

CYBERBULLYING E BULLYING: IMPACTO NOS SINTOMAS PSICOLÓGICOS E NO BEM-ESTAR

Marina Carvalho⁴
Cátia Branquinho⁵
Margarida Gaspar de Matos⁵

⁴ ISMAT; CHUA; ISAMB

⁵ FMH e ISAMB, Universidade de Lisboa

PALAVRAS-CHAVE:

CYBERBULLYING; BULLYING;
SINTOMAS EMOCIONAIS,
BEM-ESTAR; ADOLESCENTES



RESUMO

O presente estudo teve como objetivo principal a análise da associação entre o envolvimento em situações de **bullying** e em situações de **ciberbullying** bem como o estudo da relação entre os diferentes contextos de violência entre pares com um conjunto de variáveis psicológicas e contextuais na amostra do estudo internacional “Health Behavior in School Aged-Children”, composta por 6026 adolescentes de ambos os sexos (47.7% rapazes e 52.3% raparigas), com idades entre os 10 e os 19 anos.

Apresentam-se os aspetos chave dos resultados obtidos, a par das suas implicações para a prática profissional no âmbito do desenvolvimento e implementação de ações e programas de prevenção e/ou intervenção em situações de bullying e ciberbullying:

- Cerca de metade dos jovens avaliados relatam não estar envolvidos em situações de bullying e ciberbullying;
- Existe uma relação entre o envolvimento em situações de bullying tradicional e o envolvimento em situações de ciberbullying que deve ser considerada no desenvolvimento e implementação de programas de prevenção e intervenção;
- O envolvimento em situações de bullying e ciberbullying no papel de vítima e agressor parece replicar-se independentemente do contexto. Sendo expectável, pela literatura existente, que os estilos de relacionamento interpessoal mantenham um padrão, estes resultados parecem evidenciar que os jovens envolvidos em simultâneo em situações de bullying e ciberbullying desempenham no mundo virtual papéis semelhantes aos papéis desempenhados na vida real;

- A ausência de uma distinção clara, em função do género, no caso do envolvimento em situações de ciberbullying parece evidenciar uma maior participação das raparigas como agressoras ou vítimas provocadoras e representa um aspeto a considerar nas intervenções a desenvolver;

- No envolvimento no bullying tradicional, os adolescentes assumem com maior frequência o papel de agressores e os pré-adolescentes assumem com maior frequência o papel de vítimas provocadoras. Apesar de não ser possível, pelo carácter transversal do estudo, afirmar que esta diferença é devida à progressão na idade/desenvolvimento, estes resultados demonstram que os programas a implementar devem ter estas diferenças em consideração;

- O contexto (bullying tradicional, ciberbullying ou combinado) apresenta um impacto diferenciado, existindo fatores comuns a ambos os contextos e fatores específicos que os diferenciam. Ainda que o envolvimento em apenas uma forma de bullying apresente um impacto relevante sobre o funcionamento dos jovens, o envolvimento combinado apresenta um impacto ainda mais significativo em termos do consumo de substâncias (tabaco, álcool, drogas), sintomas emocionais (medo, tristeza, rejeição), relações de amizade e violência física;

- Os jovens sem qualquer tipo de envolvimento em situações de bullying e ciberbullying relatam mais fatores protetores a nível social. No entanto, também os jovens envolvidos em situações de ciberbullying relatam uma maior ajuda e aceitação por parte dos amigos, o que pode estar relacionado com as suas características de popularidade, dispondo de competências socio-emocionais, mas não as utilizando da forma mais adequada na regulação dos seus próprios estados emocionais.

Apesar da natureza representativa da amostra, pelo facto de se tratar de um estudo transversal, são ainda necessárias mais evidências acerca dos efeitos do envolvimento em ambos os contextos, em particular no que respeita à análise longitudinal da estabilidade dos padrões de envolvimento e do seu impacto no funcionamento psicológico. É, ainda, necessário analisar o papel e o impacto da exposição às situações de bullying e ciberbullying por parte dos observadores.

Sendo ainda poucos os estudos que analisaram a associação entre ambas as formas de bullying e o seu impacto no funcionamento, estes resultados levantam questões cuja relevância deve ser refletida, no âmbito dos objetivos e metodologias de implementação das intervenções, de caráter preventivo e/ou interventivo. Qual o impacto das intervenções desenvolvidas em contexto escolar sobre o envolvimento em situações de cyberbullying? Qual o impacto destas diferenças demográficas nas trajetórias da violência na vida real e online? Como envolver

os jovens na participação social de forma a prevenir ambas as formas de bullying e a promover relações interpessoais mais saudáveis?

Não sendo um fenómeno novo, a progressão das situações de bullying para o cyberbullying parece ser semelhante à progressão de formas de violência e o envolvimento no cyberbullying oferece novas possibilidades, particularmente relevantes em tempos de pandemia, dada a maior necessidade de utilização das tecnologias para a manutenção das

relações interpessoais.

O desenvolvimento de políticas públicas e planos de ação, tendo em consideração o contexto escolar e o contexto familiar afigura-se da maior urgência. Dado o impacto na saúde e no bem-estar dos jovens, as ações a desenvolver devem considerar a necessidade de formação e envolvimento de pais, professores e outros agentes educativos para a identificação precoce e sinalização destas situações. O desenvolvimento de programas de prevenção e pro-



PROGRAMAS DE PREVENÇÃO E PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DEVEM VALORIZAR O ENVOLVIMENTO ATIVO DOS PRÓPRIOS JOVENS



moção da saúde mental deve valorizar o envolvimento ativo dos próprios jovens, através da identificação dos fatores de risco e vulnerabilidade e da implementação de estratégias de prevenção, baseadas em evidências, com vista ao aumento da consciencialização para o fenómeno e um estímulo à tolerância zero.

REFERÊNCIA(S) BIBLIOGRÁFICA(S) BASE DO ARTIGO

Carvalho, M., Branquinho, C. & de Matos, M.G. (2021). Cyberbullying and Bullying: Impact on Psychological Symptoms and Well-Being. *Child Indicators Research*, 14, 435–452.
<https://doi.org/10.1007/s12187-020-09756-2>

COMENTÁRIO DO REVISOR

As tecnologias são agora mais utilizadas por força da pandemia de COVID-19, o que veio acompanhado por um acréscimo de casos de agressividade online. É inegável que vivemos num mundo cada vez mais híbrido, onde as fronteiras entre o online e o offline tendem a esbater-se. Nesse sentido é de extrema importância que se explorem as relações entre comportamentos que surgem no face-a-face (bullying) e no digital (ciberbullying), tendo em conta que este último assume uma maior dimensão e tem repercussões psicológicas bastante mais destrutivas. A evidência de que o envolvimento dos jovens em ambos os tipos de bullying tem um impacto relevante a vários níveis, desde o consumo de substâncias, aos sintomas emocionais, passando pelas relações de amizade e violência física, é um dado a ter em conta, dada a existência do já referido continuum dos comportamentos offline para o online. Assim sendo, os resultados apresentados são uma mais valia no que respeita à prevenção e intervenção nos dois ambientes, visto que reforçam a ideia de que urge trabalhar as emoções, de modo a podermos formar bons cidadãos e assim travarmos o crescimento destes fenómenos.

REVISOR

Teresa Paula Marques
Externato João Alberto Faria