

---

# ESTRATÉGIAS DE SOBREVIVÊNCIA PARA CRIANÇAS E ADULTOS VÍTIMAS DO *BULLYING*

## *Bullying victimized children and adults survival strategies*

MIDDELTON-MOZ, Jane; ZAWADSKI, Mary Lee. **Bullying: Estratégias de sobrevivência para crianças e adultos**. Porto Alegre: Artmed, 2007.

**Cloves Amorim<sup>a</sup>, Léo Peruzzo Júnior<sup>b</sup>, Mayara Figueiredo Nunes<sup>c</sup>, Talita Barbi Hermann<sup>d</sup>**

<sup>a</sup> Psicólogo, Especialista em Didática do Ensino Superior e em Bioética, Doutorando em Psicologia, Docente do Curso de Psicologia da PUCPR e da FEPAR. Curitiba, PR - Brasil, e-mail: cloves.amorim@pucpr.br

<sup>b</sup> Professor da Escola Madre Anatólia e da Escola São Carlos Borromeo. Mestrando em Filosofia pela PUCPR. Curitiba, PR - Brasil, e-mail: leo.junior@pucpr.br

<sup>c</sup> Acadêmica do quarto período do Curso de Psicologia da PUCPR. Curitiba, PR - Brasil, e-mail: mayarafnunes@hotmail.com

<sup>d</sup> Acadêmica do quarto período do Curso de Psicologia da PUCPR. Curitiba, PR - Brasil, e-mail: tatitabarbi@hotmail.com

---

Desde o ano de 2002, estamos estudando o fenômeno *Bullying* no curso de Psicologia da PUCPR. Em 2005 publicamos uma pesquisa sobre a autoestima e o *Bullying* (ROMANELLI & AMORIM, 2005). Atualmente, desenvolvemos um projeto em escolas particulares e da rede estadual de ensino, para avaliarmos a incidência do *bullying* nessas instituições.

Durante a revisão de literatura, além dos trabalhos da Cleo Fante, nos chamou a atenção esta obra de Middleton-Moz e Zawadski. O livro está composto por oito capítulos, além de agradecimentos e prefácio.

Nos agradecimentos, as autoras apresentam sua gratidão às pessoas gentis, corajosas e generosas, *bullies* e vítimas, que compartilharam a dádiva de suas histórias para oferecer esperanças àqueles que continuam a sofrer como *bullies* e vítimas. Destacam que as estatísticas americanas são impressionantes: uma em cada quatro crianças sofre *bullying* de outra na escola no período de um mês; dois terços dos atacantes em 37 dos episódios de tiroteios em escolas cometeram seus crimes como vingança em razão das constantes perseguições que sofriam por parte de seus colegas.

No Prefácio apresentam o bilhete de um jovem que se suicidou: “Mãe, depois da minha morte, vá à escola e fale com os meninos. Diga que parem com o *bullying* uns sobre os outros, porque isso machuca muito. Estou acabando com a minha vida para mostrar o quanto machuca”.

As autoras definem *bullying* como crueldade deliberadamente voltada aos outros, com intenção de ganhar poder ao infligir sofrimento psicológico e/ou físico. Afirmam, ainda, que os *bullies* dependem de nosso medo, de nossa impotência e de nosso silêncio para continuar com seu comportamento.

No capítulo 1 – Saindo da negação – as autoras abordam o *bullying* nas escolas, em relacionamentos, no local de trabalho e também discutem a ofensa imperdoável de ser diferente. No capítulo 2 – Encontrando o caminho: um manual de estratégias de sobrevivência – inicialmente propõe quatro passos para a abordagem de alguém que esteja na condição de vítima de um *bully*.

- Passo 1:** Rompa as correntes da negação que lhe mantiveram cativo;
- Passo 2:** Aprenda a não personalizar o mau comportamento do *bully*. Fortaleça a si mesmo com autoconsciência e busque apoio dos outros;
- Passo 3:** Aprenda a reconhecer os estilos e as táticas dos *bullies*;
- Passo 4:** Aprenda as estratégias e as habilidades necessárias para lidar com eficácia com os *bullies* em nossas vidas. (p. 32).

Ainda no capítulo 2, as autoras apresentam outras estratégias para enfrentar o *bully*. Descrevem os seis estilos comuns de *bully* e concluem esse capítulo afirmando que os *bullies* são especialistas em seu comportamento.

No capítulo 3 – A formação de um *bully*: suas próprias histórias - as autoras destacam a importância da relação entre a criança e seus cuidadores nos primeiros anos de vida. Qual a influência e valores transmitidos desses cuidadores para essas crianças e o desenvolvimento de sentimentos e da consciência.

As crianças não nascem com empatia, com capacidade de regular as emoções ou com limites carinhosos e claros a seu comportamento. Esses processos/limites são internalizados a partir da interação entre a criança e seu principal cuidador. Esse relacionamento é o alicerce para o desenvolvimento de vínculo: confiança, amor-próprio e empatia. A criança aprende a regular suas emoções por meio das respostas de seus cuidadores a seu comportamento nas primeiras semanas de vida.

Capítulo 4 – *Bullies* brincando - O *bullying* escolar acontece há muito tempo e ocorre em todos os estabelecimentos educacionais, sendo estes privados ou públicos, e muitos alunos sofreram com ele. A violência escolar aumentou significativamente e com ela aumentou a preocupação em relação ao *bullying* a suas vítimas e atores e consequências para ambos.

A violência escolar tornou-se uma grande preocupação no mundo todo. Estão sendo escritos livros e se elaboram currículos, além de seminários, para educar e ajudar professores e pais a enfrentar o problema. O *bullying* se tornou um tema popular para a mídia, e surgem cada vez mais páginas na internet para dar assistência às vítimas e aos que trabalham com elas. (p. 76).

Para muitas crianças que são *bullies*, não há cuidadores ou modelos de referência adultos, que demonstrem preocupação, compreensão e aceitação e, ao mesmo tempo, as confrontem e lhes ensinem novas maneiras de se comportar. Elas necessitam de um modelo referencial que acreditem nelas e lhes deem limites.

As autoras comentam sobre vários programas e sistemas *antibullying* que estão sendo criados e implantados nas escolas dos Estados Unidos e da Europa. Esses programas com políticas *antibullying* têm o objetivo de prevenir a violência escolar, bem como dar assistência às vítimas e aos atores de *bullying* através da sustentação de comportamentos positivos.

Capítulo 5 – *Bullies* em relacionamentos - Os comportamentos de *bullies* na infância, sem intervenção e com o passar do tempo, podem fazer com que esses comportamentos e sentimentos se fortaleçam na idade adulta e o mundo se torne cada vez mais um lugar ameaçador. O *bullie* passa a se “proteger” através da arrogância, do controle sobre os outros, do sarcasmo, da raiva, da manipulação, da possessividade, do silêncio e da desonestidade.

Os *bullies* usam muitos comportamentos em seus esforços contínuos de proteger a si mesmos de ameaças percebidas. Eles vêm de ambientes disfuncionais, onde tiveram experiências de mágoa, rejeição e medo, suas defesas podem ser pronunciadas em tentativas de manter o controle e de evitar a mágoa e a rejeição. (pág. 99).

As vítimas podem vir de famílias disfuncionais ou de famílias sem sofrimento. Elas podem se tornar prisioneiras em suas próprias casas e doutrinas e acreditar naquilo que o *bully*

quer que acreditem e passam a ter medo de confrontá-lo, e algumas temem por suas próprias vidas. Começam a desenvolver características de vítima: hipervigilância, ansiedade, depressão, baixa autoestima, desamparo aprendido, etc. (p. 103).

As autoras Middleton-Moz e Zawadski, abordam no sexto capítulo os *bullies* no ambiente de trabalho. Diferentemente do que muitos acreditam, o *bullying* não está presente apenas no ambiente escolar, mas também em locais de trabalho, podendo ser uma situação isolada ou com durações de semanas, meses e até anos. Embora não seja muito comentado, é um fenômeno frequente nos dias atuais. Os comportamentos que definem *bullying* podem ser desde acusação, crítica, fofoca, assédio, insultos, intimidações, empurrões, racismo e até mesmo assédio sexual.

Em muitos casos, é possível notar que os chefes são os próprios autores do *bullying* criando ambientes de trabalho opressivos, competitivos e cheios de medo, fazendo com que os empregados se voltem uns contra os outros. Os trabalhadores desse tipo de ambiente sentem-se confusos, assustados, ansiosos, culpados, envergonhados, com raiva e, em alguns casos, até deprimidos.

No capítulo 7 – Chegando ao *Bully* – afirmam que o comportamento agressivo atualmente parece ter mais recompensas do que consequências (p. 125), pois pessoas que, após cometerem crimes, cenas de barbárie, ou agressividade, estão estampadas em capas de revistas, dando entrevistas em telejornais, e outros, com uma tremenda repercussão. Com essa ideia, podemos dizer que há possibilidades de um fortalecimento do pensamento distorcido dos *bullies*, de que o abuso é aceitável.

A maioria dos *bullies* vem de ambientes abusivos e também sofreu essa violência na infância. Por esse motivo, aprenderam a sobreviver apegando-se à crença de que precisam estar no controle de todos e de tudo e que nunca devem se permitir estar vulneráveis (p. 126). Isso explica o porquê de muitas vezes aquele que hoje é o autor, um dia ter sido a vítima, está apenas reproduzindo a experiência que passou.

E, no último capítulo – Não mais silenciosos - Middleton-Moz e Zawadski abordam as mudanças relevantes para que o *bullying* perca sua força. Através das experiências já vivenciadas, três ‘personagens’, Tina, Luke e Katherine relatam como foram os momentos em que foram alvos do *bullying* e como conseguiram acabar com essa violência.

Através dessas histórias, o leitor pode realmente perceber os conflitos e sentimentos existentes em cada envolvido.

Depois de tanto se ler, estudar e pesquisar sobre o *bullying* chega-se à conclusão de que é necessária uma intervenção imediata nesse fenômeno como um todo. É preciso que todos notem a importância de impedir seu crescimento.

Alguns princípios importantes para que essa mudança ocorra seriam: tolerância zero com o *bullying* ajuda ativa, compaixão e apoio às vítimas; para os *bullies*, responsabilização, preocupação e habilidades para fazer escolhas; e inclusão, cuidado e apoio para todos os membros da comunidade. Desta maneira, com a união e interesse de todos, podemos mudar a situação atual do *bullying* seja ele na escola, no trabalho ou no ambiente familiar.

## REFERÊNCIA

Romanelli, B., Amorim, C. (2005). A auto-estima e o bullying: uma possibilidade de atuação do psicólogo escolar/educacional. **Educação e Movimento**, 4(10), 63-69.

Recebido: 14/05/2008

Received: 05/14/2008

Aprovado: 29/07/2008

Approved: 07/29/2008