

E SE FOSSE COM VOCÊ?

**BULLYING**  
**NÃO É LEGAL!**



Comissão Especial de  
Prevenção e Combate ao  
Bullying nas Escolas



# ENTENDENDO O BULLYING E SUA PREVENÇÃO

Bem-vindos a esta jornada de conhecimento e conscientização. O bullying é uma das questões mais complexas e prejudiciais enfrentadas por estudantes em escolas ao redor do mundo. Infelizmente, muitos jovens experienciam diariamente os efeitos devastadores desse comportamento agressivo e intimidador. Esta cartilha foi criada com o objetivo de iluminar as sombras que o bullying pode lançar sobre a vida escolar, oferecendo ferramentas e conhecimentos necessários para combatê-lo eficazmente.

O bullying se manifesta de diversas formas e pode afetar qualquer pessoa, independentemente de idade, sexo, etnia ou classe social. Seja através de agressões físicas, insultos verbais, exclusão social ou ataques cibernéticos, os impactos são sempre profundos, afetando a saúde mental, o desempenho acadêmico e a qualidade de vida dos envolvidos.

Mas, o que realmente define o bullying? É caracterizado por intenções maliciosas, repetição e um desequilíbrio de poder, onde a vítima se sente incapaz de se defender. Este comportamento não é um simples conflito entre estudantes, mas uma forma persistente de violência que precisa ser abordada com seriedade por toda a comunidade escolar.

Nesta cartilha, vamos explorar os diferentes tipos de bullying, identificar sinais de alerta, discutir as leis e políticas que protegem as vítimas e fornecer diretrizes claras sobre como agir frente a estas situações. Também destacaremos histórias reais e exemplos de superação, mostrando que é possível restaurar a dignidade e a paz para aqueles que foram afetados.

É essencial entender que prevenir e combater o bullying é uma responsabilidade compartilhada. Educadores, pais, alunos e a comunidade em geral têm um papel vital na criação de um ambiente escolar seguro e inclusivo. Esta cartilha é um convite para que todos se engajem ativamente nesta causa, armados com conhecimento e compaixão, para garantir que nenhuma criança ou adolescente tenha que enfrentar o medo e a solidão que o bullying pode causar.

Junte-se a nós neste importante movimento de mudança, onde cada passo tomado é um passo em direção a um futuro mais seguro e acolhedor para nossos jovens. Vamos aprender juntos, agir corretamente e inspirar continuamente a luta contra o bullying em nossas escolas e comunidades.



## TIPOS DE BULLYING

- **Bullying Físico:** Inclui empurrões, socos, chutes ou qualquer forma de violência física.
- **Bullying Verbal:** Caracteriza-se por insultos, apelidos pejorativos, xingamentos e outras formas de agressão verbal.
- **Bullying Psicológico:** Ocorre através de ameaças, exclusão social, e outras táticas que afetam a saúde emocional do indivíduo.
- **Cyberbullying:** Utiliza plataformas digitais para enviar mensagens de ódio, espalhar rumores ou compartilhar informações pessoais sem consentimento.



## SINAIS DE ALERTA

Fique atento a mudanças comportamentais que possam indicar que alguém está sendo vítima de bullying:

- Retraimento social e isolamento.
- Queda no desempenho escolar.
- Mudanças no humor e na alimentação.
- Relutância em ir à escola ou participar de atividades sociais.

# CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING PARA AS VÍTIMAS

O bullying é uma forma de violência que deixa marcas duradouras, afetando profundamente a vida das vítimas e a qualidade do ambiente educacional. É vital reconhecer que suas consequências vão além dos momentos de agressão, persistindo por longos períodos e podendo se estender até a vida adulta.

## Impactos Psicológicos:

- **Saúde Mental:** Vítimas de bullying frequentemente desenvolvem problemas de saúde mental, como depressão, ansiedade e estresse pós-traumático. A exposição contínua ao bullying pode levar a sentimentos de medo, raiva e desesperança, e em casos graves, pode resultar em pensamentos ou atos suicidas.
- **Autoestima e Autoimagem:** O bullying pode devastar a autoestima da vítima. Comentários maldosos e humilhações públicas podem fazer com que os jovens se vejam de maneira negativa, afetando profundamente a sua autoimagem e confiança.

## Impactos Sociais:

- **Isolamento:** Muitas vezes, vítimas de bullying se afastam de seus pares por medo de novos ataques ou vergonha do que estão passando. Isso pode levar ao isolamento social, dificultando o desenvolvimento de habilidades sociais importantes e a formação de amizades duradouras.
- **Relacionamentos Futuros:** As experiências de bullying podem afetar a capacidade das vítimas de confiar nos outros, impactando relacionamentos futuros, tanto pessoais quanto profissionais.

## Impactos Acadêmicos:

- **Desempenho Escolar:** O bullying pode causar uma queda significativa no desempenho acadêmico. A constante ansiedade e o medo podem dificultar a concentração e o aprendizado, levando a notas baixas e até mesmo à evasão escolar.
- **Participação em Atividades:** Vítimas de bullying muitas vezes evitam participar de atividades extracurriculares ou qualquer outro evento escolar como mecanismo de defesa para evitar agressores, limitando sua experiência educacional e social.



# CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING PARA AS VÍTIMAS

## Impactos para o Ambiente Escolar:

- **Clima Escolar:** O bullying afeta não apenas as vítimas, mas toda a comunidade escolar. Um ambiente onde o bullying é frequente pode se tornar carregado de tensão, medo e desconfiança, o que prejudica a aprendizagem e a relação entre alunos e professores.
- **Cultura Escolar:** Escolas que não lidam eficazmente com o bullying podem ver uma deterioração na cultura escolar, onde comportamentos negativos se tornam a norma, desencorajando a cooperação, respeito e inclusão.

## A Importância da Intervenção:

Estas consequências sublinham a importância de identificar e intervir rapidamente em casos de bullying. É essencial que educadores, pais e alunos trabalhem juntos para promover um ambiente seguro e acolhedor, onde cada estudante possa aprender e crescer sem medo.



# CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING PARA OS AGRESSORES

Embora o **foco** principal ao discutir o bullying seja frequentemente as vítimas, é igualmente importante considerar as **consequências para os agressores**. Compreender e abordar as razões e os impactos do comportamento de bullying nos agressores pode ajudar a prevenir futuros incidentes e **promover uma mudança** comportamental positiva.

## Desenvolvimento Social e Emocional:

- **Habilidades Sociais Comprometidas:** Agressores frequentemente utilizam a intimidação e a dominação como meios de interação social, o que pode comprometer o desenvolvimento de habilidades sociais saudáveis. Essa dependência de comportamentos agressivos para lidar com conflitos ou estabelecer relacionamentos pode dificultar interações sociais positivas e saudáveis no futuro.
- **Empatia Reduzida:** Agressores muitas vezes têm dificuldade em se colocar no lugar dos outros e entender as consequências emocionais de seus atos, o que pode levar a um déficit no desenvolvimento de empatia, um componente chave para relacionamentos interpessoais saudáveis.

## Consequências Acadêmicas e Profissionais:

- **Problemas Disciplinares:** Agressores podem enfrentar uma série de sanções disciplinares na escola, que podem ir desde advertências até suspensões ou expulsões, afetando negativamente seu percurso acadêmico.
- **Perspectivas Futuras:** Comportamentos de bullying refletem negativamente no registro escolar e podem influenciar as avaliações de professores e diretores, potencialmente impactando oportunidades futuras, como admissões em universidades ou mesmo no mercado de trabalho.

## Consequências Legais:

- **Responsabilidade Legal:** Dependendo da gravidade dos atos, agressores podem enfrentar consequências legais, incluindo processos criminais, especialmente se o bullying envolver agressão física ou cyberbullying que resulte em danos sérios.
- **Custos de Litígio:** Agressores e suas famílias podem ser sujeitos a ações judiciais por danos causados, levando a custos legais e indenizações significativas.



# CONSEQUÊNCIAS DO BULLYING PARA OS AGRESSORES

## Impacto na Saúde Mental:

- **Problemas de Comportamento:** Agressores de bullying estão em risco de desenvolver transtornos de comportamento, como transtorno de conduta, que pode evoluir para problemas mais sérios na vida adulta, como transtorno de personalidade antissocial.
- **Estigma e Isolamento:** A identificação como agressor pode levar ao estigma social e ao isolamento pelos pares e pela comunidade escolar, afetando a autoestima e a identidade social do indivíduo.

## A Necessidade de Intervenção:

É essencial que os agressores recebam intervenções apropriadas, não apenas punitivas, mas também educativas e restaurativas, para entender as raízes de seus comportamentos e aprender maneiras mais saudáveis de interagir com os outros. Programas de intervenção devem focar em ensinar empatia, habilidades de resolução de conflitos, e promover um entendimento das consequências de seus atos.

## LEGISLAÇÃO SOBRE BULLYING

O Brasil tem leis específicas que visam **prevenir e combater o bullying nas escolas**, garantindo um ambiente de aprendizado seguro para todos os estudantes. Aqui estão duas das principais leis:

- **Lei nº 13.185/2015** - Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying): Esta lei institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática em todo o território nacional. Ela define bullying como atos de violência física ou psicológica, intencionais e repetitivos, exercidos por indivíduo ou grupo, com o objetivo de intimidar ou agredir outra pessoa incapaz de se defender. As escolas são obrigadas a adotar medidas de prevenção e combate ao bullying, promovendo a cultura da paz e intervenções imediatas em casos identificados.
- **Lei n. 14.811/2024:** A lei mais recente sobre o assunto, aprovada em 2024, amplia as responsabilidades das instituições de ensino no combate ao bullying. Esta legislação exige que escolas implementem programas contínuos de conscientização, prevenção e tratamento psicológico para vítimas e agressores. Além disso, estabelece a necessidade de comunicação e colaboração entre a escola e as famílias, e fortalece as sanções aplicáveis aos casos graves de bullying, incluindo a possibilidade de intervenção judicial quando necessário.

# HISTÓRIAS

## "A SOMBRA NO CORREDOR"

Juliana sempre foi uma estudante dedicada e tranquila. No seu primeiro ano no Ensino Médio, tudo o que ela queria era se adaptar bem e fazer novos amigos. Mas as coisas mudaram rapidamente quando ela se tornou alvo de Mariana e seu grupo de amigas.

Inicialmente, eram apenas cochichos e risadas sussurradas pelos corredores. Juliana tentava ignorar, esperando que as coisas melhorassem. Porém, as provocações aumentaram.

Certo dia, enquanto Juliana estava no laboratório de ciências, Mariana decidiu que seria engraçado derrubar propositalmente o experimento de Juliana, fazendo com que todos rissem. Humilhada e sem saber como reagir, Juliana correu para o banheiro, lutando para conter as lágrimas.

As semanas seguintes foram ainda mais difíceis. Mensagens maldosas começaram a aparecer em suas redes sociais e seu armário foi vandalizado com palavras cruéis. Juliana se sentia cada vez mais isolada e com medo, seu rendimento escolar começou a cair e ela não queria mais ir à escola.

Preocupados com a mudança drástica no comportamento da filha, os pais de Juliana decidiram intervir.

Eles conversaram com ela e, com muito custo, Juliana compartilhou o que estava acontecendo. Juntos, procuraram a direção da escola, que iniciou uma investigação e aplicou as diretrizes da Lei nº 13.185/2015 para combater o bullying. Mariana e suas amigas foram repreendidas e um programa de conscientização foi implementado na escola.

A história de Juliana, infelizmente, não é única, mas serve como um lembrete poderoso da importância de falar e agir. Ela aprendeu que não estava sozinha e que buscar ajuda era essencial para superar essa fase difícil. Juliana não apenas recuperou sua confiança, mas também se tornou uma voz ativa no comitê de prevenção ao bullying em sua escola, garantindo que nenhuma outra pessoa passasse pelo mesmo.



# HISTÓRIAS

## "O ECO DA SALA VAZIA"

Lucas sempre teve um grande entusiasmo por música e arte, o que o destacava entre seus colegas do Ensino Médio. No entanto, essa paixão também o tornou alvo de Ricardo e seu grupo, que viam na arte de Lucas uma oportunidade para zombaria.

Tudo começou com piadas sobre as roupas coloridas de Lucas e os pôsteres de bandas alternativas que ele carregava em sua pasta. As ofensas verbais rapidamente se transformaram em bullying cibernético, com memes humilhantes circulando pelas redes sociais e comentários cruéis em seus vídeos de música postados online.

A situação escalou quando Ricardo decidiu sabotar a apresentação de Lucas na festa da escola. Durante a apresentação, o som foi misteriosamente desligado e, ao tentar consertar, Lucas encontrou chiclete colado nos cabos. Envergonhado e frustrado, ele deixou o palco sob risos e vaias.

Lucas começou a se retrair, evitando interações e passando seus intervalos na biblioteca, longe dos olhares dos outros. Sua mãe notou as mudanças e o encorajou a falar. Após muita relutância, Lucas contou tudo. Juntos, eles foram à escola e apresentaram o caso, citando a Lei n. 14.811/2024, que exige uma ação imediata e efetiva das escolas.

A direção tomou medidas rigorosas: Ricardo e seu grupo enfrentaram consequências sérias, e a escola iniciou workshops sobre o respeito à diversidade e expressão individual. Lucas, com o apoio dos pais e professores, gradualmente recuperou sua confiança. Ele foi convidado a liderar um projeto de arte inclusiva, transformando sua experiência dolorosa em uma força para a mudança positiva.



# O PAPEL DA NA PREVENÇÃO E COMBATE AO BULLYING

A Ordem dos Advogados do Brasil (OAB) desempenha um papel crucial na defesa dos direitos e na promoção da justiça, inclusive no contexto educacional, especialmente no combate ao bullying. A OAB pode oferecer suporte essencial de várias maneiras:

- **Orientação Jurídica:** A OAB fornece orientação jurídica para alunos, pais, professores e gestores sobre como lidar com casos de bullying. Isso inclui esclarecimentos sobre direitos legais, responsabilidades e as melhores práticas para documentar e relatar incidentes.
- **Palestras e Workshops:** Através de suas comissões de Direitos Humanos e de Educação, a OAB promove palestras e workshops em escolas, focando na conscientização sobre as leis anti-bullying e estratégias eficazes para prevenção e intervenção.
- **Mediação de Conflitos:** A OAB pode ajudar na mediação de conflitos entre estudantes e entre a escola e as famílias, oferecendo um canal neutro para resolução de problemas sem a necessidade de procedimentos legais formais, o que pode ser menos intimidador e mais conciliatório.
- **Advocacia:** Em casos mais graves que exigem ação legal, a OAB pode representar as vítimas de bullying, garantindo que seus direitos sejam protegidos e que medidas legais apropriadas sejam tomadas contra os agressores.
- **Desenvolvimento de Políticas:** A OAB também trabalha junto a órgãos governamentais e instituições de ensino para desenvolver e implementar políticas públicas e escolares mais eficazes contra o bullying, ajudando a criar ambientes educacionais mais seguros e inclusivos.

## Importância da Ação Coordenada

A colaboração entre a OAB, escolas e famílias é essencial para criar uma abordagem unificada contra o bullying. Ao integrar recursos legais, educacionais e comunitários, podemos construir uma rede de suporte robusta que protege todos os estudantes e promove uma cultura escolar de respeito e dignidade.





## JUNTOS NA LUTA CONTRA O BULLYING

Chegamos ao final desta cartilha, mas o trabalho na prevenção e combate ao bullying está apenas começando. Através da educação e da conscientização, podemos transformar nossas escolas em ambientes seguros e acolhedores para todos.

Lembre-se de que o bullying não é apenas um problema do indivíduo que sofre ou do que pratica; é um desafio comunitário que exige ação coletiva. Cada um de nós tem um papel crucial a desempenhar.

Estudantes, educadores, pais e toda a comunidade escolar devem unir-se para promover o respeito, a empatia e a inclusão.

Não se cale diante do bullying. Seja proativo. Denuncie casos de abuso e ofereça suporte a quem precisa. As leis estão aí para serem aplicadas, e ferramentas e recursos, como os oferecidos pela OAB, estão disponíveis para apoiar essa luta.

Ao adotarmos uma postura ativa contra o bullying, não só estaremos protegendo nossos colegas e amigos, mas também estaremos construindo uma sociedade mais justa e gentil. A mudança começa com a atitude de cada um de nós. Vamos juntos cultivar um ambiente escolar onde a diversidade é celebrada e a violência nunca é a resposta.

### Vamos Avançar

Encorajamos todos a levar as lições aprendidas nesta cartilha adiante. Participe de atividades escolares que promovam a inclusão, dialogue com seus colegas e educadores sobre como melhorar o ambiente escolar e inspire outros com suas ações e palavras.

***Juntos, podemos fazer a diferença. Juntos, podemos acabar com o bullying.***



**Organização e elaboração:**  
- Ordem dos Advogados do Brasil/Seção Goiás  
- Comissão Especial de Prevenção e Combate ao Bullying nas  
Escolas, OAB/GO



Comissão Especial de  
Prevenção e Combate ao  
Bullying nas Escolas