

BULLYING E SAÚDE MENTAL: INTERVENÇÕES COM FOCO EM PREVENÇÃO

Ana Caroline Correia de Araújo¹
Anne Emanuelle Cipriano da Silva²
Helena Cândida Santos Neta³
Sandra Lúcia Amorim Gomes⁴

RESUMO

O *bullying* é um fenômeno complexo, caracterizado por comportamentos e/ou falas agressivas intencionais e sistemáticas que podem impactar de maneira disfuncional e significativa a vida de crianças e adolescentes, podendo causar danos durante o período de vida escolar e se estendendo à fase adulta. Compreende-se que o ambiente escolar é um dos principais núcleos de socialização secundária, e essas interações influenciam diretamente no desenvolvimento da personalidade. As consequências da vitimização do *bullying* podem se manifestar por adoecimentos como depressão, ansiedade, baixa autoestima, violência e isolamento social. Além disso, os agressores (que também são vítimas deste fenômeno) podem desenvolver quadros como Transtorno Opositor Desafiador (TOD), Transtorno de Conduta (TC), comportamentos agressivos e condutas violentas. Este fenômeno no contexto escolar acarreta prejuízo para saúde mental, bem-estar e o processo de ensino aprendizagem dos estudantes em diferentes faixas etárias. O objetivo do presente trabalho, por meio de um levantamento bibliográfico nas bases de dados acadêmicos: Pubmed, *Scielo*, *Pepsic*, Google acadêmico é identificar as intervenções psicológicas e ações bem sucedidas utilizadas para prevenção do fenômeno *bullying* nas escolas. Espera-se com este estudo a promoção de reflexão sobre ações bem sucedidas com o foco em prevenir esse fenômeno, por meio de programas que incluam a educação emocional, o treinamento de habilidades sociais, a resolução de conflitos, comunicação assertiva, grupos de apoio e ações que contemplem pais e professores.

Palavras-chave: Escola, *Bullying*, Prevenção, Saúde Mental.

INTRODUÇÃO

As diferentes formas de violência no país tem sido cada vez mais frequente, uma vez que se configuram como fenômenos sociais que afetam a sociedade em sua totalidade, essas manifestações acabam por alcançar também o ambiente escolar, manifestando-se no dia a dia por meio de preconceitos, intolerância e outras expressões de violência entre pares, com isso, elas destaca-se a prática do *Bullying* que engloba um conjunto de manifestações caracterizadas como violência (COELHO, 2016).

O termo *bullying* envolve a repetida exposição a comportamentos intencionais que causam dano ou prejudicam o indivíduo, sendo notável pela desigualdade de poder entre os envolvidos, resultando em uma pessoa sendo subjugada por outra (CALBO, 2009). Essa palavra é de origem inglesa, utilizada para determinar um fenômeno que é descrito por agressões físicas, verbais, psicológicas e sexuais de maneira intencional e

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

repetitiva contra alguém que muitas vezes não consegue se defender (FANTE, 2005).

No contexto escolar, onde a socialização desempenha um papel crucial no desenvolvimento, o *bullying* pode prejudicar não apenas a saúde mental dos estudantes, mas também o processo de ensino-aprendizagem. É nesse cenário que se faz necessária a busca por intervenções psicológicas e ações bem-sucedidas para prevenir esse fenômeno. Através de um levantamento bibliográfico em diversas fontes acadêmicas, este estudo visa identificar estratégias eficazes, como a promoção da educação emocional, o desenvolvimento de habilidades sociais, a resolução de conflitos e a colaboração entre pais e professores.

No cenário atual, é possível perceber que não há uma preparação adequada para lidar com o *bullying* e que não são adotados procedimentos para prevenir, controlar ou corrigir a violência que ocorre tanto no ambiente escolar quanto nas proximidades. Os próprios alunos muitas vezes desempenham um papel central nesses incidentes violentos. Isso sugere uma tendência em que a resolução desse problema não é considerada uma parte intrínseca ou um objetivo essencial das instituições de ensino (FANTE, 2005).

Em uma pesquisa realizada no ano de 2023 pelo Governo Federal com tema de violência nas escolas, com 2.068 pessoas ouvidas, foi possível chegar ao resultado de que 36% relataram ter sofrido *bullying* em escolas, um dado que mostra que uma parcela expressiva da população passou por esse tipo de violência (GOV, 2023).

Uma estatística importante é sobre os alunos que comentem este tipo de agressão, é possível observar que aproximadamente 20% dos alunos autores também sofrem *bullying*, sendo denominados alvos/autores (NETO, 2005). Diante do exposto vamos aprofundar o tema no referencial teórico.

METODOLOGIA

O estudo baseia-se em um levantamento bibliográfico a partir dos descritores Escola *and Bullying*, Escola *and Prevenção Bullying*, *Bullying and Saúde Mental*. As buscas foram nas bases de dados: Pubmed, *Scielo*, *Pepsic* e Google acadêmico. Com o objetivo de identificar intervenções psicológicas utilizadas e ações bem-sucedidas para prevenir o *bullying* nas escolas. Com isso, foram encontrados sete pesquisas que contribuíram para os resultados deste estudo.

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

REFERENCIAL TEÓRICO

Para Zanella e Trevisol (2014), o *bullying* vem sendo discutido devido à necessidade de uma maior compreensão acerca do crescimento da violência nas escolas de todas as esferas, pública e particular. Profissionais da educação e pesquisadores dessa área estão desprendendo esforços para estudar e analisar esse tipo de violência que não possui natureza causal explícita, pois, os agressores, de forma gratuita e deliberada, mantêm suas vítimas sob forma de opressão e com isso, fazendo com que as pessoas se sintam reprimidas, humilhadas. Sendo eles mesmos também vítimas em outros contextos, nesse sentido a compreensão deste fenômeno é de utilidade pública (FANTE, 2005).

Ainda segundo as autoras Zanella e Trevisol (2014), a escola é um local onde se desenvolve um grande número de conflitos, já que a violência encontra-se presente em todos os cantos do ambiente acadêmico e se dá por vários motivos. A temática em questão trata de um problema a nível universal, ou seja, ocorre em todo o mundo. Vale ressaltar que a escola, enquanto órgão de origem estatal necessita desenvolver estratégias para identificar, prevenir e acabar com o *bullying*, e uma forma de minimizar esse tipo de violência, que há muito tempo vem sendo considerada como parte normal do desenvolvimento dos educandos, somente poderá acontecer mediante a compreensão do problema propriamente dito, e com isso, evitar julgamentos de caráter empírico e/ou emocional.

Este tipo de violência pode ser manifestada de diferentes maneiras como: apelidos não aprovados pelos agredidos, xingamentos, piadas ofensivas, violência física, apropriação de objetos pessoais sem a devida permissão, exclusão do colega do meio escolar em qualquer ambiente interno ou externo da escola (OTELO; YAEGASHI, 2023).

O *bullying* pode ser manifestado em diferentes características e neste quadro será possível observar as diferentes formas de representação.

Quadro 1 – Representações das ações características do *bullying*:

Físico	Socar, chutar e bater
Social	Ignorar, excluir, isolar
Verbal	Insultar, xingar, apelidar pejorativamente

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

Moral	Difamar, caluniar, disseminar rumores
Psicológico	Perseguir, amedrontar, aterrorizar, intimidar, dominar, manipular, chantagear, infernizar
Material	Furtar, roubar, destruir pertences alheios
Sexual	Assediar, induzir, abusar
Virtual (Cyberbullying)	Depreciar, enviar mensagens intrusivas da intimidade, enviar ou adulterar fotos e dados pessoais que resultem em sofrimento ou com intuito de criar sofrimento psicológico ou social

(Adaptado de PEREIRA, 2019).

Como já dito a temática vem sendo estudado por diversos profissionais do mundo e diversas áreas como educacional, social, saúde, dentre outras. A existência desse problema no ambiente escolar remete a prejuízos na autoestima, isolamento social até suicídio. Acredita-se que esse considerável aumento se deve às disfuncionalidades familiares e ao aumento das desigualdades sociais (FANTE, 2005).

Conforme Martins, et al., (2018), um dos métodos preventivo para reduzir o bullying no ambiente escolar, é trabalhar a consciência acerca da temática em: professores, equipe, alunos e familiares, utilizando como intervenções: o treino de habilidades sociais e psicoeducação através de recursos como: filmes, palestras, grupos de discussão, dinâmicas de grupo, teatro, visando desenvolver e reforçar comportamentos adaptativos e de otimismo, com isso, enfrentar de maneira mais eficaz situações desafiadoras no contexto escolar.

Salienta-se que comportamentos inadequados como esses mencionados pelos autores, podem acarretar diversos prejuízos à saúde mental das pessoas que vivenciam experiências no ambiente escolar, podendo levar a cometer atos contra a própria vida e a do outro (OTELO; YAEGASHI, 2023).

Os sinais e sintomas que podem ser observados em alunos alvos de bullying são variados e abrangentes. Além das manifestações físicas como enurese noturna, alterações do sono, cefaleia, dor epigástrica, desmaios, vômitos, dores em extremidades, paralisias e hiperventilação, também podem surgir queixas visuais e sintomas de síndrome do intestino irritável, anorexia e bulimia devido ao estresse emocional. O isolamento social é comum, assim como tentativas de suicídio, irritabilidade, agressividade, ansiedade e perda de memória. Além disso, alguns alunos podem

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

desenvolver histeria, depressão, pânico e relatar sentimentos de medo. A resistência em ir à escola, demonstrações de tristeza, insegurança por estar na escola e mau rendimento escolar são sinais adicionais no comportamento, assim como atos deliberados de auto-agressão (NETO, 2005).

RESULTADOS E DISCUSSÃO

Diante da pesquisa realizada vários autores apresentam estratégias para lidar com o *bullying*, seja ela de forma preventiva ou com intenções. No quadro abaixo será possível observar de forma didática a revisão realizada:

Quadro 2 – Síntese do levantamento e estratégias preventivas para o fenômeno *bullying*:

AUTOR	ANO	PLATAFORMA	RESULTADOS
Menegotto et al	2013	Pepsic	Atividade física no ambiente escolar pode combater a violência.
Zanella et al	2014	Google Acadêmico	Promoção de diálogo sobre medidas antibullying.
Martins et al	2018	SciELO	Psicoeducação; baralho das emoções; treino de habilidades sociais
Coelho	2016	Pepsic	Questionários; dinâmicas; formação de professores sobre técnicas de competências sociais.
Piris et al	2022	SciELO	Utilização de recursos didáticos e tecnológicos, como: podcasts; textos; reuniões on-line e etc.
Ferreira et al	2022	Google Acadêmico	Diálogo para tratar temas como: papel da família, papel da escola e papel do estado.

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

Freire <i>et al</i>	2012	SciELO	A prática da psicologia escolar para resolução de problemas compartilhados.
---------------------	------	--------	---

Fonte: Elaborado pelas autoras.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

Com base na abordagem do fenômeno do *bullying* e nas estratégias propostas para sua prevenção, é evidente que a compreensão desse problema vai além de simplesmente reconhecê-lo como um desafio social. O aluno que pratica o *bullying*, apresenta comportamentos agressivos e prejudiciais, que potencializa danos de maneira significativa a vida de crianças e adolescentes que são vítimas, com consequências que podem persistir na fase adulta. O ambiente escolar, como núcleo de socialização, desempenha um papel importante no desenvolvimento da personalidade do aluno, tornando-se essencial a conscientização desse fenômeno dentro das instituições de ensino. As consequências nas vítimas que sofrem o *bullying* são profundas, variando de problemas de saúde mental, a comportamentos destrutivos, incluindo reprodução de violência e isolamento social.

Portanto, a presente pesquisa identificou por meio de levantamento ações que podem ser utilizadas na prevenção desse fenômeno para minimizar o *bullying* nas escolas. Diante disso, vale acrescentar uma reflexão sobre estratégias eficazes que englobam a educação emocional, o treinamento de habilidades sociais, a resolução de conflitos, a comunicação assertiva, grupos de apoio e a inclusão ativa de pais e professores.

Por fim, vale salientar que, após uma busca minuciosa na plataforma PubMed, não foi possível encontrar o conteúdo desejado de acordo com os marcadores pré-determinados, demonstrando a importância de explorar diversas fontes de informação para obter uma visão abrangente e precisa do tema em questão.

REFERÊNCIAS

CALBO, A. S. et al. **Bullying na escola:** comportamento agressivo, vitimização e conduta pró-social entre pares. Contextos Clínicos. São Leopoldo, v. 2, n. 2, p. 73-80, dez. 2009. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1983-34822009000200001&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 set. 2023.

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

COELHO, M. T. B. F. **Bullying escolar**: revisão sistemática da literatura do período de 2009 a 2014. Rev. Psicopedagogia. São Paulo, v. 33, n. 102, p. 319-330, 2016. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862016000300010&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 09 set. 2023.

FANTE, C. **Fenômeno bullying**: como prevenir a violência nas escolas e educar para a paz. 2. ed. Campinas: Verus, 2005.

FANTE, C. **Bullying em debate**. 1. ed. Campinas: Paulinas, 2018. 176 p.
<https://books.google.com.br/books?hl=pt->

FERREIRA, D. S. P.; SILVA, L. S. **Cenário acadêmico de medidas de prevenção e intervenção à Violência escolar**. Argumentos Pró Educação, Pouso Alegre, v. 7, p. 1-26, 2022. Disponível <<http://ojs.univas.edu.br/index.php/argumentosproeducacao/article/view/973/508>> Acesso em: 11 set. 2023.

FREIRE, A. N.; AIRES, J. S. **A contribuição da psicologia escolar na prevenção e no enfrentamento do Bullying**. Psicologia Escolar e Educacional, v. 16, n. 1, p. 55-60, jan. 2012. Disponível em: <<https://www.scielo.br/pee/a/tvZ37DSGcbZNVQxnshq3DCs/>> Acesso em 11 set. 2023.

LIMA, M. N. D. et al. **Estratégias de intervenção contra a prática do bullying nas escolas**. Laboratório de Psicologia do Esporte e do Exercício- CEFID/UDESC. Ago. 2011. Disponível em: <<https://revista.uninga.br/uninga/article/download/972/635>>. Acesso em 09 set. 2023.

NETO, A. A. L. **Bullying**: comportamento agressivo entre estudantes. Jornal de Pediatria, Rio de Janeiro. 2005. 164 a 172, p. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/jped/a/gvDCjhggsGZCjttLZBZYtVq/?format=pdf&lang=pt>> Acesso em 11 set. 2023.

MAGELA, G. **Temor de violência nas escolas atinge 90% dos brasileiros, aponta Data Senado**. Agência Senado, 04, agos. 2023. Disponível em: <<https://www12.senado.leg.br/noticias/materias/2023/07/04/temor-de-violencia-nas-escolas-atinge-90-dos-brasileiros-aponta-datasenado#:~:text=Pela%20estat%C3%ADstica%2C%20o%20instituto%20projeta,em%20algum%20momento%20da%20vida.>> Acesso em: 11 set. 2023.

MALTA, D. C. et al. **Bullying nas escolas brasileiras**: resultados da Pesquisa Nacional de Saúde do Escolar (PeNSE), 2009. Ciência e saúde coletiva, v.15, p. 3065-3076, out. 2010. Disponível em: <<https://www.scielo.br/j/csc/a/9dkwQDr8XykrNK6hjPXvzS/?format=pdf>>. Acesso em 09 set. 2023.

OLIVEIRA-MENEGOTTO, L. M. De; PASINI, A. I; LEVANDOWSKI, G. **O bullying escolar no Brasil**: uma revisão de artigos científicos. Psicol. teor. prat., São Paulo, v. 15, n. 2, p. 203-215, ago. 2013. Disponível em: <http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1516-36872013000200016&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em 11 set. 2023.

PIRES, J; TESSARO, M; PEDRON, M. **Estratégias de prevenção do bullying escolar**: relato de intervenção com crianças do Ensino Fundamental I. Educ. Teoria Prática, Rio Claro, v. 32, n. 65, e 32, 2022. Disponível em: <http://educa.fcc.org.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S198181062022000100130&lng=pt&nrm=iso>. Acesso em: 11 set. 2023.

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com

ZANELLA, C. L; TREVISOL, M. T. C. **Bullying no contexto escolar**: caracterização e prevenção do fenômeno. Unoesc e Ciência (ACHS), Joaçaba, v. 5, n. 2, p. 203-210, jun./dez. 2014. Disponível em: <<https://periodicos.unoesc.edu.br/achs/article/view/5657>> Acesso em: 11 set. 2023.

¹ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, psianacarolinecorreia@gmail.com;

² Mestra em Psicologia, UNIR - RO, anneapsi13@gmail.com;

³ Especialista em Cognitivo-comportamental, UNIFAFIRE - PE, hs316715@gmail.com;

⁴ Mestra em Gestão Empresarial, UNIFBV - PE, psisandraamorim@gmail.com