



## Por que razão o *bullying* e o *cyberbullying* são comportamentos de risco?



### Resolve

- Lê o texto seguinte e visualiza o vídeo "Saúde na 1.ª pessoa".

### Bullying e cyberbullying

O *bullying* é um comportamento agressivo, intencional e premeditado, repetido no tempo, com intenção de causar dano e sofrimento a outra pessoa. Caracteriza-se, ainda, por uma relação de desigualdade entre os envolvidos, resultante do tamanho, idade ou outras características pessoais (pessoas maiores, mais velhas ou mais confiantes face a pessoas mais pequenas, mais novas ou mais tímidas e inseguras), da força física (pessoas mais fortes face a indivíduos mais fracos) ou da superioridade numérica (pessoas com amigos(as) que apoiam e incentivam a agressão face a indivíduos isolados). O *cyberbullying* distingue-se do *bullying* pelo facto da agressão ocorrer num contexto digital, através das redes sociais ou de mensagens *online*, por exemplo. O *bullying* manifesta-se através de comportamentos físicos agressivos contra uma vítima, como bater, dar pontapés, abanar, puxar o cabelo, entre outros. Também se pode manifestar através de comportamentos verbais, como chamar nomes ofensivos, insultar, colocar alcunhas maldosas, fazer intrigas, lançar ou fomentar boatos maliciosos sobre alguém, inclusivamente nas redes sociais, ignorar, isolar ou excluir propositalmente um(a) colega do restante grupo.

As vítimas de comportamentos de *bullying* tendem a apresentar níveis de autoestima e bem-estar mais baixos em relação aos(às) colegas. Esse mal-estar manifesta-se principalmente em sentimentos de ansiedade e tristeza, podendo desenvolver sintomas de depressão e, por vezes, ficar em risco de suicídio.

O apoio dos(das) colegas e dos(das) amigos protege a vítima de ações associadas ao *bullying*. As vítimas não devem ter receio de solicitar ajuda aos(às) colegas, professores(as), encarregados(as) de educação ou profissionais de saúde.

Adaptado de Seixas, S., & Fernandes, L. (2018).  
*Bullying e cyberbullying: A escola como espaço de prevenção.*

- Explica em que consiste o *bullying*.
- Refere as relações de desigualdade que podem estar na origem do *bullying*.
- Distingue *bullying* de *cyberbullying*.
- Refere as consequências do *bullying* para a vítima.
- Associa cada um dos comportamentos seguintes ao *bullying* ou ao *cyberbullying*.
  - Insultar alguém repetidamente numa rede social.
  - Roubar ou destruir objetos de outra pessoa.
  - Isolar alguém intencionalmente nos intervalos da escola.
  - Publicar um vídeo íntimo de alguém *online*.

#### Saúde na 1.ª pessoa



Sónia Seixas  
Psicóloga

Vê o vídeo e responde à pergunta: O que são o *bullying* e o *cyberbullying*??

Exclusivo Professor(a)

#### Explora

#### Resolve

(Perfil dos Alunos: D, G, I)

#### Propostas de solução

- O *bullying* é um comportamento agressivo, intencional e premeditado, repetido no tempo. A intenção deste comportamento é causar dano e sofrimento a outra pessoa.
  - As relações de desigualdade que estão na origem do *bullying* podem resultar das diferenças de tamanho, de idade e de força física das pessoas envolvidas ou da superioridade numérica dos(das) agressores(as) relativamente à vítima.
  - O *cyberbullying* distingue-se do *bullying* pelo facto de a agressão ocorrer num contexto digital, através das redes sociais ou de mensagens *online*, por exemplo.
  - As vítimas de *bullying* tendem a apresentar níveis mais baixos de autoestima e bem-estar em relação aos(às) colegas, principalmente sentimentos de ansiedade, infelicidade e tristeza, podendo desenvolver depressão e, por vezes, ficar em risco de suicídio.
- Cyberbullying.
  - Bullying.
  - Bullying.
  - Cyberbullying.

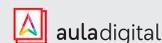
#### Saúde na 1.ª pessoa

(Perfil dos Alunos: B, G, I)

#### Proposta de solução

O *bullying* e o *cyberbullying* são comportamentos agressivos, intencionais e premeditados, repetidos no tempo. A intenção destes comportamentos é causar dano e sofrimento a outra pessoa. O *cyberbullying* distingue-se do *bullying* pelo facto de a agressão ocorrer num contexto digital.

Aluno(a) + Professor(a)



auladigital  
• Vídeo:  
Saúde na 1.ª pessoa