



Llywodraeth Cymru
Welsh Government

Desafiar o bullying

Direitos, respeito, igualdade: Diretriz para os pais e encarregados de educação



Portiwgaleg / Portuguese

Direitos, respeito, igualdade: diretriz para os pais e encarregados de educação

Público

Pais/encarregados de educação, famílias, escolas, órgãos diretivos, autoridades locais e organizações que trabalhem com crianças escolarizadas e jovens para ajudar com questões de salvaguarda e bem-estar.

Resumo

Esta diretriz faz parte de uma série de documentos de orientação que facultam informações a todos os envolvidos na prevenção e resolução do bullying nas escolas. Cada documento aconselha um público específico. A presente diretriz dirige-se aos pais/encarregados de educação.

A presente diretriz substitui: Respecting others: anti-bullying guidance (Respeito pelos outros: diretriz anti-bullying) (circulações em 2003 e 2011).

Medidas necessárias

A presente diretriz deverá ser apresentada aos pais/encarregados de educação e familiares de crianças escolarizadas e jovens.

Mais informação

Qualquer questão relativa ao presente documento deve ser direcionada para:

Supporting Achievement and Safeguarding Branch

Support for Learners Division

The Education Directorate

Welsh Government

Cathays Park

Cardiff

CF10 3NQ

E-mail: CCD.SAS@gov.wales

 [@WG_Education](https://twitter.com/WG_Education)

 [Facebook/EducationWales](https://www.facebook.com/EducationWales)

Cópias adicionais

O presente documento pode ser acedido através do sítio Web do Governo do País de Gales em gov.wales/anti-bullying-guidance

Documentos relacionados

Inclusion and pupil support (2016)

Keeping learners safe: The role of local authorities, governing bodies and proprietors of independent schools under the Education Act 2002 (2015)

Thinking positively: Emotional health and well-being in schools and early years settings (Welsh Assembly Government, 2010)

School-based counselling operating toolkit (Welsh Assembly Government, 2011)

Learner Travel (Wales) Measure 2008: All Wales Travel Behaviour Code Statutory Guidance (2017)

Mae'r ddogfen yma hefyd ar gael yn Gymraeg.

Este documento também está disponível em galês.

Índice

Glossário	2
1. Introdução	6
2. O que é o bullying?	8
Definição	8
Tipos de bullying	8
Bullying relacionado com o preconceito	9
3. Quando é que não se trata de bullying	10
4. Como lidar com o bullying	12
Dicas para abordar a questão do bullying com o seu filho	12
Como identificar sinais de que o seu filho está a ser alvo de bullying	13
O que pode fazer para ajudar o seu filho em caso de bullying?	13
Desenvolver a confiança e autoestima do seu filho	14
O que pode ser feito para ajudar o seu filho em caso de bullying online?	15
Lidar com os efeitos de bullying	16
Os seus sentimentos e ações	17
5. O que esperar da escola do seu filho?	18
Obrigações legais	18
Processo de reclamações	18
6. O seu filho pode estar a fazer bullying?	20
Como lidar com o comportamento de bullying do seu filho	20
Anexo22	
Bullying	22
Linhas e serviços de apoio	22
Geral	22
Pais/Encarregados de educação	22
Redes de aconselhamento e apoio	23
Geral	23
Pais/Encarregados de educação	23
Crianças e jovens	23
Outros	23
Questões online	23

Glossário

No âmbito da presente diretriz, definem-se os termos que se seguem.

Alvos

Termo que se refere às crianças e jovens a quem o bullying é direcionado.

Autor

Termo que se refere às crianças e jovens que exibem comportamentos de bullying com os outros.

Bullying online

Termo que descreve todo o bullying que ocorre através das tecnologias, também intitulado de cyberbullying.

Bullying relacionado com o preconceito

Termo que indica qualquer forma de bullying relacionado com as características consideradas como parte da identidade de uma pessoa ou reconhecidas como identitárias de um grupo. O bullying relacionado com o preconceito inclui as características protegidas mas pode e vai mais além, podendo conduzir a situações de bullying por vários outros motivos, nomeadamente o contexto e estatuto social.

Características protegidas

Ao abrigo da Equality Act de 2010, é ilegal a discriminação contra uma pessoa por motivos de idade, deficiência, mudança de sexo, casamento e parceria civil, gravidez e maternidade, raça, religião ou crença, sexo, orientação sexual.

Crianças e jovens

Pessoas com menos de 18 anos, de acordo com a definição de “children” (crianças) da Children Act de 1989.

Crime de ódio

Termo que pode ser utilizado para descrever vários comportamentos criminosos em que o autor é motivado pela hostilidade ou demonstra hostilidade para com uma característica do seu alvo, nomeadamente a sua deficiência, raça, religião, orientação sexual ou identidade de género. Um crime de ódio pode incluir abuso verbal, intimidação, ameaças, assédio, ataques e bullying, bem como danos a propriedade. O autor do crime pode ser um amigo, um cuidador ou um conhecido que explora a sua relação com o alvo para benefício financeiro ou outra finalidade criminosa.

Deficiência e pessoa com deficiência

Uma pessoa tem uma deficiência se (a) tiver uma incapacidade física ou mental e (b) a incapacidade tiver um efeito adverso substancial e a longo prazo na capacidade da pessoa em executar atividades normais do quotidiano. Uma referência a uma pessoa com deficiência é uma referência a uma pessoa que tem uma deficiência (secção 6 da Equality Act de 2010)

Escola

Instituição educativa que esteja fora do setor de formação complementar e do setor de ensino superior, e que forneça

- educação primária
- educação secundária
- educação primária e secundária

independentemente de a instituição também facultar ensino em part-time adequado aos requisitos de aprendentes juniores ou formação complementar.

Espectador

Uma pessoa que está presente, online ou offline, numa situação ou incidente de bullying mas não “participa”.

Género

Termo muitas vezes utilizado para indicar se a identidade da pessoa é feminina, masculina ou não-binária (ver identidade de género). Pode ainda ser usado de forma mais alargada para indicar a forma como as forças sociais e culturais criam diferenças e desigualdades entre mulheres, homens e não-binários, nomeadamente através de normas sociais, papéis de género e estereótipos de género.

Identidade de género

Termo que se refere ao sentido interior da pessoa relativamente ao seu género, seja masculino, feminino ou outro (p. ex. não-binário). A identidade de género da pessoa nem sempre está alinhada com o sexo com que nasceram (ver transgénero/trans).

Necessidades de aprendizagem adicionais (NAA)

Uma dificuldade ou incapacidade de aprendizagem (quer resulte de um problema médico ou outro) que exija disposições suplementares de aprendizagem (secção 2 da Additional Learning Needs and Educational Tribunal (Wales) Act de 2018.)

Orientação sexual

Termo que descreve a atração sexual, romântica ou emocional de uma pessoa por outra. As pessoas podem usar os termos heterossexual, gay, bissexual/bi, lésbica para descreverem a sua orientação sexual.

Raça

Inclui cor, nacionalidade e origem nacional ou étnica (secção 9 da Equality Act de 2010).

Sexo

Atribuído a uma pessoa com base nas suas características sexuais primárias (genitais) e funções reprodutoras. Por vezes, a identidade de género de uma pessoa não corresponde ao sexo com que nasceu (ver transgénero/trans). Por vezes, o termo “sexo” e “género” são utilizados de forma permutável para indicar se alguém é feminino, masculino ou não-binário.

Transgénero/trans

Termo geral que descreve as pessoas cujo género não corresponde, ou não se adequa confortavelmente, ao sexo que lhes foi atribuído à nascença.

Trolado

Gíria da Internet relacionada com o ato deliberado de fazer comentários aleatórios e não solicitados, muitas vezes controversos. Tal é conseguido através de vários fóruns na Internet com o objetivo de provocar a reação emocional de leitores desavisados para que iniciem uma discussão ou briga.

Introdução

- 1.1 Os pais/encarregados de educação têm o papel de ajudar os filhos a aprender a compreender e a lidar com os aspetos positivos e negativos das amizades e da socialização, tanto online com offline. Pode ajudar o seu filho a manter-se seguro e feliz e a tratar os outros com respeito e amabilidade. Muitas vezes é o primeiro a notar se o seu filho estiver estranho, infeliz ou parecer agressivo.
- 1.2 Os pais/encarregados de educação podem sentir várias emoções ao descobrirem que o seu filho está a ser alvo de bullying ou autor destes atos. Podem sentir-se transtornados, zangados, tristes e culpados, mas é importante lembrar que existe saída.
- 1.3 Esperamos que os pais/encarregados de educação e os seus filhos trabalhem com as autoridades locais e as escolas para evitar e desafiar o bullying.
- 1.4 O objetivo desta diretriz é clarificar o bullying junto dos pais/encarregados de educação. Explica o que é e o que não é bullying, como identificar sinais de bullying, que medidas se podem adotar para lidar com o bullying, direitos e responsabilidades de comportamentos aceitáveis para ajudar a evitar o bullying e onde encontrar mais ajuda e apoio em caso de bullying.
- 1.5 Esta faz parte de uma série de diretrizes. Os outros documentos da série estão direcionados para órgãos diretivos de escolas subsidiadas, autoridades locais, crianças e jovens.
- 1.6 A série de diretrizes vem acompanhada de um conjunto de ferramentas online com recursos para apoiar a implementação das mesmas a nível operativo. O seguinte símbolo é utilizado nesta diretriz para indicar que existem recursos disponíveis no conjunto de ferramentas:



hwb.gov.wales/playlists/view/1e5b98ee-c74c-4b58-869a-048dff02f5f5/en/1



O que é o bullying?

Definição

- 2.1 Não existe definição legal de bullying no País de Gales nem na Grã-bretanha. Por isso, a definição usada nesta diretriz foi desenvolvida a partir dos princípios amplamente utilizados e estabelecidos no Reino Unido desde 1993.
- 2.2 No âmbito da presente diretriz, define-se bullying como:

Comportamento de um indivíduo ou grupo, repetido durante algum tempo, que magoe intencionalmente terceiros a nível físico ou emocional.

- 2.3 O bullying é uma forma de comportamento inaceitável, mas nem todo o comportamento inaceitável é bullying. O bullying é normalmente caracterizado por três elementos principais e pode ocorrer pessoalmente ou online.
- É um comportamento ofensivo intencional ou deliberado.
 - Repete-se ao longo de um período de tempo.
 - A pessoa ou pessoas alvo de bullying sentem-se incapazes de se defenderem.

Tipos de bullying

- 2.4 O bullying pode adotar muitas formas, nomeadamente:
- chamar nomes feios, chatear, troçar, ameaçar ou colocar alguém para baixo
 - bater, pontapear, socar, fazer tropeçar ou empurrar
 - roubar os pertences ou danificá-los propositadamente
 - espalhar rumores deliberadamente ou fazer intrigas
 - excluir, isolar ou deixar de lado
 - forçar a fazer algo que a pessoa não quer fazer ou que sabe que é errado.
- 2.5 O bullying online é um comportamento de bullying exercido através de tecnologias como telemóveis/smartphones ou a Internet. Pode incluir:
- material danoso, embaraçoso ou ameaçador publicado online (p. ex. nas redes sociais)
 - mensagens desagradáveis por SMS, e-mail ou através de outros sítios Web ou aplicações
 - a exclusão de um jogo online ou fórum
 - perfis falsos numa rede social para troçar das outras pessoas
 - uso indevido de imagens íntimas explícitas da pessoa-alvo (o alvo).

Bullying relacionado com o preconceito

- 2.6 O bullying relacionado com o preconceito é um tipo de bullying focado naquilo que é diferente relativamente à identidade de uma pessoa. Pode ser direcionado a uma pessoa ou a um grupo inteiro de pessoas por serem consideradas diferentes, seja isso verdade ou não. Esta atitude é conhecida como preconceito.
- 2.7 O bullying relacionado com o preconceito envolve aspetos da identidade de uma pessoa, nomeadamente:
- raça
 - religião ou crenças
 - contexto familiar ou cultural
 - deficiência
 - identidade de género - o aspeto de alguém ou como age
 - orientação sexual - se alguém é heterossexual, homossexual ou bissexual (por quem se sente atraído)
 - sexo - devido ao género de uma pessoa (muitas vezes na forma de assédio).



Quando é que não se trata de bullying?

- 3.1 Os seguintes exemplos são exemplos de comportamento inaceitável mas não são exemplos de bullying:
- um desentendimento ou “zanga”
 - uma discussão ou briga esporádica
 - problemas de relacionamento em que as crianças ou jovens precisam de aprender a entender-se
 - alguém ser “mau” com atos ou palavras desagradáveis ou desrespeitosas
- 3.2 Todo o comportamento inaceitável deve ser resolvido, seja ou não bullying. O governo galês espera que as escolas considerem medidas apropriadas para lidar com todo o comportamento inaceitável, quer seja bullying ou não. Se sentir que a escola não está a fazê-lo nem a resolver o problema, deve expressar as suas preocupações junto da escola. Encontrará mais à frente nesta diretriz aconselhamento sobre como comunicar com a escola.



Como lidar com o bullying

Dicas para abordar a questão do bullying com o seu filho



hwb.gov.wales/playlists/view/1e5b98ee-c74c-4b58-869a-048dff02f5f5/en/

- 4.1** Se achar que o seu filho está a ser alvo de bullying, poderá ser útil fazer as seguintes perguntas.
- Como foi a escola hoje?
 - O que fizeste hoje na escola?
 - Com quem brincaste/estiveste?
 - A que brincaste/o que fizeste?
 - Divertiste-te?
 - Gostavas de ter brincado/estado com mais alguém?
 - Gostavas de ter brincado a/feito outra coisa?
 - O que fizeste no intervalo/na hora do almoço?
 - Há alguém de quem não gostes na escola? Porquê?
 - Estás contente por voltar à escola amanhã?
- 4.2** Faça perguntas que sejam relevantes para o seu filho. O tipo de perguntas e a forma como as coloca dependerá da idade do seu filho, do seu nível de entendimento e do seu estado de humor.
- 4.3** Nem todas as crianças e jovens têm facilidade em dizer que são alvo de bullying. Se o seu filho não gosta de falar de sentimentos ou tem problemas comunicativos, pode:
- usar brinquedos, fantoches ou animais, por exemplo o animal de estimação da família, para encorajar a criança a falar. O seu filho pode sentir-se mais confortável a falar com algo que não reage ou responde ao que se está a passar
 - pedir ao seu filho que faça um desenho de como se sente ou do que tem andado a fazer
 - usar escalas para classificar os sentimentos do seu filho em diferentes momentos do dia
 - usar imagens de rostos ou emojis com diferentes expressões para explicar os sentimentos
 - usar alertas visuais como imagens em livros ou personagens de filmes ou programas televisivos para descreverem como se sentem
 - usar música para ajudar o seu filho a expressar como se sente.

Como identificar sinais de que o seu filho está a ser alvo de bullying

- 4.4** O seu filho pode dizer-lhe diretamente que está a ser alvo de bullying mas, caso não o faça, poderá estar atento a outros sinais indicativos desta situação:
- vir para casa com a roupa ou a mochila danificadas
 - “perder” os seus bens
 - vir para casa com feridas
 - relutância em ir para a escola ou participar em atividades de grupo de que anteriormente gostava
 - dificuldade em dormir
 - alterações de comportamento - perda de apetite, xixi na cama
 - alterações visíveis no humor - alheio, deprimido, zangado, choroso, transtornado, ansioso ou infeliz
 - querer mudar a viagem/rota/tempo de viagem para a escola
 - querer mudar de escola
- 4.5** Todavia, é importante compreender que podem existir outros motivos para estes sinais, pelo que tente não tirar conclusões precipitadas. Pergunte-se:
- houve outras alterações na escola, por exemplo mudou de escola ou de turma ou algum amigo foi para fora?
 - houve alguma alteração em casa, por exemplo a chegada de um bebé, um divórcio ou separação, um novo relacionamento ou a morte de um familiar ou animal de estimação?
 - a alteração de comportamento ou humor pode estar relacionada com a puberdade ou o crescimento em geral?
- 4.6** Se não se verificaram alterações e duvida que a puberdade seja a causa, e se suspeitar que o bullying poderá ser o motivo do transtorno, é importante resolver a questão assim que possível.

O que pode fazer para ajudar o seu filho em caso de bullying?

- Descanse o seu filho e explique que este não tem culpa. Ainda existe algum estigma relativamente ao bullying e algumas crianças e jovens sentem que são responsáveis. Lembre-o de que muitas celebridades e pessoas famosas também foram alvo de bullying. Bullying não tem nada a ver com ser fraco. Ter comportamentos de bullying não tem nada a ver com ser forte.
- Encoraje o seu filho a tentar parecer confiante - mesmo que não o sinta. Quando as pessoas exercem bullying sobre os outros, normalmente é porque esperam uma reação ou porque querem causar transtorno. Se o seu filho der a impressão de não se incomodar, normalmente torna-se aborrecido para a pessoa que exerce o bullying, e é mais provável que pare.

- Pode ajudar se encorajar o seu filho a analisar uma situação e explorar em que medida poderia ter sido tratada de forma diferente para conseguir um resultado mais positivo. Este processo é uma boa forma de refletir sobre o que se passou, o sentimento resultante e o resultado. Explorar escolhas de ações ou sentimentos alternativos pode ajudar a mudar o resultado de um cenário semelhante no futuro.
- Poderá ser útil ensaiar diversas possibilidades em casa para ajudar o seu filho a sentir-se melhor preparado para gerir as situações desafiantes que tiver de enfrentar. Também poderá ajudar a criança a sentir-se mais capacitada para aguentar e recuperar rapidamente de situações difíceis - desenvolvendo a sua resiliência.
- Ensine o seu filho a ser assertivo e a praticar dizer “Não” com intenção. Será especialmente útil se alguém estiver a tentar forçá-lo a fazer algo.
- Dedique-se a compreender a política anti-bullying da escola e com quem poderá falar sobre qualquer preocupação que possa ter, no caso de existir ou persistir uma situação de bullying.
- Descubra grupos ou clubes para a hora do almoço que possam ser do interesse do seu filho, onde esteja semi-supervisionado e possa conviver com outras crianças e jovens caso considere o recreio ou outras áreas menos supervisionadas intimidantes.

Desenvolver a confiança e autoestima do seu filho

4.7 Para desenvolver a confiança e a autoestima do seu filho, pode:

- Concentrar-se nos pontos fortes do seu filho. Elogiar e encorajar as coisas positivas que faz, sobretudo quando são coisas novas.
- Iniciar amizades fora da escola ou com familiares, para que o seu filho esteja exposto a exemplos de amizades positivas. Dar ao seu filho oportunidades para desenvolver relações positivas fora da escola pode ajudar nas relações dentro da escola.
- Desenvolver competências e experimentar outras atividades, como um desporto ou arte, pode trazer confiança à criança ou jovem. Pode ser qualquer coisa, desde trepar a uma árvore a uma nova competência digital.
- Ajudar o seu filho a aprender a partilhar, a pensar no que pode fazer pelos outros, a oferecer ajuda e a pedir ajuda.
- Dar-lhe oportunidades para aprender a tomar decisões no seio familiar, assumir responsabilidades e sentir-se empoderado.
- Ensinar o seu filho que perder em qualquer tipo de jogo, desporto ou atividade nem sempre é mau. Nem todos podem ganhar sempre.
- Descansar o seu filho e explicar que não ser bom em algo faz parte da vida - não faz dele um falhado. Explique que não podemos ser bons a tudo. Ajude-o a descobrir os seus pontos fortes. Ajude-o a descobrir que todos continuamos a aprender, mesmo enquanto adultos, e que a aprendizagem muitas vezes surge dos erros que cometemos.

O que pode ser feito para ajudar o seu filho em caso de bullying online?

- Se o seu filho tiver recebido uma mensagem online abusiva ou desagradável, pode bloquear o remetente, guardar as provas e comunicar à escola. Se o incidente violar os termos e condições do serviço em que ocorreu, também pode ser comunicado através do processo de denúncias desse serviço ou aplicação.
- O bullying online pode fazer com que a criança esteja sempre a ver o telemóvel/ smartphone ou tablet/computador. Ao limitar a quantidade de tempo que o seu filho pode usar o aparelho pode reduzir o tempo de exposição ao bullying online.
- Também deverá estar atento a webcams que o seu filho possa estar a utilizar. A possibilidade de um público alargado pode significar que o bullying online é ainda mais humilhante e isolador do que o bullying offline. A maior parte do bullying online é feito por pessoas que o seu filho provavelmente conhece, normalmente colegas de turma. Porém, é possível que através de jogos ou outros fóruns online o seu filho seja alvo de bullying ou troladas de estranhos.

4.8 As crianças e jovens que são alvo de bullying podem procurar outras amizades; online é possível falarem com um grande número de pessoas. Esteja atento; se o seu filho estiver infeliz poderá procurar online aconselhamento, amor, amizade e afirmação. É possível obter um excelente aconselhamento e apoio online para as questões que o preocupam, mas existe o risco de obter aconselhamentos nocivos ou desenvolver relações perigosas.

4.9 Se o seu filho for afetado ou estiver envolvido em bullying online, poderá sentir-se tentado a retirar-lhe o telemóvel/smartphone ou o acesso a serviços online como as redes sociais; contudo, o seu filho poderá sentir-se ainda mais alheado ou isolado dessa forma. Em vez de remover a tecnologia do seu filho, pode:

- ajudá-lo a aprender a estar seguro online e aprendê-lo para si próprio também
- criar filtros apropriados nos dispositivos que o seu filho utiliza
- limitar o tempo de utilização ou acesso aos telefones e serviços online
- lembrá-lo de que pode bloquear utilizadores, guardar as provas e comunicar o conteúdo aos fornecedores de serviços online e/ou à escola
- encorajar o seu filho a apoiar algum amigo que esteja a ser alvo de bullying, garantindo que não gosta, partilha ou comenta nenhuma mensagem ou imagem cruel ou de bullying.

Lidar com os efeitos de bullying

- 4.10** Os pais/encarregados de educação não gostam de pensar que o seu filho está envolvido ou afetado por uma situação de bullying. Todavia, na realidade, mais de metade de todas as crianças e jovens estão envolvidos ou afetados pelo bullying - como autores, alvos ou testemunhas e espetadores. Tendo este facto em conta, há fortes probabilidades de que terá de lidar com o bullying em algum momento.
- 4.11** Poderá ajudar falar sobre como, por vezes, o bullying acontece, e perguntar ao seu filho se já viu algum comportamento semelhante. Torne claro que estará sempre pronto a ajudar, se alguma vez o seu filho precisar. Poderá não ser nesse dia, mas o seu filho saberá que está lá para ele se ele quiser falar sobre o assunto.
- 4.12** Tente não estar “demasiado atarefado” ou parecer ter muito com que lidar ao ponto de o seu filho não lhe contar as coisas por receio de estar a trazer mais peso para si. Algumas crianças e jovens estão muito cientes do stress dos pais/encarregados de educação, podendo reagir guardando para si as preocupações por acreditarem que devem “aprender a lidar com as coisas sozinhos”.
- 4.13** Deixe claro que o seu filho pode sempre vir falar consigo e que juntos podem analisar a melhor forma de resolver a questão. Se o seu filho lhe contar algum incidente, tente não se mostrar perturbado com o que ouviu. Mantenha a calma. As crianças e jovens podem achar que é por culpa deles que os pais/encarregados de educação ficaram perturbados. Tente ouvir o seu filho sem se zangar nem perturbar. Tente deixar os seus sentimentos de lado, sentar-se e ativamente ouvir o que o seu filho está a contar.
- Quando o seu filho terminar, repita o que ele lhe disse. Assim mostrará que compreendeu o que ele disse e permite-lhe corrigir alguma informação, caso seja necessário.
 - Pergunte ao seu filho como ele quer avançar. Deste modo, a criança sentir-se-á incluída nas decisões, assumirá a responsabilidade de lidar com o assunto e sentir-se-á empoderada.
- 4.14** É natural sentir-se zangado, culpado, ansioso e transtornado, mas mostrar essas emoções negativas ao seu filho não vai ajudar a situação nem vai descansá-lo. Eis o que pode fazer para controlar a sua resposta:
- concentre-se na respiração - abrande e respire mais prolongadamente
 - responda, não reaja - conte até dez antes de dizer o que está a pensar, caso não se sinta calmo.

Os seus sentimentos e ações

4.15 Muitos pais/encarregados de educação sentem várias emoções quando descobrem que o seu filho está a sofrer bullying. É importante tentar manter a calma e não reagir de forma a piorar a situação. Tente lembrar-se de que há solução e pode adotar medidas positivas para ajudar o seu filho:

- fale de como se sente, talvez com familiares ou amigos
- lembre-se, não está sozinho e a situação pode ser resolvida - mantenha-se positivo
- pense numa altura em que tenha sentido raiva ou ansiedade a lidar com uma situação e se ajudou em alguma coisa. Se não ajudou, pense nas medidas positivas que adotou ou podia ter adotado para ajudar a lidar com a situação de outra forma
- procure ajuda e aconselhamento para lidar com a situação de grupos de apoio locais e organizações anti-bullying (encontrará alguns exemplos no anexo a esta diretriz).



O que esperar da escola do seu filho?

Obrigações legais

- 5.1 As escolas têm a responsabilidade de proteger todos os aprendentes e proporcionar um ambiente seguro e saudável.
- 5.2 A Equality Act de 2010 confere às escolas a obrigação de eliminar a discriminação, o assédio e a vitimização, fomentar a igualdade de oportunidades entre as pessoas que partilham uma característica protegida e as pessoas que não partilham, e promover um bom relacionamento entre as pessoas que partilham um característica protegida e as pessoas que não partilham.
- 5.3 A Education Act de 2002 confere às escolas subsidiadas e às autoridades locais a obrigação legal de salvaguardar e promover o bem-estar de crianças e jovens.
- 5.4 A Education and Inspections Act de 2006 requer que o diretor de uma escola subsidiada determine medidas que fomentem o bom comportamento e respeito pelos outros, prevenindo qualquer forma de bullying entre os aprendentes.
- 5.5 A Learner Travel (Wales) Measure de 2008 requer que o diretor de uma escola subsidiada cumpra o código de conduta de deslocamento elaborado pelos ministros de Gales.

Processo de reclamações

- 5.6 Por lei, todas as escolas têm de ter uma política de conduta escolar. Esperamos que as escolas também tenham uma política anti-bullying que defina a forma como tratará casos de bullying na escola. A política anti-bullying da escola do seu filho ou a política de conduta escolar devem estipular as etapas de comunicação de uma preocupação relacionada com o bullying. Essas políticas deverão estar disponíveis no sítio Web da escola ou poderá solicitar uma cópia diretamente junto da escola.
- 5.7 Terá de consultar a política da escola do seu filho para obter os detalhes específicos das etapas de comunicação, mas deixamos em seguida as etapas, em termos gerais, que terá de seguir por escrito. Deverá seguir todos os passos por ordem, dando à escola um tempo e oportunidade adequados para adotar medidas que resolvam a situação, com tempo para que possam surtir efeito. Poderá não ser possível resolver completamente a situação no imediato, mas deverá sentir-se confiante em como estão a ser tomadas medidas atempadas; caso contrário, deverá passar para a próxima etapa do processo.

Etapa 1 – comunicar a situação ao professor da turma/coordenador/diretor de turma

Etapa 2 – comunicar a situação ao diretor

Etapa 3 – comunicar a situação à entidade administrativa da escola

Etapa 4 – comunicar a situação à autoridade local

- 5.8** Em todas as etapas, faça um diário ou registo de eventos de todos os contactos que tiver feito e recebido, anotando:
- com quem falou
 - como os contactou (p. ex. por telefone, e-mail, pessoalmente, etc.)
 - quando (data/hora)
 - que medidas foram acordadas e quem está responsável por elas.
- 5.9** Nota: Não deve ir para as redes sociais queixar-se da escola nem insultar, ofender ou ameaçar os funcionários. Poderá fazer ainda pior e não resolverá o problema. Lembre-se de que as escolas têm a responsabilidade de cuidar dos seus próprios funcionários tanto quanto do seu filho. Em casos graves, a escola pode tomar medidas legais ou outras contra si, caso ameace os funcionários.
- 5.10** Também não deverá fazer justiça pelas próprias mãos e tentar abordar as outras crianças ou jovens envolvidos no incidente ou as suas famílias, seja pessoalmente ou através das redes sociais ou outras plataformas online.



O seu filho pode estar a fazer bullying?

- 6.1 Poderá ser difícil para os pais/encarregados de educação aceitarem que o filho está a fazer bullying, embora seja um comportamento humano comum.
- 6.2 Existem vários motivos que levam o seu filho a exercer bullying sobre terceiros, nomeadamente os que indicamos em seguida.
- Os humanos tendem naturalmente a agrupar-se, procurando familiaridade, e são atraídos para os mais fortes ou populares, muitas vezes abandonando ou virando-se contra os que são considerados mais fracos ou diferentes. É por isso que é tão importante ensinar ao seu filho desde logo a importância do respeito, diversidade, tolerância, aceitação e bondade.
 - Se o seu filho estiver a ser alvo de bullying, isso não implica que não possa ser autor de bullying com outra pessoa; pode estar a copiar comportamentos e a libertar as suas frustrações. O seu filho pode ter considerado que fazer bullying é uma forma de evitar que lho façam a si.
 - O seu filho pode apresentar comportamentos de bullying devido a uma necessidade ou dificuldade que tenha, p. ex. uma dificuldade de comportamento.
 - O seu filho pode apresentar comportamentos de bullying por ter um nível de tolerância à dor elevado, não percebendo como está a “brincar” de forma bruta ou agressiva.
- 6.3 Se o seu filho se portar mal, reagir de forma negativa ou demonstrar comportamentos de bullying, a escola poderá responder com sanções. Essas sanções devem vir estipuladas na política de conduta e/ou na política de anti-bullying da escola. Se o seu filho tiver alguma necessidade adicional de aprendizagem, o plano que define o apoio educativo que vai receber (p. ex. o seu plano de desenvolvimento individual, a declaração ou o plano educativo individual) poderá definir a forma como a escola lida com o seu comportamento, e a escola deve considerá-lo ao responder ao seu comportamento negativo.

Como lidar com o comportamento de bullying do seu filho

- 6.4 O bullying é um termo altamente emotivo, muitas vezes causando sentimentos negativos como a raiva, a ansiedade, o medo, o nojo e a vergonha tanto para a criança/jovem como para as suas famílias. Ninguém quer ouvir dizer que o seu filho é alvo ou autor de bullying; todavia, se acontecer, é muito importante focar as reações ou a desaprovação no comportamento e não na criança. Fazer bullying é errado e esse comportamento negativo tem de terminar, mas o comportamento negativo não faz da criança uma pessoa má.
- 6.5 Chamar a criança de “bully” é rotulá-la a ela e não ao comportamento. Se fizer isto, estará a sugerir que ser “bully” é tudo o que a criança é, em vez de apontar o comportamento inaceitável. A questão não é com a criança mas com a forma como esta se comportou. Rotular a criança e envergonhá-la enquanto pessoa provavelmente conduzirá a uma defesa por parte da mesma, evitando abrir-se ou reconhecer que as suas ações estão erradas. É mais eficaz ajudá-la a compreender que o comportamento é inaceitável e explicar o impacto que tem sobre os outros. Um trabalho conjunto com a criança, ajudando-a a compreender o que fez e pensar em formas de remediar as coisas, provavelmente será a forma mais eficaz para interromper o bullying.



Anexo

Bullying

Bullies Out – Mentores oferecem apoio online, e-mail mentorsonline@bulliesout.com. Associação caritativa anti-bullying de Gales que trabalha com indivíduos, escolas, colégios e jovens, bem como em contextos comunitários www.bulliesout.com

Anti-Bullying Alliance – Informação para escolas, pais/encarregados de educação e jovens sobre todos os aspetos do bullying. www.anti-bullyingalliance.org.uk

Kidscape – Associação caritativa que dá formação e workshops a crianças e jovens que foram alvo de bullying. www.kidscape.org.uk

The Diana Award – Embaixadores jovens com formação para ajudar outros. www.antibullyingpro.com/

Linhas e serviços de apoio

Geral

Samaritans – www.samaritans.org – 116 123 chamada gratuita. Linha no idioma galês: 0808 164 0123 chamada gratuita (ver no sítio Web o horário de atendimento da linha), e-mail, conversa chat e outros serviços disponíveis

Rethink – www.rethink.org/help-in-your-area/support-groups/ 0300 500 0927
Aconselhamento e informação para pessoas com problemas de saúde mental

Mencap Cymru – wales.mencap.org.uk/cy Linha de atendimento, de segunda a sexta-feira, das 9h00 às 17h00 0808 8000 300

Meic – www.meiccymru.org/cym – Informação, aconselhamento e representação de crianças e jovens

Childline – www.childline.org.uk Tel.: 0800 1111

Kooth – www.kooth.com – Serviço de aconselhamento

CALL – www.callhelpline.org.uk/DefaultW.asp? – C.A.L.L. (linha comunitária de apoio e aconselhamento)

Pais/Encarregados de educação

Family Lives – Family lives: linha confidencial de apoio de fóruns para pais/encarregados de educação – 0808 800 2222

ParentZone – Apoio e aconselhamento para pais/encarregados de educação www.parentzone.org.uk

YoungMinds – www.youngminds.org.uk Saúde mental de jovens. Linha de apoio para os pais – 0808 802 5544

Redes de aconselhamento e apoio

Geral

Internet Watch Foundation – www.iwf.org.uk Denúncia de imagens ilegais de crianças

Victim Support – Denuncie crimes de ódio no País de Gales
www.reporthathe.victimsupport.org.uk/cy/cartref/

CEOP – www.ceop.police.uk Em caso de suspeita de exploração ou abuso sexual de menores

NSPCC – www.nspcc.org.uk Se achar que uma criança está em perigo imediato, não perca tempo - ligue para a polícia através do 999, ou ligue para nós através do 0808 800 5000

Mental Health Matters Wales – www.mhmbcb.com/

Pais/Encarregados de educação

Internet Matters – Aconselhamento com questões online para pais/encarregados de educação e para crianças e jovens. www.internetmatters.org.uk

Crianças e jovens

Heads Above The Waves – Apoio para crianças e jovens que sofram de depressão e automutilação.
<http://hatw.co.uk/straight-up-advice/>

Outro

School Beat – Programa central de interligação entre as escolas do País de Gales.
www.schoolbeat.org/en/parents/know-the-programme/national-events/what-is-the-all-wales-school-liaison-core-programme/

Children in Wales – Entidade nacional de cúpula para organizações e indivíduos dos setores de voluntariado, estatutário e profissional que trabalhem com crianças, jovens e famílias no País de Gales, ajudando a garantir que têm uma voz.
www.childreninwales.org.uk/our-work/bullying/

Children's Commissioner for Wales – Fala pelas crianças e jovens de Gales em questões importantes, apoiando-os na busca dos seus direitos ao abrigo dos Direitos da Criança. Leva os órgãos públicos a assumirem as suas responsabilidades para com as crianças e jovens.
www.childcomwales.org.uk/

Time to Change Wales – www.timetochangewales.org.uk/en/mental-health-stigma/young-people/wecanwewill/ Campanha #WeCanWeWill para jovens que pretende mudar as atitudes relativamente à saúde mental, acabando com o estigma e a discriminação

Questões online

Childnet International – Todos os aspetos da segurança online www.childnet.com