

## O que os pais devem saber sobre intimidação no recreio escolar

### What parents should know about bullying

Intimidação (o termo usado em Inglês é "Bullying") é um problema comum nas escolas. Acontece quando uma criança magoa deliberadamente outra criança ou adolescente, seja usando violência física, chamando nomes, fazendo troça, ou fazendo comentários desagradáveis sobre a aparência da criança em causa. Pode incluir "fazer da outra pessoa vítima", excluindo-a de um grupo, ou mesmo envergonhá-la passando informação confidencial ou rumores aos outros estudantes. Por vezes a intimidação pode ainda implicar agressão sexual.

#### Como é que estas formas de intimidação afecta as crianças?

Algumas pessoas dizem que na realidade não afecta as crianças - que as ajuda a endurecer. Isto de maneira nenhuma corresponde à verdade. Lembre-se que enquanto algumas crianças têm uma capacidade fácil de recuperação, outras são mais vulneráveis. A intimidação pode magoar as crianças e os jovens das seguintes maneiras:

- Fazendo com que se sintam isolados
- Fazendo com que se sintam maus. Na realidade as crianças acreditam no que os outros dizem de si. Se lhes dizem que são muito feios ou estúpidos, podem acreditar, apesar dos comentários positivos que os pais fazem
- Afectando a sua capacidade de aprendizagem na escola
- Podendo ainda contribuir para depressão nas crianças e nos jovens e, nalguns casos, levar ao suicídio.

#### Quais são os sinais de que uma criança está sujeita a intimidação na escola?

Como os seguintes sinais podem também ser sinais de outros problemas, é importante conversar (com cuidado e carinho) com a criança antes de chegar a uma conclusão:

- Nódoas negras, arranhões ou cortes sem explicação
- Vestuário ou pertences danificados
- Perda de objectos que lhes pertencem
- Diminuição de interesse pela escola
- Deterioração no desempenho escolar
- Relutância em ir para a escola ou evitar o autocarro escolar
- Ansiedade, mau humor ou agressividade
- Queixar-se de dores de cabeça ou de estômago, ou ir com muita frequência à enfermaria da escola
- Tristeza sem explicação
- Ter poucos amigos
- Ter distúrbios de sono, incluindo incontinência urinária e pesadelos
- Relutância em conversar sobre a escola
- Ansiedade ou "indisposição" quando chega a altura de regressar à escola depois do fim de semana ou das férias.

### **O que fazer se a criança lhe disser que está a ser vítima de intimidação?**

Escute o que a criança tem para dizer. Não diga “não te preocupes” ou “dá um murro aos outros miúdos quando te baterem”. Torne bem claro que ama e suporta a criança. Se a intimidação continuar, contacte a escola com a seguinte informação:

- diga o sucedido
- quando e como aconteceu
- os nomes de quem esteve implicado no caso e de quaisquer testemunhas
- quando a intimidação começou
- quais as soluções que já foram tentadas
- os nomes de quaisquer professores que tenham conhecimento do caso.

### **Contactar a escola**

Dê conhecimento à criança de que vai entrar em contacto com a escola. A criança pode ficar preocupada de que a situação vá piorar - mas lembre-se que todas as formas de intimidação aumentam quando são mantidas em segredo. Se não se sentir confiante em apresentar o caso em Inglês, peça a um familiar que fale bem o Inglês, ou a um amigo ou vizinho que vá consigo. Precisa de:

- Marcar uma entrevista com a pessoa adequada para tratar do assunto, podendo esta ser um professor com quem a criança tenha um bom relacionamento, o director ou o vice-director da escola, o conselheiro escolar ou, na escola secundária, o “Year Advisor” (o professor que cuida do bem-estar dos alunos que frequentam esse ano).

### **Como proceder na reunião**

- Coopere - diga “o que podemos fazer nesta situação?” em vez de acusar ou se irritar.
- Pergunte qual o regulamento adoptado para os casos de intimidação
- Pergunte como é que a escola actua em casos de intimidação
- Pergunte como deve proceder para ajudar
- Antes de sair, informe-se exactamente sobre como a escola vai actuar e quando vão entrar em contacto consigo.

### **Como é que a “Peer Support Foundation” pode ajudar**

A “Peer Support Foundation” é uma organização que desenvolve programas nas escolas para melhorar o bem-estar dos jovens e da comunidade. A Fundação tem programas que ajudam as escolas a ficar mais conscientes sobre a intimidação e como preveni-la. Caso os pais estejam preocupados com casos de intimidação na escola que os filhos frequentam, podem contactar para mais informações a “Peer Support Foundation”, pelo telefone (02) 9905 3499.

Se precisar de ajuda para fazer telefonemas em Inglês ligue para o Serviço de Intérpretes e Tradutores (TIS), 131 450.

Pode encontrar mais informação sobre a saúde em Português na website do serviço Multicultural Communication, <http://mhcs.health.nsw.gov.au>

Os números de telefone aqui mencionados estavam correctos à data da publicação, mas não são continuamente actualizados. Talvez seja necessário verificar os números na lista telefónica.