
Índice

Introdução	3
O Projeto TABASCO	5
Compêndio de Métodos & Guia	7
Exemplos de práticas anti-bullying	8
Webquests sobre bullying	12
Conclusão	13



Introdução

3

As novas tecnologias e redes sociais disponibilizam, atualmente, uma nova plataforma para ações que se manifestam em comportamentos de cyberbullying que podem ter consequências emocionais para o desenvolvimento e equilíbrio psicológico dos jovens. Apesar de nem todas as ações ocorrerem em tempo escolar, esse contexto é um espaço privilegiado de prevenção e combate a todas as formas de violência e deve ser visto como um espaço de segurança e proteção.

BULLYING

Conjunto de comportamentos agressivos, que ocorre entre pares, de forma intencional e repetida, podendo afetar e causar danos – físicos, verbais, sociais/relacionais, psicológicos e/ou sexuais – a crianças e jovens, envolvidos numa relação de desequilíbrio de poder entre o agressor e a vítima.

CYBERBULLYING

Forma virtual da prática de Bullying. Comportamentos de agressão, ameaça, intimidação ou exclusão com o objetivo de causar dor, vergonha, medo ou desconforto na vítima, através de ações em contexto digital, seja utilizando a Internet ou outros canais.



Baseada numa escola inclusiva, e para abordar a complexidade dos comportamentos, individuais e coletivos, os mecanismos de intervenção em contextos escolares devem basear-se nos princípios da abordagem holística e sistémica. Partindo do pressuposto de que o comportamento de cyberbullying envolve uma complexa teia de relações, este projeto teve por base a abordagem “**whole school whole community, whole child**” (WSCC). O WSCC é uma abordagem abrangente que se dirige a toda a escola, usando recursos e influências de toda a comunidade e servindo para atender às necessidades de toda a comunidade. O modelo WSCC coloca a criança no centro, representando a ideia de que as crianças têm de ser o foco da tomada de decisão; assim, todas as políticas, práticas e programas devem apoiar uma criança saudável, segura, empenhada, apoiada e desafiada. Assim:

- Envolve os professores, os alunos e todo o pessoal da escola
- Promove o comportamento pró-social, juntamente com o combate ao bullying
- Utiliza estratégias multifacetadas e ferramentas didáticas que funcionam em diferentes camadas nos sistemas escolar e comunitário
- Permite seleccionar atividades e componentes que se adequem ao contexto e objetivos de cada escola e que possam ser adaptados às necessidades de cada escola e à idade-alvo dos alunos



O Projeto TABASCO

5

O projeto TABASCO contou com a participação de seis entidades parceiras de diferentes nacionalidades, nomeadamente:

- STICHTING KATHOLIEKE UNIVERSITEIT BRABANT (Holanda)
- EUROPEAN CENTER FOR QUALITY OOD (Bulgária)
- FONDAZIONE HALLGARTEN-FRANCHETTI CENTRO STUDI VILLA MONTESCA (Itália)
- CENTRUM KSZTALCENIA USTAWICZNEGO W SOPOCIE (Polónia)
- AGRUPAMENTO DE ESCOLAS JOSÉ ESTEVÃO (Portugal)
- SCOALA GIMNAZIALA MIHAI DRAGAN (Roménia)

Todas as ferramentas e notícias referentes a este projeto podem ser encontradas numa plataforma online, à qual iremos recorrer ao longo deste documento

<https://www.tabasco-erasmus.eu/crossmediaplatform/>

Para utilizar esta plataforma pode consultar o seguinte vídeo:

<https://www.tabasco-erasmus.eu/crossmediaplatform/video-instruction-for-students-teachers-parents-and-other->



Os principais **objetivos do Projeto TABASCO** são:

- Mostrar aos professores e aos conselhos escolares como detetar abusos online e como apoiar as vítimas jovens;
- Sensibilizar os pais e encarregados de educação para a forma de observar as crianças e jovens nos seus comportamentos e hábitos online para que possam ajudar as suas crianças e jovens a evitar o cyberbullying, bem como o tipo de apoio que podem prestar ou recorrer caso sejam vítimas;
- Sensibilizar os alunos e outros membros da comunidade educativa para as medidas e ferramentas específicas desenvolvidas pelo projeto TABASCO que se revelaram eficazes no combate ao cyberbullying;
- Incentivar os jovens a iniciar e executar um movimento antiviolença que beneficie toda a comunidade.

A **metodologia** que apresentamos disponibiliza **práticas antibullying** **direcionadas a alunos de 9 a 19 anos**. Esses métodos podem ser aplicados por professores e pedagogos, independentemente da disciplina que lecionam.

COMPÊNDIO DE MÉTODOS & GUIA

Na plataforma está disponibilizado um compêndio de estratégias anti-bullying de diferentes tipologias. Neste documento encontra dicas, conselhos e recursos úteis para quem está a tomar iniciativas contra o bullying, bem como várias atividades, descritas com instruções passo-a-passo sobre como serem aplicadas.

Encontra ainda referências transversais a todos os países, bem como um panorama nacional de cada parceiro, quer no que se refere ao conhecimento e prevenção, quer ao nível do apoio e combate, relativamente ao bullying/cyberbullying.

<https://www.tabasco-erasmus.eu/deliverables/>



Exemplos de práticas anti-bullying

T-shirt e Estendal

A atividade proposta é focada na consciencialização e sensibilização para o bullying e cyberbullying, atendendo à acuidade do problema vivido por crianças e jovens.

Os alunos, em equipa, pintam uma camisola com uma mensagem contra a violência entre pares.

8

Duração: 45 minutos + 45 minutos

Passo 1 – Inventariar o nível de consciência individual, selecionar mensagem.

É distribuída uma t-shirt por equipa, na qual é necessário criar uma mensagem anti bullying ou contra a violência entre pares. Criar um esboço. A tarefa induz a discussão sobre forma (eficácia da mensagem) e conteúdo (o que é preocupação e prioridade transmitir).

Passo 2 – Deliberação e decisão sobre o esboço criado.

Passo 3 – Mãos à obra - Os alunos, na sua equipa, pintam a t-shirt.

Passo 4 – Vestir a t-shirt - Sensibilização da Comunidade.

Momento i) Em dia a designar, as camisolas serão vestidas por um dos elementos da equipa.

Momento ii) Os alunos reúnem-se para trocar experiências.

Momento iii) Os alunos vestem a camisola.

Passo 5 – Pendurar a t-shirt – o estendal.

As t-shirts serão penduradas num espaço público comum.

Os alunos revêm-se na exposição pública do que afirmaram e outros rever-se-ão nessas palavras, expressões ou proposições.

Desta atividade resultam camisolas com mensagens anti-bullying que promovem maior sensibilização para o fenómeno do bullying, e refletir sobre o sofrimento da vítima.

História Interativa

Nesta história interativa, crianças e jovens têm a oportunidade de decidir como as histórias continuam e alterar o que acontece.

A atividade proposta é focada em (1) obter conhecimento sobre cyberbullying, (2) aumentar a conscientização e (3) entender que se podem tomar diferentes tipos de ação para combater o cyberbullying.

Este é um método no qual os indivíduos decidem como uma história de bullying continua, o que lhes dá ferramentas para combater o cyberbullying na vida real.

Duração: 10-30 minutos (dependendo da frequência com que se escolhe caminhos diferentes na história)

Passo 1 – Explicar a atividade e direcionar os alunos para a página web

Os alunos são informados de que receberão uma história sobre uma pessoa que sofre bullying on-line e que eles podem decidir como a história continua, escolhendo diferentes movimentos em determinados momentos da história. Eles também são informados de que podem começar a história várias vezes, para que possam fazer escolhas diferentes e ver como isso interfere no enredo.

Passo 2 – Decidir o fluxo da história por conta própria.

Os alunos começam a história e trabalham por conta própria. O professor circula e ajuda quando necessário. Em alternativa, os alunos trabalham em pares, e têm que discutir que ação escolher e porquê.

Passo 3 – Sensibilização do grupo ou turma.

Os alunos discutem no grupo o que fizeram e o que aprenderam. Depois discutir como implementar o que aprenderam no seu próprio grupo

Desta atividade resultam histórias interativas que (1) aumentam o conhecimento sobre bullying, tanto do ponto de vista da vítima quanto do agressor, (2) promovem um sentimento de escolha e de saber que se pode fazer algo sobre o bullying, e (3) aumenta o conhecimento sobre as consequências das suas escolhas.

Refletir sobre comportamentos apropriados/ inapropriados online

Esta atividade permite distinguir entre comportamentos apropriados e inapropriados online, através da produção de bandas desenhada que poderão servir como sensibilização para práticas seguras online.

10

Duração: 90 minutos

Pedir aos alunos que preparem histórias de banda-desenhada de possíveis situações seguras e inseguras online (por exemplo, alguém que nunca conheceu pessoalmente pede uma foto inadequada). Se os alunos acharem difícil pensar em comportamentos inseguros online, seguem abaixo algumas sugestões que pode usar para inspirá-los:

- Postar textos/mensagens maldosas ou ameaçadoras
- Causar constrangimento a outras pessoas ao postar fotos, criar um website ou revelar informações pessoais
- Fingir ser alguém usando o seu nome
- Partilhar o endereço residencial online
- Partilhar o número de telefone com pessoas desconhecidas
- Usar wi-fi público para operações confidenciais (por exemplo, transações financeiras)
- Manter as contas constantemente conectadas (log in) mesmo quando não estão em uso
- Deixar as configurações dos perfis nas redes sociais definidas como públicas
- Usar computadores públicos (por exemplo, na escola, clube de internet, etc.) para fazer login em contas privadas
- Partilhar informações pessoais online com alguém que nunca conheceu pessoalmente
- Postar fotos privadas online sem querer

Fornecer links para websites para desenvolvimento de bandas-desenhadas como [Canva](#), [Pixton](#) e [Storyboard That](#). Esses programas permitem arrastar e soltar caracteres, planos de fundo e balões de fala numa tela digital.



Caixa de Problemas

Esta atividade promove maior reflexão sobre as implicações do bullying e permite que os alunos saibam encontrar soluções quando os problemas aparecem.



Duração: 45 minutos

Os alunos são divididos em grupos de 4 a 5 pessoas. O professor dá a cada grupo um exemplo de uma situação de bullying ou agressão entre pares. De seguida, cada grupo deve pensar sobre o que a vítima, o agressor e/ou a testemunha sentiram, e quais são as possíveis consequências e implicações daquela situação. Devem escrevê-lo num cartão e colocar todos os cartões numa caixa ou saco. Depois os alunos tiram um cartão aleatoriamente e a sua tarefa é encontrar rapidamente soluções possíveis para o problema. Os alunos partilham as suas reflexões sobre formas de lidar com situações de bullying.

No final desta atividade, coletam-se um conjunto de cartões que foram produzidos pelos alunos, com situações de bullying e resolução de problemas, e que refletem estratégias a serem aplicadas em situações de bullying.

Webquests sobre bullying

disponíveis na plataforma TABASCO

<https://www.tabasco-erasmus.eu/webquests/>

12

- Bullying – Consciencialização das práticas e das consequências
- Bullying – E se eu fosse a vítima?
- Violência no namoro em adolescentes
- Proteger a identidade e a reputação online
- Resolução de Conflitos em Comunidades Online
- Cyberbullying
- Sharenting
- Perseguição
- Cyberbullying II
- Cyberbullying (Como as escolas, os professores e os pais devem lidar com o assunto)
- Bullying (Stop bullying, fale sobre o assunto)



Conclusão

Esperamos que esta ferramenta seja útil para todas as partes interessadas e profissionais de educação que trabalhem sobre bullying e cyberbullying, quer na promoção de uma maior consciencialização e prevenção sobre esta problemática, quer numa perspetiva de apoio e combate a situações de bullying, nas diversas formas em que pode ocorrer.

Os vários recursos e atividades disponibilizados na plataforma, devem ser usados de forma flexível, podendo ser usados e adaptados de acordo com as necessidades e especificidades dos grupos e escolas em que estão a ser implementados, bem como de acordo com os objetivos que pretende ver alcançados.

Assim, este material deve ser usado como um orientador e uma ferramenta alternativa para apoiar nas práticas anti-bullying. Os comentários e as dicas aqui incluídos foram escritos com base nas experiências que fomos tendo com estas atividades, podendo diferir consoante a sua própria experiência e realidade.



