



Bullying

A data 20 de outubro faz alusão a uma questão muito importante, trata-se do Dia Mundial de Combate ao Bullying.





INSTITUTO
FEDERAL

Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

O que é Bullying?

Bullying é uma palavra de origem inglesa, refere-se a ações e/ou comportamentos agressivos ocorridas de forma contínua e recorrente direcionadas a uma pessoa e/ou a um grupo.



INSTITUTO
FEDERAL

Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE



Formas de agressões no Bullying

No bullying, as agressões podem ser físicas, psicológicas, verbais, ou até mesmo pode ocorrer mais de um tipo de agressão em um caso de bullying. No bullying tais agressões podem vir de uma pessoa ou de um grupo, direcionada a outra pessoa ou outro grupo.



INSTITUTO
FEDERAL

Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Tipos de Bullying

Bullying Verbal: apelidos pejorativos, xingamentos, etc.

Bullying Físico: quando envolve violência física.

Bullying Psicológico: chantagens, perseguições, intimidações, etc.

Bullying virtual: conhecido como cyberbullying, consiste em ataques verbais e/ou psicológicos através das redes sociais ou outro meio do mundo virtual.

Bullying social: quando uma pessoa é “escanteada”, isolada socialmente por seus colegas por exemplo.



INSTITUTO
FEDERAL
Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE



Ações e comportamentos considerados Bullying

- Apelidos ofensivos e/ou vexatórios;
- Difamar uma pessoa ou grupo;
- Tentativa de intimidação;
- Atos de discriminação em relação a religião, orientação sexual, etnia, dentre outras formas de discriminação;
- Violência física e/ou psicológica;
- “Brincadeiras” que exponham uma pessoa ou grupo a uma situação ruim.



INSTITUTO
FEDERAL
Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Consequências do Bullying

- Isolamento social;
- Diminuição da autoestima;
- Diminuição de rendimento escolar;
- Pode até mesmo contribuir para que a pessoa que sofre bullying desenvolva quadros de depressão, transtorno do pânico, dentre outros problemas de ordem psíquica.





INSTITUTO
FEDERAL
Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Alguns Sintomas Físicos que podem ocorrer quando uma pessoa sofre Bullying

- Náuseas
- Mãos suadas
- Dor de cabeça
- Dores abdominais
- Problemas para dormir



INSTITUTO
FEDERAL
Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Como perceber que uma pessoa esta sofrendo Bullying

É imprescindível prestar atenção no comportamento do indivíduo, se ele esta apresentando piora no rendimento escolar, resistência em frequentar a escola, se esta se isolando socialmente, se esta apresentando algum tipo de comportamento autodepreciativo ou autodestrutivo.



INSTITUTO
FEDERAL

Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Como solucionar e/ou evitar o Bullying

Diálogo: A pessoa vítima de bullying pode se retrair e evitar conversar sobre o assunto, por isso ao perceber esse comportamento de isolamento, é importante buscar o diálogo com essa pessoa para que ela possa falar sobre o que está acontecendo, é o primeiro passo para se resolver a situação.

Conscientização: A conscientização tem um papel relevante tanto para prevenção quanto para resolver situações de bullying. Pode ser feita através de campanhas dentro da própria escola, tanto dentro da sala de aula quanto no ambiente externo da escola (pátio, corredores, etc.).



**INSTITUTO
FEDERAL**

Paraíba

Campus
Princesa Isabel
COPAE

Como solucionar e/ou evitar o Bullying

Buscar apoio das famílias dos alunos, tanto para o processo de conscientização quanto para a questão de diálogo e apoio emocional.

Produção:

Material escrito pelo Psicólogo do IFPB-PI:
Jeordan Rangel de Figueiredo Junior
Arte elaborada pela Pedagoga do IFPB-PI:
Priscila Silva Ferreira

Referências Bibliográficas:

RAMIREZ, Gonzalo. *Bullying*: o que é, tipos, sintomas e consequências. Disponível em: <https://www.tuasaude.com/o-que-e-bullying/>.

Brasil Escola: *Bullying*. Disponível em: <https://brasilecola.uol.com.br/sociologia/bullying.htm>