

BEM-ESTAR NA ESCOLA

CUIDANDO DOS RELACIONAMENTOS



Prefeitura de Caxias do Sul

BEM-ESTAR NA ESCOLA

CUIDANDO DOS RELACIONAMENTOS

Caxias do Sul

2024

Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

C384b	Caxias do Sul. Secretaria Municipal da Educação. Secretaria Municipal de Segurança Pública e Proteção Social. Bem-estar na escola : cuidando dos relacionamentos / organizadores : Eduardo C. F. da Rosa, Nicole Vignochi, Sonia Rossetti, Juliane M. Modena. – Caxias do Sul : [s. n.], 2024. 32 p. : il. color. 1. Caxias do Sul – Violência escolar. 2. <i>Bullying</i>. 3. <i>Cyberbullying</i>. I. Título. CDU 37.06(816.5CAXIASDOSUL)
-------	--

Catalogação na fonte elaborada pelo bibliotecário Marcelo Ribeiro Bohm – CRB 10/2032

Prefeitura de Caxias do Sul

Prefeito Adiló Didomenico

Secretaria Municipal da Educação - Smed

Secretária Flávia Melice Vergani

Diretor Pedagógico Smed: Vagner Peruzzo

Gerente Pedagógica Smed: Bruna Conrado

Secretaria Municipal da Segurança Pública e Proteção Social - SMSPPS

Secretário Paulo Roberto Rosa da Silva

Diretora de Proteção Social SMSPPS: Jeane Carla Schulz

Comissão Técnica: Jaqueline C. Torves, Nicole A. Modena, Marivane A. C. da Rosa

Revisão de conteúdo: Anrael N. Bettoni, Felipe B. Monaiar

Revisão ortográfica: Jordana M. Silvestrin

SUMÁRIO



A cartilha	04
Bem-estar e aprendizagem	05
O que pode prejudicar o bem-estar?	07
Legislação	08
Quais são os tipos de bullying?	12
Tipos e características da violência on-line	13
Sinais e sintomas	15
Quem é quem?	16
Bullying não é brincadeira!	17
Denuncie o cyberbullying!	18
Estratégias de prevenção	23
Materiais de apoio	25



A CARTILHA

A cartilha “Bem-estar na escola: cuidando dos relacionamentos” foi desenvolvida pela Comissão Interna de Prevenção de Acidentes e Violência Escolar (Cipave) e Assessoria de Tecnologia Educacional e Aprendizagem em Rede (Tear), da Secretaria Municipal da Educação (Smed), em parceria com a Coordenadoria da Juventude, vinculada à Secretaria Municipal de Segurança Pública e Proteção Social (SMSPPS), da Prefeitura Municipal de Caxias do Sul, com o objetivo de refletir sobre os fenômenos bullying e cyberbullying, considerando suas facetas e consequências (psicológicas, pedagógicas, ou jurídicas).

Além da reflexão que será realizada acerca dessas temáticas, serão apresentadas diretrizes que auxiliam na sua divulgação por parte de todos os agentes da sociedade, na direção de possibilitar o bem-estar das crianças e dos estudantes, favorecendo a sua aprendizagem e o seu desenvolvimento.





BEM-ESTAR E APRENDIZAGEM

O bem-estar é muito importante para a aprendizagem e é essencial para atingir os objetivos escolares. Também, parte inestimável do crescimento pessoal.

As escolas devem contribuir promovendo experiências que desenvolvam ou aprimorem habilidades socioemocionais que contribuam, agora e no futuro, para o desenvolvimento de relacionamentos respeitosos e saudáveis.

BEM-ESTAR E APRENDIZAGEM ANDAM JUNTOS

Por isso, precisamos conhecer e combater alguns comportamentos que colocam o bem-estar dos estudantes em risco e prejudicam as aprendizagens.



O QUE PODE PREJUDICAR O BEM-ESTAR?

BULLYING E CYBERBULLYING

Diversos fatores podem prejudicar o tão almejado estado de bem-estar. O bullying e o cyberbullying são alguns desses fatores. Essas formas de agressão têm se tornado cada vez mais presentes na vida de crianças e jovens, principalmente com o avanço da tecnologia e com o fácil acesso às redes sociais e aos dispositivos eletrônicos.

LEGISLAÇÃO

O QUE É BULLYING?

Lei 13.185/2015

Institui o Programa de Combate à
Intimidação Sistemática.

Bullying é a violência sistemática, física ou psicológica, concretizada em atos de intimidação, humilhação ou discriminação e, ainda:

- I - ataques físicos;
- II - insultos pessoais;
- III - comentários sistemáticos e apelidos pejorativos;
- IV - ameaças por quaisquer meios;
- V - grafites depreciativos;
- VI - expressões preconceituosas;
- VII - isolamento social consciente e premeditado;
- VIII - pilhérias (piadas).

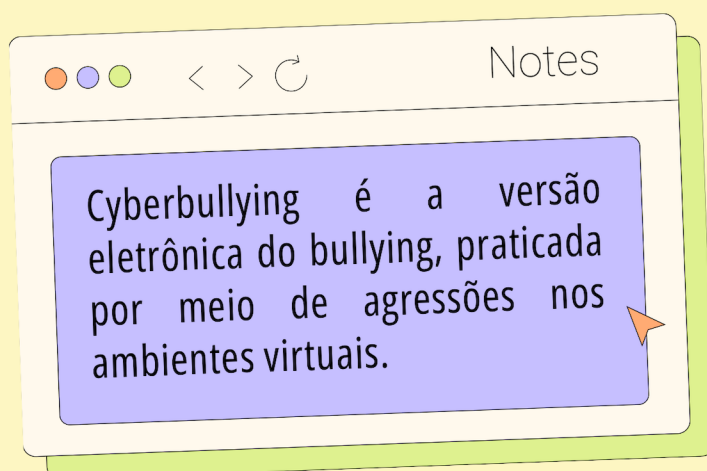


LEGISLAÇÃO

O QUE É CYBERBULLYING?

Lei 13.185/2015

A Lei 13.185/2015 estabelece, em seu Artigo 2º, parágrafo único: “Há intimidação sistemática na rede mundial de computadores (**cyberbullying**) quando se usarem os instrumentos que lhe são próprios para depreciar, incitar a violência, adulterar fotos e dados pessoais com o intuito de criar meios de constrangimento psicossocial”.



FIQUE ATENTO!

Lei N° 14.811, de 12 de janeiro de 2024

INTIMIDAÇÃO SISTEMÁTICA VIRTUAL (CYBERBULLYING)

Parágrafo único. Se a conduta é realizada por meio da rede de computadores, de rede social, de aplicativos, de jogos on-line ou por qualquer outro meio ou ambiente digital, ou transmitida em tempo real.

PENA:

RECLUSÃO, DE 2 (DOIS) ANOS A 4 (QUATRO) ANOS, E MULTA, SE A CONDUTA NÃO CONSTITUIR CRIME MAIS GRAVE.



FIQUE ATENTO!

Lei N° 14.811, de 12 de janeiro de 2024

Institui medidas de proteção à criança e ao adolescente contra a violência nos estabelecimentos educacionais ou similares.

NOVAS TIPIFICAÇÕES: ART. 146-A DO CÓDIGO PENAL

INTIMIDAÇÃO SISTEMÁTICA (BULLYING)

Intimidar sistematicamente, individualmente ou em grupo, mediante violência física ou psicológica, uma ou mais pessoas, de modo intencional e repetitivo, sem motivação evidente, por meio de atos de intimidação, de humilhação ou de discriminação ou de ações verbais, morais, sexuais, sociais, psicológicas, físicas, materiais ou virtuais.

PENA:

MULTA, SE A CONDUTA NÃO CONSTITUIR CRIME MAIS GRAVE.



QUAIS SÃO OS TIPOS DE BULLYING?

A **Lei 13.185/2015** classifica o bullying, de acordo com as ações praticadas, como:



1- VERBAL

Quando há insulto, xingamento, apelidos pejorativos.



2- MORAL

Quando o agressor difama, espalha boatos, acusa de crimes não praticados.



3- SEXUAL

Quando ocorre assédio, indução ou abusos.



4- SOCIAL

Quando o agressor ignora, isola ou exclui a vítima.



5- PSICOLÓGICO

Quando há ameaças, perseguição, intimidação, manipulação e chantagens.



6- FÍSICO

Quando há atos de violência física.



7- MATERIAL

Quando os pertences da vítima são furtados, roubados, destruídos.



8- VIRTUAL

A partir da reverberação de conteúdos digitais que visam a causar danos à vítima.

TIPOS E CARACTERÍSTICAS DA VIOLÊNCIA ON-LINE

1 - Disseminação não consentida de imagens íntimas

Humilhar, expor, constranger alguém por divulgação de imagens íntimas. Por vezes, mencionada como “cyber vingança” ou “pornografia de vingança”.

2 - Discurso violento

Constranger ou diminuir, fazendo uso de discurso agressivo.

3 - Vigilância Eletrônica (Espionagem Eletrônica)

Vigiar as ações ou monitorar suas conversas em meio eletrônico ou plataformas digitais.

4 - Sextorsão ou sexting

Vazar ou usar imagens íntimas para chantagear ou extorquir a vítima.

5 - Cyberbullying

Ofender e agredir alguém em ambientes digitais. Fazer montagens ou criar *memes*, com intuito de humilhar, ridicularizar, expor, constranger.

6 - Perfil Falso

Ter “perfil fake” ou “impersonation”. Diz respeito a situações nas quais alguém usa uma identidade falsa e comete atos que prejudicam a vítima ou que resultam em ganhos pessoais para o falsificador.

7 - Perseguição (*cyberstalking*)

Utilizar a internet ou outro meio digital (como mensagens no celular) para perseguir, assediar ou ameaçar, causando medo. A perseguição ou monitoramento também pode acontecer por meio das redes sociais de amigos, parentes, filhos e conhecidos da vítima.

8 - Censura ou controle no ambiente digital

Impedir que o indivíduo tenha acesso aos meios digitais (deletar perfil, trocar senhas das redes sociais, etc.). Silenciar por meio de intimidação e ameaça (denunciar fotos e postagens).

SINAIS E SINTOMAS

- NÃO QUERER IR À ESCOLA
- SENTIR-SE MAL PERTO DA HORÁRIO DE SAIR DE CASA
- PEDIR PARA TROCAR DE ESCOLA CONSTANTEMENTE
- VOLTAR DA ESCOLA COM ROUPAS OU LIVROS RASGADOS
- APRESENTAR BAIXO RENDIMENTO ESCOLAR
- ABANDONO DOS ESTUDOS
- ISOLAMENTO
- DEPRESSÃO
- AGRESSIVIDADE
- AUTOAGRESSÃO E (OU) COMPORTAMENTOS DE VINGANÇA
- BAIXA AUTOESTIMA
- ANSIEDADE OU MEDO
- SENTIMENTOS NEGATIVOS
- PROBLEMAS DE RELACIONAMENTO INTERPESSOAIS



QUEM É QUEM?

Agressor

Também conhecido por *bully*, é quem pratica a violência. Pode ser apenas uma pessoa, uma dupla, um grupo ou uma coletividade indefinida (como facilmente ocorre no cyberbullying, pois o conteúdo é compartilhado por tantas pessoas, que é muito difícil especificar quem são).

Lembrando que: Quem compartilha conteúdo ofensivo na Internet não é testemunha, mas igualmente agressor.

Vítima

É quem sofre a violência, muitas vezes calada, o que dificulta sua identificação.

Testemunha

É quem presencia ou fica sabendo da violência. Tem grande importância, já que pode validar e reforçar a prática da violência ou fazer cessar, quando não apoia ou intervém.

Lembrando que: Adultos também podem ser vítimas, agressores e testemunhas!

BULLYING NÃO É BRINCADEIRA!

Às vezes, o bullying e o cyberbullying parecem brincadeiras. Mas, **não podemos nos deixar enganar!**

Não há uma fórmula para identificar esse tipo de violência. É preciso bom senso, consciência sobre a real intenção, noção de limites da liberdade de expressão e pensar antes de agir.

A diferença está no tratamento e na balança de poder. No bullying, somente o agressor está se divertindo, enquanto que, na brincadeira, ambas as partes saem felizes no fim da ação.

O bullying machuca e deixa cicatrizes emocionais nas pessoas. **Bullying não é brincadeira.**

Bullying não é brincadeira, porque só existe brincadeira quando todos os envolvidos se divertem. Quando uns se divertem e outros sofrem, não é brincadeira, mas violência!



DENUNCIE O CYBERBULLYING!



1 - Documente a evidência

Não delete o material! Guarde qualquer evidência de cyberbullying, como capturas de tela de mensagens ofensivas, postagens em redes sociais, e-mails ou qualquer outra forma de violência on-line. Embora possa ser doloroso ver ameaças ou conteúdo ofensivo, ter provas é importante ao fazer uma denúncia. Após coletar as provas e tomar medidas de precaução, se for o caso, procure as autoridades competentes para realizar a denúncia.

Lembre-se: você é a vítima nessa situação, não se culpe!

2- Procure ajuda

Se você for menor de idade **é importante falar** com seus pais, responsáveis legais, professores ou outra pessoa de sua confiança. Eles podem oferecer orientação sobre como lidar com o cyberbullying.

3- Busque apoio

É importante contar com o apoio de amigos e amigas de confiança. Se você conhece alguém que está passando pela mesma situação, ofereça apoio e solidariedade a essa pessoa também.

4- Denuncie para o administrador da rede social

Todas as redes sociais possuem um canal de denúncia. Por lei, é obrigatório que o conteúdo denunciado como impróprio seja removido.

5- Bloqueie

Faça uso do recurso de bloqueio em todas as plataformas de mídia social para afastar aqueles que estão te causando danos. Não se sinta obrigado a manter contato com agressores, mesmo que sejam pessoas próximas como parceiros, amigos ou conhecidos.

Lembrando que, tratando-se de cyberbullying, se o agressor não se dispuser a apagar o conteúdo ou já não possuir controle sobre ele (quando compartilhado por terceiros, por exemplo), há medidas legais capazes de identificar e monitorar o conteúdo lesivo, removê-lo, assim como evitar que seja novamente veiculado. Se preciso, busque o auxílio de um advogado especializado em direito digital.



ONDE DENUNCIAR?

Para que o bullying acabe, é necessário que ele seja identificado, e **denunciar** é a chave para isso. Além disso, mostrar ao agressor que o comportamento dele é inaceitável, pode ajudar.

Caso esteja em **perigo**, você deve procurar as **autoridades**. Vá a uma delegacia mais próxima ou procure o Ministério Público em sua cidade. Discriminação contra pessoas negras, mulheres, orientação religiosa, sexual e procedência nacional é crime e viola os direitos humanos.



atenção

ONDE DENUNCIAR?



Disque 100 – Disque Direitos Humanos
(canal de denúncias sobre violações de
direitos humanos)

Se a violência sistemática for na Internet:
SAFERNET | new.safernet.org.br/helpline

Se precisar fazer Boletim de Ocorrência:
Plantão da Polícia Civil
Delegacia de Polícia de Pronto Atendimento -
DPPA



ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

Promover uma cultura de respeito

Promover uma cultura de respeito e de tolerância na escola. Isso pode incluir trabalhar com as questões socioemocionais, de respeito, de empatia, de resolução de conflitos, mediante o diálogo, cultura de paz, Círculos de Construção de Paz.

Conscientizar a comunidade escolar

Sensibilizar estudantes, professores, pais e funcionários sobre o bullying e o cyberbullying é fundamental. Isso pode ser feito por meio de palestras, campanhas educativas e materiais informativos. A CIPAVE escolar pode ser aliada através de plano de ação preventivo, integrando escola, comunidade e colaboradores.

Desenvolver um ambiente acolhedor e colaborativo

Criar um ambiente inclusivo que promova o respeito, celebre a diversidade e encoraje a colaboração.
Estabelecer regras claras contra o bullying.

ESTRATÉGIAS DE PREVENÇÃO

Incentivar o protagonismo estudantil

Criar oportunidades de liderança (representantes de turma, membros do Grêmio Estudantil, conselho escolar); criar espaços nos quais os estudantes expressem suas opiniões e ideias; incentivá-los a serem agentes de mudança em suas próprias comunidades escolares.

Fomentar a utilização segura da tecnologia

Educar os estudantes sobre o uso seguro e responsável da tecnologia pode ajudar a prevenir o cyberbullying. Isso pode incluir ensinar sobre privacidade on-line, etiqueta digital e como evitar se envolver em comportamentos virtuais prejudiciais.

Promover a supervisão e intervenção

Estar atentos aos sinais de bullying e cyberbullying e intervir rapidamente quando necessário. Isso pode envolver conversar com a vítima para oferecer apoio, confrontar o agressor sobre seu comportamento, envolver os pais e professores para resolver a situação.

MATERIAIS DE APOIO

Inteligente
Atento
Forte
Gentil
Corajoso

PROGRAMA SEJA INCRÍVEL NA INTERNET

O programa Seja Incrível Na Internet oferece aos educadores as ferramentas e os métodos necessários para ensinar fundamentos de segurança e cidadania digital em sala de aula.



PORTAL INTERNET SEGURA

Faça sua parte e todos teremos uma Internet mais segura!



ESCOLA DIGITAL
ALUNO

ESCOLA DIGITAL ALUNO: INTERNET SEGURA



GUIA DE CIDADANIA E SEGURANÇA DIGITAL

Cidadania Digital é o uso responsável e apropriado da tecnologia, seguindo orientações de ética e segurança on-line.

JOGOS DE ESCAPE SOBRE CULTURA DIGITAL



São jogos de narrativa com um conflito para resolver a partir de charadas. Eles contêm instruções, materiais e todos os elementos necessários para realizar a atividade e transformar a sala de aula em uma verdadeira sala de escape. Os jogadores devem buscar soluções enquanto refletem sobre o uso da mídia digital!

JOGO INTERLAND



O Interland é um jogo on-line cheio de aventuras que põe em prática as principais lições de segurança e cidadania digital.

SPACE SHELTER



Jogo on-line com o propósito de aumentar a conscientização sobre as questões de cibersegurança e promover comportamentos mais responsáveis durante a navegação on-line.

JOGO DE TABULEIRO



Entre para a turma do bem e ajude a construir uma internet mais segura e responsável!

MATERIAIS DE APOIO

Sugestões de **LIVES** para estudantes, disponíveis no Canal do Youtube SMED Caxias do Sul (@smedcaxias):

4º, 5º e 6º anos



- CYBERBULLYING: O QUE TENHO A VER COM ISSO?
- ESTOU SEGURO(A) ON-LINE?

7º, 8º e 9º anos



- CYBERBULLYING: O QUE TENHO A VER COM ISSO?
- A ADOLESCÊNCIA NA ERA DIGITAL: SAÚDE MENTAL EQUILIBRADA COM A VIDA ON-LINE

6º, 7º, 8º e 9º anos



- DESATANDO NÓS, CONSTRUINDO LAÇOS

MATERIAIS DE APOIO

Sugestões de **LIVES** para professores, pais e responsáveis disponíveis no Canal do Youtube SMED Caxias do Sul:



- **IMAGEM E REPUTAÇÃO NA INTERNET: O QUE NÓS, PROFESSORES, PRECISAMOS SABER?**
- **PAIS, FILHOS E INTERNET: LIBERDADE, RESPONSABILIDADE E AUTOEXPOSIÇÃO**
- **FAMÍLIA E ESCOLA: DADOS E CUIDADOS ON-LINE**
- **A ESCOLHA É NOSSA. SERÁ?**
- **ORIENTAÇÕES AOS ADULTOS NESTES TEMPOS DIFÍCEIS: O QUE DIZER E FAZER COM AS CRIANÇAS E ADOLESCENTES**
- **SEGURANÇA NA ESCOLA: CIDADANIA NO AMBIENTE DIGITAL**
- **SEGURANÇA DIGITAL: CONHECER PARA PROTEGER**

MATERIAIS DE APOIO

Sugestões de **LIVROS** presentes no Programa Nacional do Livro Didático (PNLD) com a temática bullying:

1º ao 5º ano:

- **O pequeno rei e o parque real**

José Roberto Torero

- **Você quer ser meu amigo?**

Éric Battut

- **O mundo é redondo e a vida é cor de rosa**

Milton Célio Oliveira Filho,

Maria Cristina Raposo Mello

- **É mentira da barata!**

May Shuravel

- **Todos zoam todos**

Dipacho



6º/7º ano:

- **A cabeleira de Berenice**

Leusa Araujo

- **A esperança é uma torta de maçã**

Sarah Fitzgerald

- **A fofa do terceiro andar**

Cléo Busatto

- **Caixa de desejos**

Ana Cristina Melo

- **Cartas para a minha mãe**

Teresa Cárdenas

- **Extraordinário**

R. J. Palacio

- **Jane, a raposa e eu**

Isabelle Arsenault

- **O gênio do crime**

João Carlos Marinho

- **Suzy e as águas-vivas**

Ali Benjamin

8º/9º ano:

- **74 dias para o fim/**

Angélica Lopes (org.)

- **A face oculta: uma história de bullying e cyberbullying**

Maria Tereza Maldonado

- **De cabeça baixa**

Mirna Pinsky

- **Fantasma**

Jason Reynolds



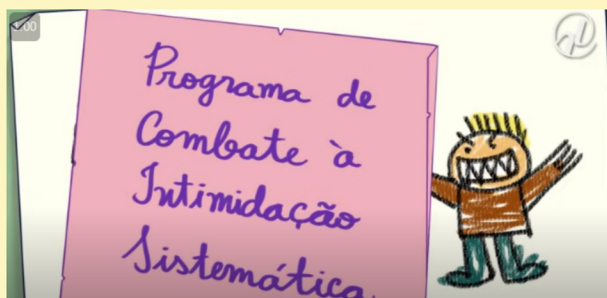
MATERIAIS DE APOIO

Sugestões de **VÍDEOS** para trabalhar com a temática:

"Curta: Diferenças"



"Projeto define oito tipos de bullying que devem ser evitados na escola"



"A importância de cada um no grupo e o respeito"



"Uma História Sobre Convivência"



TEAR

Tecnologia Educacional e
Aprendizagem em Rede



CIPAVE

Comissões Internas de Prevenção
de Acidentes e Violência Escolar

Coordenadoria da
JUVENTUDE



**PREFEITURA
DE CAXIAS DO SUL**

SMED
Secretaria da
Educação