

10 sinais de que um aluno pode estar sofrendo bullying



O bullying é um assunto que ganhou as discussões nos últimos anos. O tema deixou de ser tratado como "brincadeira" e hoje é considerado assunto sério, que deve ser discutido e combatido nas escolas.

Uma pesquisa realizada pela [Organização das Nações Unidas \(ONU\)](#) revelou que metade das crianças e jovens do mundo todo já sofreram com algum tipo de bullying. As ofensas costumam ser sobre a aparência física, orientação sexual, etnia ou país de origem. No Brasil, [o problema chega a afetar uma em cada dez crianças](#).

Os jovens passam por agressões físicas e psicológicas, são excluídos de propósito pelos colegas, além de outras humilhações. As situações costumam acontecer mais dentro das escolas, por isso o bullying deve ser tema de combate e conscientização dentro das instituições. Veja como identificar o problema.

10 sinais de que um aluno pode estar sofrendo bullying

No ambiente escolar, podemos identificar alguns grupos envolvidos com o bullying. Há crianças que praticam a violência, crianças que fazem plateia para as humilhações e as crianças que são os alvos.

Identificar esse último perfil é fundamental para que a escola possa intervir e evitar que o problema cause danos ainda maiores. O [comportamento pode variar](#), mas, em geral, a criança apresenta:

1. Desinteresse pela escola

O ambiente escolar se torna hostil, pois a criança sabe que estar naquele local significa que sofrerá com diversos tipos de agressão. Por isso, [a vítima de bullying perde o interesse pela escola](#) e arruma desculpas para faltar, como dores de barriga e de cabeça.

2. Isolamento

A criança acredita que, se não for vista por outras pessoas, não terá as características que motivam

o bullying notadas. Para evitar isso, começa a se isolar, evitando o convívio com outras pessoas, fecha-se em seu quarto, não recebe ou sai com os colegas.

3. Rendimento afetado

O aluno começa a perder o interesse pelas aulas, diminui sua atenção e participação. Em alguns casos, o número de faltas aumenta. Com isso, as notas começam a cair, prejudicando seu rendimento escolar.

4. Queda na autoestima

A autoestima é abalada. O aluno começa a enxergar os defeitos em sua vida e a desvalorizá-la por isso. Passa a se referir com incapaz de realizar algo, com palavras negativas sobre si mesmo e sobre seu futuro.

5. Comportamento alterado

As alterações de humor são frequentes e costumam demonstrar estado de fúria e revolta. A criança age de forma impulsiva e de forma agressiva consigo mesma e com os outros ao seu redor.

6. Choro excessivo

Encontrar a criança aos prantos passa a ser frequente. Geralmente, escondida e aparentemente sem motivo.

7. Cansaço

O aluno está sempre cabisbaixo, apresentando sinais de cansaço.

8. Insônia

O medo de enfrentar o problema é tão frequente que começa a afetar o sono. Pesadelos passam a ser rotineiros na vida do aluno. O sono demora mais para vir e pode fazer até com que ele passe noites em claro.

9. Sinais de agressão

A agressão pode partir dos responsáveis pelo bullying ou do próprio aluno, que passa a se mutilar em ataques de fúria. A agressão pode se apresentar por feridas no corpo, roupas rasgadas, sujas ou sumiço dos pertences do aluno.

10. Falta de apetite

A falta de apetite também se torna frequente. O principal sinal de que algo está errado é quando a criança não sente vontade de comer nem a sua comida preferida.

Outras alterações de comportamento ou problemas com o relacionamento entre os alunos, como brigas e piadinhas frequentes em sala de aula, também podem ajudar a identificar. Normalmente, as ações são feitas em conjunto e costumam ter uma vítima por vez como alvo.

Como reduzir o bullying nas escolas

A escola deve criar um programa de [combate ao bullying](#), com ações que reforcem seu posicionamento, envolvendo pais e alunos em um processo de conscientização.

Crianças reproduzem o comportamento que eles veem em casa. Isso quer dizer que, se os irmãos mais velhos se provocam e brincam de se ofender e não são repreendidos pelos pais, o mais novo vai entender que é aceitável.

Da mesma forma, quando o pai faz uma piada com a característica física de uma pessoa na rua. As famílias, assim como as crianças, devem entender [os riscos que o bullying pode causar para a vida toda dos jovens](#).

1. Reconheça que o bullying está sendo praticado na escola

Por ser um termo relativamente, novo - surgiu e começou a ser discutido em 1999 - o bullying ainda não é tão levado a sério. Alguns gestores, pais e professores tratam a situação como se fosse uma brincadeira de criança. Essa atitude só reforça o comportamento dos agressores e dá aval para que continuem.

A escola deve se posicionar como contrária à prática e criar iniciativas para conscientizar, evitar e punir os responsáveis.

2. Conheça e cumpra a Lei de Combate ao bullying

A [lei federal determina](#) que todas as escolas públicas e privadas do país devem:

assegurar medidas de conscientização, prevenção, diagnose e combate à violência e à intimidação sistemática (bullying).

De acordo com a lei, o bullying é, além de violência física, violência verbal, moral, sexual, social, psicológica, material e virtual. Ações como "comentários sistemáticos e apelidos pejorativos", "grafites depreciativos", "expressões preconceituosas" e "isolamento social consciente e premeditado", estão entre as práticas citadas na lei.

As escolas que não possuem um sistema organizado de ações para prevenir e combater o bullying poderão sofrer processos.

3. Coloque o aluno como agente da mudança

Entender os danos que o bullying pode causar na vida dos colegas parece não ser o interesse de diversos alunos que se divertem com a prática. Por isso, devem ser envolvidos no contexto da mudança.

As rodas de conversa devem se tornar frequentes, para aproximar os alunos e fazer com que eles percebam que todos têm os mesmos medos, angústias e fraquezas.

A escola pode criar programas de auxílio e apoio às vítimas de bullying, colocando os alunos como ouvintes. O contato com histórias diferentes auxilia na conscientização e desenvolvimento do sentimento de empatia.

4. Engaje os professores

Os alunos são mais aptos a identificar casos de bullying em sala de aula. Porém, os professores devem estar atentos para os sinais. Para isso, a [capacitação dos profissionais](#) é fundamental e deve partir da escola. O docente deve ser engajado na causa.

5. Envolver os pais na vida escolar

A participação dos pais é fundamental nesse processo. A observação da criança em casa e a abertura para o diálogo são formas de identificar que o aluno está sendo vítima de bullying.

A escola deve criar ações que envolvam os pais dos agressores de forma acolhedora. A participação e conscientização da família será fundamental para a mudança de comportamento do estudante.

Lidar com o bullying é um processo delicado, mas que deve envolver todos os membros da comunidade escolar. O objetivo é formar um ambiente totalmente seguro e propício para o desenvolvimento do aluno e de suas capacidades.

Leituras recomendadas

[Uso de imagem de alunos e professores: conheça o que diz a lei brasileira e evite problemas](#)

[5 perguntas que você precisa fazer a pais e alunos durante a captação](#)

[Período de matrículas escolares: 7 estratégias para se organizar](#)