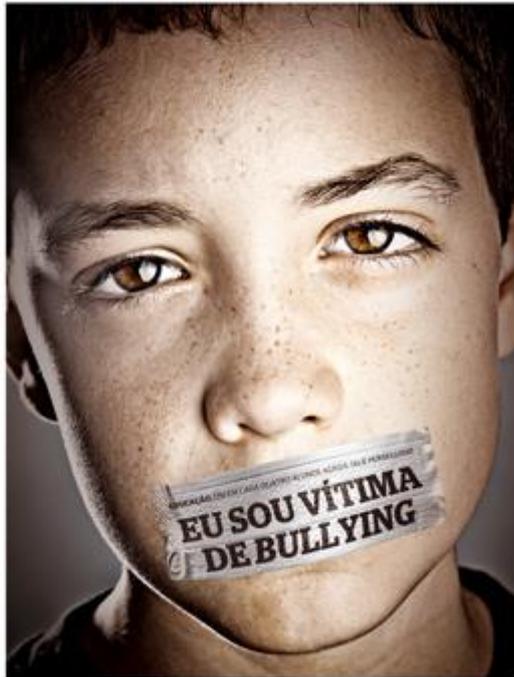


Sociedade



Sociedade

Um em cada quatro alunos é vítima de 'bullying' ou agressor

20-10-2014

dsa

Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor



**O regresso à escola pode ser dramático. E não é por causa das aulas. Há cada vez mais casos de bullying em Portugal. Ouvimos uma mãe que perdeu o filho, outra que tenta salvar o dela, acompanhando-o em todos os recreios. E descobrimos um agressor arrependido. A 20 de Outubro celebra-se o Dia Mundial de Combate ao Bullying**

Por **Rita Garcia e Vera Moura**

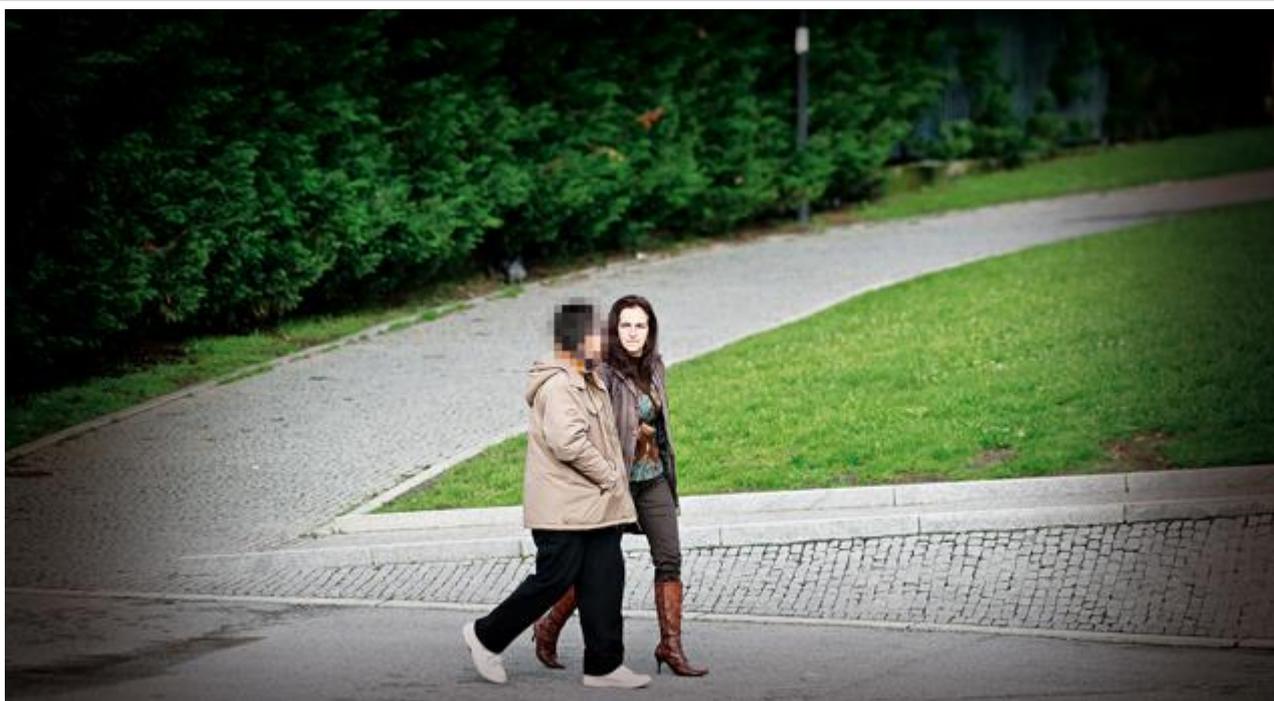
Na semana passada, na véspera do primeiro dia de aulas, P. estava muito ansioso. Dormiu mal, agitado, e no dia seguinte acordou muito antes de o despertador tocar. A mãe, Adelaide Nunes, foi deixá-lo à porta da Escola EB 2, 3 da Senhora da Hora, em Matosinhos, e ficou à espera do toque para se afastar do portão. Passou o resto da manhã ali perto, escondida, a olhar discretamente para o recreio. No intervalo, viu que o filho não brincou, não matou saudades dos colegas, não quis saber como tinham sido as férias dos outros. Preferiu ficar sozinho, na entrada, perto de um funcionário.

Para Adelaide, o comportamento do filho não foi uma surpresa. No ano passado, entre Janeiro e Março, Adelaide, a mãe, passou os dias inteiros à porta da escola a protegê-lo das investidas dos colegas. Nos intervalos, o filho, de 11 anos, ia para o portão e ali ficava, a olhar para ela, até tocar outra vez. Nessa altura, uma funcionária ou um professor levava-o de volta à sala de aula, onde o rapaz se sentava imóvel – calado, encolhido, distraído, cheio de medo do próximo intervalo, desejoso que chegasse a hora de ir para casa. Mas em casa comia mal, dormia mal, inventava que lhe doía a barriga, ou a cabeça, ou outra coisa qualquer. Quando a mãe o tentava consolar, chorava e repetia: “Só ando aqui para sofrer... Eu quero morrer.”

P. foi agredido por um grupo de seis rapazes mais velhos, com idades entre os 13 e os 15 anos, em Dezembro de 2013. No intervalo da tarde, cerca das 16h30, cercaram-no nas traseiras da escola, deram-lhe palmadas na parte de trás do pescoço e murros na cabeça. Ameaçaram matá-lo, simulando com as mãos que lhe davam tiros de pistola. Quando o rapaz tentou fugir, puxaram-lhe as calças e as cuecas para baixo. Nenhum funcionário assistiu – mas as dezenas de miúdos que estavam no recreio riram-se dele.

**Carregue na foto seguinte para continuar a ler e saber como identificar os sinais de risco.**

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



A mãe estava habituada a ouvir o filho contar as brincadeiras de mau gosto e as piadas que ouvia desde pequeno: P. sofre de síndrome de Asperger, uma variante do autismo que se reflecte em comportamentos como dificuldade de interacção com os outros, dificuldade de interpretação e expressão de emoções e tradução muito literal da linguagem. O transtorno transforma-o num alvo de bullying típico, explica o psicólogo clínico João Faria: “Os miúdos com autismo ligeiro são presas fáceis, porque têm muita dificuldade em lidar com estas situações isoladamente. Os agressores, fisicamente dominantes, aproveitam-se desta fragilidade.”

“Como é um menino diferente, sei que é normal os outros gozarem, serem cruéis, fazerem brincadeiras estúpidas”, admite Adelaide Nunes, 45 anos, à SÁBADO. Antes desta agressão, os mesmos rapazes já tinham tentado humilhar P. várias vezes. Numa delas, encostaram-no a uma parede e ordenaram que fingisse estar a ter relações sexuais. “Ele é tão ingénuo que, alguns dias depois, quando lhe perguntei porque andava tão em baixo, me confessou que o tinham mandado fazer ‘sexy com a parede’. Mas nunca tinha acontecido nada tão grave como desta vez, nunca lhe tinham batido ou humilhado com a escola em peso a ver e a rir. Não deixo que volte a acontecer”, garante.

### **O que é o bullying?**

O bullying é, por definição, uma forma intencional de violência que se repete ao longo do tempo, com o objectivo claro de afirmar o poder do agressor sobre a vítima. Nem sempre os ataques são físicos: muitas vezes consistem em ameaças, ofensas e calúnias que têm, frequentemente, consequências graves. “As vítimas sentem-se incapazes e convencem-se de que merecem as investidas dos outros. Têm tanta vergonha que lhes falta coragem para falar. Podem demorar muitos meses a pedir ajuda”, diz a socióloga Susana Carvalhosa, uma das primeiras investigadoras a dedicar-se ao assunto em Portugal.

No dia em que P. foi agredido, chegou a casa transtornado. Deu um pontapé à mãe e gritou que a culpa “de tudo” era dela, que o obrigava a ir à escola. Adelaide demorou muito tempo a acalmá-lo e só depois o rapaz conseguiu descrever, envergonhado, o que tinha acontecido. A mãe fez queixa na escola logo no dia seguinte e a direcção garantiu que ia investigar. Passaram nove meses e os

responsáveis nunca foram castigados. Não houve sequer um pedido de desculpas. No período seguinte, a criança teve notas piores a quase todas as disciplinas.

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



Adelaide insistiu, mas a directora desdramatizou: “Estes processos demoram”, disse-lhe. E a desempregada tomou algumas decisões: fazer queixa à PSP e ao agrupamento escolar, exigir um castigo exemplar para os responsáveis (trabalho comunitário na escola, como limpar casas de banho ou apanhar o lixo) e pedir um psicólogo para acompanhar o filho semanalmente. A resolução mais importante: instalar-se à porta da escola para P. se sentir protegido. O dia todo. Todos os dias.

A mãe foi aconselhada por familiares, amigos e pais dos colegas de P. a tirar o filho da EB 2, 3 da Senhora da Hora e escolher uma nova escola. Recusou-se sempre, apoiada pelos professores e psicólogos da criança. “Para ele, a adaptação a uma nova escola seria difícil. E achei sempre que não era o meu filho que estava deslocado – quem devia ser castigado e nunca foi é que está mal.” O rapaz recuperou as notas e conseguiu passar de ano; a escola garantiu as sessões de psicologia semanais; e a PSP organizou workshops sobre violência para apresentar nas turmas mais complicadas.

O psicólogo João Faria diz que a mudança de escola é o terceiro acontecimento mais stressante na vida de uma criança, pelo que, mesmo em caso de bullying, é uma solução a evitar. “No limite, faz-se, quando a família e a escola não encontram solução ou se desresponsabilizam. Aí a criança faz um reset, começa do zero num sítio onde não é conhecida.”

### **Salva no último instante**

Elisa Lousada não encontrou outra solução para a filha senão tirá-la da escola. Até mudou de cidade, para garantir que S. não voltava a ser vítima de bullying. Passaram mais de dois anos, mas a auxiliar administrativa diz à SÁBADO que quando a adolescente se lembra daquela quarta-feira de Março de 2012, ainda chora. Nesse dia, chegou a casa às 13h30 para almoçar e, entre lágrimas,

contou à mãe: tinha levado um pontapé de uma colega. A mesma que, uma semana antes, com um grupo de quatro raparigas do 7º ano, a agrediu por não lhe dar tabaco e dinheiro.

As ameaças, os insultos e os ataques duravam há meses, mas Elisa não desconfiava de nada. A filha, de 13 anos, inventava desculpas para faltar às aulas, começou a ter notas mais baixas e fechava-se no quarto todas as noites, mas recusava-se a desabafar com a mãe. De acordo com os especialistas, as queixas dificilmente surgem numa conversa comum, a meio de uma refeição. “O mais frequente é que os pais percebam de forma indirecta: ou porque os filhos começam a ter pesadelos, ou baixam as notas de forma súbita, aparecem com nódoas negras inexplicáveis, fazem chichi na cama... Um dos principais sinais de alarme é o receio de ir à escola”, explica a investigadora Susana Carvalhosa. Se o bullying se arrastar por muito tempo, as vítimas até podem começar a sofrer de sintomas físicos e a adoecer sucessivamente.

“É importante desfazer o mito de que o bullying é uma coisa de miúdos em que os adultos não se devem envolver. A violência não faz parte das etapas do de-senvolvimento – o conflito, sim”, explica à SÁBADO Rosa Saavedra, psicóloga e assessora técnica da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV). “Muitas vezes, as crianças têm a sensação de que os pais não vão ajudar – pelo contrário, só vão piorar as coisas. Quando o agressor se vê encurralado pode ceder, mas também pode exercer mais coacção”, acrescenta o psicólogo João Faria.

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



No dia em que S. levou um pontapé e finalmente contou à mãe o que se estava a passar, Elisa saiu de casa e foi à Escola Básica de Sobreira, em Paredes, fazer queixa. Quando voltou, por volta das 17h, a filha chorava mais ainda. “Chamou-me, aflita, e notei que tinha a boca e as mãos roxas. Disse-me que estava a deixar de sentir as pernas.

Tinha tentado matar-se”, lembra a mãe à SÁBADO. No caixote do lixo, estavam duas caixas vazias de medicamentos para as varizes e dores musculares. No chão do quarto, o cinto que a pré-adolescente usou para tentar sufocar-se. Em cima da mesa-de-cabeceira, uma carta: S. falava das

colegas e pedia desculpa – mas assim não queria continuar a viver.

“No hospital disseram-me que foi um milagre ela não ter entrado em coma, ter sobrevivido”, conta a mãe, que entretanto decidiu mudar-se para Campanhã. Contratou um advogado, fez queixa à polícia e chegou a depor em tribunal, mas desistiu quando percebeu que as agressoras não iam ser responsabilizadas. “Como são menores, nunca levam castigo nenhum. E ainda fui ameaçada pela mãe de uma delas, que disse que eu estava a difamar a filha”, descreve Elisa.

Hoje, S. tem 15 anos. É acompanhada por psicólogos e psiquiatras desde aquela quarta-feira. Chumbou o último ano lectivo e pesa 85 quilos.

Segundo um estudo realizado em 2004, em Portugal, 23,5% dos alunos entre os 10 e os 18 anos vêm-se envolvidos em situações de bullying pelo menos duas ou três vezes por mês. A investigação coordenada por Susana Carvalhosa e Margarida Matos, do ISCTE (Instituto Superior de Ciências do Trabalho e da Empresa), contou com as respostas de 6.131 jovens e concluiu que este tipo de problema é mais comum entre os rapazes, sobretudo por volta dos 13 anos. É, no entanto, aos 11 que estão mais sujeitos a ser vítimas.

Dados do último ano lectivo permitem concluir que os números se têm mantido na última década. Uma pesquisa realizada pela mesma investigadora com 314 alunos dos 10 aos 18 anos, no concelho da Amadora, mostra que 22.3% dos alunos foram ou são vítima de bullying. No inquérito feito em Lisboa e Almada onde participaram 357 jovens das mesmas idades, o valor foi de 26,4%.

“O risco é maior para os inseguros e introvertidos. Os mais activos e confiantes lidam melhor com a pressão dos outros. Sentem-se mais confiantes”, diz à SÁBADO a psicóloga Tânia Paias, directora do PortalBullying e autora do livro Tenho Medo de Ir à Escola, lançado no início deste ano. Por norma, os alvos deste tipo de violência sentem-se muito isolados na escola. “Para miúdos desta idade é aterrador, porque eles precisam de fazer parte de um grupo para ter identidade. Alguns mascaram estes sintomas e tornam-se agressores de outros”, explica.

### **Ataques pela Internet**

Uma forma de o fazerem é recorrer ao cyberbullying, agredindo através das novas tecnologias, explica o especialista João Faria. “Ao contrário do que acontece no bullying clássico, escondido atrás do computador o agressor não tem de ser fisicamente dominante, pode até ser franzino. Acompanhei o caso de uma vítima que se refugiou no cyberbullying para se vingar dos que a tinham agredido.”

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



Nos últimos anos, várias escolas têm promovido acções de sensibilização sobre esta matéria, em parceria com outras instituições. De acordo com uma fonte da Polícia Judiciária contactada pela SÁBADO, o fenómeno do cyberbullying tem vindo a aumentar. “As queixas nunca são apresentadas pelas vítimas, mas por familiares, professores ou outros envolvidos. Outras vezes são os próprios responsáveis das redes sociais que nos dão conta de comportamentos deste tipo”, explica a mesma fonte.

Ao contrário das outras vítimas, os alvos de cyberbullying não se recusam a ir à escola, mas, se os pais se aproximarem do computador, costumam desligá-lo de forma repentina para ninguém descobrir o que se passa. “Por prevenção, o computador deve estar no meio da sala, ou num local que permita uma boa visibilidade. A privacidade dos jovens começa a partir dos 18 anos. Caso contrário, arriscamo-nos a que sejam vítimas”, diz a fonte da PJ.

Se já não é fácil para os pais detectarem que os filhos são vítimas de bullying, mais difícil é perceber que têm um bully em casa. “Os agressores costumam ser mais dissimulados. E o mais frequente é chegarem à terapia por outros motivos: são autoritários em casa, aparecem com objectos que não lhes pertencem, ou com dinheiro a mais. Só durante o tratamento entendemos o que se passa realmente”, explica Tânia Paias. Os adultos devem estar atentos a outros sinais: os miúdos serem agressivos e hostis com os irmãos, sentirem prazer em maltratar animais, terem mau perder e defenderem sempre as suas acções com desculpas como “ele merecia”, “ele é que começou” ou “foi só uma brincadeira”.

### **Reconhecer um agressor**

João (nome fictício) chegou ao consultório da psicóloga Maria de Jesus Candeias com 11 anos, através da escola, depois de um professor perceber que tinha intimidado um colega na casa de banho até aquele lhe dar o telemóvel. Na altura, não se sabia ainda que o rapaz era bully, mas a forma agressiva como se relacionava com os professores e a resistência sistemática às regras foram suficientes para pedir ajuda especializada.

“Era um miúdo franzino, mas liderava a escola. Fui-me apercebendo de que aquele não tinha

sido um caso isolado. Ele fazia o mesmo a outros colegas há algum tempo”, conta a psicóloga. João humilhava os colegas, batia-lhes e extorquia-lhes coisas. Em casa, ninguém dava por isso. A mãe saía cedo e chegava tarde. Sem a ajuda do ex-marido, trabalhava de manhã à noite para pagar as contas. O miúdo cresceu sozinho, sem regras nem referências morais. “Tornou-se um manipulador nato, com total ausência de sentimentos de culpa ou arrependimento. Não tinha qualquer noção de afecto. Tratava a mãe pelo nome próprio, não percebia as relações humanas”, diz Maria de Jesus Candeias.

A psicóloga tentou sensibilizar a mãe para a necessidade de dar seguimento à terapia, mas ao fim de algum tempo João deixou de aparecer nas consultas. “Três anos depois, soube que andava envolvido em assaltos. Começam com pequenos roubos e depois há uma escalada.” Alguns pais tentam resolver o assunto com castigos severos, sem saber que essa abordagem só agrava as circunstâncias.

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



À semelhança do que aconteceu com João, grande parte das denúncias que chegam aos serviços da APAV são feitas pelas escolas. Mas a psicóloga Rosa Saavedra diz que os estabelecimentos de ensino têm fragilidades: “Há pouca gente a vigiar os recreios e o acompanhamento aos miúdos é diminuto. É possível que muitas destas situações passem ao lado das direcções.” A socióloga Susana Carvalho reconhece que as instituições de ensino estão mais alerta para o fenómeno e que algumas já incluíram normas sobre esta matéria no regulamento interno. Mas há questões difíceis de ultrapassar.

“Por vezes, a direcção quer punir um aluno e não consegue porque os pais, que têm de autorizar a sanção, não o querem fazer”, diz à SÁBADO. Além disso, diz a investigadora, castigar, por si só, não resolve o problema. “Cinco dias depois da suspensão, volta tudo ao mesmo. É preciso actuar de forma mais alargada e preparar a vítima para se proteger melhor.”

**Os remorsos chegam tarde**

A fotografia da adolescente norte-americana Hailey Schneider, com um papel onde confessa ter feito bullying, tornou-se viral na Internet e lançou a polémica: os pais devem castigar publicamente os filhos bullies? Cara, a mãe de Hailey, pensa que sim. Obrigou-a a pôr a imagem no Facebook e a vender o iPod para doar o dinheiro a uma organização de protecção de vítimas de bullying. “Sou uma rapariga inteligente, mas tomei más decisões nas redes sociais”, lê-se na imagem que foi partilhada mais de 20 mil vezes.

Para a investigadora do ISCTE, a solução passa mais pela prevenção e por envolver os alunos que assistem às agressões. “São eles que podem impedir estes comportamentos violentos. Os adultos não estão lá. Mas estes miúdos, que são a maioria, devem ser encorajados a denunciar o que vêem, de preferência em grupo, para não se arrisquem a tornar-se as vítimas seguintes”, explica Susana Carvalhosa.

S.P., de 33 anos, não percebeu que foi bully durante a adolescência até Janeiro de 2014, quando viu no telejornal a notícia sobre o suicídio em Adaúfe, Braga, de mais uma vítima do fenómeno juvenil. Durante anos, o engenheiro não se lembrou daquele colega que se vestia de forma diferente e andava sempre sozinho nos intervalos das aulas. “De repente, pensei nele. Na figura dele. Nas coisas que lhe disse. Nas coisas que lhe fiz. Nas vergonhas que passou por minha culpa. A notícia descrevia como Nelson, de 11 anos, tinha sido intimado a despir-se no recreio da escola. Mas quase não falava dos que estavam do outro lado. Os bullies. Os miúdos como eu.”

S.P. sempre fez parte do grupo de rapazes populares do liceu. Teve dezenas de namoradas, gostava de desfilar a roupa de marca, tinha mota e jogava futebol. Hoje, tem um emprego estável e um bebé de ano e meio. Acha que não é uma pessoa má. “Sou normal. Às vezes falo mal dos outros, sim. Às vezes gozo com coisas sérias. Mas nunca desejei a morte a ninguém.”

Estava no 11º ano quando lhe disseram que aquele colega tinha tentado suicidar-se. “O que se dizia era que tinha tomado uma data de comprimidos e que a mãe o tinha encontrado deitado na casa de banho, a espumar da boca e a revirar os olhos.” Na altura, S.P. não se sentiu responsável. Teve pena, mas não lhe passou pela cabeça que pudesse ter alguma culpa. Ainda não se falava de bullying, os professores não se metiam nas brincadeiras dos intervalos.

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



Nunca mais viu o rapaz depois desse episódio. Os pais tiraram-no do liceu. “Agora, procurei pelo nome dele no Facebook: nenhuma correspondência. Pensei logo: ‘Mas quem é que hoje em dia não tem Facebook? Deve continuar a ser o mesmo totó.’ Depois senti, pela primeira vez, um peso na consciência. E se ele fez alguma estupidez?”, perguntou-se, antes de lembrar algumas das “partidas” que lhe fez quando tinha 16 e 17 anos. “No balneário, depois das aulas de Educação Física, gritávamos que era gordo e gay, e ríamos-nos todos. Uma vez, ele ia a pé e eu de mota, com um amigo à pendura. Dissemos-lhe coisas horríveis e no fim, eu mandei o meu amigo empurrá-lo.”

Os rapazes que durante meses ameaçaram maltrataram Alexandre também nunca foram castigados e a mãe do adolescente de 14 anos que se suicidou há cinco anos está convencida que não aprenderam nada com a morte do filho. “Mantive contacto com uma amiga dele, que me diz que o mentor do grupo continuou sempre a massacrar colegas mais frágeis ao nível psicológico”, diz Sónia Louro, de 44 anos, à SÁBADO.

### **Era extrovertido e tornou-se triste**

Alexandre não tinha o perfil típico das vítimas de bullying: era extrovertido e bom aluno, praticava desporto, fazia sucesso entre as miúdas. Mas um episódio fez com que começasse a ser banido do grupo de amigos da escola: “Um dia foi a casa de um colega e percebeu que os presentes estavam a combinar tirar dinheiro do cofre do pai de um deles. O Alexandre não concordou e fez queixa: a mim e na escola. Começaram aí os problemas todos”, recorda a mãe.

Alexandre transformou-se num rapaz mais triste: queria dar-se bem com toda a gente. Começou a isolar-se. Ficava ansioso antes de ir para as aulas. Deixou de ser convidado para as festas dos amigos, que lhe mandavam SMS com palavras tão cruéis e violentas como: “Vai-te matar.” Na madrugada do dia 6 de Fevereiro, a mãe encontrou-o no quarto, já sem vida.

A direcção das Oficinas de São José, dos Salesianos de Lisboa, recusou qualquer responsabilidade. Insinuou que problemas familiares estavam na origem da tragédia – a separação dos pais, a relação distante com o pai, a mãe demasiado exigente. Também afirmou que não podia

actuar quando os episódios de violência ocorriam fora do perímetro da escola e ignorou as provas que a mãe apresentou: as mensagens no telemóvel e o testemunho do psicólogo que o acompanhou.

Ainda assim, os Salesianos (que a SÁBADO contactou sem resposta) fizeram questão de pagar o funeral de Alexandre – 7 mil euros. A mãe (na foto) tomou muitos calmantes nesse dia. Tomou calmantes durante vários dias seguidos – não conseguia nem queria pensar no que acontecera. Cinco anos depois, ninguém lhe tira da cabeça que esta atitude da escola foi um género de confissão. Afinal, também eles eram responsáveis pela morte do rapaz que só queria ser amigo de todos.

### **Quem é quem?**

Saiba quais são as diferentes personagens que se envolvem no bullying

#### **Vítimas**

O alvo da violência é, por norma, um miúdo inseguro, introvertido, com dificuldade em fazer amigos. Costumam ter pais superprotectores, ou que impõem muitas proibições.

#### **Agressores**

Actuam em grupo, ao longo do tempo, para dominar a vítima. Parecem confiantes, mas não têm muitos amigos. Podem envolver-se em comportamentos de risco.

#### **Vítimas-agressoras**

Reagem à violência agredindo outros. São uma minoria e têm, habitualmente, uma relação de pouco afecto com os pais. Tendem a portar-se mal na escola.

#### **Testemunhas**

Não agridem e têm autoconfiança suficiente para não se tornarem vítimas, mas sabem o que se passa. Estão em maioria e podem ajudar a prevenir e denunciar.

**Um em cada quatro alunos é vítima de bullying ou agressor**



### **Como prevenir o cyberbullying?**

Nuno Moreira, do Centro Internet Segura, da Fundação para a Ciência, dá conselhos.

#### **1. Nunca disponibilizar informação privada**

Ensine os miúdos a nunca darem palavras-passe, nem identificarem locais que frequentam (esconder nomes e evitar publicar fotos da escola, por exemplo). Imagens em roupa interior são desaconselhadas.

#### **2. Não adicionar desconhecidos**

Este pode ser um foco de cyberbullying.

#### **3. Saiba o que o seu filho faz online**

Pergunte quais os sites preferidos dele e dos amigos e com quem fala.

#### **4. Ignorar os ataques**

É a melhor estratégia. Responder pode provocar mais agressões.

#### **5. Denuncie**

Se descobrir um ataque, guarde tudo como prova, mude as contas e denuncie aos serviços online: no Facebook é fácil. Contacte o Centro Internet Segura. Há linhas de apoio.

### **Saiba como perceber se o seu filho está em risco ou se envolve em agressões**

#### **Vítimas**

**Escola:** Costumam dizer que não querem ir às aulas, mas não explicam porquê. É raro queixarem-se logo do que acontece.

**Sono:** Dormem mal, têm pesadelos ou voltam a fazer chichi na cama depois de já não ser habitual.

**Doenças:** Podem ser de vários tipos e surgir com muita frequência. Fazem parte da reacção do corpo ao sofrimento psicológico.

**Humor:** Tornam-se instáveis. Ficam tristes de repente e não é raro chorarem sem justificação aparente.

**Agressores**

**Tensão:** É frequente terem comportamentos agressivos em relação à família ou aos animais de estimação.

**Objectos:** Nalguns casos, trazem para casa dinheiro a mais ou objectos que não lhes pertencem (telemóveis, brinquedos, carteiras, roupas).

**Maus hábitos:** Alguns começam a fumar, a consumir drogas ou a envolver-se em actividades perigosas.

*Artigo publicado na revista n° 543, de 25 de Setembro de 2014*

[Fechar](#)