores amigos, ali ele tem os primeiros contatos sociais, ali ele entra em contato com o ideal de autoridade, etc. Quando uma situação de violência acontece e eleva a cair por terra a ideia de autoridade, o poder do Estado, ele começa a duvidar desse estado, duvida da autoridade, duvida de si, ele passa a querer fazer justiça com as próprias mãos. Daí até partir para vingança é um pulo. Então nós



Escritor João Pedro Roriz promove palestras sobre bullying em escolas

não vemos o bullying como um problema de escola. O bullying é um problema socioeducativo, que quanto mais for inibido, melhor, porque não vamos criar uma sociedade mais justa.

**O SENHOR DISSE QUE ISSO COMEÇA NA INFÂNCIA, MAS NÓS REPARAMOS QUE O BULLYING TEM UM PESO MUITO GRANDE NA ADOLESCÊNCIA. O SENHOR ACHA QUE ISSO ACONTECE DEVIDO AO PERÍODO DELICADO DE TRANSIÇÃO EM QUE O JOVEM SE ENCONTRA?**

Existe o bullying desde a primeira infância, mas é o chamado bullying indireto. Acontece quando o bully isola a vítima, cria fofocas e etc., quando a criança chega ao sexto ou sétimo ano, que são os anos mais complicados, essas crianças estão vivendo seus primeiros momentos de liberdade, e com um detalhe: deixa de ter aquele único professor, que o acompanhou durante toda sua trajetória no primário, que conhece os pais, e passa a ter professores que são indiferentes ao que se passa no lar dessas crianças, e esse vácuo de poder, para algumas crianças, pode ser avassalador, então eu proponho aos pais que não se usem muito como exemplo na hora de dar essa liberdade aos filhos, que busquem fazer isso de acordo com a necessidade da própria criança, do próprio adolescente, porque dependendo de como foi, ele pode sentir a falta dessa autoridade, e a criança e o adolescente têm tendência a testar o limite do adulto o tempo inteiro, para saber até onde ele pode agir, e ele vai fazer isso como o colega que está na escola. Ele irá testar o limite do outro. Se você tem uma religião e eu tenho outra, eu vou testar o seu limite para saber se você

realmente tem certeza do que você está falando. E daí para partir para agressões ou preconceito, para uma situação de estresse, é um pulo. E se eu começar a fazer isso todo dia com você, ou se por acaso já fizeram isso comigo alguma vez e eu acho que assim eu cresci e eu acho que você deve crescer assim e passo a aplicar esse método com você, a gente vê estabelecida uma situação de bullying na escola.

**O SENHOR ACREDITA, ENTÃO, QUE A LIBERDADE DEMASIADA É UM DOS FATORES QUE PROPICIAM O DESENVOLVIMENTO DISSO?**

Eu não diria que a liberdade demasiada, eu diria que esse é um momento próprio para que as crianças e os adolescentes começem a tomar suas primeiras decisões e é evidente que ali haverá erros. Mas os pais têm que estar atentos para continuar dando os limites necessários, e de acordo com a necessidade daquela criança. Todo pai tem que ser um pouco pedagogo, essa história de criar os filhos a sua própria maneira não funciona bem. Eu diria, inclusive, que os pais devem buscar base em livros de pedagogia e cidadania, pois eles estão cuidando de uma vida muito importante, porque essa criança vai se tornar um adulto e precisará de certos elementos para sentir seguro.

**O SENHOR JÁ DEVE TER FALADO INCLUSIVE PARA PAIS. O SENHOR, APÓS AS PALESTRAS, NOTA ALGUM RETORNO POSITIVO?**

Sim. Eu acompanho os efeitos após as minhas palestras, porque o que fazemos aqui é suscitar ideias para que os professores entrem no cenário e discutam com os alunos. Nós não temos a pre-

tensão de resolver o problema e nem impedir que a violência aconteça na escola, mas a gente planta uma semente. Lembra de uma escola, em Presidente Prudente, interior de São Paulo, que um aluno se identificou como bully (o agressor) e falou que praticava sem saber, porque, na verdade, antigamente ele também sofria bullying, então ele achava que era uma conduta natural. Depois de assistir à palestra, ele sentiu o que estava fazendo e pediu desculpas à vítima. Foi uma cena muito bonita, e todos ficaram muito emocionados. Tinha muitas histórias para contar sobre resoluções de problemas. Há pessoas que ainda adultas lembram daquele garoto ou garota que as perseguiam, isso é muito ruim.

**ALÉM DE PROMOVER PALESTRAS E EVENTOS COMO ESSES, QUE OUTRAS MEDIDAS O SENHOR ACHA QUE A ESCOLA PODE TOMAR PARA CONSCIENTIZAR AS CRIANÇAS?**

Adoção de livros; é importante, também, identificar aquela pessoa que tem uma propensão maior a ser a agressora e aquela pessoa que tem a propensão maior a ser a vítima, porque existem vários tipos de vítimas. Nós temos, na literatura de hoje da medicina comportamental, o assunto bullying sendo tratado com muita clareza. Antigamente não era. Ou seja, nós temos um apoio que torna mais fácil a identificação desses personagens. E depois se identificar isso, é importante ter paciência, porque o agressor também é uma espécie de vítima das circunstâncias. Você não sabe o que essa pessoa sofre em casa, o que a levou a agir dessa forma, etc. Lembra de uma escola em Brasília que tinha 300 alunos muito bem comportados, e apenas um que não se comportava de acordo com as diretrizes da escola. A freira, que era professora da escola, disse que no ano seguinte teria que convidá-lo a se retirar. Eu falei: "Você tem 300 alunos bons e uma missão, resto está resolvido. Você tem uma missão que é com esse menino você vai tirá-lo da escola?" Ela me ouviu, depois me disse que não iria expulsá-lo. Eu fiquei feliz com isso, porque nós temos, também, que carregar nossa cruz. Há pessoas na vida da gente que nós temos que lidar com elas, temos que aprender a ter neuroplasticidade para lidar com essas pessoas. Por mais que você não goste de certa pessoa, você deve aprender a conviver com ela.

## CANAL UNIVERSITÁRIO DO RIO DE JANEIRO

UTV

- CANAL 11 NET RIO -

[WWW.UTV.ORG.BR](http://WWW.UTV.ORG.BR)

QUINTA-FEIRA - 04.04.13

21h - Contraponto

Produção PUC-Rio

21h30 - Educação em Debate

Produção CIEE-Rio

22h - Encontro de Palavras

Produção Univ. Estácio de Sá

22h30 - Entre Nós

Produção UNISUAM

SEXTA-FEIRA - 05.04.13

21h - Antena Coletiva

Produção PUC-Rio

21h30 - Ciência e Letras

Produção Fiocruz

SÁBADO - 06.04.13

17h - Arena

Produção Univ. Veiga de Almeida

17h30 - Vida Viva

Produção UniverCidade

22h - Especial CIEE - Rio

Produção CIEE-Rio

DOMINGO - 07.04.13

10h - Bits & Bytes

Produção Univ. Estácio de Sá

15h - Ligado em Saúde

Produção Fiocruz

16h - Mosaico

Produção Univ. Gama Filho

17h - Papo Cabeça

Produção Univ. Gama Filho

17h30 -