

Unindo esforços contra o bullying



STOP
O BULLYING
e marca a diferença!

Capacitação Digital
das Escolas



Agrupamento
de Escolas
Elias Garcia

3º ciclo



Declaração Universal dos Direitos Humanos

O Artigo 2º da Declaração Universal dos Direitos Humanos refere que, qualquer pessoa deve ter acesso aos direitos e liberdades dispostas na Declaração “sem distinção alguma, nomeadamente de raça, de cor, de sexo, de língua, de religião, de opinião política ou outra, de origem nacional ou social, de fortuna, de nascimento ou de qualquer outra situação”.

Observa...Comenta...



Be The Change NZ campaign video 'Be The Hero - help STOP bullying' [#upstand](#) video

Bullying ,Cyberbullying ? Algumas definições...

Bullying e

Direitos Humanos

"Bullying é um ataque à vertente física, psicológica e moral de um indivíduo. É um conjunto de atitudes premeditadas que visam "massacrar" e afetar psicologicamente, muitas vezes levando a pessoa ao limite do desespero."

RELATO DE UMA PROFESSORA DO PROJETO STOP BULLYING

AGRUPAMENTO DE ESCOLAS SERAFIM LEITE

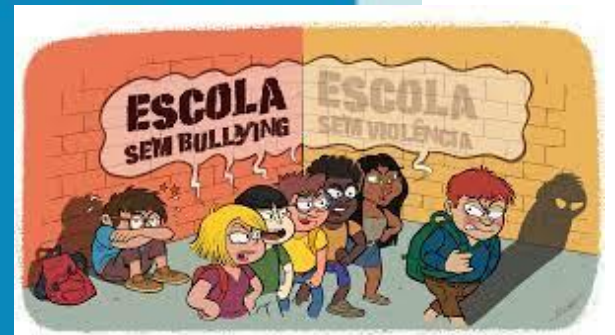
SÃO JOÃO DA MADEIRA



(Ciber)bullying

O **bullying** constitui qualquer comportamento que faça alguém sentir-se constantemente perturbado, desconfortável e/ou inseguro. É normalmente intencional e pode assumir diversas formas desde verbais, indiretas e físicas.

O **Ciberbullying** ocorre quando esse comportamento se manifesta através das tecnologias.



Exercício

Examina as seguintes situações abaixo. Pode isto ser considerado bullying?
Porquê ou por que não?



DEFENDE
os teus direitos
e os dos
outros!

A definição de bullying
não é o que vemos
nos filmes de Hollywood.
L'uboš, 18 anos de idade



O QUE É O BULLYING?

É um comportamento:

- Adotado **entre pares**;
- **Agressivo e intencional**;
- **repetido**;
- Envolvendo **desigualdade e abuso de poder**.



BULLYING É DISCRIMINAÇÃO?

Sim, os atos de bullying estão normalmente associados a discriminação. Habitualmente, o agressor/a identifica, na vítima, uma distinção específica.



O BULLYING ESTÁ ASSOCIADO A QUE TIPO DE DISCRIMINAÇÃO?

- Características físicas (alto, baixo, gordo, magro, olhos, dentes, cabelo,...)
- Roupas que veste (marca, condição das roupas, ...)
- Condição socioeconómica (famílias carenciadas, ...)
- Origem étnica ou cor de pele
- Religião
- Idade
- Identidade de género, orientação sexual
- Deficiência
- Qualquer outra característica distinta



BULLYING E DISCRIMINAÇÃO

A discriminação revela-se assim como uma grave violação dos direitos humanos, no que diz respeito ao acesso às condições de segurança, bem-estar físico e emocional.



COMO PODES VERIFICAR...

O conceito de bullying compreende uma série de ações negativas, praticadas numa relação desigual de poder entre o/a agressor/a e a vítima.



Uma parte domina a outra, não existindo equilíbrio, igualdade.

CONHECES VÁRIOS TIPOS DE BULLYING?

CLASSIFICA AS AÇÕES DE ACORDO COM A TABELA



Bullying Físico	Bullying Verbal	Bullying Sócio-Emocional

INSULTAR

DAR PALMADAS

PERSEGUIR

ISOLAR/ EXCLUIR

INTIMIDAR

DIFAMAR

ROUBAR

GRITAR

ALCUNHAR

HUMILHAR/ REBAIXAR

DANIFICAR MATERIAL

DIZER PIADAS

ESMURRAR

LANÇAR RUMORES

REPARA NOS DIFERENTES TIPOS DE BULLYING

Direto		Indireto	
Bullying Físico	Bullying Verbal	Bullying Socio-Emocional	Cyberbullying
<ul style="list-style-type: none"> • Agressões físicas: esmurrar, dar palmadas, empurrar, dar encontrões, puxar cabelos, pontapear, etc. • Ameaçar • Perseguir • Roubos • Danificar material • Assédio (sexual ou outro) 	<ul style="list-style-type: none"> • Insultar • Intimidar • Gritar • Humilhar • Ofensas verbais: dizer piadas e alcunhas depreciativas e discriminatórias; • Outras expressões que geram mal-estar 	<ul style="list-style-type: none"> • Indiferença • Isolamento • Exclusão social • Difamar • Lançar rumores 	<ul style="list-style-type: none"> • SMS • MMS • Videos • Fotos • Mail • Chats • Redes • (...)

O CYBERBULLYING

O cyberbullying é uma forma relativamente recente de humilhação e difamação social, que é realizada pelo agressor ou agressora através de suportes digitais de comunicação, como a internet ou os telemóveis.

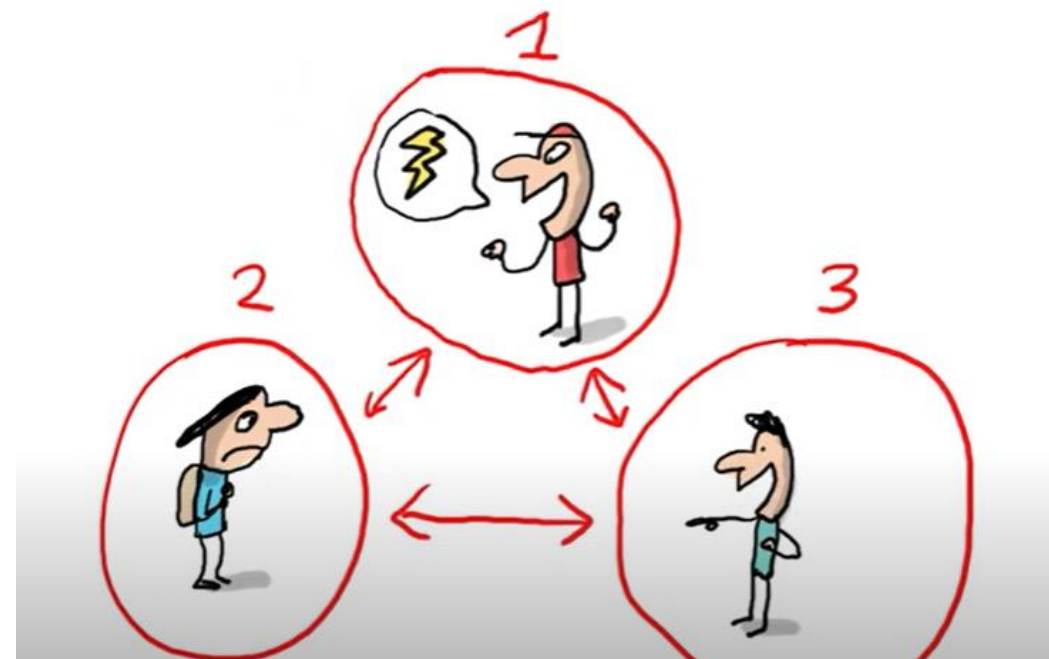
Através destas tecnologias de informação e comunicação, o/a agressor/a consegue influenciar um número maior de pessoas (espetadores/as virtuais), prejudicando a reputação e as amizades da vítima, através do envio de mensagens caluniosas ou da colocação online de imagens e vídeos ofensivos e humilhantes, com rápido efeito multiplicador.



QUEM SÃO OS INTERVENIENTES?

Os episódios de bullying estão associados a um processo que envolve diferentes intervenientes. **Quais são os mais relevantes?**

- O agressor (quem agride)
- A vítima (quem sofre as agressões)
- A testemunha (quem assiste)



C'est quoi le harcèlement à l'école ? - 1 jour, 1 question



DEFENDE
os teus direitos
e os dos
outros!

A definição de bullying



Exercício

Seleciona e analisa uma situação. De que tipo de bullying se trata? Quais são os intervenientes? Consegues identificar algumas características das vítimas? Como terias reagido se fosses uma testemunha?

QUAL DEVERIA SER O PAPEL DA TESTEMUNHA EM RELAÇÃO AO AGRESSOR ?

INCENTIVAR O AGRESSOR?

NÃO INTERVIR?

Apoiar o agressor?

MANIFESTAR O SEU DESAGRADO?

PROTEGER A VÍTIMA?



POR QUE MOTIVO A TESTEMUNHA NEM SEMPRE É UM DEFENSOR DA VÍTIMA?

- Por ter medo de se tornar uma vítima do/a agressor/a.
- Por empatia com o poder do/a agressor/a.
- Por evitar o envolvimento em qualquer situação mais agressiva.
- Com medo de vir a tornar-se vítima do do/a agressor/a.
- Com medo de represálias (vingança) por parte do agressor/a.



AS CONSEQUÊNCIAS PARA AS VÍTIMAS SÃO GRAVES?

Sim, as situações de bullying poderão dar origem a problemas extremamente graves.

Se a criança ou jovem não tiver a oportunidade de verbalizar ou exteriorizar os seus medos, frustrações ou pensamentos, muito provavelmente tornar-se-á um adulto com poucas ligações sociais e afetivas.

Poderá tornar-se agressivo/a e revoltado/a, especialmente, perante situações que o façam recordar episódios traumáticos do passado.



TODOS PODEMOS AJUDAR A COMBATER O BULLYING

As vítimas, o que podem fazer?

- Dizer a um adulto quando são provocadas, humilhadas e agredidas constantemente.
- Falar, não se sentir culpadas, não ficar com o sofrimento das agressões dentro delas, num silêncio que as destrói emocionalmente.
- Evitar o/a agressor/a e tentar afastar-se de possíveis situações de conflito.
- Distrair o/a agressor/a, não lhe dando importância, não mostrando inquietação nem medo.
- **Estar sempre que possível com amigos/as, sobretudo nas zonas mais isoladas da escola.**



TODOS PODEMOS AJUDAR A COMBATER O BULLYING

As testemunhas também?

- Sempre que possível, devem pedir a outros amigos/as para, em conjunto, resolver a situação.
- Dizer ao agressor/a para parar.
- Ajudar a vítima a afastar-se da situação de humilhação e agressão.
- Pedir ajuda a um adulto (professor, funcionário, pai) ou relatar mesmo depois do incidente ter acontecido (pode ser feito de forma anónima e confidencial).
- Mesmo não sendo, podem tornar-se amigos/as da vítima.



Está atento ao vídeo...

Pedir ao professor de francês para decodificar o vídeo com os alunos anteriormente

TODOS PODEMOS AJUDAR A COMBATER O BULLYING

Os/AS agressores/as?



- Devem ser responsabilizados/as pelos seus atos, não necessariamente pela via punitiva.
- Sempre que possível, serem integrados/as em programas de acompanhamento e recuperação.
- Devem fazer parte da definição das suas eventuais sanções.

TODOS PODEMOS AJUDAR A COMBATER O BULLYING

E a escola?

A escola possui mecanismos tais como:



- A promoção de campanhas de sensibilização, atividades com trabalho de consciencialização junto dos alunos.
- O DT enquanto elemento a privilegiar para o diálogo, esclarecimento de dúvidas e a quem os alunos podem relatar eventuais episódios de bullying.
- Gabinete de apoio psicológico para prestar acompanhamento e onde o aluno pode exteriorizar os seus medos e frustrações.



O respeito começa em mim!

O respeito começa em ti !

O respeito começa em nós !

Vamos assumir e assinar o nosso
Compromisso:

Turma Sem *Bullying*. Turma Sem Violência



Assinar o
compromisso e
afixar na sala de
aula

COMPROMISSO

**Turma Sem *Bullying*. Turma Sem
Violência**



Assim, todos nos comprometemos a:

1. Respeitar colegas, professores e demais funcionários;
2. Não agredir, física ou verbalmente, qualquer colega ou outra pessoa, na escola ou noutro local;
3. Ajudar os alunos que são vítimas de *bullying*, de *ciberbullying* e de outras formas de violência;
4. Não partilhar dados pessoais (nome, morada, fotografias,...) com pessoas desconhecidas;
5. Ser responsáveis pelas nossas ações.

Parte 2

Vamos Participar na
Campanha Stop o Bullying!



Reflete e inspira-te nos seguintes documentos/ situações.



Vídeo Projeto [#StopBullying](#)

"(...) Aconteceu comigo. Não sei se foi pela forma como me vestia, pelo penteado ou pela falta de maquiagem. Ou até pelos ciúmes. O importante é que me sinto bem como sou, e não vou mudar só porque uma rapariga fez um comentário menos agradável à minha passagem."

RELATO DE UMA ALUNA DO PROJETO STOP BULLYING
AGRUPAMENTO DE ESCOLAS SERAFIM LEITE
SÃO JOÃO DA MADEIRA

Ser diferente é normal, Gilberto Gil

Letra

<https://www.lettras.mus.br/gilberto-gil/ser-diferente-normal/>



Versão - Som na Sala



Todos Gozam, Luísa Sobral

Letra

<https://dgxy.link/6BxGs>

Referindo-se às vítimas, a canção “Todos Gozam” termina da seguinte forma:

Mas amanhã quando acordar

Vai ver o mundo com outro olhar

Perceber que aquele que é mau na escola é o
mais inseguro

Quem tem orgulho em ser diferente é o mais
maduro



De que forma podem participar na campanha **Stop o Bullying!**?

Sugestão:

Cria um cartaz ao som das canções apresentadas.

Escolhe um fundo, escolhe objetos/ personagens em <https://pixabay.com/pt/> (imagens livres de direitos de autor) e cria o teu slogan.

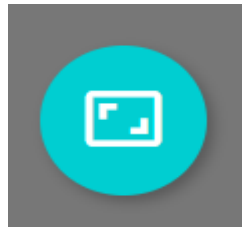
Entre outras, podes utilizar a ferramenta Digicard.

<https://ladigitale.dev/digicard/#/>

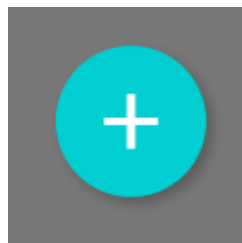
ver mini tutorial nos slides seguintes.

INSTRUÇÕES - ferramenta Digicard <https://ladigitale.dev/digicard/#/>

Não precisas de criar conta. Assim, depois de criares o teu poster, tens de o guardar no teu ambiente de trabalho ou ficheiro.



1- Escolher formato
(canto superior esquerdo)



2- Clicar para abrir
caixa de ferramentas
Escolher formato →
(canto inferior direito)



3- Inserir objeto/ personagens
guardadas no teu ficheiro

4- Inserir fundo: cor ou imagem da internet por pesquisa, ou imagem guardada no teu ficheiro

5- inserir objeto: balões, setas, formas

6- Inserir caixa de texto

Para guardar

1- Procurar rodinha no canto superior direito e clicar.



2- Clicar na primeira opção para extrair o poster sob forma de imagem.

ACTIONS FOR THE CARD



FR

EN

DOWNLOAD CARD

EXPORT DATA

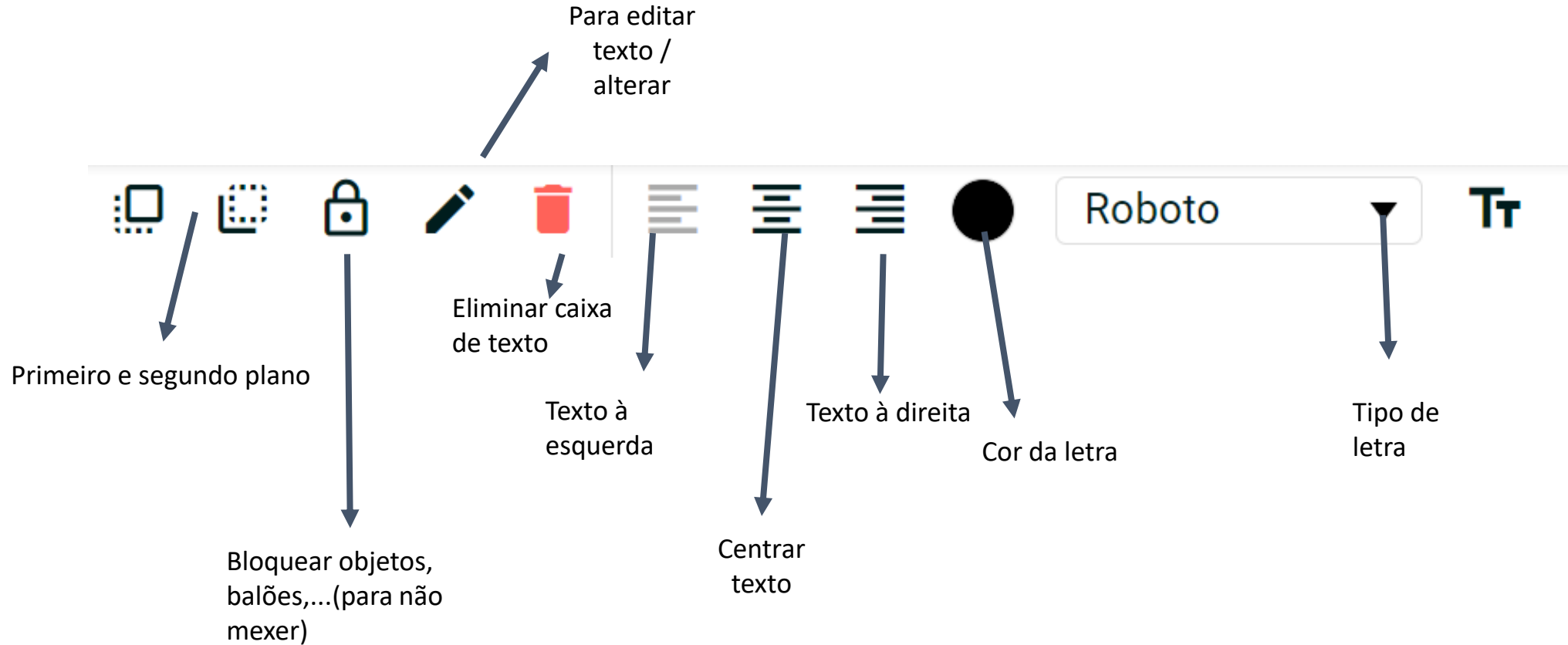
IMPORT DATA

RESET

3- Quando o documento aparecer no canto inferior esquerdo , basta guardar com ajuda do professor (clicando do lado direito do rato, abrir e guardar como).



Formatação



Webgrafia

<https://www.seguranet.pt/sites/default/files/enable.pdf>

Web We Want e ENABLE –
Unindo esforços contra o bullying



LA DIGITALE

Des services libres pour l'éducation

<https://ladigitale.dev/>



Todos Gozam

Canção de Luísa Sobral

<https://www.amnistia.pt/projeto-stop-bullying/>



<https://www.sembullyingsemviolencia.edu.gov.pt/>

**AMNISTIA
INTERNACIONAL**

