

Bullying: causa, consequência e possíveis soluções

Todo e qualquer problema para ser combatido, antes deve ser identificado, com o bullying não é diferente. Depende de nós pais, educadores e sociedade em geral ajudar a combater este mal.

29/08/2016 13:15:17

Em uma única semana, estudantes do Paraná confessaram que assassinaram um colega de classe por terem sofrido bullying e um adolescente russo, de 17 anos morreu dentro de uma sala de aula, na frente dos colegas, durante uma sessão de bullying homofóbico. Essas notícias dão uma dimensão da gravidade do assunto no mundo todo e de como é importante entender e combater essa prática. A agressividade contra o que é considerado diferente e a intolerância latente vêm transformando crianças e adolescentes e alvos e vítimas em potencial.

Estamos falando de tortura física e psicológica, de pessoas que são xingadas e apanham sem entender o motivo, enquanto outros acham graça da situação. Em muitos casos, professores e funcionários das escolas não sabem como agir e assistem a tudo isso passivamente. O bullying mostra toda a brutalidade que pode ser cometida em uma fase em que as pessoas ainda estão formando sua personalidade e seu caráter.

E não é porque determinado caso não termina em violência física ou em mortes trágicas como os mencionados acima, que ele deixa de ser grave. Veja, por exemplo, a história do garoto de 4 anos que cortou os cabelos porque não queria mais ser chamado de menina pelos colegas da escola. Os aspectos físicos como a altura, o peso, a cor da pele ou o tipo de cabelo viram armas psicológicas para quem usa o bullying para atormentar a vida dos colegas

Como reconhecer quando a criança está sofrendo bullying?

Lidar com críticas constantes ao seu corpo ou as suas atitudes, principalmente em uma fase cheia de inseguranças, não é fácil. Ataques preconceituosos transformam crianças alegres em seres tímidos e isolados. Muitas vezes os pais não percebem o problema logo de cara ou não identificam a causa.

A falta de diálogo sobre o tema prejudica ainda mais a questão. Para combater os efeitos da violência psicológica intencional, é preciso falar sobre ela e ver seus sinais. O bullying é doloroso e

cruel e nem sempre é fácil compartilhar o problema.

Para identificar e combater casos de bullying primeiro é preciso não enxergar as perseguições como brincadeira e saber que as consequências podem ser sérias. As vítimas podem desenvolver sérios problemas de autoestima e grandes dificuldades para confiar nas pessoas e se relacionar. Diminuir a incidência desse tipo de comportamento envolve ações conjuntas e mudanças de postura por parte da escola, família e até das autoridades policiais, em alguns casos.

Identificando a vítima e os agressores

Os agressores costumam ser populares na escola e ter uma postura agressiva para com os professores, os colegas e a família. Já as vítimas costumam se isolar e ter poucos amigos. Elas podem ter sinais de depressão e baixo rendimento escolar.

Sofrer agressões físicas, ser excluído de algum grupo, ser alvo de fofocas ou se submeter a algum tipo de dominação. Passar por esses ataques deixa estragos visíveis, que podem ser facilmente percebidos na vida pessoal e escolar. Além de causar baixa autoestima e dificuldade de relacionamento, o bullying afeta a saúde e leva ao desenvolvimento de doenças como a bulimia e a anorexia, além de ser um fator muitas vezes determinante na decisão de cometer suicídio.

Conversar e saber o que está acontecendo no dia a dia, o que os colegas dizem, identificar mudanças de comportamento, tudo isso é essencial. Caso contrário, a descoberta pode se dar tarde demais. As marcas podem ficar para sempre.

Como superar?

Crianças muito infantilizadas ou protegidas, que ouvem com frequência frases desestimulantes da família do tipo “você só me traz problemas” e que não conseguem se impor ou serem ouvidas em um grupo podem ser vítimas em potencial. Já os agressores têm dificuldade em ouvir “não”. Os dois, tanto vítima quanto agressor, precisam de ajuda psicológica.

Superar o bullying tem a ver com perceber que os valores pesam mais do que qualquer diferença. A partir do momento em que a pessoa percebe que merece respeito e que deve tratar o outro como quer ser tratado, o problema deixa de existir. E para isso, as crianças e adolescente precisam de ajuda e apoio.

O único jeito de passar por cima das perseguições é aprender a fazer das acusações de “baixinho”, “gordinho”, “sardento”, e por aí vai, armas de aceitação para fortalecer ainda mais sua personalidade. Quando se percebe que o que o outro acha não determina quem você é ou qual será seu futuro é que a gente se torna protagonista da própria vida.

Tratando a consequência e coibindo a causa

Fazer terapia pode ajudar a melhorar a autoestima da vítima e ensiná-la a lidar melhor com suas emoções, mas em alguns casos, pode ser recomendada até mesmo a mudança de escola para que a criança não adquira uma aversão ao ambiente escolar. Já quem pratica bullying pode ter um transtorno de conduta que impede a terapia individual de ter resultados tão bons, por isso pode ser necessário que toda a família se submeta ao processo. É importante saber até onde vai o bullying que a criança pratica para poder identificar esses possíveis transtornos.

A principal maneira de combater e prevenir o bullying é debatendo o assunto. Filmes educativos, palestras que mostrem as consequências negativas dessa prática, tudo isso ajuda. Além, é claro, de incentivarmos e apoiarmos que as vítimas denunciem seus agressores e que quem comete esse tipo de violência seja punido.

É importante reforçar sempre que a vítima não deve se envergonhar ou se calar. Incentivar a busca por apoio na escola e com a família é essencial e, até mesmo, levar o caso à polícia quando for o caso. Só com essa postura podemos prevenir que mais jovens percam a vida ou continuem sofrendo por causa desse tipo de violência.

Você conhece algum projeto interessante de combate ao bullying ou tem alguma sugestão sobre como trabalhar essa questão? Conte pra gente nos comentários!