



SEÇÃO: ARTIGOS

O Impacto do *bullying* no ambiente escolar: danos psicológicos

The impact of bullying in the school environment: psychological damage

Cadigia Candida Perin¹

orcid.org/0000-0003-1239-9533e
caca.perin@yahoo.com.br

Lúcia Belina Rech

Godinho²

orcid.org/0000-0002-5549-3282
luciarech@terra.com.br

Recebido em: 21/11/2018.

Aprovado em: 19/8/2020.

Publicado em: 07/01/2021.

Resumo: O objetivo deste estudo é contribuir para a compreensão do fenômeno *bullying* no ambiente escolar e entender quais são os danos psicológicos provocados por essa prática. Como metodologia, foi realizada revisão bibliográfica, utilizando artigos e revistas publicados a partir do ano de 2007, tendo como base de dados o Scientific Electronic Library Online (SciELO), a Literatura Latino-americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), livros da Biblioteca da Universidade La Salle e acervo pessoal. A partir da revisão bibliográfica, os achados das pesquisas foram classificados de acordo com o tema investigado e os aspectos metodológicos categorizados. Os principais tópicos abordados no artigo foram a conceituação do tema, o perfil dos agressores, os danos emocionais e psicológicos causados pela prática e de que forma a psicologia pode intervir nesse contexto.

Palavras-chave: Bullying. Danos psicológicos. Escola. Intervenção terapêutica.

Abstract: The objective of this study is to contribute to the understanding of the bullying phenomenon in the school environment and to understand what the psychological damages caused by this practice are. As a methodology, a bibliographic review was carried out, using articles and journals published since 2007 based on the Scientific Electronic Library Online (SciELO), Literatura Latino-Americana e do Caribe em Ciências da Saúde (LILACS), a Latin American database of bibliographical information in health sciences, and Biblioteca Virtual em Saúde (BVS), a database with general information in the area of health sciences. Other researches were done in books from the Library of La Salle University and personal collection. From the bibliographic review, the research findings were classified according to the subject investigated and the methodological aspects categorized. The main topics covered in the article were the conceptualization of the theme, the profile of the aggressors, emotional and psychological damages caused by the practice and how psychology could intervene in that context.

Keywords: Bullying. Psychological damages. School. Therapeutic intervention.

Introdução

Este estudo de caráter qualitativo tem por finalidade compreender a realidade das crianças vítimas de *bullying* no ambiente escolar e os prováveis danos emocionais sofridos, bem como as possíveis contribuições da psicologia na prevenção e intervenção no que se refere à prática do *bullying* nas escolas. De acordo com a pesquisa da Nações Unidas no Brasil (ONUBR) realizada em 2017, 43% das crianças em idade escolar sofreram *bullying* no Brasil. Por ser um tema recente em nosso país, o *bullying* tem sido socialmente negligenciado, já que muitos adultos o consideram inevitável na vida escolar, encarando-o como algo que faz parte da iniciação da vida adulta. O objetivo deste trabalho é tentar es-



Artigo está licenciado sob forma de uma licença
[Creative Commons Atribuição 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

¹ Universidade La Salle (Unilasalle), Canoas, RS, Brasil.

² Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos), São Leopoldo, RS, Brasil.

clarecer um fenômeno ainda pouco conhecido em nosso meio e muito presente nas escolas. As agressões entre alunos, físicas ou morais, trazem consequências sérias, tanto para quem as comete quanto para as suas vítimas.

Na escola, não encontramos apenas alunos dispostos a aprender, encontramos também alunos que praticam *bullying* como forma de divertimento. De acordo com Silva (2010), o *bullying* caracteriza-se por qualquer ato intencional e repetitivo que cause dor e angústia a um aluno ou a um grupo de alunos, este aluno que se tornar vítima sempre fugirá dos padrões ditos "normais" pelo seu agressor, que podemos chamar de *bully*, quando é um agressor, ou *bullies*, quando são dois ou mais agressores. Esses atos ocorrem tanto na rede pública como na rede privada de ensino, ou seja, atos de *bullying* não pertencem apenas à realidade de escolas carentes, mas também à realidade de escolas de alto poder aquisitivo.

1 A conceituação de *bullying*

Para Francisco e Coimbra (2015), dentre as diversas formas de violência que podem ocorrer em ambientes mediados por relações sociais, o *bullying* nos últimos anos vem ganhando destaque dentro das instituições escolares.

Conforme autoras Middleton-Moz e Zawadzki (2007, p. 21):

No início da infância, o *bullying* geralmente é aleatório. Na juventude e na idade adulta, os alvos são escolhidos. Os *bullies* sempre encontrarão alguma coisa de seu interesse em uma pessoa: ser gorda demais, magra demais, usar óculos, trabalhar bem, andar de cadeira de rodas, usar a roupa inadequada, ser passiva ou independente demais, ter a cor, a origem étnica, o sexo, a religião, a origem socioeconômica ou a orientação sexual diferente, gostar do chefe, ser simpático, ser quieto, etc.

As autoras afirmam que para se tornar uma vítima de *bullying*, basta fugir dos padrões impostos como "normais" pelos agressores, a não aceitação do outro. Não tolerar a diferença surge como o primeiro fator motivador do *bullying*. O preconceito limita o desenvolvimento do cidadão e promove a exclusão, o que impede uma formação integrada da criança.

De acordo com Francisco e Coimbra (2015), dentre os diferentes papéis que os alunos assumem na condição de *bullying*, destacam-se os agressores, as vítimas e os espectadores. Por mais que os sujeitos ocupem diferentes papéis nas situações de *bullying*, eles fazem parte de um círculo de relações sociais que contribui para o aumento da violência entre eles.

As autoras Middleton-Moz e Zawadzki (2007) questionam onde esses alunos aprendem a ser preconceituosos. Concluem rapidamente que é, em primeiro lugar, na família e, em segundo, na escola. Alunos que vêm de um sistema familiar saudável, em que há regras e sentem-se confortáveis para segui-las, para ouvir, aprender, e que crescem ou cresceram dentro de famílias que preservam os valores passados de geração em geração, vivenciam uma atmosfera de apoio, e conseqüentemente levam esses valores para dentro da sala de aula, onde aprenderão a aceitar os erros dos colegas e também a respeitar os outros. Mas só haverá essa consciência porque trazem de dentro de casa está bagagem cultural tão importante para viver em sociedade. Já alunos que vieram de lares desestruturados, de famílias que não souberam dar limites, que foram ensinados a serem agressivos por modelos que tiveram em suas vidas, levarão para dentro da sala de aula toda essa bagagem de desrespeito e preconceito contra o outro, praticando, dessa maneira, o *bullying*.

As autoras postulam:

Inúmeros estudos mostram que aquelas crianças que não têm um "espelho" honesto não desenvolvem consciência do seu comportamento e de seus efeitos em outras pessoas. Se não forem ajudadas a desenvolver um novo conjunto de "ferramentas" comportamentais, darão continuidade a seu comportamento na idade adulta. As habilidades aprendidas nas brincadeiras as ajudarão no *bullying* a seus companheiros, amigos, chefes, clientes, eleitores e/ ou nações (MIDDLETON-MOZ; ZAWADSKI, 2007, p. 82).

Afirmam que o *bullying* provoca sentimentos de medo e vergonha, aumenta a fragilidade, promove a baixa autoestima do aluno e pode desencadear a depressão. Essas crianças sentem-se impotentes diante das agressões, e muitas vezes culpam-se pelo comportamento dos agressores, elas passam

a acreditar que o problema está em si próprio e que se está sendo alvo de gozações é porque realmente o fato de ser diferente está incomodando o *bully*.

“Os *bullies* têm poder porque lhe damos esse poder através de nossa apatia e de nosso silêncio [...]” (MIDDELTON-MOZ; ZAWASDSKI, 2007, p. 29). Para as autoras, quando nos omitimos diante desses comportamentos estamos contribuindo com a prática do *bullying*. Muitas vezes, fingimos que o problema não é conosco, ficamos em silêncio, e isso faz aumentar a nossa crença de que nada podemos fazer para mudar essa situação. Até aqui foram especificadas as diversas conceitualizações de *bullying*, a seguir será descrito o perfil dos agressores.

2 Perfil dos agressores (*bullies*)

Na opinião de Bandeira e Hutz (2010), a agressão é intencional, não provocada pela vítima e pode ser considerada como uma forma de abuso, que pode ser tanto físico como psicológico. Segundo Lima e Lucena (2009), os agressores possuem opiniões positivas sobre si mesmo, são impulsivos, toleram mal as frustrações e não são ansiosos ou inseguros. Bandeira e Hutz (2010) afirmam que os *bullies* apresentam uma tendência maior para comportamentos de riscos, como consumo de tabaco, álcool ou outras drogas, e porte de armas. Para Cezar e Barros Neta (2009) os atos praticados pelos agressores geram nas vítimas sentimento de impotência, sentem-se desvalorizadas, baixa a autoestima e muitas vezes sentem-se rotulados e frágeis diante de certas situações, desistindo com facilidade de alcançar os seus objetivos.

Para Middleton-Moz e Zawadski (2007, p. 59)

Os primeiros cuidadores adultos têm uma enorme influência sobre as crianças. A interação entre uma criança e seu principal cuidador é a maior proteção contra comportamentos agressivos posteriores. Esse relacionamento é o alicerce para o desenvolvimento de vínculo e de empatia, regulando e equilibrando as emoções e a capacidade de aprender. O relacionamento recíproco entre o principal cuidador e uma criança serve como base sobre a qual todos os outros relacionamentos serão construídos.

As crianças precisam ser olhadas, necessitam de regras para poder crescer, não tendo consciência do que são regras para seguir e

responsabilidades a cumprir, futuramente poderão tornar-se adolescentes ou adultos que culparão outras pessoas pelos seus erros. Silva (2010) refere que muitos destes *bullies* não se preocupam com as regras sociais, não refletem sobre as necessidades delas no convívio coletivo e sequer preocupam-se com as consequências que seus atos podem ocasionar a outros. O agressor, frequentemente, vê sua agressividade como qualidade, tem opiniões positivas sobre si mesmo e geralmente é bem aceito pelos colegas.

De acordo com Silva (2010), as pesquisas apontam que as crianças e os adolescentes autores de *bullying* tendem de fato a adotar comportamentos antissociais nos primeiros anos da vida escolar. Podemos dizer que muitas dessas crianças comportam-se assim por falta de limites, que seus primeiros cuidadores não souberam impor.

Para Middleton-Moz e Zawadski (2007) o *bully* tem problemas com interações sociais, gerados por sentimentos de inadequação, vulnerabilidade, baixo amor-próprio, medo e perda de sentimentos internos de controle. No entanto, Silva (2010), salienta que os agressores possuem os seguintes comportamentos, no ambiente escolar:

- a) Começam com brincadeiras de mau gosto, que rapidamente evoluem para gozações, risos provocativos, hostis e desdenhosos.
- b) Colocam apelidos pejorativos e ridicularizantes, com explícito propósito maldoso.
- c) Insultam, difamam, ameaçam, constrangem e menosprezam alguns alunos.
- d) Fazem ameaças diretas ou indiretas, dão ordens, dominam e subjugam seus pares.
- e) Perturbam e intimidam, utilizando-se de empurrões, socos, pontapés, tapas beliscões, puxada de cabelos ou de roupas.
- f) Estão sempre se envolvendo, de forma direta ou velada, em desentendimentos e discussões entre alunos, ou entre alunos e professores.
- g) Pegam materiais escolares, dinheiro, lanche e quaisquer pertences de outros estudantes, sem consentimento ou até mesmo sob coação (SILVA, 2010, p. 50-51).

Ainda para a autora, no ambiente doméstico, os agressores:

- a) Apresentam, habitualmente, atitudes hostis, desafiadoras e agressivas com relação aos pais, irmãos e empregados. Chegam a usar a tática de aterrorizá-los para mostrar "autoridade sobre eles".
- b) Não respeitam hierarquias, como a diferença de idade ou de força física entre seus familiares.
- c) Mostram-se bastante hábeis em manipular as pessoas para se safar das confusões em que se envolveram. Mentem sem qualquer constrangimento e de forma convincente, quando questionados sobre suas atitudes hostis.
- d) Muitos adotam maneiras arrogantes de se vestir e se portar, o que lhes confere superioridade perante familiares e colegas.
- e) Aparecem com objetos que não possuem ou dinheiro extra, sem darem qualquer justificativa plausível para a origem dos mesmos.
- f) Muitos *bullies* se portam em casa como se nada de errado estivesse acontecendo, além de contestarem todas as observações negativas que os pais recebem por parte da escola, dos irmãos ou dos empregados domésticos (SILVA, 2010, p. 50-51).

Segundo Gomes (2013), o fenômeno é derivado, necessariamente, da relação de desigual poder entre os envolvidos, da intolerância injustificada a um aspecto físico, social ou emocional da vítima. Portanto, sem qualquer motivação relevante. E a realidade das crianças vítimas de *bullying*, qual seria?

3 A realidade das crianças vítimas de *bullying* no ambiente escolar

De acordo com Fante e Pedra (2008, p. 84), "[...] ao longo da vida, o indivíduo registra automaticamente em sua memória, de forma inconsciente todas as informações e experiências vivenciadas desde a vida intra-uterina." As informações que recebemos, sejam positivas ou negativas, no

momento do registro serão arquivadas e, por isso, serão disponibilizadas para serem reutilizadas em novas construções de pensamentos. Ainda para os autores, o indivíduo constrói ao longo da vida toda a sua noção de autoestima, autoimagem e autoconceito, habilidades sociorrelacionais e de resolução de conflitos, além de todo repertório comportamental necessário à sobrevivência e à autossuperação na vida. "Dependendo dos tipos de registros acumulados na memória, se traumáticos ou prazerosos, o indivíduo disporá ou não das habilidades de auto-afirmação e de auto-expressão necessárias à sua auto-realização [...]" (FANTE; PEDRA, 2008, p. 85).

Fante e Pedra (2008) referem que, no caso de vítimas de *bullying*, principalmente as crianças que foram vitimizadas, sendo expostas a situações constrangedoras e intimidatórias, poderão ter as suas mentes dominadas por pensamentos e emoções marcadas por insegurança, ansiedade, angústia, medo, vergonha, prejudicando dessa forma a sua capacidade de raciocínio e de aprendizado. Nesse caso, de acordo com os autores, "[...] o indivíduo terá comprometimentos no desenvolvimento da inteligência, da capacidade de criatividade e liderança e sérios problemas no seu desenvolvimento afetivo, familiar, social e laboral" (FANTE; PEDRA, 2008, p. 85).

Podemos questionar por que essas vítimas não conseguem se defender ou, até mesmo, porque se mantêm em silêncio por tanto tempo. Para a literatura consultada, alguns fatores podem justificar esses comportamentos. A dificuldade de defesa pode estar relacionada com a estatura ou o porte físico da vítima em relação ao seu agressor, estar em minoria frente a eles e apresentar pouca habilidade de defesa e de auto expressão. No entanto, parece que a falta de reação se deve, principalmente, ao medo que sentem de seus agressores.

Para os autores Francisco e Coimbra (2015), as escolas deveriam funcionar como espaços de proteção e autonomia na vida dos alunos, ao trabalhar com conhecimentos científicos, artístico e filosóficos, produzidos historicamente pelo homem, em suas diferentes dimensões,

esses aspectos poderiam ajudar os estudantes a romperem a disseminação de preconceitos, a naturalização das situações de violência e a perseguição de pares, aspectos que favorecem as ocorrências de *bullying*.

De acordo com Freire e Aires (2012), antes de referir-se sobre a origem do *bullying*, colocando a culpa no aluno, na escola, na família ou na sociedade, é necessário compreendê-lo como resultante de problemas que estão inseridos em todos esses ambientes e nas relações que ocorrem entre eles, tendo, portanto, uma visão ecológica do problema. A seguir, serão descritos os possíveis danos emocionais causados pelo *bullying*.

4 Os possíveis danos emocionais causados pelo *bullying*

De acordo com Carvalho, Izbicki e Melo (2014), há evidências consolidadas de que sofrer *bullying* na infância e na adolescência se configura como um fator de risco importante para a instalação e a manutenção de uma série de problemas de comportamento internalizantes: isolamento, depressão e ansiedade; e também externalizantes: como a agressividade. Além disso, ser alvo de *bullying* tem ligação com o aparecimento de transtornos psiquiátricos: transtorno do estresse pós-traumático (TAPT), anorexia e bulimia nervosa.

Para Albuquerque e D' Affonseca (2013), o *bullying* pode ter consequências em curto e em longo prazo que dependem da frequência e da intensidade do assédio, bem como das características da vítima, variando em relação ao impacto sobre diversas áreas da vida do indivíduo. Na área emocional, podemos citar: problemas ou dificuldades sentimentais, medo, solidão e rebaixamento da autoestima. Ainda para os autores, no que diz respeito a problemas psiquiátricos, citamos quadros prováveis como ansiedade, depressão, ideação suicida ou tentativa de suicídio

Na mesma direção, para Silva (2010), a prática de *bullying* pode abrir quadros graves de transtornos psíquicos e comportamentais que, muitas vezes, trazem prejuízos irreversíveis, não somente a crianças e adolescentes, mas também adultos que ainda sofrem de aflições intensas

causadas por uma vida estudantil traumática. A autora cita como problemas comuns causados pelo *bullying*, os sintomas psicossomáticos, transtorno do pânico, fobia social, transtorno de ansiedade generalizada, depressão, anorexia e bulimia, transtorno obsessivo-compulsivo (TOC) e transtorno do estresse pós-traumático (TAPT).

"A vitimização compromete sua auto-estima e, dessa forma, elas vão se fechando para novos relacionamentos, dificultando a integração social [...]" (FANTE; PEDRA, 2008, p. 86). De acordo com Santos, Martins, Filho, Martins e Souza (2013), indiferentemente da forma que a prática de *bullying* foi vivenciada, as agressões geram sentimentos diversos, mas predominantemente negativos. Para esses autores, os sentimentos vivenciados pelo aluno vitimizado estão relacionados com sentimentos de menos valia, de isolamento social, e de medo ou raiva reprimida, causando mal-estar psicológico.

Muitas vítimas não superam essa dificuldade no decorrer do seu desenvolvimento acadêmico e se tornam adultos com probabilidades de comportamentos depressivos ou compulsivos, como já citamos anteriormente. E no local de trabalho, podem apresentar dificuldade para se expressar, falar em público e liderar, sentem-se inseguros e, quanto à educação dos filhos, projetam sobre eles os seus medos, as suas desconfianças e inseguranças, tornando-se muitas vezes, pais superprotetores, afirmam Fante e Pedra (2008).

Devemos ter um olhar mais crítico sobre as atitudes que muitos alunos vêm tomando em sala de aula, devemos alertar pais e professores sobre os danos irreversíveis que podem causar na vida de uma vítima de *bullying*, conforme as reflexões que as autoras Middleton-Moz e Zawadzski (2007, p. 147) nos trazem:

É hora de reconhecermos as consequências danosas que o *bullying* traz a nosso mundo. Nós, enquanto indivíduos, precisamos começar a tratar de nossa agressividade, de nossa vitimização e de nosso silêncio e ter coragem para assumir responsabilidade por nossas escolhas para realizar mudanças. Precisamos ter a visão de um mundo sem medo.

Para Fante e Pedra (2008), os indivíduos objetos de *bullying* possuem a sua autoestima fragilizada,

além de insegurança, medo e dificuldade de defesa, e essas são algumas das características que os tornam alvo dos *bullies*. De acordo com Middleton-Moz e Zawadzski (2007) as vítimas vêm de todas as raças, sistemas familiares e níveis financeiros.

A ansiedade é uma das consequências mais marcantes em quem sofre *bullying*, para Hetem e Nascimento (2010), a ansiedade é um sentimento normal e que ocorre na vida de todos os seres humanos. Mesmo sendo normal ou provocada por uma boa causa, a ansiedade é sempre desagradável. Os autores relatam que o transtorno de ansiedade é um quadro em que as suas manifestações são intensas e prolongadas, desproporcionais ao estímulo que lhes deu origem e que atrapalha, dificultando a preparação e o enfrentamento das situações de vida.

Conforme o Manual Diagnóstico e Estatístico de Transtornos Mentais: DSM-5 (2014), os transtornos de ansiedade incluem transtornos que dividem características de medo e ansiedade excessivos e perturbações comportamentais relacionados. De acordo com o DSM-5, o medo é a resposta emocional à ameaça imediata real ou percebida, enquanto a ansiedade é a antecipação à ameaça futura. Dentro do quadro dos transtornos de ansiedade, serão abordados três transtornos, que mais acometem as vítimas de *bullying*: transtorno de ansiedade social ou fobia social; transtorno de pânico; e transtorno de ansiedade generalizada (TAG).

Segundo o DSM-5 (2014), o transtorno de ansiedade social (fobia social), caracteriza-se por medo ou ansiedade acentuados acerca de uma ou mais situações sociais em que o indivíduo é exposto à possível avaliação por outras pessoas, é o medo de ser visto, medo de ser avaliado. O fóbico social chega a evitar as situações sociais ou, se é suportada, é com intenso medo ou ansiedade. Esse medo ou ansiedade causa sofrimento clinicamente significativo ou prejuízo no funcionamento social, profissional ou em outras áreas importantes da vida do indivíduo. De acordo com o manual, para concluir o diagnóstico é necessário que o medo, ansiedade ou esquiva seja persistente, durando mais de seis meses.

Para Hetem e Nascimento (2010), o transtorno de pânico caracteriza-se por crises de ansiedade intensa, que surgem de forma abrupta e atingem o máximo de intensidade em poucos minutos. De acordo com os autores, essas crises, que são denominadas ataques de pânico, são inconstantes e de grande intensidade. Segundo o DSM-5 (2014), o ataque de pânico é um surto inesperado de medo intenso ou desconforto intenso que alcança um pico em minutos e durante o qual ocorrem quatro ou mais dos seguintes sintomas: palpitações, sudorese, tremores, sensação de falta de ar, sensação de asfixia, dor no peito, náusea, sensação de tontura, calafrios, sensação de formigamento, medo de perder o controle e medo de morrer. Para o diagnóstico é necessário que pelo menos um dos ataques seja seguido de um mês de uma ou de ambas as seguintes características: preocupação persistente acerca de ataques de pânico e ou uma mudança desadaptativa significativa no comportamento relacionada aos ataques. Para o manual, o transtorno de pânico caracteriza-se em ter vários ataques de pânico e, por isso, a pessoa acaba desenvolvendo o medo de ter novamente este ataque.

Hetem e Nascimento (2010) referem-se ao transtorno de ansiedade generalizada (TAG) como um quadro que engloba preocupações exageradas e desnecessárias, sentimentos de tensão e sintomas físicos, como palpitações, tremores, sensação de falta de ar ou de fôlego curto, dor de cabeça, sensação de desequilíbrio, dificuldades de digestão e perturbações do sono. De acordo com os autores, o TAG é o transtorno de ansiedade mais comum na prática médica geral, sendo quatro vezes mais frequente do que o transtorno de pânico. O sexo feminino é mais acometido que o masculino, em uma proporção de 2 para 1.

De acordo com o DSM-5 (2014), é necessário para fechar o diagnóstico de TAG que essa ansiedade e preocupação excessiva, estejam ocorrendo na maioria dos dias por, pelo menos, seis meses; que para o indivíduo seja difícil controlar a preocupação e a ansiedade; e que elas estejam associadas com três ou mais dos seis sintomas: inquietação, fadigabilidade, dificuldade em concentrar-se ou

a sensação de "branco" na mente, irritabilidade, tensão muscular e perturbação do sono.

Conforme o DSM-5 (2014), os transtornos alimentares são caracterizados por uma perturbação persistente na alimentação ou no comportamento relacionado à alimentação que resulta no consumo ou na absorção alterada de alimentos e que compromete significativamente a saúde física ou o funcionamento psicossocial. Para Freire e Andrada (2012), o transtorno alimentar surge como uma marca no corpo, expressando aquilo que não pode ser dito. Para as autoras, o corpo anoréxico é marcado por um emagrecimento infinito. O controle da fome e da forma é o recurso encontrado na anorexia para fazer barreira a um excesso do outro; e a bulimia, que caminha no universo da vergonha, também recebe a sua marca de excesso. Segundo Freire e Andrada (2012), o excesso, marca da compulsão, é o retrato dos limites vacilantes do corpo na bulimia. Para as autoras, o "engorda / emagrece" da bulimia, e também na obesidade, mostra o aprisionamento do corpo bulímico em um funcionamento "sanfona", um ritmo de alternância que marca, através do corpo, o que o psiquismo não deu conta de inscrever.

Segundo Nascimento, Luna e Fontenelle (2010), o transtorno obsessivo-compulsivo é uma doença onde os portadores apresentam pensamentos incômodos, imagens desagradáveis ou impulsos que tomam a sua mente e os seus atos, pensamentos ou rituais repetitivos. Para os autores, essas obsessões causam ansiedade crescente e são frequentemente aliviados pela realização das compulsões.

De acordo com o DSM-5 (2014), o TOC é caracterizado pela presença de obsessões ou compulsões. As obsessões são pensamentos, impulsos ou imagens recorrentes e persistentes que são vivenciados como intrusivos e indesejados e as compulsões são comportamentos repetitivos ou atos mentais que um indivíduo se sente coagido a executar em resposta a uma obsessão ou de acordo com regras que devem ser aplicadas rigidamente.

Nascimento e Brasil (2010) relatam que a depressão pode iniciar-se em qualquer idade e afeta crianças, adultos e idosos. Para os autores, o prin-

cipal sintoma é a tristeza, na depressão a tristeza é um sentimento constante e manifesta-se durante a maior parte do dia, quase diariamente, por um período de, no mínimo, duas semanas. Segundo os autores, assim como outras doenças mentais, a depressão é causada pela interação de uma série de fatores, como a predisposição genética, a personalidade e os estressores ambientais. Até aqui relatamos os transtornos psiquiátricos mais comuns que acometem as vítimas de *bullying*, no próximo tópico abordaremos quem são as vítimas e quais as formas mais comuns de praticar o *bullying*.

5 Quem são as vítimas e quais as formas mais comuns de praticar o *bullying*

De acordo com Freire e Aires (2012), atos repetitivos e prejudiciais podem ocorrer de várias formas, por isso o *bullying* pode ser classificado como direto e indireto, nos últimos anos, com o avanço da tecnologia e da internet, surgiu outra modalidade, o *ciberbullying*. Para Silva (2010, p. 37)

[...] a tragédia grega é um tipo de drama em que um herói trágico luta contra um fator transcendental, que controla e determina o fluxo dos acontecimentos. A força desse fator é tanta que sempre se chega a um final trágico, no qual o herói sofre todas as consequências por desafiar e tentar mudar o poderoso destino. As tragédias costumam suscitar horror e piedade nos leitores ou espectadores e, por isso mesmo, podem ocasionar a chamada *catarse*, que é uma espécie de purificação através do sofrimento alheio.

Para a autora, assim como acontece na tragédia grega, o *bullying* também é constituído de personagens, que nos despertam terror, compaixão e empatia. As vítimas típicas são alunos que apresentam pouca habilidade de socialização, são tímidos e reservados e não conseguem reagir aos comportamentos provocadores e agressivos dirigidos contra eles. Silva (2010, p. 38) afirma que "[...] qualquer coisa que fuja ao padrão imposto por um determinado grupo pode deflagrar o processo de escolha da vítima do *bullying*."

Os agressores são de ambos os sexos, em sua personalidade possuem traços de desrespeito e maldade, desde muito cedo não respeitam normas, não toleram serem contrariados e, geral-

mente, estão envolvidos pequenos delitos, como furtos, roubos ou vandalismo, afirma Silva (2010). O espectador representa a grande maioria dos alunos que convive com o problema e adota a lei do silêncio, por ter medo de ser a próxima vítima. Silva (2010, p. 46) afirma que podemos dividir os espectadores em três grupos diferentes:

Espectadores passivos assumem essa postura por medo absoluto de se tornarem a próxima vítima. Recebem ameaças explícitas e não concordam e até repelem as atitudes dos *bullies*; no entanto, ficam de mãos atadas para tomar qualquer atitude em defesa das vítimas. Neste grupo encontram-se aqueles que, ao presenciarem cenas de violência ou que trazem embaraços aos colegas, estão propensos a sofrer as consequências psíquicas, uma vez que suas estruturas psicológicas também são frágeis.

Espectadores ativos estão inclusos nesse grupo os alunos que, apesar de não participarem ativamente dos ataques contra as vítimas, manifestam "apoio moral" aos agressores, com risadas e palavras de incentivo. Não se envolvem diretamente, mas isso não significa, em absoluto, que deixam de se divertir com o que vêem. Nos espectadores neutros podemos perceber que, por uma questão sociocultural, não demonstram sensibilidade pelas situações de *bullying* que presenciam. Eles são acometidos por uma "anestesia emocional", em função do próprio contexto social no qual estão inseridos [...].

Algumas atitudes podem dividir-se em formas diretas ou indiretas de praticar o *bullying*, só que dificilmente a vítima receberá apenas um tipo de maus-tratos, afirmam Silva (2010) e Freire e Aires (2012). Os atos agressivos dos *bullies* costumam vir em "bando" e essas atitudes maldosas contribuem não apenas para a exclusão social da vítima, mas também para a evasão escolar. Para os autores, o *bullying* direto caracteriza-se pelos ataques abertos contra a vítima, tais como: bater, chutar, espancar, empurrar, ferir, beliscar, roubar, furtar ou destruir os pertences da vítima, atirar objetos contra a vítima etc. O *bullying* indireto caracteriza-se por atos que levam a vítima ao isolamento social e exclusão intencional. Podemos citar alguns exemplos de prática de *bullying* indireto como: insultar, ofender, xingar, fazer gozações, colocar apelidos pejorativos, fazer piadas ofensivas, que se enquadram nas agressões verbais. E os atos como: irritar, humilhar, ridicularizar, excluir, isolar, ignorar, desprezar,

discriminar, aterrorizar, ameaçar, entre outros, enquadram-se nas agressões que chamamos de psicológico e moral, afirma Silva (2010).

Ela ressalta, ainda, que além das formas de práticas de *bullying* citadas anteriormente, temos a de *bullying* sexual, que é descrita como: abusar, violentar, assediar e insinuar. Esse tipo de comportamento desprezível costuma ocorrer entre meninos com meninas, e meninos com meninos. Citamos ainda o *bullying* virtual, conhecido como *ciberbullying*. De acordo com Silva (2010), Freire e Aires (2012) os avanços tecnológicos influenciam esse tipo de agressão, as novas formas de praticar o *bullying* surgiram através da utilização de aparelhos celulares e internet, que são capazes de destruir de maneira avassaladora a vida de uma pessoa.

Outra prática de *bullying* que é pouco comentada é o *bullying* que é exercido no local de trabalho, (MIDDELTON-MOZ; ZAWADSKI, 2007). O fato pode acontecer em qualquer empresa, da maior corporação ao menor negócio: hospitais, clínicas, consultórios, escritórios, salões de beleza etc. Os comportamentos dos agressores são diversos, citamos alguns: fofocas, insultos, assédios, racismo, críticas e acusações. Para as autoras:

Os chefes que são os *bullies* podem preparar seus alvos para o fracasso, dando-lhes tarefas demais, de menos, ignorando-os ou atribuindo-lhes responsabilidades para as quais não estão qualificados, o que resulta em acusações de que seu desempenho profissional é inadequado e pode vir a causar a perda do emprego (MIDDELTON-MOZ; ZAWADSKI, 2007, p. 111).

Elas referem que esses chefes criam ambientes de trabalho competitivos e cheios de medo, fazendo que os funcionários se voltem uns contra os outros e acabem se sentindo confusos, assustados, ansiosos, culpados, envergonhados, com raiva e deprimidos. Para as autoras, esses *bullies* vêm de sistemas familiares disfuncionais e carregam comportamentos, visões e sentimentos distorcidos trazendo-os para dentro dos seus ambientes de trabalho. Quando nada se faz para acabar com o *bullying* no ambiente de trabalho, o custo é pago em produtividade baixa, consultores caros, alta rotatividade de funcionários, centenas de horas perdidas por licença de saúde e proces-

sos judiciais, afirmam Middleton-Moz e Zawadski (2007). As vítimas de *bullying* geralmente sofrem em silêncio, com muito medo de perder o emprego e costumam ter medo de enfrentar o *bully* ou de se dirigir aos superiores para informar os comportamentos abusivos que vêm sofrendo. Explicam, ainda, que as vítimas necessitam do apoio de familiares, amigos, terapeutas, colegas de trabalho e sindicatos, precisam ser tranquilizadas no sentido de que não são a causa do mau comportamento dos agressores e que os efeitos emocionais e físicos que estão sofrendo se devem ao trauma acumulativo.

Para as autoras citadas acima, o *bullying* não está apenas presente em escolas ou locais de trabalho, existe também dentro da família. O *bullying* na família é um problema crucial da sociedade e, todos os dias, homens e mulheres estão sendo vítimas dos seus parceiros e irmãos mais velhos; as crianças, dos seus pais e irmãos; e os idosos, dos seus filhos adultos, sobrinhos e netos. As formas de praticar o *bullying* na família é o abuso mental, o emocional e, às vezes, o físico. Para as mesmas autoras, quando há abuso físico, geralmente há abuso mental e emocional. As evidências de *bullying* familiar lotam os registros dos consultórios médicos, pronto-socorros, delegacias de polícia, departamentos de serviço social e tribunais.

O bullying e o abuso que alguns membros de famílias causam a seus 'entes queridos' é terrível. O cuidado, o apoio e a segurança constantes não estão presentes em famílias desse tipo. Os membros de famílias que abusam indicam que amam uns aos outros ao mesmo tempo em que causam sofrimento. Eles defendem e protegem uns aos outros de conseqüências, de forma que ninguém de fora se envolva (MIDDLELTON-MOZ; ZAWADSKI 2007, p. 108).

A mesma fonte acima, afirma que dessa forma os cuidadores que exercem *bullying* uns sobre os outros ensinam os filhos a seguir as mesmas regras: "não fale, guarde segredos, finja" (MIDDLELTON-MOZ; ZAWADSKI, 2007). As mães dizem aos seus filhos que não queriam ter lhes agredido ou ter dito palavras ofensivas ou que o seu pai está cansado, por isso, proporcionou-lhes dor e sofrimento. Para as autoras, quando as crianças são alvo, geralmente as pessoas lhe dizem que

o *bully*, no fundo, as ama. Assim, as crianças desenvolvem visões distorcidas: medo é respeito e amor é abuso. Para Freire e Aires (2012), identificar e diferenciar os envolvidos é uma tarefa difícil, devido as características que envolvem o *bullying*, é preciso estar sempre atento a qualquer mudança no comportamento dos jovens, mesmo que pareça ser insignificante. A seguir, será focado quais são as contribuições da psicologia para prevenir e intervir a prática do fenômeno *bullying*.

6 As contribuições da psicologia para prevenir e intervir na prática de *bullying*

Segundo Freire e Aires (2012), qualquer tipo de intervenção ao *bullying* deve levar em consideração os aspectos sociais, educacionais, familiares e individuais, partindo da hipótese de que elas vão se diferenciar dependendo do contexto em que estão inseridas. Para as autoras, a escola é um ambiente que facilita o desenvolvimento de habilidades, competências, formação e desenvolvimento de conceitos, saberes e opiniões, dessa forma tem o papel principal de buscar alternativas para o enfrentamento e prevenção ao *bullying*.

Para Silva (2010), é necessário que a escola atue em parceria com as famílias dos alunos e com todos os setores da sociedade que lutam pela redução da violência em nosso dia a dia. Freire e Aires (2012) apontam a importância de o psicólogo estar inserido, objetivando realização de um trabalho de prevenção e enfrentamento da violência no contexto em que ocorre.

Conforme Santos, Perkoski e Kienen (2015), para que os programas de prevenção sejam efetivos, eles devem unir estratégias individuais e mudanças na organização da escola, envolvendo professores, administradores, estudantes, pais e membros da comunidade. Para Silva (2010), o atendimento psicológico poderá auxiliar as vítimas a expor os seus sentimentos através da escrita, já que para muitos impera a lei do silêncio, na forma escrita e anônima, eles poderão romper as suas barreiras e quebrar o silêncio. O grande objetivo dessa atividade, de acordo com a autora, é revelar pensamentos, sentimentos e emoções que podem estar sendo camuflados ou reprimidos.

A autora referida acima menciona que atividades coletivas também podem ser utilizadas na prevenção e na intervenção ao *bullying*, podemos citar como exemplo, uma vivência teatral, onde papéis de mocinhos e vilões são distribuídos e ensaiados por uma semana. Após esse tempo é solicitado à turma que apresente a mesma cena, na qual os personagens devem ser trocados, os mocinhos passam a ser os vilões e vice-versa, essa atividade chama-se "se eu fosse você", e tem como objetivo principal que cada colega se coloque no lugar do outro, o que abre espaço para a vivência individual e coletiva de respeito, tolerância, empatia e solidariedade. É importante cuidar para que a dinâmica não cause constrangimentos a seus participantes, os profissionais responsáveis devem ficar atentos e exercer controle sobre o grupo, a fim de evitar que a prática do *bullying* ocorra realmente.

Após os atos de *bullying* serem identificados dentro da escola, o psicólogo, juntamente com a equipe diretiva, poderá iniciar as entrevistas individuais. É recomendável começar pela vítima, demonstrando compreensão e disponibilidade para ajudá-lo, de forma que ela se sinta segura o suficiente para falar sobre os seus sentimentos e as suas limitações diante aos ataques que sofre. É importante evitar qualquer tipo de crítica, censura ou superproteção, pois essas atitudes podem fragilizar ainda mais a vítima (SILVA, 2010). Os agressores também precisam ser ouvidos, é importante criar um clima de compreensão para que eles possam contar os seus pensamentos, as suas motivações e a avaliação que fazem das suas atitudes agressivas. Apesar do diálogo acolhedor, o psicólogo deve ser firme e expor todas as consequências que podem advir do seu comportamento inadequado, afirma a mesma autora.

De acordo com Freire e Aires (2012), o psicólogo é o profissional apto para realizar um trabalho de prevenção, ajudando a escola a construir espaços e relações mais saudáveis. Para as autoras, é necessário que o profissional esteja inserido no ambiente escolar, participando ativamente do cotidiano, para assim ter uma atuação específica e voltada para a realidade daquela escola. Ainda

para as autoras, é possível acreditar e desenvolver um senso de solidariedade, tolerância, respeito e amor entre as pessoas, escolas, alunos, família. É com base nesses princípios que os profissionais devem dar o primeiro passo para o desenvolvimento de uma cultura de paz e cidadania com a sensibilização, educação, sérios investimentos e compromisso com o bem social.

Weschenfelder, Fradkin e Yunes (2016) mencionam a necessidade de possibilitar que crianças e adolescentes em situações de risco psicossocial tenham oportunidades justas de expressão de seus talentos e capacidade de criação, essa é a meta que se pretende alcançar em um país que luta por igualdade social. Para os autores, é importante que pesquisadores, profissionais da área da saúde, pais e educadores se esforcem para oferecer às crianças todas as condições possíveis e necessárias para uma vida comunitária digna e respeitosa.

Considerações finais

A escola, depois da família, é o local onde ocorrem os fatos mais significativos na vida de uma criança, tais como troca de experiências, amizades e descobertas. As crianças são pessoas que estão em fase de desenvolvimento e, para que alcancem a maturidade, necessitam que o ambiente escolar que ela está inserida seja equilibrado, que propicie condições saudáveis de aprendizado, estímulos positivos, bons relacionamentos com os colegas e os professores, um vínculo afetivo e um diálogo claro entre si. Quando o ambiente escolar é desequilibrado, poderá afetar não apenas a aprendizagem escolar, mas também o desenvolvimento físico, emocional e mental da criança.

Para que exista um ambiente escolar sem a prática de *bullying* é importante que todos os funcionários da instituição se comprometam a fazer algo para evitar essa prática tão cruel, sabemos que esse fenômeno é capaz de acarretar danos emocionais significativos e na aprendizagem de nossos alunos. A escola e a família também devem ser responsáveis pela prevenção do *bullying* e pelo seu fim. Portanto, trata-se de um trabalho

de combate em equipe, em que cada um deve oferecer uma contribuição eficaz.

Os motivos que possivelmente podem colaborar para que as vítimas permaneçam em silêncio são falta de apoio e compreensão quando se queixam para os adultos, medo de represálias dos agressores, vergonha de se expor perante os colegas como fracotes, pela incapacidade de defesa ou por concordar com os seus agressores, acreditando serem mercedores dos maus tratos sofridos, afirma a literatura especializada no assunto.

A escola deve ser um espaço de educação, solidariedade, valor, amizade e que transparece confiança e segurança para o ser em formação. É na escola que o indivíduo irá aprender a conviver com outras pessoas que não sejam da família, será a primeira experiência que ele terá fora do vínculo familiar, um espaço de múltiplas aprendizagens e experiências. A criança necessita que essa aprendizagem seja a melhor possível para se tornar um adulto digno, responsável e confiante de si mesmo.

Este estudo é uma contribuição sobre a temática do *bullying*. É necessário que se aborde e investigue ainda mais sobre o assunto, uma vez que todo o conhecimento produzido ainda não foi capaz de cessar o fenômeno que parece crescer a cada dia.

Referências

ALBUQUERQUE, Paloma Pegolo; D’AFFONSECA, Sabrina Mazo. Efeitos Tardios do *Bullying* e Transtorno de Estresse Pós-Traumático: Uma Revisão Crítica. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, DF, v. 29, n. 1, p. 91-98, jan./mar. 2013. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0102-37722013000100011. <https://doi.org/10.1590/S0102-37722013000100011>. Acesso em: mar. 2018.

BANDEIRA, Cláudia de Moraes; HUTZ, Claudio Simon. As implicações do *bullying* na auto-estima de adolescentes. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, São Paulo, v.14, n.1, p. 131-138, jan./jun. 2010. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/pee/v14n1/v14n1a14>. Acesso em: abr. 2018. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572010000100014>.

CARVALHO, Felipe Alckmin; IZBICKI, Sarah; MELO, Márcia Helena da Silva. Problemas de Comportamento segundo vítimas de *bullying* e seus professores. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Rio de Janeiro, v. 14, n. 3, p. 834-853, 2014. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?pid=S1808-42812014000300008&script=sci_abstract. Acesso em: abr. 2018. <https://doi.org/10.12957/epp.2014.13886>.

CEZAR, Neura; BARROS NETA, Maria da Anunciação Pinheiro. *O impacto do fenômeno bullying na vida e na aprendizagem de crianças e adolescentes*. Mato Grosso: Is. n.l, 2009. p. 2-10.

FANTE, Cleo; PEDRA, José Augusto. *Bullying Escolar: perguntas e respostas*. Porto Alegre: Artmed, 2008.

FRANCISCO, Marcos Vinicius; COIMBRA, Renata Maria. Análise do *bullying* escolar sob o enfoque da psicologia histórico-cultural. *Estudos de Psicologia*, Natal, v. 20, n. 3, p. 184-195, jul./set. 2015. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?pid=S1413-294-2015000300184X&script=sci_abstract&lng=pt. Acesso em: mar. 2018. <https://doi.org/10.5935/1678-4669.20150020>.

FREIRE, Alane Novais; AIRES, Januária, Silva. A contribuição da Psicologia escolar na prevenção e no enfrentamento do *bullying*. *Revista semestral da associação brasileira de psicologia escolar e educacional.*, São Paulo, v. 16, n. 1, p. 55-60, jan./jun. 2012. Disponível em: https://abraper.files.wordpress.com/2012/02/abraper_v16n1_redalicy.pdf. Acesso em: abr. 2018. <https://doi.org/10.1590/S1413-85572012000100006>.

FREIRE, Dirce de Sá; ANDRADA, Bárbara Costa. A violação do / no corpo excessivo dos transtornos alimentares. *Cadernos de Psicanálise – CPRJ*, Rio de Janeiro, v. 34, n. 26, p. 27-36, jan./jun. 2012. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1413-62952012000100003. Acesso em: mar. 2018.

GOMES, Luiz Flavio. *Bullying e prevenção da violência nas escolas: quebrando mitos, construindo verdades*. São Paulo: Saraiva, 2013.

HETEM; Luiz Alberto; NASCIMENTO, Antônio Leandro. *Transtorno do pânico, transtorno de ansiedade generalizada e transtorno de ansiedade social*. Projeto Psiquiatria para uma vida melhor. Rio de Janeiro: Editora da ABP, 2010. p. 53-63. 2010. Disponível em: http://ipqhc.org.br/pdfs/Cartilha_ABP_final_grafica.pdf. Acesso em: mar. 2018

LIMA, Jorge dos Santos; LUCENA, Francisco Carlos de. O *bullying* e suas implicações no processo de ensino-aprendizagem: Procedimentos para o descomprometimento do cidadão com o social. *Revista Ágora*, Pernambuco, v. 4, n.1, p. 06-18, dez. 2009.

Manual Diagnóstico e estatístico de transtornos mentais: *DSM-5*. 5. ed. Porto Alegre: Artmed. 2014.

MIDDELTON-MOZ, Jane; ZAWADSKI, Mary Lee. *Bullying: Estratégias de sobrevivência para crianças e adultos*. Porto Alegre: Artmed, 2007.

NASCIMENTO, Antônio Leandro; BRASIL, Marco Antônio. *Depressão*. Projeto Psiquiatria para uma vida melhor. Rio de Janeiro: Editora da ABP, 2010. p. 45-49.

NASCIMENTO, Antônio Leandro; LUNA, Juliano Victor; FONTENELLE, Leonardo. *Transtorno Obsessivo-Compulsivo*. Projeto Psiquiatria para uma vida melhor. Rio de Janeiro: Editora da ABP, 2010. p. 65-71

ONUBR: Nações Unidas no Brasil. Disponível em: www.nacoesunidas.gov.br. Acesso em: mar. 2018.

SANTOS, Larissa Chaves de Souza; MARTINS, Milene; SOUZA FILHO, Manoel Dias de; MARTINS, Maria do Carmo de Carvalho; SOUZA, Emanuely de Maria Santos de Souza. A Cultura Bullying na escola a partir do olhar das vítimas. *Estudos e Pesquisas em Psicologia*, Natal, v. 13, n. 1, p. 27-40, 2013. Disponível em: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_abstract&pid=S1808-42812013000100003. Acesso em: maio 2018. <https://doi.org/10.12957/epp.2013.7881>.

SILVA, Ana Beatriz Barbosa. *Bullying: mentes perigosas nas escolas*. Rio de Janeiro: Objetiva, 2010.

SANTOS, Mariana Michelena; PERKOSKI, Isadora Ribeiro; KIENEN, Nadia. Bullying: Atitudes, Consequências e Medidas Preventivas na Percepção de Professores e Alunos do Ensino Fundamental. *Temas em Psicologia*, Ribeirão Preto, SP, v. 23, n. 4, p. 1017-1033, 2015. Disponível em: <http://www.redalyc.org/pdf/5137/513751493017.pdf>. Acesso em: abr. 2018. <https://doi.org/10.9788/TP2015.4-16>

WESCHENFELDER, Gelson Vanderlei; FRADKIN, Chris; YUNES, Maria Angela Mattar. Super-heróis como Recursos para Promoção de Resiliência em Crianças e Adolescentes. *Psicologia: Teoria e Pesquisa*, Brasília, DF, v. 33, p.1-8, 2016. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v33/0102-3772-ptp-33-e33425.pdf>. Acesso em: maio 2018. <https://doi.org/10.1590/0102.3772e33425>.

Cadigia Candida Perin

Psicóloga e Psicopedagoga pela Universidade La Salle (Unilasalle), em Canoas, RS, Brasil.

Lúcia Belina Rech Godinho

Mestre em Psicologia Clínica pela Universidade do Vale do Rio dos Sinos (Unisinos) em São Leopoldo, RS, Brasil. Psicoterapeuta de orientação Psicanalítica.

Endereço para correspondência

Cadigia Candida Perin
Rua Sapê, 305/440
Passo da Areia, 91350050
Porto Alegre, RS, Brasil