

CYBERBULLYING E JOVENS ADULTOS: PROJETO SOCIOEDUCATIVO DE PREVENÇÃO DO CYBERBULLYING [*ONLINE*]

Vânia Russo

**Projeto de Mestrado em *Ciências da Educação*- área de
especialização de *Educação e Intervenção Sociocomunitária***

Orientação: Professora Doutora Maria das Dores Formosinho

Outubro, 2020

Vânia Filipa Moreira Russo

Projeto Socioeducativo de Prevenção do Cyberbullying

Projeto apresentado na Universidade Portucalense Infante D. Henrique para obtenção do grau de Mestre em *Ciências da Educação* - área de especialização *de Educação e Intervenção Sociocomunitária*, sob a orientação da Professora Doutora Maria das Dores Formosinho.

Departamento de Psicologia e Educação

Outubro, 2020

Agradecimentos

Um agradecimento muito especial à minha mãe, que é, sem dúvida, a pessoa mais importante da minha vida.

Aos meus avôs maternos, um agradecimento pelo seu amor e apoio ilimitado.

Ao Cândido, pela sua disponibilidade absoluta.

Um agradecimento, a todos os meus outros familiares mais próximos, que me acompanharam e apoiaram durante todo o processo da elaboração da dissertação.

Ao Corpo Docente da Universidade Portucalense, em especial, à Professora Doutora Maria Das Dores Formosinho, que não só ao longo desta etapa, mas em todo o meu percurso académico, partilhou os seus conhecimentos e experiências, contribuindo assim para o meu crescimento.

À minha amiga Susana, pelo tempo que generosamente me dedicou, por todo o incentivo e apoio emocional dados ao longo deste desafiante percurso.

Finalmente, a todos que de forma direta ou indireta acompanharam o meu percurso académico.

Resumo

O *cyberbullying* é uma conduta intencional, agressiva e prejudicial, motivada para causar dano a outra pessoa e realizada através das novas tecnologias. Este fenómeno é relativamente recente e muito complexo. Investigar e intervir no *cyberbullying* é fundamental, sobretudo, porque a proliferação das novas tecnologias e do número de usuários é cada vez maior. A maior parte das investigações e intervenções são dirigidas às crianças e jovens, mas o *cyberbullying* é um fenómeno transversal a todas as idades. O presente estudo tem como objetivo analisar o *cyberbullying* em jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos e, para tal, aplicou-se um questionário *online* a 100 jovens com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos.

Entre as várias conclusões do nosso estudo, destacamos que é necessário mais investigação e intervenção juntos dos jovens adultos, porque este fenómeno não envolve apenas adolescentes. A taxa de prevalência, na faixa etária abrangida pela nossa pesquisa, é de 14%; sendo os atos, maioritariamente, praticados por pessoas desconhecidas, o que comprova que o anonimato é de facto uma motivação para esta prática. As consequências são danosas para as vítimas, constatando-se que o *cyberbullying* não é frequentemente identificado como um comportamento antissocial.

Estes resultados justificam a intervenção junto dos jovens adultos. A proposta aqui apresentada foi o Projeto Socioeducativo de Prevenção de *Cyberbullying* online: *E se fosse contigo?*, que sensibiliza para o fenómeno, dá orientações para a prevenção, sugere medidas de atuação para as vítimas e testemunhas e abre um espaço para a reflexão conjunta sobre o fenómeno.

Palavras-chave: *Cyberbullying*; *Bullying*, Projeto socioeducativo; jovens adultos.

Abstract

Cyberbullying is an intentional, aggressive and harmful conduct, motivated to cause harm to another person and carried out through new technologies. This phenomenon is relatively recent and very complex. Investigating and intervening in cyberbullying is fundamental, above all, because the proliferation of new technologies and the number of users is increasing. Most investigations and interventions are aimed at children and young people; however, cyberbullying is a phenomenon that cuts across all ages. The present study aims to understand the phenomenon of cyberbullying in young adults, aged between 18 and 24 years old and to develop an online Social and Educational Prevention Project for this age group.

To find out what is known about the phenomenon, a systematic literature review was carried out and to understand the phenomenon within the group of young Portuguese adults, a questionnaire was applied to 100 young people aged between 18 and 24 years old.

Among the various conclusions of our study, we highlight that more research and intervention among young adults is needed because this phenomenon is not just an adolescent issue. The prevalence rate, in this age group, is 14%; the acts are mostly performed by unknown people, which proves that anonymity is in fact a motivation for this practice, the consequences are harmful to victims, witnesses and aggressors and ultimately to society, and finally, that cyberbullying is not identified by most people.

These results justify the intervention with young adults. The proposal presented here is the Socio-Educational Project for the Prevention of Cyberbullying Online: *What if it was with you?* It raises awareness of the phenomenon, gives guidelines for prevention, it suggests action measures for victims and witnesses and opens a space for joint reflection on the phenomenon.

Keywords: Cyberbullying; Bullying, socio-educational project; young adults.

Índice Geral

CAPÍTULO I.....	
ENQUADRAMENTO TEÓRICO	9
1.1. O fenómeno <i>bullying</i>	10
1.1.1. Definição de <i>bullying</i>	10
1.1.2. Características do <i>bullying</i>	11
1.1.3. Intervenientes ou Protagonistas.....	14
1.1.4. Causas do <i>bullying</i>	18
1.1.5. Consequências do <i>bullying</i>	20
1.1.6. Tipos de <i>bullying</i>	22
1.2. O fenómeno <i>cyberbullying</i>	24
1.2.1. Definição de <i>cyberbullying</i>	24
1.2.2. Características do <i>cyberbullying</i>	25
1.2.3. Intervenientes e protagonistas	26
1.2.4. Causas do <i>cyberbullying</i>	28
1.2.5. Consequências do <i>cyberbullying</i>	29
1.2.6. Tipos de <i>cyberbullying</i>	29
1.2.7. <i>Cyberbullying</i> como tipo de <i>bullying</i>	31
1.3. Prevalência do <i>cyberbullying</i>	32
CAPÍTULO II.....	
INVESTIGAÇÃO EMPIRÍCA	36
2.1. Objetivos da investigação	37
2.2. Opções metodológicas	38
2.3. Análise Sistemática da Literatura	38
2.3.1. Metodologia	38
2.3.2. Procedimento da seleção dos artigos.....	39
2.3.3. Resultados	40
2.4. Questionário (Online)	43
2.4.1. Descrição do instrumento.....	43
2.4.2. Procedimento de recolha de dados	43
2.4.3. Amostra	44
2.4.4. Procedimento da análise da informação.....	45

2.4.5. Resultados do questionário online.....	45
2.5. Discussão dos resultados	50
CAPÍTULO III	
PROJETO DE INTERVENÇÃO: E SE FOSSE CONTIGO?	54
3.1. Objetivos.....	55
3.2. Público-alvo:.....	55
3.3. Estratégias da intervenção online.....	56
3.3.1. Localização: Espaço e tempo	56
3.3.2.Procedimento de implementação do projeto	56
3.4. Recursos.....	57
3.4.1. Recursos Humanos.....	57
3.4.2. Recursos Materiais	57
3.4.3. Recursos Financeiros.....	57
3.5. Atividades	58
1ª Atividade: <i>Divulgação de 4ª vídeos de Sensibilização e Prevenção do Cyberbullying nas redes sociais e Youtube.</i>	58
2ª atividade: Construção e dinamização de um <i>blog</i>	63
3ª Atividade: Formações e <i>Workshop's</i> sobre o <i>cyberbullying</i>	63
3.7. Avaliação	63
3.7. Cronograma	64
CONSIDERAÇÕES FINAIS	66
Referências Bibliográficas.....	69
APÊNDICES	78

Índice de Quadros

Quadro 1: Critérios para a identificação e reconhecimento do fenómeno <i>bullying</i>	13
Quadro 2: Perfis da vítima e do agressor	16
Quadro 3: Resumo das causas/fatores que influenciam o comportamento de <i>bullying</i>	20
Quadro 4: Resumo das consequências do <i>bullying</i>	22
Quadro 5: Tipos e comportamentos de <i>bullying</i>	23
Quadro 6: Tipos/comportamentos de <i>cyberbullying</i>	30
Quadro 7: Diferenças entre <i>bullying</i> e <i>cyberbullying</i>	31
Quadro 8: Caracterização dos estudos analisados.....	40

Índice de Gráficos

Gráfico1: Estatísticas da APAV sobre o <i>bullying</i>	34
Gráfico 2: Desenho da investigação	38
Gráfico 3: Representação esquemática da obtenção da amostra bibliográfica.	39
Gráfico 4: Tempo despendido diariamente nas redes sociais	46
Gráfico 5: Frequência com que é prejudicado nas redes sociais.	46
Gráfico 6: Consequências/sentimentos imediatas/os	47
Gráfico 7: Consequências/impactos a longo prazo identificadas pelas vítimas	48
Gráfico 8: Ações adotadas quando são vítimas de <i>cyberbullying</i>	48
Gráfico 9: Identificação dos agressores	49
Gráfico 10: Reação das testemunhas que presenciam atos de <i>cyberbullying</i>	50

Índice de Tabelas

Tabela 1: Caracterização sociodemográfica da amostra	44
Tabela 2: Cronograma do projeto “E se fosse contigo”	65

Introdução

O presente projeto de mestrado incide sobre o *cyberbullying*. Um fenómeno que cresce à medida que se regista a proliferação das novas tecnologias. De acordo com Spears et al. (2009), as novas tecnologias estão em permanente evolução e inovação, o que dificulta a compreensão de toda a sua complexidade e, simultaneamente, a identificação de novos comportamentos e modos de agir violentos e de agressão efetuados através destes meios.

O *cyberbullying* é um fenómeno relativamente recente, para o qual, ainda, não existe uma definição unânime e rigorosa (Pessoa, Amado & Matos, 2018), contudo, quem estuda, investiga e intervém neste fenómeno, necessita de começar por definir o que entende por *cyberbullying*. Neste trabalho, define-se o *cyberbullying* como um tipo de *bullying* indireto realizado através das novas tecnologias. Trata-se de uma conduta intencional, agressiva e prejudicial, motivada para causar dano a outra pessoa.

A prevalência do *cyberbullying* em 2014, em Portugal, situava-se em 15,4% (Matos et al., 2014) e o estudo de Simões et. al (2014) indica que este fenómeno está em crescimento a nível nacional. Estes resultados são referentes às crianças e jovens nacionais. Contudo, não será este um fenómeno transversal a todas as idades? Hoje em dia, pessoas das mais variadas faixas etárias comunicam e interrelacionam-se através de redes sociais, emails, blogs, mensagens, etc. Por considerarmos que todos podemos ser vítimas de *cyberbullying* e por termos verificado, durante a pesquisa sobre o tema, que existem poucos estudos sobre o *cyberbullying* na faixa etária dos jovens adultos, optou-se por realizar um estudo e criar um projeto socioeducativo para os jovens dos 18 aos 24 anos.

Este projeto de intervenção: *E se fosse contigo*, enquadra-se no âmbito da educação informal, na mesma “arena” na qual é praticado o *cyberbullying*. Procura-se, deste modo, que o projeto socioeducativo on-line planeado e desenhado na presente dissertação chegue a todos os jovens.

O objetivo geral do presente estudo é compreender o fenómeno do *cyberbullying* em jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos e desenvolver um projeto socioeducativo de prevenção e sensibilização online.

Para atingir este objetivo estabeleceram-se como dois objetivos específicos da:

- ✓ Compreender qual a prevalência do *cyberbullying* na faixa etária dos jovens adultos.
- ✓ Identificar o tipo de *cyberbullying* exercido sobre os jovens adultos.
- ✓ Identificar as consequências do *cyberbullying*, nos jovens adultos.
- ✓ Compreender quais as respostas/reações dos jovens adultos vítimas de *cyberbullying*.

Este trabalho encontra-se estruturado em três capítulos.

Capítulo I: Procede-se a um enquadramento teórico, direcionado para a temática mais abrangente do *bullying* e para a questão mais específica do *cyberbullying*. Para ambas as problemáticas, apresenta-se a definição do fenómeno, as características, os diferentes tipos e comportamentos, os intervenientes e protagonistas, as causas e as consequências. Faz-se ainda uma reflexão sobre o *cyberbullying* ser ou não um tipo de *bullying* e apresenta-se a prevalência do fenómeno em estudo.

Capítulo II: Apresenta-se a metodologia -e os dados colhidos na nossa pesquisa. Numa primeira etapa, e porque figurava relevante compreender o que se sabe sobre o *cyberbullying* em jovens adultos com idades entre os 18 e os 24 anos, procedeu-se a uma revisão sucinta da bibliografia mais recente. Depois, procurou-se caracterizar o fenómeno entre os jovens adultos nacionais através da realização de um inquérito por questionário online. O capítulo termina com a discussão dos resultados.

Capítulo III: Explana-se o Projeto Socioeducativo de Prevenção do *cyberbullying*: *E se fosse contigo?* Mais concretamente, referencia-se o planeamento do projeto e a elaboração da primeira atividade, a construção e divulgação de quatro vídeos disponibilizados online, no Facebook, Twitter e Youtube.

Finalmente, apresentam-se as considerações finais sobre o presente estudo e delinham-se perspetivas para intervenções futuras.

CAPÍTULO I
ENQUADRAMENTO TEÓRICO

1.1. O fenómeno *bullying*

1.1.1. Definição de *bullying*

Ao longo da história da humanidade registam-se diversas formas de violência e agressão, que parecem ser dois comportamentos intrínsecos ao próprio ser humano. Dentro dos vários tipos de conduta violenta encontra-se o *bullying* que é um termo de origem inglesa que significa um conjunto de ações e de comportamentos agressivos exercidos por um indivíduo ou por grupos (Monteiro, 2015). Em Portugal, este vocábulo tem como correspondente maus tratos entre pares (Esteve & Arruda, 2014), sendo, porém, mais comum utilizar o termo em inglês *bullying* (pelo qual se opta no presente trabalho).

O *bullying* não é um fenómeno novo, sempre existiu, contudo, foi na década de 1970 que a violência nas escolas começou a preocupar as sociedades (Sarrate, 2009). De acordo com Fante e Pedra, “os estudos tiveram início, na década de 1970, na Suécia e na Dinamarca. Na década de 1980, a Noruega desenvolveu uma vasta pesquisa sobre o tema, que se expandiu para muitos outros países” (Fante & Pedra, 2008, p.36).

Dan Olweus, professor e investigador da universidade de Bergen, na Noruega, foi o primeiro a diferenciar o *bullying* dos atos simples de agressividade entre estudantes. De acordo com este autor “um estudante está a ser vitimizado quando é exposto, repetidamente e por um tempo prolongado, a ações negativas por parte de um ou mais estudantes” (Olweus, 1999, p.10).

Esta distinção, contribuiu, para que o *bullying* passasse a ser encarado como um problema sério e deixasse de ser justificado como simples forma lúdica entre crianças. Como afirma Fante (2005), o *bullying* manifesta-se, sutilmente, sob a forma de brincadeiras, alcunhas e agressões físicas, mas é intencional, existe uma motivação escondida para o uso de várias formas de atitudes agressivas dirigidas constantemente à mesma pessoa.

Silva (2018) considera que o conceito do *bullying* é utilizado para definir uma determinada pessoa que atormenta, incomoda ou persegue uma outra pessoa que não se consegue defender. E salienta que este comportamento pode ser de uma pessoa assim como pode ser um comportamento de um conjunto de indivíduos (grupo). Com perspetiva idêntica, Rodrigues, Assmar e Jablonski (2000) explicam que no *bullying* existe por um lado a intencionalidade da ação por parte do indivíduo ou grupo e que por outro lado, o comportamento agressivo não é apenas físico, pode ser igualmente, agressão psicológica

como, por exemplo, atos de assédio sexual ou alcunhas com teor depreciativo, que podem levar à ansiedade e à depressão.

Para Del Barrio et al. (2003), o *bullying* é uma forma perversa de relação interpessoal que ocorre no seio de um grupo contra uma pessoa que se encontra em desvantagem física e/ou psicológica. E Pires (2018), considera que os abusos de poder físico e/ou psicológico levam a vítima a acreditar que é impossível desviar-se das ações de vitimização.

No que diz respeito ao local onde ocorre este fenómeno, Ramirez (2001) aponta que o *Bullying* ocorre fora e/ou em contexto escolar. E Esteves e Arruda (2014) afirmam que, hoje, o *Bullying* é um problema mundial e pode ocorrer em qualquer local em que as pessoas convivam, como por exemplo, nas escolas/universidades, na internet, no local de trabalho.

O *Bullying* é um fenómeno de extrema complexidade (Sarrate, 2009), porque se traduz em várias formas de comportamentos (Ostrov, Murray-Close, Godleski & Hart, 2013) com uma origem multicausal e do qual resultam variadíssimas consequências negativas, tais como: o suicídio da vítima, o homicídio do agressor pela vítima, as agressões infligidas à vítima, entre outros (Olweus, 1993).

Por todas estas razões é difícil defini-lo, contudo, neste trabalho consideramos que *bullying* é uma conduta agressiva, intencional, repetitiva e prejudicial, executada por indivíduo ou um grupo contra uma pessoa que não é capaz de se defender e que ocorre em todos os contextos em que se estabeleçam relações interpessoais (físico ou digital).

1.1.2. Características do *bullying*

A complexidade do fenómeno *bullying*, faz com que seja difícil distinguir este fenómeno de outros fenómenos de violência, agressão e conflitos entre pares.

Vários autores referem que é grande a probabilidade de confundir os comportamentos de *bullying* com as brincadeiras ou jogos que envolvem lutas entre os colegas (Boulton, 1996, Olweus, 1999). Olweus (1999) afirma que não há *bullying* quando há conflitos ou trocas de agressões entre pessoas com aproximadamente a mesma força física ou mental, isto é, numa relação com igual equilíbrio de poder físico ou psicológico. De acordo com o autor, se as provocações forem repetidas, ofensivas,

persistentes no tempo e a vítima demonstrar angústia ou oposição, já é considerado *bullying*.

Distinguir o malicioso do brincalhão não é tarefa fácil, pelo que ao longo das últimas décadas, vários autores dedicaram-se a distinguir critérios do comportamento de *bullying* (Bonds, 2000; Costa & Vale, 1998; Fontaine & Réveillère, 2004; Greene, 2000; Olweus, 1993; Pereira, 2011) e encontra-se um consenso entre as três seguintes características: é uma conduta agressiva intencional; assume um carácter repetitivo e sistemático e existe uma desigualdade de poder entre os indivíduos envolvidos.

1.1.2.1. Intencionalidade

Uma das características do *bullying* que a diferencia claramente de outros episódios violentos é a intencionalidade. Existe intencionalidade por parte do agressor quando escolhe o sujeito-alvo que, na maioria das vezes, é uma pessoa frágil e diferente, assim como existe a intenção do agressor em magoar, maltratar e causar mal-estar na vítima. Para Pires (2018), a motivação do agressor é a de se sentir poderoso e ser popular na escola e para isso os atos intencionais têm de resultar em danos físicos e emocionais para a vítima. Se o sujeito-alvo não se sentir lesado com as ações propositadas e intencionais de magoar ou intimidar, o agressor não atinge os seus propósitos e acaba por procurar outro alvo. Por estas razões, o sentimento de dano experienciado pelas vítimas é considerado central na definição do *bullying* (Cullingford & Morrison, 1995).

1.1.2.2. Frequência

Na generalidade, as ações agressivas ocorrem durante um certo período de tempo, não se tratando de um episódio esporádico, mas de uma sucessão de episódios agressivos em que o agressor agride sistematicamente a vítima.

Importa, todavia, compreender que o medo da vítima em relação à agressão repetitiva pode ter consequências muito negativas, como ansiedade e stress. O comportamento de esconder-se ou fugir do agressor, causa muito sofrimento psicológico, sendo o indivíduo vitimizado sistematicamente, mesmo sem a presença do ato agressivo. Del Barrio et al. (2005) dizem que a repetição é provável, porém, nem sempre está presente. E defendem que uma única agressão pode acontecer de forma tão intensa que

transforma esse único momento numa relação duradoura, por exemplo, a vítima pode reviver a agressão nos seus pensamentos sempre que vê o agressor ou que vai a um local que sabe que pode encontrar o agressor. O que significa, que a frequência pode tomar formas diferentes, mas nunca deixar de ser uma característica central na definição de *bullying*.

1.1.2.3. A desigualdade do poder

No *bullying* existe sempre quem domina (agressor) e quem é dominado (vítima). Segundo o *National Crime Prevention Council*, os agressores obtêm poder sobre as suas vítimas de diversas formas, pela idade, tamanho físico, força física, estatuto no seio do grupo, conhecimento das fraquezas ou fragilidades da vítima, ou pela procura de suporte por parte de outros colegas (National Crime Prevention Council, 1997). Neto (2005) indica que a assimetria de poder entre agressor e vítima pode estar relacionada com fatores físicos (tais como raça, estatura, peso, idade), emocionais, sociais, económicos, culturais e de personalidade. E Bandera (2009), refere que assimetria de forças está relacionada com a incapacidade da vítima em defender-se. Na mesma perspectiva, Olweus (1993) considera que a perceção de incapacidade de se defender por parte da vítima pode ser a chave para estabelecer uma relação de desequilíbrio de poder. Por outras palavras, a vítima pode ser ou não mais fraca física ou mentalmente que o agressor, porém, é suficiente que se sinta assim para ser uma vítima.

Várias são as sistematizações dos critérios que distinguem o fenómeno do *bullying*, no Quadro 1, apresentam-se quatro dessas sistematizações, que podem ajudar a identificar e reconhecer situações de *bullying*.

Quadro 1: Critérios para a identificação e reconhecimento do fenómeno *bullying*

Descrição	Critérios
Olweus (1993) considera que um aluno é vítima de <i>bullying</i> quando outro aluno ou grupo de alunos:	<ul style="list-style-type: none"> a) O ignoram completamente, b) O excluem do seu convívio ou o mantêm deliberadamente à margem; c) Batem-lhe, dão pontapés, encontrões ou proferem ameaças; d) Lançam boatos e mentiras sobre ele, e) Escrevem mensagens maldosas, tentam voltar os outros contra ele e outras atitudes do género.
Costa e Vale (1998, cit. por Vieira, 2013) referem que o <i>bullying</i> surge através das seguintes características.	<ul style="list-style-type: none"> a) Uso deliberado da agressão, com a intenção de magoar e de provocar sofrimento. b) A agressão pode ser física, verbal ou psicológica. c) Pode ser pontual ou continuada (de carácter repetitivo). d) Tem de haver uma desigualdade de poder.

	<ul style="list-style-type: none"> e) Os agressores podem ser um ou mais pessoas ou vários grupos de pessoas em momentos diferentes. f) Causa sofrimento, que pode ser uma dor física ou perturbação emocional.
Greene (2000) considera o contexto social de ocorrência e sugere cinco características inerentes ao comportamento de <i>bullying</i> .	<ul style="list-style-type: none"> a) O agressor intencionalmente causa dano ou medo à vítima. b) A agressão face à vítima ocorre repetidamente. c) A vítima não provocou o comportamento de <i>bullying</i> recorrendo a agressão verbal ou física. d) O <i>bullying</i> ocorre no seio de um grupo social familiar. e) O agressor tem mais poder real do que a vítima.
Pereira (2011) estabelece critérios específicos para auxiliar os técnicos estabelecer o diagnóstico de forma mais precisa	<ul style="list-style-type: none"> a) A negatividade, pois, é uma ação que tem consequências negativas, tanto para o agressor, como para a vítima. b) A indefensibilidade, pois a vítima não se consegue defender sozinha do seu agressor ou agressores. c) A tolerabilidade, ou seja, a tolerância da vítima aos ataques do agressor, que resulta no fato da vítima não denunciar a ocorrência a pessoas com poder de resolução (pais, técnicos, professores). d) A espacialidade escolar, por ser no espaço da escola e em crianças em idade escolar que a maioria destas ações ocorrem.

1.1.3. Intervenientes ou Protagonistas

Todos os comportamentos de *bullying* são manifestados por alguém (um indivíduo ou um grupo de indivíduos) e tem como alvo outro indivíduo. Assim sendo, encontra-se subjacente o envolvimento de, pelo menos, dois sujeitos, aquele que agride e aquele que é vitimizado, que se podem designar de intervenientes diretos do *bullying*. Porém, como referido, uma das motivações do agressor é tornar-se popular e sentir-se poderoso, e para isso, necessita de pessoas que assistam ao ato, de testemunhas, que se podem designar como intervenientes indiretos.

1.1.3.1. Os Intervenientes diretos do *bullying*: Agressor e vítima

O agressor

O agressor é aquele que vitimiza o indivíduo fraco. Os agressores podem ter perfis muito diversificados, de acordo com Pereira (2006) ao padronizar o perfil do agressor corre-se o risco de não incluir todos os tipos existentes. Contudo, a padronização é importante para saber identificar um agressor e o comportamento de *bullying* e, assim, poder intervir atempadamente.

Pepler & Craig (2008) concluem que existe uma grande diversidade entre as crianças que agredem/*bullies*. Algumas crianças tem problemas sérios com a agressão e a

sua autorregulação e outros são socialmente competentes e membros centrais do grupo de pares, posição de poder muitas vezes adquirida, através do *bullying*.

Geralmente, o agressor é fisicamente mais forte que os demais, é membro de uma família com estrutura fragilizada ou inadequada onde há pouco relacionamento afetivo e, por isso, pouco empático (Fante, 2005), sente prazer em dominar os colegas e satisfaz-se com o sofrimento causado, os seus comportamentos agressivos são realizados com o intuito de obter ganhos pessoais, materiais e/ou sociais. De acordo com Silva (2010) o que falta ao agressor é afeto pelos outros.

Relativamente, ao rendimento escolar, na maioria das vezes, é baixo. Este déficit escolar não acontece porque tem deficiência intelectual ou cognitiva, mas porque são indivíduos que tem dificuldade em obedecer às normas e não gostam da escola. O que contribui, muitas vezes, para que adotem condutas antissociais como roubo, vandalismo e o uso de álcool e drogas (Silva, 2010).

O estudo de Swearer e Cary (2007), com o intuito de avaliar as percepções e atitudes dos alunos em relação ao *bullying*, concluiu que os agressores /*bullies* estão mais inclinados a compreender outros agressores; a sentir menos empatia pelo sofrimento da vítima, têm menos probabilidade de intervir quando testemunham um episódio de *bullying* e a probabilidade em juntar-se a outros na agressão de crianças que não gostam é maior.

A Vítima

As vítimas, em geral, não dispõem de recursos ou aptidões para reagir ao *bullying* (Lopes, 2005). Algumas características físicas, comportamentais ou emocionais podem torná-las mais vulneráveis à ação dos agressores, como por exemplo, ter características físicas diferentes como ser baixo ou alto demais, gordo ou magro (Fante, 2005; Tognetta, 2013); ter um comportamento social inibido, passivo ou submisso (Schwartz, Dodge & Coie, 1993), ter poucos amigos, ser retraído e possuir baixa autoestima (Cantini, 2004).

De acordo com Olweus (1993) e Middleton-Moz & Zawadski (2007), a vítima ao sentir-se vulnerável, com medo ou vergonha e uma autoestima cada vez mais baixa, aumenta a probabilidade de vitimização continuada. Muitas vezes a vítima coloca-se na situação de desvantagem ou de fragilidade, mesmo que inconscientemente (Middleton-Moz & Zawadski, 2007). A vítima muitas vezes parece acreditar na imagem que o agressor faz dele e por outro lado, não possui os mecanismos necessários para parar a situação, como por exemplo ter consciência desta percepção estar errada e conseguir

superar os seus próprios medos (Tognetta, Avilés & Rosário, 2014). No estudo de Swearer e Cary (2007), que avaliou as percepções e atitudes dos alunos em relação ao *bullying*, as vítimas apontaram como motivos de serem alvos de agressões o facto de serem gordos, a forma como se vestem, serem mais inteligentes, entre outras razões. Culpabilizando-se a si mesmo pela situação de *bullying*. Porém, nem todas as vítimas adotam as mesmas atitudes e comportamentos.

A distinção entre as vítimas foi apontada desde o início, nos trabalhos de Olweus (1978), que desde muito cedo compreendeu que existem vítimas passivas e vítimas agressivas. As primeiras são inseguras, ansiosas e incapazes de se defenderem e as segundas são provocadoras ou agressivas, de temperamento exaltado e que retaliam o ataque (Smith, 1991). As vítimas passivas representam o tipo mais comum de vítimas, mais residual é o número de vítimas agressivas. Contudo, é importante estudar este tipo de vítima que é, simultaneamente, vítima e agressora. Por um lado, as vítimas agressivas partilham características comuns com o agressor, como por exemplo, um comportamento agressivo (Gross, 2004) seja verbal e físico (Craig, 1998) e elevados níveis de depressão (Swearer, 2001). E por outro lado, partilham características comuns com a vítima, como por exemplo, baixos níveis de bem-estar e menor ajustamento escolar (Swearer, 2001). De acordo com Lopes (2005), o comportamento agressivo deste tipo de vítima acontece para encobrir as suas limitações ou como forma de reagir à violência sofrida.

Merlin e Pereira (2016) com base na informação apresentada por vários autores, caracterizaram os perfis dos intervenientes diretos, vítimas e agressores, através da descrição de sete características, a saber: sexo, idade, aspeto físico, competências e atributos, posicionamento social, desempenho escolar e família (Quadro 2).

Quadro 2: Perfis da vítima e do agressor

Características	Agressor	Vítima
<i>Sexo</i>	Sexo masculino como principal agressor	Rapazes e raparigas em proporções iguais.
<i>Idade</i>	Pode ser da mesma idade ou um pouco mais velho que a vítima.	Provavelmente serão da mesma idade ou mais novas do que os seus agressores.
<i>Aspeto físico</i>	Maiores e mais fortes do que a média das crianças da sua idade.	Mais frágeis do que os seus pares (aplica-se particularmente aos rapazes), por vezes acompanhada por algum tipo de incapacidade; como por exemplo: a obesidade, no jovem pode aumentar a sua predisposição à vitimização

<i>Competências e atributos</i>	São fisicamente competentes e eficazes em atividades lúdicas, desportos e lutas (aplica-se particularmente aos rapazes); as características típicas das raparigas agressoras são menos conhecidas, mas normalmente, utilizam meios menos visíveis de perseguição tais como difamar, caluniar, espalhar rumores e manipular as relações de amizade dentro da turma.	As crianças vítimas não são assertivas e não dominam algumas competências sociais tais como, cooperação, partilha, entreajuda; podem ter receio de se magoar ou que outros os magoem.
<i>Posicionamento Social</i>	Podem ter uma popularidade média, baixa ou alta entre os seus pares, mas frequentemente têm o apoio de um reduzido número de colegas; pertencer a uma classe social mais baixa parece aumentar a probabilidade de se ser agressor.	As vítimas experienciam com mais frequência pouca aceitação, são menos escolhidas como melhores amigos e muitas vezes são excluídas socialmente, têm dificuldade em afirmar-se no grupo de pares porque muitas vezes relacionam-se melhor com os adultos (pais e professores) do que com os seus pares.
<i>Desempenho escolar</i>	Podem encontra-se na média, acima ou abaixo desta durante a escola primária, mas posteriormente começam tem grande probabilidade de baixar as notas e desenvolver uma atitude negativa em relação à escola; quantas mais reprovações tiver uma criança mais probabilidade tem de ser agressora; aparentemente estes alunos tem falta de motivação e de interesse pela escola e agredir os outros poderá ser uma forma de chamar à atenção ou uma tentativa de obter um estatuto no interior de um novo grupo de pares.	Podem ter um aproveitamento escolar bom, médio ou fraco, mas seja qual for o caso, mediante um problema de <i>bullying</i> prolongado, baixam as notas, no decorrer do percurso escolar.
<i>Família</i>	Falta de coesão familiar; falta de afeto em relação à criança; estilos parentais autoritários, mas inconsistentes; ambivalência no envolvimento com os irmãos e uma má gestão dos conflitos fraternais por partes dos pais; famílias onde é usado o castigo físico; modelos adultos agressivos; as crianças aprendem a resolver os seus problemas através do uso da força física.	Famílias em que as crianças tendem a ser demasiado protegidas. Os rapazes vitimados, normalmente, têm um contacto mais próximo e relacionamentos mais positivos com os seus pais e normalmente com as suas mães, do que os rapazes em geral.

Fonte: Elaboração da autora, adaptado de Merlin & Pereira, 2016, p. 181-183

1.1.3.2. Intervenientes indiretos: As testemunhas

As testemunhas são as pessoas que assistem as agressões. As testemunhas, na grande maioria, não tomam nenhum comportamento contra a situação de *bullying* que estão a presenciar. Lopes (2005) afirma que as testemunhas sentem, geralmente, simpatia pela vítima e condenam o comportamento do agressor e gostariam que alguém interviesse para parar a situação. Contudo, na grande maioria, não se pronunciam nem auxiliam a vítima, porque têm medo de se tornarem na próxima vítima ou são amigos do agressor

(Silva, 2010) ou, ainda, porque não sabem o que fazer e têm receio de fazer alguma coisa errada e piorar a situação (Gini et al., 2007).

1.1.4. Causas do *bullying*

O *bullying* é um fenómeno multicausal, as causas vão desde questões culturais até fatores pessoais (Avilés, 2013), que podem ser agrupadas em fatores de ordem individual, familiar, relacional, escolar, económica, social e cultural.

Como fatores culturais que influenciam em situações de *bullying*, encontram-se: a cultura da violência e do recurso à força; a exibição regular nos meios de comunicação social de muitas cenas de violência; o incentivo desmesurado e descomedido ao consumismo; a prática de atitudes discriminatórias e de xenofobia face a determinados grupos de indivíduos singulares (Avilés, 2013; Fante & Prudente, 2015).

Como fatores sociais: a violência estrutural, os preconceitos, os valores (não morais) socialmente aceites, como o status social, a individualidade, o culto ao corpo (Avilés; 2013); o declínio de valores como a flexibilidade, respeito e tolerância; o declínio da família e da comunidade; o aumento da delinquência juvenil; o acesso a substâncias ilícitas e ao álcool é cada vez maior e mais fácil (Ventura & Fante, 2013). Martinez (2010) refere, ainda, fatores de ordem económica que têm efeito no comportamento do *bullying*, como como o modelo económico traçado por muitos dos países que vai intensificando as desigualdades sociais e os movimentos de migração que conduzem à formação de bairros sociais e guetos.

É no núcleo familiar que adquirem os modelos de conduta por imitação e reprodução das ações e aprendizagens adquiridas que exteriorizam nas suas relações sociais (Beane, 2011). Entre os principais fatores familiares identificados, na literatura, encontram-se: os modelos de educação autoritária, permissiva ou negligente; formas agressivas; falta de diálogo; défice de educação sociomoral e pró-social, falta de vínculos afetivos (Avilés, 2013). Os vínculos afetivos, demonstram ser muito importantes, a falta de afeto na socialização primária de crianças e dos jovens, pode resultar, na falta de afetos e de empatia pelos outros. Veiga e Fonseca (2001) alertam para o facto que a falta de tempo que os pais têm para os seus filhos resulta, muitas vezes, na aplicação indiscriminada de práticas coercivas e autoritárias que influenciam e aumentam as condutas agressivas.

Já no que diz respeito aos fatores escolares, podem-se apontar: a tolerância às agressões; o tipo de relações estabelecidas (de cooperação ou de competição, baseadas no respeito mútuo ou unilateral); a falta de sistemas de apoio e de canais de comunicação; a falta de vínculos de apego; o tipo de normas existente e a forma como são construídas; o tipo de relação estabelecida com as famílias e os demais membros da comunidade educativa (Avilés, 2013).

Segundo Ventura e Fante (2013) as escolas necessitam de propiciar aos seus estudantes ambientes mais descontraídos, seguros, aprazíveis e estimuladores de harmonia. Estes autores argumentam que as questões estéticas e de segurança são importantes para uma convivência democrática e pacífica. Existem estudos que concluem que existe uma relação direta entre os níveis de *bullying* registados e a dimensão da escola e da sala de aula (Sá, 2007; Serrate, 2009). Outros estudos identificam o recreio escolar e na sala de aula como os locais onde se verifica com maior frequência os atos de *bullying* (Ventura & Fante, 2013). Estes comportamentos surgem, geralmente, em locais sem vigilância, em que os assistentes escolares estão pouco ou não estão presentes, porém, na sala de aula, estes comportamentos acontecem, na presença do professor (Sá, 2007; Ventura & Fante, 2013).

Finalmente, os fatores causais individuais podem ser divididos em fatores internos, externos e situacionais. Exemplos dos fatores internos são: a hiperatividade e a impulsividade; o desequilíbrio emocional das vítimas; a imagem que têm de si (Tognetta & Bozza, 2013); os valores morais; o consumo exagerado de álcool e drogas (Carvalhosa et al., 2001). Os fatores externos estão relacionados com as características particulares da vítima, como por exemplo o peso, a altura, a forma como se veste, a etnia, as necessidades educativas especiais, entre outros. E, finalmente, o ser novo na escola ou na rua onde vive, podem ser apontados como fatores situacionais.

Embora os fatores apresentados não sejam lineares e consensuais, servem, no entanto, para enquadrar e entender alguns dos atos de *bullying*. No Quadro 3, apresenta-se um resumo das causas/fatores.

Quadro 3: Resumo das causas/fatores que influenciam o comportamento de *bullying*

Causas/Fatores Culturais	Cultura da violência e do recurso ao uso da força; a exibição regular nos meios de comunicação social de muitas cenas de agressão; o incentivo desmesurado e descomedido ao consumismo; a prática de atitudes discriminatórias face a determinados grupos de indivíduos singulares.
Causas/Fatores Sociais	Violência estrutural, preconceitos, valores (não morais) socialmente aceites, como o status social, a individualidade, o culto do corpo; o declínio da comunidade; o individualismo; declínio de valores como a flexibilidade, respeito e tolerância; declínio da família; o aumento da delinquência juvenil; o acesso a substâncias ilícitas e ao álcool é cada vez maior; o aumento das desigualdades sociais; a marginalização de grupos sociais.
Causas/Fatores Familiares	Modelos de educação autoritária, permissiva ou negligente; formas agressivas; falta de diálogo; défice de educação sociomoral e pró-social; falta de vínculos afetivos; a falta de tempo para dedicar aos filhos.
Causas/fatores Escolares	A tolerância às agressões; o tipo de relações estabelecidas (se de cooperação ou de competição, se baseadas no respeito mútuo ou unilateral); falta de sistemas de apoio e de canais de comunicação; os vínculos de apego; o tipo de normas existentes e a forma como são construídas; o tipo de relação estabelecida com as famílias e os demais membros da comunidade educativa; a falta de segurança e vigilância; a dimensão das escolas, entre outros.
Causas/Fatores individuais	A hiperatividade e a impulsividade; o desequilíbrio emocional das vítimas; a imagem que têm de si; os valores morais; o consumo exagerado que álcool e drogas; o peso, altura, a forma como se veste, a etnia, as necessidades educativas especiais, o facto de ser novo na escola ou na rua onde vive, entre outros.

Fonte: Elaboração própria

1.1.5. Consequências do *bullying*

Todos os intervenientes na situação de *bullying*, vítimas, agressores e testemunhas, enfrentam consequências devastadoras em termos físicos, emocionais e psicológicos, de curto e longo prazo (Lopes Neto e Saavedra, 2003; Lopes Neto e Fante, 2005; Lopes Neto, 2005; Sá, 2007; Sarrate, 2009; 2014; Silva, 2010; Tognetta & Bozza, 2013).

Consequências para as vítimas

Ataque após ataque, a autoimagem da vítima pode tornar-se muito negativa fisicamente, socialmente e academicamente, o que, segundo Olweus (1999), tem claramente efeitos negativos na sua autoestima e equilíbrio emocional. As consequências para a vítima são devastadoras: sentem-se infelizes, sofrem com o medo, desenvolvem depressão e ansiedade (Avilés, 2006; Del Barrio et al., 2005); são acometidas por doenças de origem psicossomática, como por exemplo, dores de cabeça, perturbações no sono,

dores de estômago, enurese noturna, dor gástrica, desmaios, vômitos, dores nas extremidades, paralisias, hiperventilação, queixas visuais, síndrome do intestino irritável (Lopes Neto, 2005); podem pensar ou mesmo cometer suicídio (Turner, Exum, Brame, & Holt, 2013); o seu desempenho escolar diminui; recusam-se a ir à escola; mudam de escola frequentemente (um fator de risco que pode resultar num fator de risco situacional e na vitimização num meio diferente); muitos abandonam os estudos (Swearer, Espelage, Vaillancourt, & Hymel, 2010); podem desenvolver comportamentos antissociais (Shaffer & Ruback, 2002; Serrate, 2009) e praticar atos de autoagressão (Lopes Neto, 2005).

Além das marcas sofridas no presente, vários estudos comprovam que os efeitos negativos podem estender-se no tempo, e mesmo agravar-se já na idade adulta, repercutindo-se numa personalidade dotada de insegurança e inferioridade permanente, reduzindo assim a sua autoestima e, em última instância, a sua qualidade de vida (Serrate, 2009; Sá, 2007; Haber & Glatzer, 2009).

Consequências para os agressores

As ações do agressor são na sua maioria gratuitas. O recurso a atos agressivos servem, quase sempre, como forma de valorização pessoal. Estes, porém, não estão livres de sofrerem consequência pelos seus atos. A curto prazo, os agressores podem sofrer consequências como punições e castigos. E a longo prazo, o uso recorrente à violência pode fazer com que aprendam a usar a agressão como forma de estar na vida e a valorizar a violência. Os estudos mostram que as crianças e jovens com condutas violentas têm uma grande probabilidade de enveredarem na vida adulta por comportamentos antissociais, delinquência, violência doméstica e, mesmo, por uma carreira criminosa (Lopes Neto e Saavedra, 2003; Serrate, 2009; Sá, 2007). A longo termo, as repercussões psicológicas podem ser muito graves. No entanto, Del Barrio et al. (2005) alertam que é um equívoco considerar que o *bullying* é um círculo vicioso, ou seja, uma criança que foi *é* ou foi *bullie*, será sempre agressivo e que acabará por ser um criminoso.

Consequências para as testemunhas

As testemunhas apesar de não sofrerem agressões, também sofrem o impacto de presenciarem as mesmas. Embora as consequências não sejam diretas, muitos têm medo de ser a próxima vítima e de ir todos os dias para uma escola que não consideram ser um

lugar seguro. A insegurança e a ansiedade, podem influenciar negativamente o seu desempenho escolar e as suas relações sociais (Lopes Neto & Saavedra, 2003). Vários autores apontam que podem, igualmente, reagir adotando posturas individualistas e egoístas e, começar a dar valor à conduta agressiva (Serrate, 2009; Sá, 2007).

Torna-se possível concluir, assim, que o *bullying* é um fenómeno altamente nocivo para todos aqueles que nele participam. Mas este fenómeno também é prejudicial para quem não participa, como por exemplo, os familiares que sofrem pelos filhos e sentem-se impotentes para resolver a situação; a escola que passa a ter má reputação, e por último a sociedade em geral.

Para terminar, apresenta-se, no Quadro 4, um breve resumo das consequências do *bullying*.

Quadro 4: Resumo das consequências do *bullying*

Vítima	Agressores	Testemunhas	Outros
<ul style="list-style-type: none"> • Baixa autoestima e desequilíbrio emocional. • Tristeza. • Medo. • Depressão. • Ansiedade. • Desenvolvimento de doenças psicossomáticas (dores de cabeça e estômago, vômitos, diarreias, etc.). • Baixa de rendimento escolar. • Abandono escolar. • Comportamentos antissociais. • Ideação do suicídio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ser punidos e castigados; grande probabilidade de desenvolverem comportamentos antissociais. • E enveredarem por um comportamento delinquente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Medo. • Fobia de ir à escola. • Insegurança. • Ansiedade. • Baixa no desempenho escolar. • Passar a ser individualista e egoísta. • Dar valor à conduta agressiva. 	<ul style="list-style-type: none"> • Familiares: sofrimento pelo filho e sentimento de impotência. • Escola: pode passar a ter má reputação.

Fonte: Elaboração própria.

1.1.6. Tipos de *bullying*

Quanto à categorização dos diferentes tipos de comportamento de *bullying*, nomeadamente a sua forma de expressão, a tipologia mais comum é a classificação entre comportamentos diretos e indiretos (Rivers & Smith, 1994). Na década de 1990, Olweus (1991, 1993), classifica os seguintes tipos de violência na conduta de *bullying*: a física, verbal e psicológica. E dentro do abuso de poder faz a divisão entre o *bullying* direto e o *bullying* indireto.

O *bullying* direto são os confrontos em que vítima e agressor se encontram no mesmo espaço e tempo, ou seja, ocorrem “*face to face*” ou “cara a cara”. O agressor e a vítima conhecem a identidade um do outro. Este tipo de *bullying* é fácil de reconhecer porque na maioria dos casos, existem, sinais, observáveis do dano. Neste grupo inserem-se os comportamentos físicos (como pontapés, empurrões, etc.) e os comportamentos verbais (como insultos, fazer comentários negativos e humilhantes, gritar, fazer troça).

No âmbito do *bullying* indireto, que não ocorre frente a frente, mas «nas costas» do indivíduo tem como principal objetivo excluir socialmente ou manchar a reputação da vítima (Wang et al., 2009). Por esta razão, é frequentemente referenciado como *bullying* relacional (Espelage & Swearer, 2003). O *bullying* indireto é mais difícil de reconhecer porque a vítima, muitas vezes, não se apercebe da identidade do agressor nem que o comportamento de *bullying* ocorreu. Importa salientar que, por vezes, o *bullying* indireto pode assumir uma dimensão direta, ou seja, física e verbal.

Ao longo dos anos, outros tipos de *bullying* têm vindo a ser identificados, como por exemplo, o *bullying* sexual e o *cyberbullying*.

No quadro 5, figuram os tipos de *bullying*, com exemplos dos comportamentos, identificados na literatura (Olweus, 1993; Espelage & Swearer, 2003; Wang et al., 2009; Serrate, 2014; entre outros).

Quadro 5: Tipos e comportamentos de *bullying*

Tipos de <i>bullying</i>	Comportamentos
<i>Bullying</i> Físico	Bater; dar pontapés; dar estalos; dar murros; fazer rasteiras; empurrar; puxar o cabelo; beliscar; morder; tirar os pertences ao colega (roubar dinheiro ou outros bens pessoais); cuspir no colega; perseguir o colega; impedir a passagem do colega, rasgar roupa ou estragar objetos.
<i>Bullying</i> Verbal	Insultar, gritar, ameaçar, gozar e fazer comentários negativos ou humilhantes; chamar nomes; dar alcunhas; ser sarcástico; rebaixar; criticar a aparência; espalhar rumores e/ou mentiras; escrever notas maldosas; caluniar/difamar; dizer coisas desagradáveis pelas costas.
<i>Bullying</i> Relacional	Deixar a pessoa de fora em trabalhos de grupos e/ou jogos, inventar mentiras ou espalhar rumores, boatos ou comentários negativos ou humilhantes; dizer ao indivíduo que ninguém quer ser amigo dele; incentivar os colegas para que não sejam amigos da vítima; evitar/ignorar o indivíduo; manipular as redes de amizade; não convidar deliberadamente para festas e saídas em grupo e outros comportamentos similares
<i>Bullying</i> psicológico	Extorsão; coação; ameaçar gestualmente; chantagear; utilizar gestos obscenos; enviar mensagens ameaçadoras e desagradáveis.
<i>Bullying</i> Sexual	Gestos obscenos, insultar ou fazer comentários de natureza sexual e obrigar à prática de atos de índole sexual.

<i>Cyberbullying</i>	Enviar mensagens por meios digitais que intimidam, espalhar falsa informação, assediar/perseguir, gozar/incomodar e insultar.
----------------------	---

Fonte: Elaboração própria

1.2. O fenómeno *cyberbullying*

Perante a proliferação das novas tecnologias, particularmente entre os jovens, surge um novo tipo de *bullying* indireto que não se processa “cara a cara”, mas atrás de recursos eletrónicos – o *cyberbullying*. Embora, o *cyberbullying* tenha características coincidentes com o *bullying* tradicional, também, apresenta características próprias que advém do meio usado para praticar este tipo de *bullying*. Por exemplo, os recursos eletrónicos permitem o anonimato do agressor e que chegue a um número incalculável de testemunhas, podendo provocar ainda mais dano à vítima do que o *bullying* tradicional.

1.2.1. Definição de *cyberbullying*

De acordo com Pessoa, Amado e Matos (2018) o *cyberbullying* é um problema relativamente recente, ainda, desconhecido para grande parte da população. Os mesmos autores consideram que o conceito é ambíguo e que necessita de uma conceptualização teórica unânime e rigorosa. Longos (2012) considera que não há consenso em relação aos aspetos teóricos e também conceituais que apreendam o fenómeno em sua complexidade e Spears et al., (2009) apontam que esta ausência de definição pode ser fruto da constante evolução e inovação das novas tecnologias que resultam em novos comportamentos e modos de agir.

Belsey (2006), define o fenómeno da seguinte forma: “ O *cyberbullying* envolve o uso das novas tecnologias da informação, como e-mail, telemóvel, mensagens de texto, mensagens instantâneas, sites pessoais, blogs, jogos [...] para apoiar deliberada e repetidamente o comportamento hostil de um indivíduo ou grupo com a intenção de prejudicar outros (Belsey, 2006, p.1). E Smith et al, (2008) definem *cyberbullying* como "uma agressão intencional, realizada por um grupo ou por um indivíduo, usando formas eletrónicas de contato, repetidamente, e ao longo do tempo, contra uma vítima que não se pode defender facilmente" (Smith et al., 2008, p. 376). Neste trabalho define-se o *cyberbullying* como um tipo de *bullying* indireto realizado através das novas tecnologias,

trata-se de uma conduta intencional, agressiva e prejudicial, motivada para causar dano a outra pessoa.

1.2.2. Características do *cyberbullying*

Todas as características do *bullying* estão presentes no *cyberbullying*, existe a intencionalidade de magoar ou causar dano ao outro, existe frequência e desequilíbrio de poder.

No *cyberbullying*, a frequência ganha outra dimensão, mesmo que seja apenas um ato isolado, a agressão estará sempre acessível e «à distância de um clique». Como referem Silva e Mascarenhas (2010, p. 51), ” o *cyberbullying*, apoiado nas tecnologias da informação, transcende as fronteiras do tempo (na medida em que a ofensa se pode manter infinitamente presente no espaço virtual), mas também as fronteiras do espaço pessoal e físico.”

O desequilíbrio do poder não é físico, mas existe. De acordo com Del Barrio (2013), quando se trata de troca de agressões entre duas pessoas, por exemplo, na troca de mensagens de um indivíduo para outro, trata-se de uma relação violenta e agressiva, mas de uma relação simétrica. Contudo, se estas mensagens envolverem outras pessoas no ataque, passa a existir o desequilíbrio de poder (muitas pessoas não têm consciência que ao enviarem *likes* ou fazerem comentários em tom de brincadeira estão igualmente a ser agressoras e a contribuir para que a situação se transforme em *cyberbullying*). Del Barrio (2013), refere ainda que existe uma assimetria de poder nas competências eletrónicas se o agressor tiver um maior conhecimento que a vítima, tem o poder nas ações.

Uma característica muito importante do *cyberbullying* é a distância virtual que se estabelece entre o entre a vítima, o agressor e as testemunhas. O contacto indireto, sem ser “carra a cara” pode fazer com que muitas pessoas se sintam desinibidas e tomem ações agressivas contra alguém, ações essa que não praticariam se fosse no mundo físico (Smith, Del Barrio, Tokunaga, 2013). O anonimato, do agressor, muitas vezes utilizado, é uma característica que torna o *cyberbullying* num fenómeno muito mais gravoso que o próprio *bullying*. De acordo com Pires (2018), a motivação do agressor para a prática do *bullying* é sentir-se poderoso e tornar-se popular, enquanto, a motivação do *cyberbullying* é o anonimato.

Para Pessoa, Amado e Matos (2018) a principal característica deste tipo de *bullying* é ocorrer no espaço cibernético. Estes autores consideram que a evolução constante das novas tecnologias não nos permite prever todos os meios utilizados para praticar *bullying*. Apresentam, contudo, as categorias que se podem identificar, nos dias de hoje (Pessoa, Amado e Matos, 2018, pp. 38-39):

- ✓ *SMS*: enviar ou receber mensagens de texto abusivas através do telemóvel.
- ✓ *MMS*: tirar, enviar ou receber fotos e/ou vídeos desagradáveis utilizando os telemóveis (ex. *happy slapping*).
- ✓ *Telefonemas*: fazer ou receber telefonemas perturbadores (ex. comunicar brincadeiras maliciosas).
- ✓ *Correio eletrónico*: mensagens de correio eletrónico maliciosas ou ameaçadoras enviadas diretamente para a vítima, ou sobre a vítima para terceiros.
- ✓ *Salas de conversação*: intimidação ou abuso aquando da participação em salas de conversação
- ✓ *Mensagens Instantâneas*: mensagens instantâneas abusivas (MSN, Yahoo, AIM etc.).
- ✓ *Páginas da Internet*: onde são revelados detalhes secretos ou pessoais de uma forma abusiva, ou onde são partilhados comentários maliciosos e desagradáveis. Pode também envolver a divulgação, numa página da Internet, de fotos ou vídeos humilhantes ou a colocação de pesquisas degradantes.

1.2.3. Intervenientes e protagonistas

O fenómeno do *cyberbullying*, pela natureza dos recursos eletrónicos, tem uma proliferação de informação imediata e que chega a milhares de pessoas de todo o mundo (Cappadocia, Carig & Pepler, 2013). Os principais atores são os mesmos do fenómeno do *bullying*, o agressor, a vítima e as testemunhas, contudo, o número de intervenientes é muito superior e mesmo incalculável e o papel das testemunhas passa a ser mais interveniente.

Agressores

No *cyberbullying* o desequilíbrio de poder acontece não pela força do agressor, mas pela aptidão e competência no uso das novas tecnologias (Del Barrio, 2013). Os motivos que levam a praticar a agressão são múltiplos: como não veem a reação da vítima não tem empatia por ela (Kowalski, Limber & Agatston, 2008; National Crime Prevention Council, 2007); consideram que o seu comportamento é “apenas” uma brincadeira (Kowalski, Limber & Agatston, 2008; National Crime Prevention Council, 2007) ou por vingança (Vandebosch & Van Cleemput, 2009). Vários autores apontam que os agressores, muitas vezes são vítimas agressoras, ou seja, que já foram vítimas de *bullying* e veem no anonimato do cyberspaço a oportunidade para se vingarem dos agressores (Ybarra & Micheal, 2004; Vandebosch & Van Cleemput, 2009).

Pinheiro (2009) divide os agressores em dois tipos, os *cyberbullies* acidentais, que praticam o *cyberbullying* com o intuito de gozar ou de se vingar e os *cyberbullies* adictos, que praticam *cyberbullying* porque lhes proporciona prazer. Estes últimos, podem ter começado a praticar *cyberbullying* por acaso, mas ao experimentarem uma sensação agradável dão continuidade à prática, chegando mesmo a procurar páginas pessoais de pessoas que nem conhecem, escolher a vítima e persegui-la, procurando o prazer psicológico, tornando-se, assim um vício. De acordo com Pinheiro (2009) este tipo de agressão coloca o *cyberbullying* num patamar ainda mais grave.

Os agressores são caracterizados como indivíduos mal-adaptados psicológica e socialmente; têm baixa autoestima; grande disposição para o vandalismo e o roubo; para consumir tabaco e álcool; fugir à escola (Pessoa et al., 2017); têm ausência de empatia; são muito confiantes e seguros das suas competências no uso das novas tecnologias, (Pessoa & Amado, 2014).

Vítimas

As vítimas na generalidade, são indivíduos que não se encaixam em determinados padrões, de acordo com a «norma» de aparência física, capacidades atléticas e académicas, etnia, a forma de vestir, etc. (Jackson, Cassidy & Brown, 2009).

O medo da vítima é devastador, porque, muitas vezes, não consegue identificar o agressor, que pode ser um amigo, um familiar e ser até um grupo de indivíduos. O não saber quem é o agressor aumenta o medo da vítima (Cruz, 2011; Mark & Ratliffe, 2011;

Smith et al., 2008). Esta tem tendência a manter a vitimização em silêncio, sobretudo, com medo de represálias. No caso do *cyberbullying*, apagar/bloquear o remetente, na maior parte das vezes não funciona, porque o agressor pode adquirir outro nome/perfil ou número e atacar, de novo (Bauman, 2009). Bauman (2010), refere, ainda, que este silêncio se deve ao facto de que as vítimas não quererem desconectar-se da internet, ou seja, como tem medo que lhes retirem o acesso à internet não falam. Preferindo assim, ser agredidas e maltratadas do que ficar sem acesso à internet, da qual são dependentes.

Pessoa e Amado (2014) caracterizam as vítimas, como indivíduos pouco populares, que sofrem problemas emocionais com os seus pares e possuem um conhecimento inadequado dos riscos e regras do uso seguro da internet (privacidade, *pass-words*, pedidos de ajuda, etc.). Kowalsky, Limber, & Agatston (2007) referem que as vítimas se sentem zangadas, tristes, deprimidas, magoadas, stressadas, desamparadas, sozinhas e confusas.

Testemunhas

O número de observadores do *cyberbullying* é exponencialmente superior ao número de testemunhas de um ato de *bullying*. De acordo com Pessoa e Amado (2014), as testemunhas ou observadores podem ser reforçadores e auxiliares (apoiam o agressor), defensoras (apoia a vítima) e/ou testemunhas passivas, que nem apoiam o agressor nem a vítima.

As testemunhas podem tornar-se em agressoras com muita facilidade, sempre que partilham as mensagens que são enviadas pelo agressor à vítima, ou respondendo com mensagens de apoio à agressão (Heiman & Olenik Shemesh, 2013; Willard, 2007), por vezes basta apenas um simples *like*.

De acordo com Li (2006), muitas são as testemunhas que preferem não falar nem contar a ninguém os incidentes ocorridos, o que a nosso ver, se justifica por medo a represálias, mas também de ficarem com acesso restrito à internet.

1.2.4. Causas do *cyberbullying*

O *cyberbullying* é um fenómeno multicausal. Para além das causas supramencionadas para o *bullying*, a literatura sobre o *cyberbullying*, aponta, novas

causas como, por exemplo, a sensação de poder face às vítimas - principal motivação apontada por Pinheiro (2009) aos *cyberbullies* adictos - e o tédio sentido pelos agressores devido a falta de ocupação e a diversão que proporciona aos agressores e às testemunhas (Pinto, 2011). Montalvão (2015), refere, ainda, que por vezes o fazem por imitação, ou seja, viram algo na internet que consideraram ser muito divertido e repetem.

1.2.5. Consequências do *cyberbullying*

As vítimas de *cyberbullying* apresentam sintomas muito parecidos às vítimas de *bullying*, uma vez que relatam sentimentos de depressão, baixa autoestima, desamparo, ansiedade social, concentração reduzida, fobias, baixo rendimento académico, alinação e ideação suicida como forma de escape à tortura a que estão sujeitos (Kowalsky, Limber, & Agatston, 2007; Juvonen & Gross, 2008; Rivituso, 2012; Varghese & Pistole, 2017; Akcil, 2018) O mesmo acontece com as consequências dos agressores e testemunhas.

Acrescenta-se apenas que, para além do receio em ir à escola, também se verifica uma certa relutância no uso das novas tecnologias. (Goebert, Else, Matsu, Chung-Do, & Chang, 2011).

1.2.6. Tipos de *cyberbullying*

Os tipos de *cyberbullying* têm sido categorizados de acordo com os comportamentos usados para concretizar a ação. Willard (2007) e Watts et al. (2017), apontam sete tipos de *cyberbullying*: intimidar, ameaçar (*flaming*), assediar (*online harassment*), difamar (*denigration*), representar e mascarar (*impersonation* e *masquerading*), gozar (*trickery* e *outring*), excluir (*exclusion*) e ciberperseguição (*cyberstalking*).

Do estudo de várias investigações, Pessoa e Amado (2014) reúnem quinze comportamentos que se apresentam, no Quadro 6.

Quadro 6: Tipos/comportamentos de *cyberbullying*

Tipos de comportamentos de <i>cyberbullying</i>	Descrição
Manifestar ódio, fazer ameaças, intimidar (<i>Flaming/Threats/Intimidation</i>)	Discussões acesas e intensas de curta duração, com uma linguagem e mensagens vulgares, rudes e ofensivas, e com insultos (<i>flame war</i>) que ocorrem habitualmente em <i>forums</i> online e salas de chat.
Insultar (<i>Bashing</i>)	Utilização da Internet para cometer ataques, diretos, verbais ou por via de imagens como é o caso, por exemplo, de comentários difamatórios em blogues.
Assediar/ assédio (<i>Online harassmet</i>)	Envio repetido e persistente, a um alvo ou pessoa específica, de mensagens escritas agressivas (<i>text war</i>) com o objetivo de ferir e aborrecer
Difamar/denegrir (<i>Denigration/Put Down/Misinformation</i>)	Dizer mal de alguém nos diversos espaços e sitios da web. Espalhar boatos ou divulgar de informações falsas e/ou rumores online com a intenção de prejudicar. É o caso, por exemplo, de alunos que colocam <i>posts</i> (em páginas da web, e-mails, mensagens de texto ou mensagens instantâneas) com informações falsas e prejudiciais sobre as vítimas.
Ciberperseguição (<i>Cyberstalking</i>):	Assédio escondido, repetido e muito violento, na medida em que o seu impacto na vítima pode causar medos muito fortes. Por exemplo, a vítima pode receber e-mails anónimos com ameaças físicas ou de vigilância total.
Chapada alegre (<i>Happy slapping</i>)	Comportamentos de quem intencionalmente provoca cenas de violência com a finalidade de filmar/ vídeo gravar e enviar, por email, internet, telefone, telemóvel, etc.
Revelar segredos/chantagear (<i>Outing/ Blackmail</i>):	Divulgação de informação sensível, privada ou embaraçosa e que devia ser do foro privado e assim mantida (cartas, fotografias, questões financeiras, etc.), como meio de chantagem para obter algum benefício. Por exemplo o reencaminhamento de uma mensagem da vítima que contém informação pessoal e íntima.
Excluir (<i>Exclusion</i>):	Excluir alguém de atividades sociais e de grupo como chats ou jogos. De fato ser excluído de participar com os seus pares poderá levar a sentimentos de rejeição. A exclusão pode ocorrer, por exemplo, num ambiente de jogos online ou blogues quando não se obtém resposta dos pares.
Dissimular /usurpar identidade (<i>Posing/Masquerable/Identity Theft</i>)	Agressor obtém fraudulentamente a senha da conta de uma sua vítima e finge ser esta mesma, enviando informações nocivas e prejudiciais para a própria vítima.
Aliciar ou fingir-se amigo (<i>Trickery/ Posing as a friend</i>):	Convencer alguém a revelar segredos ou informação embaraçosa com o intuito de a partilhar online.
Sexting:	Enviar mensagens de cariz sexual, tais como fotos de nu parcial ou total, para serem vistas por outros colegas e amigos.

Fonte: Pessoa & Amado, 2014, pp.39-40

1.2.7. Cyberbullying como tipo de bullying

Do exposto até aqui, compreende-se que o *bullying* e o *cyberbullying* têm pontos comuns e distintivos. Os estudiosos questionam-se se o *cyberbullying* é um tipo de *bullying* ou um fenômeno diferente. Alguns autores são da opinião que a comunicação eletrônica e suas ferramentas, proporcionam um diferente tipo de interação social, que acaba por expandir, fortalecer, e diferenciar a forma como os jovens comunicam. E por esta razão, o fenômeno de *cyberbullying* difere do fenômeno típico de *bullying* (Law et al., 2011; Walker et al. 2011; Rocha, 2012). Outros autores consideram que o *cyberbullying* é o mesmo fenômeno que o *bullying*, apenas, recorre a outros meios e ferramentas (Lee, 2011; Shariff, 2011; Bibou-Nakou; Tsiantis; Assimopoulos & Chatzilambou, 2013).

De acordo com Shariff (2011), existem alguns fatores gerais no contexto do fenômeno, referente à tipologia, causas e consequências, que contribuem para compreender tanto o *bullying* quanto o *cyberbullying*. No que concerne ao tipo de violência, embora, o *cyberbullying* não se manifeste por violência física, manifesta-se, igualmente, através de formas relacionais (Lee, 2011; Bibou-Nakou et al., 2013). Além disso, muitas vezes o *bullying* e o *cyberbullying* estão relacionados, ou seja, uma vítima que começou por ser vítima de *bullying* passou a ser vítima de *cyberbullying* ou vice-versa. O comportamento “chapada alegre” (Pessoa & Amado, 2014) é um bom exemplo desta relação. Wendt e Lisboa (2014) fazem a distinção entre os dois fenômenos, que se apresenta, no Quadro 7:

Quadro 7: Diferenças entre *bullying* e *cyberbullying*

Critérios	<i>Bullying</i>	<i>Cyberbullying</i>
Agressividade	Pode ser expressa com uso de violência física e insultos verbais. A vítima, em geral, sabe qual é a pessoa ou o grupo que lhe agride fisicamente. São comuns casos extremos, como lutas corporais, ferimentos sérios, entre outros. Entretanto, os agressores podem também não ser conhecidos, uma vez que existem agressividades de forma indireta como fofocas, espalhar rumores, dentre outros comportamentos deste tipo.	Em seu formato eletrônico, o <i>cyberbullying</i> ou <i>bullying</i> virtual não fere a pessoa fisicamente. A agressividade é maioritariamente dirigida a denegrir a imagem da pessoa, espalhar rumores, roubar senhas e <i>nicknames</i> , excluir de um grupo de discussão, entre outros. Os impactos da agressividade atingem, assim, aspetos emocionais e relacionados ao self da vítima.

Desequilíbrio de poder	Um dos aspetos centrais do conceito de <i>bullying</i> e que o diferencia de outros comportamentos agressivos é o de que existe um desequilíbrio de poder entre agressor e vítima, sendo que este poder pode ser mantido através de ameaças e agressões físicas, sociais e/ou psicológicas	Diferentemente do <i>bullying</i> , em que a situação de desequilíbrio de poder decorre em função de distinções como força, persuasão ou status, em sua manifestação eletrônica, o <i>cyberbullying</i> representa uma desvantagem em termos de habilidades tecnológicas (um usuário “mais avançado” pode vitimizar outra pessoa em decorrência de certos conhecimentos específicos). Além disso, o agressor pode recorrer ao anonimato, deixando a vítima sem possibilidades de identificar o autor das agressões e restringindo, assim suas formas de ação para combate desta violência.
Audiência	No processo de <i>bullying</i> , é comum que o grupo de pares reforce os atos dos agressores. Além disso, quando o processo ocorre em situações como recreio ou durante as aulas, os colegas presentes compõem a audiência. Esta passa a ser restrita e limitada ao contingente de estudantes que presenciam os atos.	No <i>cyberbullying</i> , todavia, a audiência pode ser nula (como nas situações em que o agressor dirige seus atos diretamente à vítima) ou infinita (como na postagem de vídeos, fotos ou outro material em sites e redes sociais).
Intencionalidade	O <i>bullying</i> não se refere a um ato ocasional. O agressor apresenta a intenção de ferir, magoar ou humilhar a vítima.	Do mesmo modo, tal critério aplica-se ao <i>cyberbullying</i> , pois, ao enviar um e-mail ofensivo diretamente ou ainda ao postar uma foto indesejável da vítima em uma rede social constata-se que o ato é proativo, motivado.
Repetição	Um dos principais critérios para <i>bullying</i> é de que o fenômeno seja recorrente, sistemático; há uma permanência, ao longo do tempo, das atitudes agressivas.	No <i>cyberbullying</i> , uma única ação realizada pode ser replicada inúmeras vezes por um número extenso de espectadores, não exigindo que o agressor repita o seu ato (ex: postar uma foto em um site ou um vídeo no Youtube, uma única vez, pode ser visualizado, salvo em um computador e compartilhado para uma ampla audiência).

Fonte: Wendt & Silva, 2014, p. 44.

Na nossa opinião, sendo o *cyberbullying* um fenômeno recente e que ainda necessita de muita investigação, esta questão será, certamente, respondida com mais exatidão, nos próximos anos.

1.3. Prevalência do *cyberbullying*

A expansão da oferta e facilidade de acesso às tecnologias tem contribuído para uma maior exposição dos jovens aos diferentes comportamentos de *cyberbullying* (Sontag, Clemans, Graber, & Lyndon, 2011). O *cyberbullying* é uma problemática que se

registra a nível mundial, basta um recurso eletrónico para permitir este tipo de prática. Por outro lado, permite que o *cyberbullying* se registre entre indivíduos de diferentes países e que se encontram a uma distância física enorme.

A natureza e prevalência do *cyberbullying* diferem nas diferentes regiões do mundo (Baek & Bullock, 2014). Musharraf e Anis-ul-Haque (2018), referem que existem diferenças significativas entre as sociedades asiáticas e ocidentais. Dando como exemplo, que a perceção da intervenção do adulto no estudo de Li (2008) indicou diferenças significativas entre canadenses e adolescentes chineses (Li, 2008, cit. por Musharraf & Anis-ul-Haque, 2018) e Wright et al. (2017, cit. por Musharraf & Anis-ul-Haque, 2018) encontraram padrões de perceção de gravidade e respostas emocionais à vitimização entre adolescentes chineses, cipriotas, tchecos, indianos, japoneses e americanos.

No recente estudo *Health Behaviour in School-aged Children* (HBSC) da Organização Mundial da Saúde, realizado por Inckley et al. (2020) em que foram estudados 44 países, conclui-se, igualmente, que a prevalência dos usuários problemáticos dos media sociais varia muito em todos países/regiões estudados. Os principais resultados deste estudos foram: i) 7% dos adolescentes foram classificados como usuários problemáticos; ii) a prevalência variou de 1% entre meninas de 11 anos na Islândia e 24% dos meninos de 11 anos no Azerbaijão; iii) as diferenças de género entre crianças de 11 anos foram significativas em 12 países / regiões, com os meninos a relatarem mais o uso problemático do que meninas. Porém, com o aumento da idade (13 a 15 anos) as meninas correm mais risco de uso problemático dos media sociais e iv) na faixa etária dos 15 anos, os países com os níveis mais altos de uso problemático são a Albânia, Irlanda, Malta e Espanha. Este estudo conclui que a variação transnacional no comportamento *online* observado, sugere que a cultura, a política e os fatores económicos desempenham um papel na formação desses aspetos da vida dos jovens.

Pessoa e Amado (2014) apontam que a frequência de *cyberbullying* na Europa, varia muito de estudo para estudo e dão como exemplo, o trabalho de Calmaestra et al. (2010, cit. por Pessoas & Amado, 2014). Este estudo consistiu na comparação de investigações, relativamente às percentagens de vitimização este estudo concluiu que os resultados variam entre os 15 a 50%, sendo que a maioria dos estudos aponta uma percentagem da ordem dos 10%. Pessoa e Amado (2014) são da opinião de que estas diferenças entre os estudos sobre as taxas de prevalência se devem à dependência “do enquadramento teórico, das metodologias adotadas e dos instrumentos de medida usados

nos diversos estudos, o que dificulta os consensos nestas matérias quando se pretende comparar resultados” (Pessoa & Amado, 2014, pp. 41-42).

No que concerne à prevalência do *cyberbullying*, em Portugal, o estudo do *Health Behaviour in School-aged Children* (Matos et al., 2014), no qual participaram 6.026 alunos do 6º, 8º e 10º anos, de escolas de todo o país, registou uma prevalência de 15.4%. e o estudo europeu *Net Children Go Mobile* (Simões et al., 2014) demonstrou que este fenómeno está em crescimento a nível nacional. Da comparação de dados de 2010 com os dados de 2014, conclui-se que relativamente às crianças e jovens portugueses, dos 9 aos 16 anos, a prevalência do *cyberbullying*, passou de 7% ($N = 502$), em 2010 para 10% ($N = 511$), em 2014.

De acordo com Del Barrio (2013) ao compararmos diferentes contextos e países, é preciso compreender as diferenças de acessibilidade aos recursos tecnológicos por parte da população. E a esse respeito, Portugal é apontado como um dos países europeus onde se despende mais tempo em ligação à Internet. Três quartos dos utilizadores portugueses da internet (76%) estão ligados à Web em permanência (SurveyShack da Microsoft, 2009, cit por Amado et al., 2009). E o Inquérito à população promovido pelo Gabinete do Conselho de Ministros revelava que em 2004, 54% da população portuguesa utilizava o computador e que 92% dos utilizadores tinham entre os 15 e os 19 anos e eram estudantes (98%) a frequentar o curso médio e superior (96%) (Amado et al., 2009). Não podendo ignorar, que quanto maior o uso dos recursos informáticos maior o risco de sofrer de *cyberbullying*, em Portugal há que desenvolver mais estudos sobre este tema.

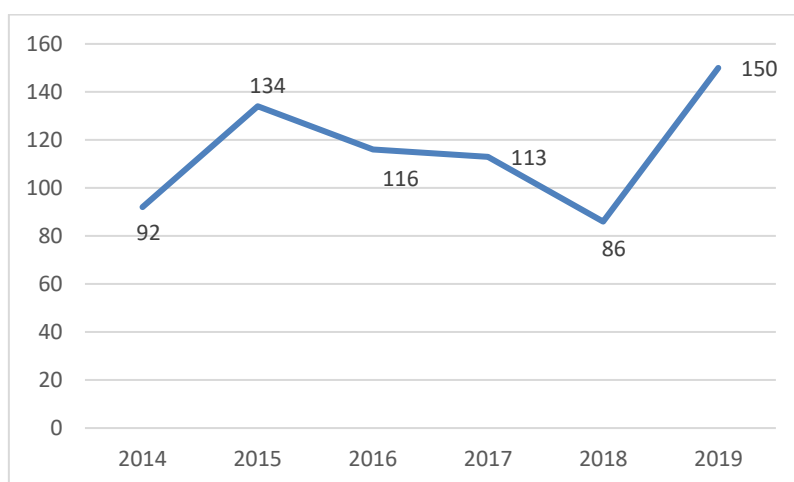


Gráfico1: Estatísticas da APAV sobre o bullying

Para terminar, ao efetuamos a pesquisa dos relatórios estatísticos da Associação Portuguesa de Apoio à Vítima (APAV)¹, verificamos que não existem dados sobre o *cyberbullying* e que os dados sobre o *bullying* aparecem, pela primeira vez, no relatório de 2014. Em relação aos dados do *bullying* verifica-se uma oscilação de 2014 até 2019, nas queixas apresentadas à APAV, e que 2019 foi o ano em que se verificou o maior número de queixas (Gráfico 1).

¹ Disponíveis em https://www.apav.pt/apav_v3/index.php/pt/estatisticas-apav

CAPÍTULO II
INVESTIGAÇÃO EMPÍRICA

Introdução

Os recursos tecnológicos, como referido na Capítulo 1, são cada vez mais usados que a nível mundial que a nível nacional. As novas tecnologias aumentam não só a probabilidade de se sofrer uma agressão ou praticar uma agressão com a intencionalidade de magoar ou ferir o outro, mas também alargam as idades do grupo de indivíduos envolvidos nestas condutas. A motivação para a realização deste estudo foi a de contribuir, mesmo com uma contribuição humilde, para a compreensão do *cyberbullying* na faixa etária dos jovens adultos (18-24 anos). A escolha desta faixa etária, deve-se ao facto de não termos encontrado informação, na pesquisa teórica sobre o tema, relativamente a este grupo etário, do qual faz parte a autora da dissertação. E por considerarmos que todos, hoje em dia, comunicamos e interrelacionamo-nos através de redes sociais, emails, blogs, mensagens, etc. e, por isso, corremos o risco de ser vítimas de *cyberbullying*.

2.1. Objetivos da investigação

Objetivo geral:

- ✓ Compreender o fenómeno *cyberbullying* em jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos.

Objetivo específicos:

- ✓ Compreender qual a prevalência do *cyberbullying* na faixa etária dos jovens adultos.
- ✓ Identificar o tipo de *cyberbullying* exercido sobre os jovens adultos.
- ✓ Caracterizar os jovens adultos que são vítimas e agressores dos atos de *cyberbullying*.
- ✓ Identificar as consequências do *cyberbullying*, nos jovens adultos.
- ✓ Compreender quais as respostas/reações dos jovens adultos vítimas de *cyberbullying*.

2.2. Opções metodológicas

presente investigação iniciou com a revisão sistemática da literatura, com o objetivo de compreender o que se sabe sobre o *cyberbullying* nos jovens com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos. Num segundo momento, procedeu-se a uma investigação quantitativa através de um questionário online, com o objetivo de caracterizar este fenómeno em Portugal. Num terceiro momento, realizou-se a análise dos resultados e finalmente, as conclusões contribuíram para a elaboração de um projeto socioeducativo de sensibilização e prevenção de *cyberbullying*.

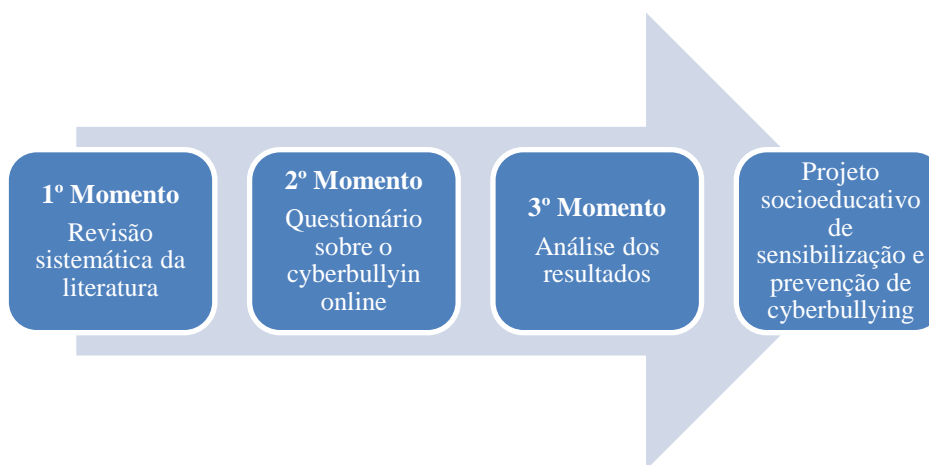


Gráfico 2: Desenho da investigação

2.3. Análise Sistemática da Literatura

2.3.1. Metodologia

A pesquisa qualitativa de revisão de literatura pretende responder à questão de investigação “O que se sabe sobre as características e a frequência do *cyberbullying* entre os jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos?”

Para a recolha de informações, utilizou-se, apenas, artigos científicos publicados. Tendo em conta o objetivo desta revisão de literatura consideraram-se os artigos que estudam o *cyberbullying* em indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos. As bases de dados escolhidas para a pesquisa foram a *B-on* - Biblioteca do Conhecimento Online (<https://www.b-on.pt/>) e o *Google Scholar* (<https://scholar.google.com/>). Na pesquisa das informações foram utilizados os descritores: *cyberbullying*; *bullying eletrónico*; *18 a 24 anos* e *jovens adultos*. Os operadores booleanos usados foram AND e OR. A frase de pesquisa utilizada foi a seguinte *cyberbullying*OR(bullying eletrónico)AND Jovens adultos*OR(18-24 anos)*.

Na plataforma *B-on* aplicaram-se os seguintes filtros: português e inglês; tipo de fontes (revistas e revistas acadêmicas).

Os critérios de inclusão foram os seguintes: artigos entre as datas de 2010-2020; estudos empíricos que se cingissem exatamente ao tema objeto de estudo “*cyberbullying*”; os que incluíssem a faixa etária dos jovens adultos (18-24 anos) e finalmente, consideraram-se apenas os artigos de acesso gratuito. Todos os estudos que não cumpriam com estes critérios foram excluídos.

2.3.2. Procedimento da seleção dos artigos

No total, obtiveram-se 830 publicações, 115 através da base de dados da *B-on*, 715 do *Google Scholar*. Dos 830 estudos obtidos, num primeiro momento, excluiu-se 796 publicações após a leitura do título, num segundo momento, 23 publicações após a leitura do resumo, num terceiro momento, excluiu-se 1 publicação duplicada e por último, após a leitura integral do texto, foram excluídas 6 publicações. Ficando, assim, a amostra composta por 4 estudos científicos publicados, conforme apresentado no Gráfico 3.

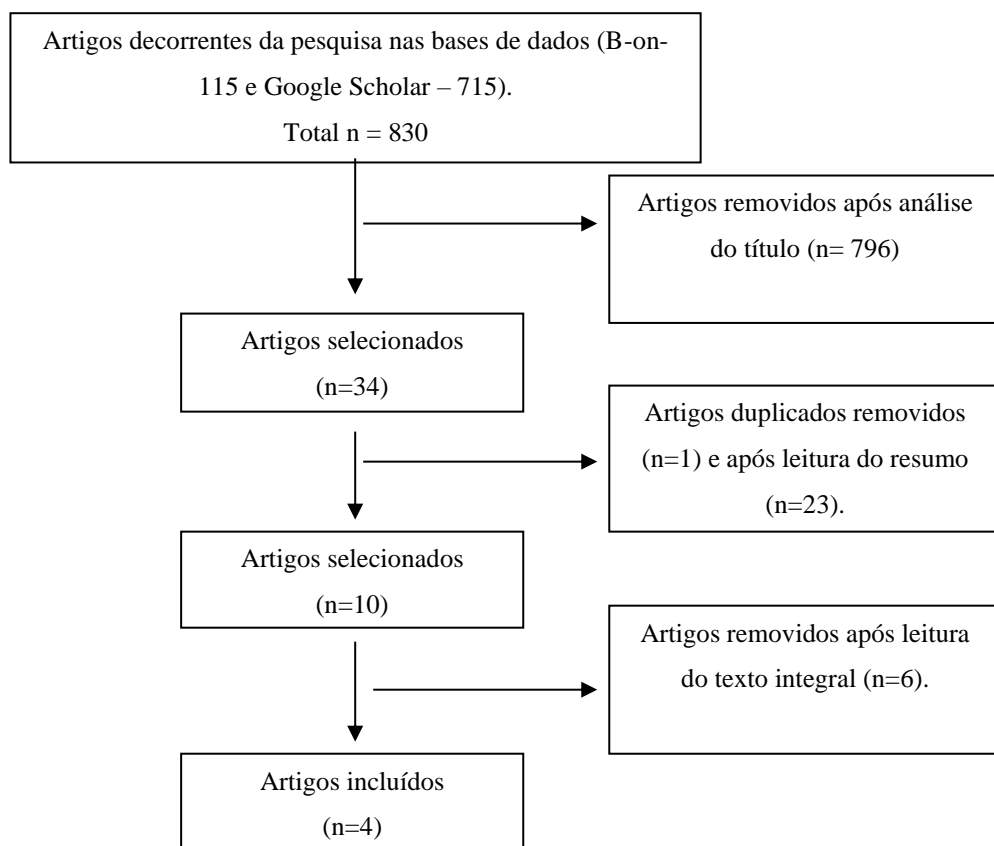


Gráfico 3: Representação esquemática da obtenção da amostra bibliográfica.

Para a análise dos estudos, foram considerados os seguintes aspetos: Local de recolha de dados; objetivo do estudo, metodologia (tamanho da amostra, instrumentos usados e temas do *cyberbullying* estudados) (Ver Apêndice 2).

2.3.3. Resultados

Os estudos selecionados sobre o *cyberbullying* foram realizados em diferentes países, a saber: Israel (1), México (1), Estados Unidos da América (1) e Paquistão (1). As amostras são constituídas com o mínimo de 303 e o máximo de 5000 jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18-25 anos e todas as investigações foram desenvolvidas com alunos universitários. No que diz respeito ao objeto de estudo dos trabalhos, 2 centram-se no estudo do tipo de *cyberbullying*, um tem como objetivo analisar um modelo teórico das relações entre sexting, *cybervitimização*, depressão, e ideação suicida (Medrano et al., 2018) e outro analisa os preditores de quatro tipos de vitimização/experiências de cibercrime, a saber: assédio on-line, *hacking*, roubo de identidade, e receber fotos de nudez ou conteúdo explícito (Reyns, et al. 2018). E 2 estudos centram-se no impacto e consequências do *cyberbullying*, um estudo tem como objetivo investigar a influência do *cyberbullying* no desempenho académico, desenvolvimento emocional e social de estudantes de licenciatura (Peled, 2019) e outro investigar o impacto de agressão cibernética e vitimização cibernética na saúde mental e bem-estar de jovens adultos (Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017).

Quadro 8: Caracterização dos estudos analisados

Autor /País	Objetivo	Amostra	Instrumentos	Temas estudados
Peled (2019) Israel	Investigar a influencia do <i>cyberbullying</i> no desempenho académico, desenvolvimento emocional e social de estudantes de licenciatura.	638 estudantes universitários os israelenses.	CyberBullying Survey (RCBS) adaptado para a população israelita	Frequência; caracterização dos agressores e impactos do <i>cyberbullying</i>
Medrano, Rosales & Gámez-Guadix (2018) México	O principal objetivo deste estudo foi analisar um modelo teórico das relações entre sexting, <i>cybervitimização</i> , depressão e ideação suicida.	303 estudantes universitários do México. Média de idade 19.73 (DP= 1.73)	Sexting Questionnaire; Questionnaire (CBQ-V);Cyberbullying Victimization; Depression Scale (CES-D) Short Version; The negative suicidal ideation scale of the; Inventory of Positive and Negative Suicide; Ideation (PANSI)	Tipo de <i>cyberbullying</i> .

Reyns, B., Fisher, B., Bossler, A., & Holt, T (2018). EUA	Investigar os preditores de quatro tipos de vitimização/experiências de cibercrime: assédio on-line, <i>hacking</i> , roubo de identidade, e receber fotos nuas ou conteúdo explícito.	5000 estudantes de matrícula de licenciatura com idades entre os 18-24 anos.	Questionário com perguntas abertas -online	Características das vítimas; tipos de <i>cyberbullying</i> ; causa (<i>Self-control</i>), diferentes tecnologias usadas como meio para o <i>cyberbullying</i> .
Musharraf, S., & Anis-ul-Haque, M. (2017) Paquistão	Investigar o impacto de agressão cibernética e vitimização cibernética na saúde mental e bem-estar de jovens adultos	508 jovens adultos, universitários, com idades compreendidas entre os 18 e os 25 anos (média = 20,53; DP = 1,77 anos). 68,5% feminino.	Cyberbullying and Cyber Victimization Scales; Depression, Anxiety, and Stress Scales (DASS-21); The Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale (WEMWBS)	Frequência, reação e impactos do <i>cyberbullying</i>

Fonte: Elaboração própria

No que concerne à recolha de dados, 2 estudos recolheram os dados os dados através da aplicação de escalas e questionários (Medrano et al. 2018; Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017) e 2 estudos recolheram os dados por questionário (Peled, 2019; Reyns, et al. 2018).

São estudadas as seguintes temáticas: frequência (Peled, 2019; Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017); tipos de *cyberbullying* (Medrano et al., 2018; Reyns, et al. 2018); impactos do *cyberbullying* (Peled, 2019; Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017); características das vítimas (Reyns et al., 2018); características dos agressores (Peled, 2019); o *self-control* (autocontrole) como causa (Reyns et al., 2018); tecnologias usadas como meio para praticar o *cyberbullying* (Reyns et al., 2018) e a reação das vítimas (Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017) (Quadro 8).

A complexidade do fenómeno *cyberbullying*, não facilitou a estruturação de uma matriz de análise dos estudos, contudo, no Apêndice B, apresenta-se a matriz de análise.

No que concerne aos resultados dos estudos, verificou-se a frequência de *cyberbullying* é muito elevada, em Israel, com mais de metade dos jovens inquiridos a afirmarem ter sido vítimas de *cyberbullying*, 57,4%; N=366 (Peled, 2019) e que, no

Paquistão, são os jovens do sexo masculino que sofrem mais *cyberbullying* (Musharraf & Anis-ul-Haque, 2017).

O único estudo que caracterizou os agressores, aponta que estes são, por ordem decrescente: 9,4% dos agressores são desconhecidos, 7,8% são amigos, 6,6% outras pessoas, 5,1% os namorados ou ex-namorados e 0,8% irmãos ou irmãs (Peled, 2019).

O estudo de Reynolds, et al. (2018) conclui que as pessoas com baixo autocontrole têm mais probabilidade de serem vítimas, sobretudo, de assédio e receber conteúdos de nudez explícita (50%). Esse mesmo estudo indica que as jovens do sexo feminino e as pessoas com orientação sexual que não heterossexuais sofrem mais o tipo de *bullying* de assédio e de receber conteúdos de nudez explícita e que a idade está relacionada com o tipo de *cyberbullying* roubo de identidade. Ainda a respeito das vítimas, Musharraf & Anis-ul-Haque (2017) verificaram uma forte associação entre a vitimização cibernética e a agressão cibernética, o que indica que as vítimas por vingança se tornam em vítimas/agressoras.

Relativamente aos impactos do *cyberbullying* o sintoma de depressão na vítima é identificada em três estudos (Peled, 2019; Medrano et al, 2018, Musharraf & Anis-ul-Haque, 2017) e a ideação suicida, em 2 estudos (Peled, 2019; Medrano et al, 2018). Medrano et al., 2018, concluem que a ideação suicida está associada a sintomas depressivos. Outros impactos para a vítima foram identificados: problemas acadêmicos, interpessoais, familiares, de abuso de substâncias e de autoestima (Peled, 2019) e ansiedade e stress (Musharraf & Anis-ul-Haque, 2017). O estudo de Musharraf & Anis-ul-Haque (2017) também identificaram como impacto do *cyberbullying* o mal-estar mental com resultados negativos da saúde mental destes jovens.

Os tipos de *cyberbullying* que foram estudados, foram o *sexting* por Medrano et al., (2018) e o assédio on-line, o *hacking* e roubo de identidade, e, receber fotos nuas ou conteúdo explícito de nudez (Reynolds, et al.,2018).

Medrano et al., 2018, concluem que quanto maior é o comportamento de *sexting* maior é *cybervitimização* e que a ideação suicida está associada a sintomas depressivos e diretamente associada com o *sexting*. E Reynolds et al., (2018), ao relacionarem as tecnologias usadas para a prática dos diferentes tipos de *cyberbullying* estudados, concluíram que o e-mail, as redes sociais e as mensagens instantâneas tiveram efeitos em todos os tipos de vitimização. Embora o e-mail esteja mais relacionado com o

comportamento *hacking* e roubo de identidade e receber conteúdo de nudez explícita. Nos *blogs* o assédio online foi o único identificado; assistir a pornografia online foi relacionado com receber conteúdos de nudez explícita e o *Skype* foi relacionado com o *hacking* e roubo de identidade.

Como principais conclusões, dos estudos selecionados, podem-se apontar a necessidade de mais sensibilização e prevenção do *cyberbullying* (Medrano et al., 2018 e Musharraf, & Anis-ul-Haque, 2017). Estes últimos autores afirmam ser, no Paquistão, fundamental reanalisar as leis, políticas e programas de sensibilização. Que é fundamental desenvolver mais investigação, Peled (2019), diz que embora existam alguns estudos entre jovens universitários, estes continuam a ser insuficientes, e alerta para que se comece a pensar que o *cyberbullying* não é apenas uma questão adolescente. Musharraf & Anis-ul-Haque (2017) referem que se deve considerar mais as diferenças de género, na investigação, porque é nas estudantes do sexo feminino que o *cyberbullying* tem maior impactos psicossociais. Estes autores, alertam ainda para que as investigações considerem os aspetos culturais e contextuais. E Reyns, et al. (2018) referem que a idade, o sexo e a orientação sexual, merecem uma atenção especial, já que os resultados sugerem que estes indivíduos podem ser alvos devido a estas características (Reyns, et al., 2018).

2.4. Questionário (Online)

2.4.1. Descrição do instrumento

O “Questionário sobre o *Cyberbullying*” é composto por 20 perguntas, 5 perguntas de carácter sociodemográfico (sexo, idade, nacionalidade, escolaridade e situação face ao emprego) e 15 direcionadas à compreensão do fenómeno *cyberbullying* (Apêndice A). 2 perguntas são de resposta curta (nacionalidade e idade) e 18 perguntas são de natureza de escolha múltipla, entre estas perguntas, 4 perguntas permitem assinalar mais de uma opção de resposta. Todas as perguntas são de resposta obrigatória.

2.4.2. Procedimento de recolha de dados

O questionário foi disponibilizado através da plataforma *Google Forms* com o seguinte endereço: <http://forms.gle/zKcVsN7gXJsVgynw9>. As solicitações de

participação foram enviadas através de contacto pessoal, telefónico, e-mail e por via das redes sociais.

2.4.3. Amostra

A seleção da amostra foi realizada pela técnica de amostragem aleatória, o instrumento foi colocado online e aceitaram-se todas as respostas dos indivíduos com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos. O total de respostas foram 128, sendo 27 excluídas porque os indivíduos tinham mais de 24 anos e 1 porque era de nacionalidade venezuelana.

Amostra é, assim, composta por 100 indivíduos de nacionalidade portuguesa com idades compreendidas entre os 18 e os 24 anos de idade, sendo a média de idades de 21,55 ($DP= 2,06$). O nível de escolaridade mais representado é o ensino secundário (45%), A maioria é do sexo feminino (61%) e já se encontram no mercado de trabalho (50%) (Tabela 1).

Tabela 1: Caracterização sociodemográfica da amostra

Variáveis	N	%
Nacionalidade		
Portuguesa	100	100%
Idade		
18	13	13%
19	6	6%
20	15	15%
21	10	10%
22	14	14%
23	19	19%
24	23	23%
Sexo		
Feminino	61	61%
Masculino	39	39%
Nível de Escolaridade		
2º Ciclo do ensino básico	4	4%
3ª ciclo do Ensino Básico	8	8%
Ensino secundário	45	45%
Curso técnico profissional	2	2%
Licenciatura	32	32%
Mestrado	8	8%
Doutoramento	1	1%
Situação face ao emprego		
Empregado	50	50%
Desempregado	18	18%
Estudante	32	32%

2.4.4. Procedimento da análise da informação

Os dados obtidos através do questionário online (*Google Forms*), foram extraídos para uma folha *Excel* do *Microsoft Windows* para depois serem importados para o *software* comercial IBM SPSS *Statistics* (versão 26 para Windows). Após a devida correção da base de dados, utilizou-se a técnica de análise descritiva, calcularam-se frequências, percentagens, médias. O número residual de pessoas que alegam ter sido vítimas de *cyberbullying*, não possibilitou a manipulação e a operacionalização de variáveis de forma a aplicar testes estatísticos. O teste Qui-quadrado (χ^2) e o teste *student* (t) foram aplicados apenas quando os dados o permitiram. Nas análises inferenciais foi considerado o nível de significância de 0,05.

2.4.5. Resultados do questionário online

No que concerne às características sociodemográficas dos 100 indivíduos inquiridos, são todos de nacionalidade portuguesa (100%), 61% são do sexo feminino e 39% do sexo masculino. As idades estão compreendidas entre os 18 anos e os 24 anos, sendo a média de idades de 21,55 ($DP= 2,06$). O nível de escolaridade mais representado é o ensino secundário (45%), seguindo do ensino superior que - juntando os três graus, licenciatura, mestrado e doutoramento – representam 41% da amostra, o 3º ciclo representa (8%), o 2º ciclo (4%) e o curso técnico profissional (2%) da amostra total. 50% dos inquiridos está empregado, 32% são estudantes e 18% estão desempregados (Tabela 1).

Tempo dedicado às redes sociais

Os jovens adultos que participaram no estudo dedicam às redes sociais, maioritariamente, 1 a 3h diárias (43%), 25% despendem 3 a 5horas por dia, 13% passa mais de 5 horas diárias nas redes sociais e 9% menos de 1h. Por considerar-se preocupante os 13% de inquiridos que passam mais de 5 horas diárias nas redes sociais, já que um dia tem 24h e em média dormimos 8 horas diárias e estes jovens acabam por dedicar 1/3 do seu tempo diário nas redes sociais, procurou-se compreender se o tempo diário dedicado estava relacionado com o tempo livre dos indivíduos. Contudo, não se encontrou associação entre o tempo dedicado às redes sociais e a variável situação face ao emprego, jovens empregados, desempregados e estudantes ($\chi^2_{(6)}= 24,62, p=0.00$).

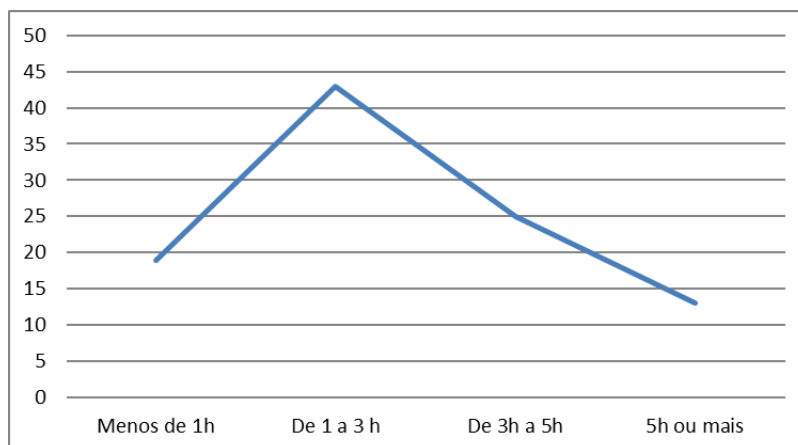


Gráfico 4: Tempo despendido diariamente nas redes sociais

Vítimas

No que concerne à frequência do *cyberbullying* foram colocadas duas questões a 1º “*Já foi prejudicado nas redes sociais por alguém*” e a 2º “*Já foi exposto por alguém nas redes sociais, comentários ofensivos, divulgação de vídeos ou fotos sem o seu consentimento*”. Os resultados foram muito aproximados, no que concerne a ser prejudicado 74% afirma que nunca foi prejudicado, e, no que diz respeito a ter exposto por ninguém a comentários ofensivos 77% afirma que não. Porém, é importante referir que relativamente à frequência de ser prejudicado por alguém na internet, 22% afirma que uma ou duas vezes e 4% afirma que foi prejudicado várias vezes (Gráfico 5).

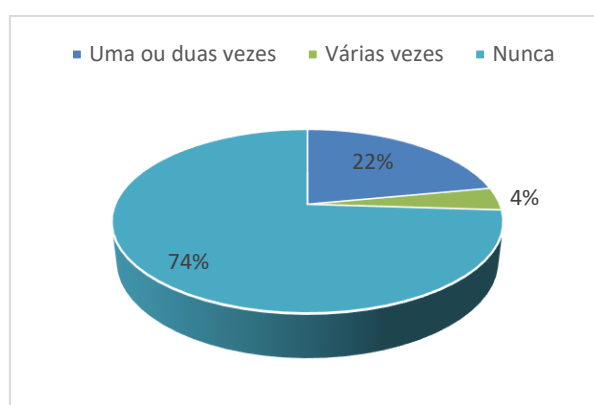


Gráfico 5: Frequência com que é prejudicado nas redes sociais.

No que concerne à pergunta direta “*Já foi vítima de bullying?*” 86% afirma nunca ter sido vítima, 13% apenas uma ou duas vezes e 1 pessoa várias vezes (1%). Não se verificaram diferenças significativas quanto ao sexo das vítimas ($t_{(98)}=-,316$; $p=0.753$), 8

são mulheres e 6 homens. No que diz respeito à situação face ao emprego e ao nível de escolaridade o número de casos por *values* foram menos de menos de 5 caso, o que não permite aplicar testes estatísticos. Contudo, verifica-se que os 14 casos de vitimização estão distribuídos nos níveis de ensino Licenciatura (8), Secundário (5) e Mestrado (1) e nos casos de vitimização relacionado com a situação face ao emprego, 8 são estudantes; 3 desempregados e 3 empregados.

A duração das práticas de *bullying*, duraram, é na generalidade menos de uma semana (8), 4 casos duraram aproximadamente um mês (3 a 4 semanas) e 2 casos duraram mais de meio ano (6 meses).

Como consequências imediatas verificou-se que a preocupação com o que os outros pensam, em conjunto com o sentir-se indefeso são os principais sentimentos (ambos 9 vezes assinalados), a ansiedade e a depressão e a desvalorização do ato foram referidas três vezes, finalmente, sentirem-se isolados, agressivos e não se sentirem afetados foram mencionados 1 vez.



Gráfico 6: Consequências/sentimentos imediatas/os

Como consequências/impactos a longo prazo, identificadas pelos inquiridos, que consideram terem sido vítimas de *cyberbullying*, foram referidas, por ordem decrescente, que afetou a autoestima dos inquiridos (16 vezes mencionada); a relação com os amigos (6); a vida familiar (4), A vida escolar (3) a relação amorosa e a vida profissional (ambas mencionadas 2 vezes).

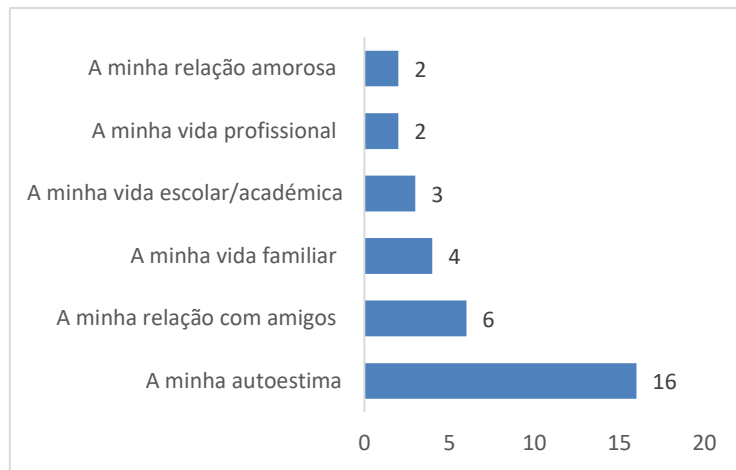


Gráfico 7: Consequências/impactos a longo prazo identificadas pelas vítimas

No que concerne à reação das vítimas verificou-se que na maioria das vezes, os indivíduos vítimas de *cyberbullying*, bloqueiam a pessoa que a agrediu (15 vezes mencionada); seguida daquelas que optam por não fazer nada (10); pedem sugestões às pessoas que conhecem para resolver a situação (6); apresentam queixa às entidades competentes (3) e apagam a sua conta pessoal é mencionada 2 vezes.

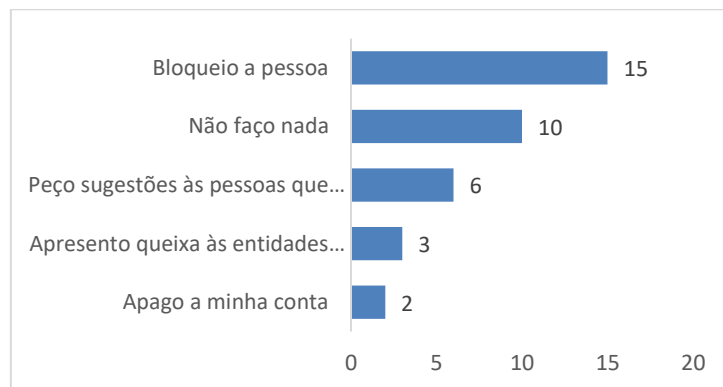


Gráfico 8: Ações adotadas quando são vítimas de *cyberbullying*

Agressores

A maioria dos inquiridos que foram vítimas não conheciam o agressor (8 vezes assinalada); seguido do ataque em grupo de pessoas que conhece (4 vezes assinalada), por amigos (3 vezes assinalada) e familiares (1 vez assinalada).

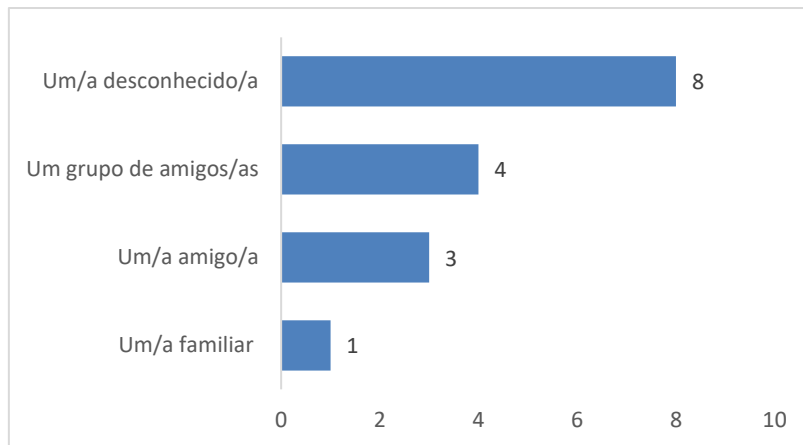


Gráfico 9: Identificação dos agressores

Sobre o ter cometido atos de *cyberbullying* nas redes sociais, 91 % dos inquiridos afirma nunca ter cometido, 6% que aconteceu uma ou duas vezes e 3% afirma ser uma prática regular. Entre estes últimos, 1 afirma que a frequência é de uma vez por semana e 2 que é de várias vezes por semana.

Para perceber quem é o agressor, visto que nem sempre as pessoas têm consciência de que estão a ser agressoras, colocou-se a seguinte pergunta “Alguma vez se associou com amigos para gozar ou criticar através da internet”. Sendo a taxa de resposta idêntica aos que afirmam nunca ter cometido atos de *cyberbullying*, 91% dos inquiridos afirma que nunca se associou com amigos para gozar ou criticar através da internet e 9% afirma que já o fez.

Testemunhas

No que concerne à percepção de que outros estavam a ser vítimas de *cyberbullying*, 56% diz que já se apercebeu e 44% afirma nunca se ter apercebido. E no que diz respeito à reação que tem perante esse acontecimento, as ações mencionadas, por ordem, foram: Comentar com pessoas que consideram que podem intervir na situação (30 vezes assinalada); falar com a vítima (23 vezes), não fazer nada (12 vezes) e falar diretamente com o agressor (5 vezes assinalada).

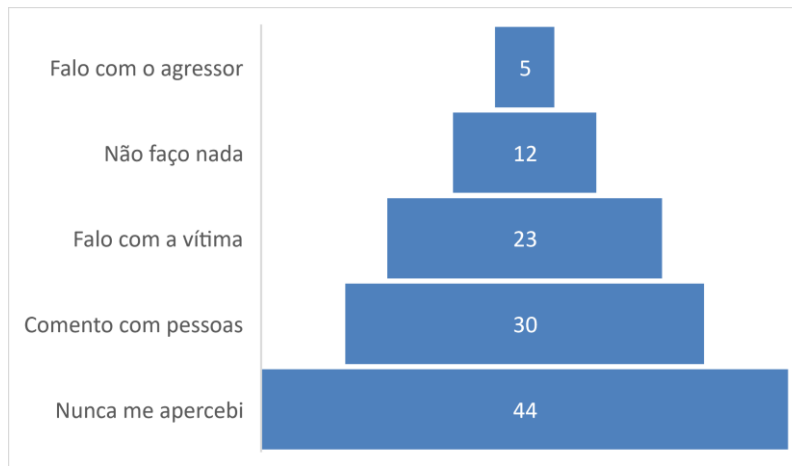


Gráfico 10: Reação das testemunhas que presenciaram atos de *cyberbullying*

De acordo com a literatura a empatia para com a vítima é menor nos episódios de *cyberbullying* do que no *bullying*, sobretudo, porque o *cyberbullying* é realizado através das tecnologias e o comportamento não é realizado “cara a cara”. Pelo que, procurou-se compreender se os inquiridos fazem distinção entre estes dois fenómenos em relação às consequências psicológicas para a vítima. Verificou-se que quase metade dos inquiridos (49%) consideram que os efeitos psicológicos são os mesmos, 32% consideram que os efeitos psicológicos são mais graves no *cyberbullying*, 11% afirma não saber e 8% que o *cyberbullying* tem menos efeito psicológico sobre a vítima.

Finalmente, como vivemos, hoje, em época de COVID-19 e as pessoas confinadas tem mais tempo disponível procurou-se saber qual a perceção dos inqueridos sobre um possível aumento de *cyberbullying*. Mais de metade da amostra não soube responder (52%), 42% considera que houve um aumento e 6% diz que não aumentou.

2.5. Discussão dos resultados

O objetivo geral da presente investigação era o de compreender o fenómeno *cyberbullying* em jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos. Para isso realizou-se uma análise sistemática da literatura a artigos científicos que estudam esta faixa etária e procurou-se compreender este fenómeno entre os jovens adultos, em Portugal, através da aplicação de um questionário.

Impõem-se, começar por afirmar que consideramos que os cinco objetivos específicos do estudo, foram os mais indicados, visto que se verificou na análise da literatura que os quatro estudos analisados focam exatamente a prevalência, os tipo

cyberbullying, a caracterização de agressores e vítimas, as consequências e as reações. Embora, estes estudos não tenham o mesmo objeto de estudo, no seu conjunto foi possível confirmar que estas são as temáticas estudadas no fenómeno *cyberbullying*. Por outro lado, e ainda a nível metodológico, as perspetivas adotadas nos estudos, as diferentes metodologias e instrumentos dificultaram a comparação de resultados, corroborando a opinião de Pessoa e Amado (2014) de que as diferenças nas investigações dificultam estabelecer consensos sobre este tema. Consideramos, porém, que esta limitação tem origem na complexidade do fenómeno *cyberbullying*.

Em segundo lugar, parece-nos extremamente importante a confirmação de que o *cyberbullying* não é apenas uma questão adolescente Peled (2019). Durante a pesquisa dos artigos científicos, verificou-se que existem muitas investigações sobre *cyberbullying* entre adolescentes e menos sobre esta faixa etária.

Os estudos sobre o *cyberbullying* neste grupo são, na sua generalidade, realizados com amostras compostas por estudantes universitários. O que na nossa opinião pode ser explicada, porque os jovens destas idades universitários usam mais a internet, como acontece em Portugal segundo o Inquérito à população promovido pelo Gabinete do Conselho de Ministros, em 2004 (Amado et al., 2009). E pode, igualmente, estar relacionada com facilidade de acesso dos próprios investigadores a este grupo de jovens.

Na nossa opinião, as investigações sobre este grupo etário tem de abarcar jovens empregados e desempregados, pelos seguintes motivos, primeiro o *cyberbullying* não acontece apenas entre estudantes e segundo, os fatores sociais e económicos também influenciam os atos do *bullying* (Martinez, 2010) e do *cyberbullying*. E por último consideramos que ter mais tempo livre aumenta a probabilidade de acontecerem estes episódios.

Um dos nossos objetivos específicos era compreender a prevalência do *cyberbullying*, apenas o estudo de Peled (2019) apresentou taxa de frequência que se situou em 57,4%, demonstrando que a taxa de *cyberbullying* entre jovens universitários israelenses, nesta faixa etária, é muito elevado. No nosso estudo quantitativo, verificou-se uma taxa de 14%, muito aproximada à taxa de *cyberbullying* dos adolescentes, 15,4%, encontrada no estudo do *Health Behaviour in School-aged Children* (Matos et al., 2014). No que concerne à duração do ataque, a maior parte dos casos teve uma duração curta de menos de uma semana, 4 casos uma duração de aproximadamente um mês e, mais preocupante, 2 casos duraram mais de meio ano (6 meses).

O tipo de *cyberbullying* que podemos confirmar que os jovens com idades compreendidas entre os 18-24 anos são vítimas *sexting* (Medrano et al., 2018), assédio on-line, o *hacking* e roubo de identidade e de receber fotos nuas ou conteúdo explícito de nudez (Reyns, et al.,2018). Estes resultados, demonstram uma certa tendência para o estudo do *cyberbullying* sexual, nestas faixas etárias. O estudo de Ryens et al. indica que as jovens do sexo feminino e as pessoas com orientação sexual que não heterossexuais sofrem mais o tipo de *cyberbullying* de assédio e de receber conteúdos de nudez explicita.

Sobre quem são os agressores, os resultados do estudo de (Peled, 2019) foi muito idêntico ao estudo quantitativo que realizamos. Assim, os agressores são geralmente desconhecidos (9,4% no estudo de Peled e 8% no nosso estudo); seguido de amigos (7,8%, no estudo de Peled e no nosso estudo 7%, percentagem dividida em 4% para o grupo de pessoas que conhece e 3% para amigos); o estudo de Peled (2019) incluiu, ainda, as respostas outras pessoas 6,6% e namorado ou ex-namorado (5,1%) e familiares (0,8 em Peled para irmãos e irmãs e 1% para familiares no nosso estudo). Estes resultados alertam-nos para o facto de que os desconhecidos, que advém do anonimato, anunciado por Pires (2018) como a motivação desta prática, é efetivamente um problema para o qual se tem de procurar mais estratégias de prevenção. Sobre os agressores um dado do nosso estudo parece-nos interessante e, simultaneamente, preocupante, 3% dos nossos inquiridos afirmam cometerem atos de *cyberbullying* regularmente.

A única característica encontrada sobre as vítimas foi o baixo autocontrole (Reyns, et al., 2018). No estudo analisado de Musharraf e Anis-ul-Haque (2017) os rapazes sofrem mais *cyberbullying* do que as raparigas ao sexo e no nosso estudo quantitativo não encontramos diferenças significativas. Ainda, no que diz respeito às vítimas, Musharraf & Anis-ul-Haque (2017) demonstra que muitas vezes a vitimização cibernética é uma reação que as vítimas que por vingança se tornam em vítimas/agressoras.

Sobre a reação das vítimas, o nosso estudo demonstrou as respostas mais usadas para terminar com o ato de *cyberbullying* é, por ordem decrescente: bloquear o agressor, não fazer nada; pedir sugestões às pessoas que conhecem para resolver a situação; apresentam queixa às entidades competentes e apagam a sua conta pessoal é mencionada 2 vezes. A este respeito (Bauman, 2009) indica que bloquear o agressor não é solução, visto que o agressor poder ter acesso novamente à vítima usando um outro *nickname* ou conta. Este autor (Bauman, 2010) também refere que apagar a conta pessoal é pouco usado porque as vítimas querem continuar a estar conectadas. Fazer queixa às pessoas ou

instituições competentes será a melhor reação, contudo, isto só acontece quando a situação se torna muito grave.

Ainda sobre a reação, no nosso estudo procuramos saber qual a reação das testemunhas, por considerarmos que as testemunhas têm um papel muito importante no *cyberbullying*, não só pelo número muito elevado (Smith, Del Barrio, Tokunaga, 2013), mas, sobretudo, por outros motivos, tais como as pessoas têm dificuldade em identificar atos de *cyberbullying* o que, a nosso ver, potência a que estas, inconscientemente, apoiem o agressor (Pessoa & Amado, 2014) ou se tornem também elas em agressoras, com comentários (Heiman & Olenik Shemesh, 2013; Willard, 2007) e os agressores terem uma predisposição para apoiar outros agressores (Swearer e Cary, 2007). As ações mais mencionadas pelos nossos inquiridos sobre a sua reação, foram por ordem decrescente, comentar com pessoas que consideram que podem intervir na situação; falar com a vítima; não fazer nada e falar diretamente com o agressor.

Finalmente, como consequências para a vítima identificaram-se: a depressão (Peled, 2019; Medrano et al, 2018, Musharraf & Anis-ul-Haque, 2017 e no nosso estudo) e a ideação suicida (Peled, 2019; Medrano et al, 2018); problemas académicos, interpessoais, familiares, de autoestima (Peled, 2019 e no nosso estudo), de abuso de substâncias (Peled, 2019); problemas profissionais (no nosso estudo) e ansiedade e stress (Musharraf & Anis-ul-Haque, 2017 e no nosso estudo). Corroborando, que o *cyberbullying* tem consequências devastadoras para as vítimas ((Kowalsky, Limber, & Agatston, 2007; Juvonen & Gross, 2008; Rivituso, 2012; Varghese & Pistole, 2017; Akcil, 2018) a curto e longo prazo.

Concluimos assim, que no grupo etário dos jovens adultos entre os 18-24 anos existem muitos casos *cyberbullying*. Os resultados do nosso estudo e os estudos científicos estudados demonstram que os danos e a frequência não são muito diferentes dos outros grupos etários estudados (crianças e jovens). Deste modo, parece-nos fundamental criar projetos socioeducativos de sensibilização e prevenção para este grupo etário, sobretudo porque é um grupo que está a ser negligenciado.

CAPÍTULO III

PROJETO DE INTERVENÇÃO: E SE FOSSE CONTIGO?

Introdução

Do estudo empírico, realizado na presente dissertação, verificou-se que os jovens adultos com idades entre os 18 aos 24 anos também são vítimas de *cyberbullying*, e que tem sido dada pouca atenção a esta faixa etária. Deste modo, o presente projeto socioeducativo pretende intervir junto destes jovens através da sensibilização e prevenção deste fenómeno. Este projeto insere-se no âmbito da educação informal, num primeiro momento, todavia, ao longo do processo da sua implementação tem como meta complementar o projeto com a educação não-formal, através da realização de workshops, formações, apresentações nas escolas, etc.

A escolha da intervenção educativa ser no âmbito informal, deve-se ao facto de que as condutas de *cyberbullying* acontecem no espaço virtual, ou seja, num espaço informal. A educação informal é um tipo de educação que acontece de forma desorganizada, no nosso dia-a-dia, e é adquirida espontaneamente em vários contextos, como por exemplo, na internet e nas redes sociais. Por outro lado, opta-se por intervir nas redes sociais que são um espaço informal que alcança um número incalculável de espectadores, onde não existe controlo das informações e acontece o *cyberbullying*. Resumidamente, este projeto pretende sensibilizar e prevenir *cyberbullying* usando o mesmo espaço em que este fenómeno acontece.

3.1. Objetivos

O objetivo geral

- ✓ Criar um projeto socioeducativo *online* sobre o *cyberbullying* e divulga-lo nas redes sociais.

Objetivos específicos:

- ✓ Sensibilizar para o fenómeno *cyberbullying*
- ✓ Prevenir o *cyberbullying*

3.2. Público-alvo:

Sendo este projeto um projeto de sensibilização e prevenção do *cyberbullying* não se pretende apenas atingir um público-alvo, mas vários. Assim, o público-alvo primário

são os jovens entre os jovens adultos (18-24 anos) e o público-alvo secundário são as pessoas de todos os grupos etários, incluindo crianças, adolescentes, jovens, adultos e adultos maiores, que também são possíveis vítimas e testemunhas de *cyberbullying*, mas também familiares, educadores, amigos que podem intervir positivamente em situações de vítimas se bem informados.

3.3. Estratégias da intervenção online

3.3.1. Localização: Espaço e tempo

A localização do projeto é no espaço virtual. Inicialmente, o projeto começara no espaço das redes sociais (Facebook, Twitter, Instagram), com início em novembro de 2020 a abril de 2020, 6 meses. No final deste período pretende-se alargar a um novo espaço virtual, com a criação de um blog sobre o tema e com duração indeterminada.

3.3.2. Procedimento de implementação do projeto

Na primeira fase, serão divulgados vídeos sobre *o cyberbullying* nas redes sociais e Youtube, com o objetivo sensibilizar e prevenir para o *cyberbullying*. No final de cada vídeo, é fornecido um endereço email para as pessoas que pretendam aprender e saber mais sobre o tema, contactarem a equipa do projeto. Estes vídeos serão divulgados periodicamente (1 a 2 vezes por semana), ou seja, divulga-se repetidamente, durante 6 meses porque a informação nas redes sociais é imediata e rapidamente deixa de alcançar as pessoas.

Na segunda fase, caso a receptividade o feedback for grande por parte dos visualizadores dos vídeos e se entrarem em contacto com o endereço email fornecido, cria-se um *blog* sobre o *cyberbullying* com informações, notícias que saem nos media, estatísticas, resultados de estudos, etc. Pretende-se que seja, simultaneamente, um espaço de discussão sobre o tema.

Por último, caso exista a necessidade e interesse por parte das pessoas em realizar workshops, formações online sobre o tema, serão elaborados, divulgados através do blog e as redes sociais e implementados através das plataformas de videoconferência, numa terceira fase.

3.4. Recursos

3.4.1. Recursos Humanos

A natureza do projeto, não necessita numa primeira fase de mais de uma pessoa. É previsto que o único recurso humano nesta fase seja uma Mestre em Ciências da Educação que terá como funções, elaborar e publicar os vídeos de sensibilização e prevenção, monitorizar o feedback dos visualizadores e avaliando os resultados. Numa segunda fase do projeto, a criação do *blog* ficará, igualmente, a cargo da Mestre. E na terceira fase, caso as fases anteriores tenham sucesso e o projeto avance para o patamar da educação não formal, com a realização de workshops, formações etc. será necessário um segundo elemento. Prevê-se assim, a contratação de uma pessoa formada *Web Design*, ficando a Mestre em Ciências da Educação responsável pela planificação e implementação das ações formativas e o técnico de *Web Design* com a elaboração dos recursos materiais educativos para a sua realização online.

3.4.2. Recursos Materiais

Os recursos materiais para desenvolvimento deste projeto são informáticos.

- ✓ Hardware: Computador
- ✓ Software: Aftereffects; Zoom, etc.
- ✓ E acesso à internet.

3.4.3. Recursos Financeiros

Na primeira fase, os recursos materiais e humanos ficarão a cargo da Mestre. Na segunda fase, através recorre-se anúncios publicitários no *blog* e na visualização dos materiais no Youtube. E numa terceira fase procurar-se-á financiamento em candidaturas do Estado Português e Europeias e, embora a evitar, um pagamento pela inscrição nas formações e workshops.

3.5. Atividades

1ª Atividade: *Divulgação de 4ª vídeos de Sensibilização e Prevenção do Cyberbullying nas redes sociais e Youtube.*

Os recursos materiais necessários para a primeira fase são os vídeos de sensibilização e prevenção que irão ser divulgados nas redes sociais. Os vídeos foram desenvolvidos durante a realização da presente dissertação.

Recursos educativos: 4 vídeos

Título dos vídeos

O título de todos os vídeos são “*E se fosse contigo*”, a escolha deste título recai sobre a necessidade de despertar interesse aquando a visualização da publicação nas redes sociais. Por outro lado, ao apelarmos e envolvermos as pessoas através do “contigo”, consideramos que indica já o objetivo do projeto em desenvolver a empatia pela vítima de *cyberbullying*.

Estratégia de divulgação dos vídeos

1. *Metodologia:* A educação informal usa a metodologia do entretenimento, assim, optou-se por elaborar os vídeos com desenhos animados.
2. *Sequência dos vídeos:* os dois primeiros (1º e 2º) vídeos são pequenas histórias que pretendem sensibilizar para o fenómeno do *cyberbullying*. Os dois últimos vídeos (3º e 4º), são dois vídeos que estão mais focados no que é o *cyberbullying*, na prevenção e como atuar face a este fenómeno. A escolha desta sequência de vídeos deve-se ao facto de se querer cativar o interesse dos visualizadores para os vídeos seguintes. Consideramos que se fosse o inverso poderíamos correr o risco de as pessoas se desinteressarem.
3. *Duração dos vídeos:* Os vídeos têm uma duração entre os 2 e 5 minutos. Nas redes sociais, a informação deve ser transmitida rapidamente. Vídeos muito longos correm o risco de ser menos visualizados ou desistirem da sua visualização antes do seu termino. Assim, opta-se por informação simples e concisa.

4. *Tempo de divulgação:* Como mencionado estes serão divulgados periodicamente, a estratégia é divulgar um vídeo por semana no *Facebook*, *Twitter* e *Instagram*, divulgando assim cada um dos vídeos uma vez por mês. Estes estarão disponíveis no Youtube permanentemente.

Caracterização dos vídeos de sensibilização e prevenção

1º VÍDEO

Título: E se fosse contigo

Endereço eletrônico: <https://youtu.be/MKKhba67vrs>

Duração: 2 minutos e 28 segundos.

Descrição: Este vídeo conta a história de um jovem do sexo masculino vítima de *bullying* e *cyberbullying*, que após várias agressões e reações às agressões termina com o seu suicídio.

Objetivos: Sensibilizar para o *cyberbullying* e ter impacto nas pessoas, com o desfecho fatal que resulta do *cyberbullying*.

Conteúdos do vídeo:

- ✓ *Bullying.*
- ✓ Comportamentos de *cyberbullying.*
- ✓ Causas do *cyberbullying.*
- ✓ Intervenientes no *cyberbullying.*
- ✓ Reações ao *cyberbullying.*
- ✓ Consequências do *cyberbullying.*

Algumas imagens ilustrativas



2º VÍDEO

Título: *E se fosse contigo*

Endereço eletrónico: <https://youtu.be/Q0qc1Ja97aA>

Duração: 2 minutos e 58 segundos.

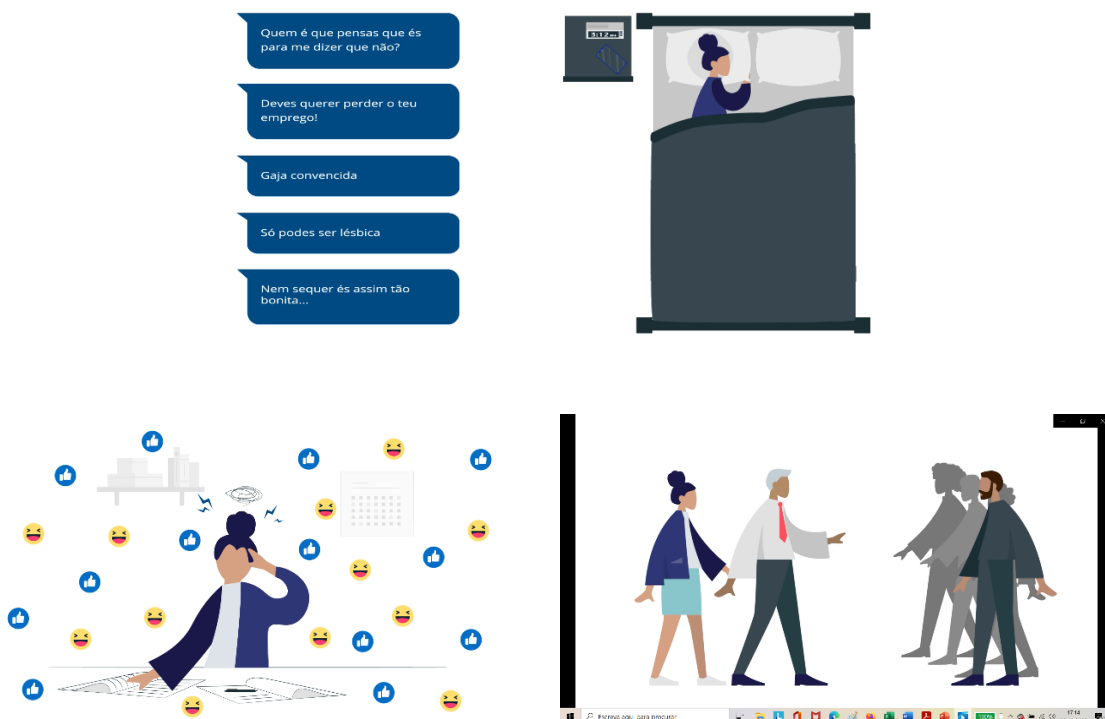
Descrição: Este vídeo conta a história de uma jovem rapariga que é assediada por um colega de trabalho. A jovem após sofrer vários comportamentos de *cyberbullying* que resultam em várias consequências negativas, apresenta queixa ao chefe reagindo e resolvendo o problema de forma positiva. ´

Objetivos: Sensibilizar para o *cyberbullying* e dar a conhecer às pessoas que existem formas para resolver estas situações.

Conteúdos do vídeo:

- ✓ Assédio.
- ✓ *Cyberbullying*.
- ✓ Intervenientes no *cyberbullying*.
- ✓ Reações ao *cyberbullying*.
- ✓ Consequências do *cyberbullying*.

Algumas imagens ilustrativas



3º VÍDEO

Título: *E se fosse contigo*

Endereço eletrônico: <https://youtu.be/kUeJ-kqSrmo>

Duração: 3 minutos e 57 segundos

Descrição: Este vídeo explica o que é o fenómeno *cyberbullying*, mais especificamente, foca as consequências e as características do fenómeno.

Objetivos: Sensibilizar e prevenir para o *cyberbullying*, dar a conhecer o que é o *cyberbullying*.

Conteúdos do vídeo:

- ✓ Definição de *cyberbullying*.
- ✓ Consequências do *cyberbullying*.
- ✓ Características do *Cyberbullying*.

Algumas imagens ilustrativas



Características do Cyberbullying:

- ▶ Colocar uma agressão on-line fica acessível para sempre e atinge um número muito elevado de observadores/testemunhas.
- ▶ As testemunhas podem muito facilmente tornar-se agressores colocando likes, fazendo comentários e partilhando a agressão com outros.
- ▶ Os agressores, por vezes, são vítimas de bullying que se pretendem vingar ou pessoas que procuram vingança por múltiplos motivos.

A captura de tela mostra uma apresentação com o título 'Características do Cyberbullying:' e três pontos principais. À esquerda, há ícones de redes sociais e dispositivos. Na parte inferior, é visível a barra de tarefas do Windows com o relógio marcando 11:20 em 28/10/2020.

4º VÍDEO

Título: *E se fosse contigo*

Endereço eletrônico: <https://youtu.be/zpM8GFLiDWY>

Duração: 4 minutos e 46 segundos.

Descrição: Este vídeo explica o que é o fenómeno *cyberbullying*, mais especificamente, exemplifica quais são os comportamentos de *cyberbullying*, como prevenir o *cyberbullying* e o que deve fazer a vítima.

Objetivos: Sensibilizar e prevenir para o *cyberbullying*, dar a conhecer o que fazer em caso de ser vítima de o *cyberbullying*.

Conteúdos do vídeo:

- ✓ Definição de *cyberbullying*.
- ✓ Identificação de comportamentos de *cyberbullying*.
- ✓ Como prevenir o *cyberbullying*.
- ✓ O que fazer em caso de ser vítima de *cyberbullying*.

Algumas imagens ilustrativas

Excluir
(Exclusion)



Aliciar ou fingir-se amigo
(Trickery/ Posing as a friend)

Conta-me lá, eu prometo
que não digo a ninguém!



E SE FOSSE CONTIGO?

2ª atividade: Construção e dinamização de um *blog*

Título do blog: *Cyberbullying* e se fosse contigo?

Descrição da atividade: Num primeiro momento procede-se à construção do *blog* através da ferramenta WIX (<https://pt.wix.com/start/criar-blog>). Um *blog* deve ter pelo menos duas publicações por semana, de forma a manter as pessoas interessadas e continuarem como seguidoras. Este será associado a uma conta de Facebook, Twitter e Instagram. Procurar-se-á formas de manter a discussão sobre o tema entre os visualizadores/seguidores e criando um fórum de discussão.

Conteúdos do blog:

Os primeiros conteúdos resultam do estudo realizado, na presente dissertação, mais concretamente da informação que reunimos em quadros.

À medida que o projeto avança, os projetos avança, serão publicados todas as notícias que se encontrarem referentes ao *cyberbullying* que forem apresentados na comunicação social (jornais, revistas, em papel ou online, televisão), resultados de estudos sobre o *cyberbullying*, e desenvolvimento de temas propostos pelos visualizadores /seguidores do *blog*.

3ª Atividade: Formações e *Workshop* 's sobre o *cyberbullying*

Descrição: Esta atividade será desenvolvida de acordo com os interesses dos visualizadores/seguidores do *blog*, mas, também com autopropostas da equipa. As formações e os *workshops* estão previstas serem realizadas online com recurso à plataforma como o Zoom que permitem uma maior assistência. Contudo, outras plataformas podem ser usadas como o Skype, etc.

3.7. Avaliação

A avaliação é uma parte fundamental deste projeto, será através de uma avaliação cuidada e constante que teremos a informação sobre a possibilidade de avançar para a segunda e a terceira atividade. A avaliação do projeto será do tipo *on-going*, procurando sempre avaliar a implementação (procurando sempre melhorar o projeto e ultrapassar

possíveis obstáculos) assim como o impacto do programa, através do número de avaliações, de comentários e contactos com a técnica.

Na primeira fase, os parâmetros de avaliação são o número de partilhas dos vídeos através das redes sociais, o número de visualizações no Youtube e os comentários recolhidos, quer nas redes sociais quer no Youtube. Para esta avaliação será preenchida uma grelha de observação, semanalmente. Percorridos os 6 meses de divulgação, será realizada uma avaliação final da primeira fase, não só aos parâmetros estabelecidos, mas também do número de pessoas que contactaram por email para obter mais informação e compreender melhor o fenómeno *cyberbullying*. Estes serão inquiridos através de um breve questionário sobre: se gostariam de seguir um *blog* sobre *cyberbullying* e quais os temas que gostariam de ver tratados. Esta avaliação final servirá para decidir se existirá uma segunda fase/ atividade que contempla a construção do *blog* e para definir os assuntos a publicar no *blog*.

Na segunda fase, será mantida, igualmente, uma grelha de a avaliação com os parâmetros de visualizações e comentários. Serão realizados, recorrentemente, pequenos questionários através do *blog* a inquirir, por exemplo, avaliar a satisfação com o *blog*, sugestões de assuntos a tratar no *blog*, se gostariam de participar em *workshops* e formações, se pagariam e quanto para assistir aos *workshops* e formações, etc. É importante referir que o número de visitas ao *blog*, pode permitir estabelecer uma estratégia para captar recursos económicos através de anúncios publicitários publicidade, sem, desconsiderar que a publicidade divulgada não terá nenhum tipo ou alusão a discriminação social, de género, etnia, idade ou social. Uma avaliação final, impõe-se, ao final de 6 meses. O propósito desta avaliação para além de dar continuidade ao projeto é o de facilitar futuras candidaturas a fundos do Estado Português e Europeus.

Os *workshops* e formações avaliados pelos participantes, com parâmetros de satisfação, no final de cada atividade.

3.7. Cronograma

Por uma questão de espaço o cronograma do projeto apresenta-se na próxima página.

Tabela 2: Cronograma do projeto “E se fosse contigo”

Atividades	2020				2021												2022			
	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr	Mai	Jun	Jul	Ago	Set	Out	Nov	Dez	Jan	Fev	Mar	Abr
1ª atividade	■	■	■	■	■	■	■	■	■											
Elaboração dos vídeos	■	■																		
Divulgação dos vídeos			■	■	■	■	■	■												
Avaliação Final									■											
2ª atividade									■	■	■	■	■	■	■					
Elaboração do blog									■											
Dinamização do blog										■	■	■	■	■	■					
Avaliação final															■					
3ª Atividade															■	■	■	■	■	■
Formações e workshops																■	■	■	■	■
Avaliação <i>on-going</i>			■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■	■

CONSIDERAÇÕES FINAIS

A realização do presente trabalho teve como motivação elaborar um projeto socioeducativo de prevenção do *cyberbullying* para jovens adultos, com idades compreendidas entre os 18 aos 24 anos. A escolha do tema e deste grupo etário deve-se à tomada de consciência de que este fenómeno existe entre os jovens adultos, por experiência pessoal, e, claro, de que é necessário intervir.

Ao longo deste trabalho reunimos informação teórica e empírica, que demonstra que o fenómeno *cyberbullying* é extremamente complexo e nada fácil encontrar respostas para a sua resolução.

Entre as várias conclusões do nosso estudo, destacamos que é necessário mais investigação e intervenção juntos dos jovens adultos, porque este fenómeno não é apenas uma questão adolescente. A taxa de prevalência é de 14%, bastante próxima da taxa de *cyberbullying* dos adolescentes, 15,4% (Matos et al., 2014), assim, não se entende o porquê de este grupo continuar a ser negligenciado na investigação e mesmo na intervenção. Por outro lado, é frequente que o ataque dure menos de uma semana, o que pode indicar que se os jovens adultos souberem como agir perante uma situação de *cyberbullying* podem resolver rapidamente o problema e, assim, contribuir para a diminuição e disseminação de episódios de *cyberbullying* através das redes sociais. São as pessoas, desconhecidas, quem pratica com maior frequência, o que comprova que o anonimato é de facto uma motivação para esta prática. Contudo, não se podem esquecer as pessoas conhecidas como amigos, companheiros e familiares, eventualmente envolvidos em atos de *cyberbullying*, o que, a nosso ver, prejudica a reação da vítima, porque tem mais dificuldades em tomar muitas das medidas/orientações dadas no nosso Projeto. A nossa pesquisa comprovou muitas repercussões danosas para a vítima e finalmente, uma falta de conhecimento sobre o *cyberbullying* pela baixa identificação quer pelas testemunhas quer pelas vítimas inquiridas sobre o fenómeno.

Estes resultados justificam, na nossa opinião, a intervenção junto dos jovens adultos. A nosso ver, o projeto *E se fosse contigo?* sensibiliza e contribui para a prevenção do *cyberbullying* e seria muito gratificante conseguir colocá-lo em prática e avaliar os seus resultados. Ao nível da investigação, encontrámos muitas dificuldades devido ao confinamento pela COVID-19. Era nossa intenção realizar entrevistas junto destes jovens, contudo, não nos foi possível. Por outro lado, consideramos que a nossa amostra é restrita para poder compreender este fenómeno, em toda a sua complexidade e extensão. Só nos foi possível realizar uma análise estatística descritiva quando

consideramos que se impunha realizar testes estatísticos inferenciais para obter uma imagem mais concreta e real do *cyberbullying* entre os jovens adultos portugueses.

Assim sugerimos que, em futuras investigações, se procurem obter amostras maiores e se realizem entrevistas de forma a recolher informações mais precisas sobre as perceções, sentimentos e motivações para o *cyberbullying*. Parece-nos, igualmente, importante que se realizem estudos longitudinais, mais concretamente, que se estude o *cyberbullying*, seguindo as crianças, de hoje, ao longo de vários anos. Esta geração, nasceu no seio das novas tecnologias pelo que se torna importante perceber a emergência do fenómeno em idades mais precoces e entender a sua prevalência e evolução no decurso do desenvolvimento. Estas questões surgiram-nos durante a conceção do projeto e consideramos que seria importante realizar, futuramente, uma investigação desta natureza para obter respostas empiricamente fundadas.

Por outro lado, os estudos sobre o *cyberbullying* neste grupo etário são, na sua generalidade, realizados com amostras compostas por estudantes do ensino superior. Na nossa opinião, as investigações devem estudar todos os jovens, afinal nem todos os jovens são estudantes e isso é, mesmo que indiretamente, discriminação.

Para terminar, expressei o quanto foi gratificante a realização deste trabalho não só por todo o conhecimento adquirido e o crescimento pessoal alcançado, mas também pelo contributo dado, ainda, que humilde para a clarificação e reflexão sobre o *cyberbullying* entre jovens adultos.

Referências Bibliográficas

- Akcil, S. (2018). *Cyberbullying-Victimization, Acculturative Stress, and Depression Among International College Students*. Ph.D. Thesis, Kent State University, Ohio, EUA.
- Amado, J., Matos, A., Pessoas, T., & Jäger, T. (2009). Cyberbullying: um desafio à investigação e à formação. *Interacções*, 13, 301-326.
- Avilés, J. M. (2006). Diferencias de atribución causal en el bullying entre sus protagonistas. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 4(9), 201-220. Acedido em: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2125118>
- Avilés, J.M. (2013). Herramientas para la evaluación del bullying. *Estudos em Avaliação Educacional São Paulo*, 24(56), 138-167.
- Baek, J., & Bullock, L. M. (2014). Cyberbullying: A cross-cultural perspective. *Emotional and Behavioural Difficulties*, 19(2), 226–238. doi:10.1080/13632752.2013.849028
- Bandeira, C.M. (2009). *Bullying: autoestima e diferenças de gênero*. Dissertação de Mestrado, Universidade Federal do Rio Grande do Sul, Porto Alegre, Brasil.
- Barlett, C., Chamberlin, K., & Witkower Zachary (2017). Predicting Cyberbullying Perpetration in Emerging Adults: A Theoretical Test of the Barlett Gentile Cyberbullying Mode. *Aggressive Behavior*, 43, 147-154.
- Bauman, Z. (2009) *Confiança e medo na cidade*. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.
- Bauman, Z. (2010). *Capitalismo para-sitário*. Rio de Janeiro: Zahar.
- Beane, A. L. (2011). *Proteja o seu filho do bullying*. Porto: Porto Editora.
- Belsey, B. (2006). Cyberbullying: An emerging threat to the “always on” generation. Acedido em http://www.cyberbullying.ca/pdf/Cyberbullying_Article_by_Bill_Belsey.pdf
- Bibou-Nakou, I., Tsiantis, J., Assimopoulos, H., & Chatzilambou, P. (2013). Bullying/victimization from a family perspective: a qualitative study of secondary school students’ views. *European Journal of Psychology of Education*, 28(1), 53-71.
- Bonds, M. (2000). Bully-proofing your middle school. *Middle Matters*, 8(3), 4-7.
- Boulton, M., & Flemington, I. (1996). The effects of a short video intervention on secondary school pupil’s involvement in definitions of and attitudes towards bullying. *School Psychology International*, 17(4), 331-345.

- Cantini, N. (2004). *Problematizando o bullying para a realidade brasileira*. Tese de Doutorado, Pontifícia Universidade Católica de Campinas, Campinas, São Paulo, Brasil.
- Cappadocia, M. C., Craig, W. M., & Pepler, D. (2013). Cyberbullying: Prevalence, stability, and risk factors during adolescence. *Canadian Journal of School Psychology, 28*(2), 171–192.
- Carvalhosa, S. F., Lima, L., & Matos, M. G. (2001). Bullying - A provocação/vitimação entre pares no contexto escolar português. *Análise Psicológica, 4*(XIX), 523-537.
- Carvalhosa, S. F., Moleiro, C. & Sales, C. (2009). Violence in Portuguese schools. *International Journal of Violence and School, 9*, 57-78.
- Costa, E., & Vale, D. (1998). *A Violência nas escolas*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional.
- Craig, W. (1998). The relationship among bullying, victimization, depression, anxiety, and aggression in elementary school children. *Personal and Individual Differences, 1*, 123–130.
- Cruz, A. (2011). *O cyberbullying no contexto português*. Dissertação de Mestrado, Faculdade de Ciências Sociais e Humanas da Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.
- Cullingford, C., & Morrison, J. (1995). Bullying as a formative influence: the relationship between the experience of school and criminality. *British Educational Research Journal, 21*(5), 547-560.
- Del Barrio, C. (2013). Experiencias de acoso y ciberacoso: autores, autoras, victimas y consideraciones para la prevención. *Convives, Revista Digital de la Asociación CONVIVES, 3*, 25-33.
- Del Barrio, C., Gutiérrez, H., Barrios, A., Van der Muelen, K., Granizo, L. (2005). Maltrato por abuso de poder entre escolares, ¿de qué estamos hablando? *Revista Pediatría de Atención Primaria, 25*(VII), 75-100.
- Del Barrio, C., Martín, E., Almeida, A., & Barrios A. (2003). Del maltrato y otros conceptos relacionados con la agresión entre escolares, y su estudio psicológico. *Infancia y Aprendizaje, 26*(1), 9-24. doi: [10.1174/02103700360536400](https://doi.org/10.1174/02103700360536400)
- Espelage, D., & Swearer, S. (2003). Research on School Bullying and Victimization: What Have We Learned and Where Do We Go From Here? *School Psychology Review, 32*(3), 365–383.

- Esteve, C., & Arruda, A. (2014). Bullying: Quando a brincadeira fica seria, causas e consequências. *Revista Eletrônica Saberes da Educação*, 5(1). Acesso em http://docs.uninove.br/arte/fac/publicacoes_pdf/educacao/v5_n1_2014/Crislaine.pdf
- Fante, C. (2005). *Fenómeno bullying: como prevenir a violência nas escolas e educar para a paz*. Campinas: Editora Verus.
- Fante, C., & Pedra, J. (2008). *Bullying escolar: perguntas e respostas*. Porto Alegre: Artmed
- Fontaine, R., & Réveillère, C. (2004). Le bullying (ou victimisation) en milieu scolaire: description, retentissements vulnérabilisants et psychopathologiques. *Annales Médico Psychologiques*, 162, 588-594.
- Gini, G., Albierto, P., Benelli, B., & Altoè, G. (2007). Determinants of adolescents active defending and passive bystanding behavior in bullying. *Journal of Adolescence*, 10, 1-13.
- Goebert, D., Else, I., Matsu, C., Chung-Do, J., & Chang, J. Y. (2011). The impact of cyberbullying on substance use and mental health in a multiethnic sample. *Maternal and Child Health Journal*, 15(8), 1282-1286. doi:10.1007/s10995-010-0672-x
- Greene, M.B. (2000). Bullying and harassment in schools. In R.S. Moser. & C.E. Frantz (Eds.) *Shocking violence*. (pp. 72-101). Springfield, IL: Charles Thomas.
- Gross, E. F. (2004). Adolescent Internet use: What we expect, what teens report. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 25(6), 633–649.
- Haber, J., & Glatzer, J. (2009). *Bullying – Manual anti-agressão – Proteja o seu filho de provocações, abusos, insultos*. Alfragide: Casa das Letras.
- Heiman, T. & Olenik-Shemesh, D. (2013). Cyberbullying experience and gender differences among adolescents in different educational settings. *Journal of Learning Disabilities*, 20(10), 1-10. doi: 10.1177/0022219413492855.
- Inchley J, Currie D, Budisavljevic S, Torsheim T, Jåstad A, Cosma A et al., (Eds.) (2020). *Spotlight on adolescent health and well-being. Findings from the 2017/2018 Health Behaviour in School-aged Children (HBSC) survey in Europe and Canada*. International report. Volume 1. Key findings. Copenhagen: WHO Regional Office for Europe. Acedido em <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/332091/9789289055000-eng.pdf>

- Jackson, M., Cassidy, W., & Brown, K. (2009). Out of the mouths of babes: Students voice Their opinions on cyber-Bullying. *Long Island Education Review*, 8(2), 24-30
- Juvonen, J. & Gross, E. F. (2008). Extending the school grounds? Bullying Experiences in Cyberspace. *Journal of School Health*, 78(9), 496-505.
- Kowalski, R. M., & Limber, S. P. (2007). Electronic bullying among middle school students. *Journal of Adolescent Health*, 41(6), S22-S30. Acedido em <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2007.08.017>
- Kowalski, R. M., Limber, S. P., & Agatston, P. W. (2008). *Cyber bullying: Bullying in the digital age*. Blackwell Publishing.
- Langos, C. (2012). Cyberbullying: The challenge to define. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 15(6), 285-289. doi:10.1089/cyber.2011.0588
- Law, D. M., Shapka, J. D., Hymel, S., Olson, B. F., & Waterhouse, T. (2011). The changing face of bullying: An empirical comparison between traditional and internet bullying and victimization. *Computers in Human Behavior*, 28, 226–232.
- Lee, C. H. (2011). An ecological systems approach to bullying behaviors among middle school students in the United States. *Journal of Interpersonal Violence*, 26(8), 1664-1693.
- Li, Q. (2006). Cyberbullying in Schools: A research of gender differences. *School Psychology International*, 27(2), 157-170. doi:10.1177/0143034306064547
- Lopes Neto, A. & Saavedra, L. (2003). *Diga não para o Bullying: Programa de Redução do Comportamento Agressivo entre Estudantes*. Rio de Janeiro: Abrapia.
- Lopes Neto, A. (2005). Bullying: comportamento agressivo entre estudantes. *Jornal de Pediatria*, 81(5), 164-172.
- Mark, L., & Ratliffe, K. T. (2011). Cyber worlds: New playgrounds for bullying. *Computers in the Schools*, 28(2), 92–116. doi:10.1080/07380569.2011.575753
- Matos, Margarida, Simões, Celeste, Camacho, Inês, & Reis, Marta (2014). *A saúde dos adolescentes portugueses: Relatório do estudo HBSC 2014*. Acedido em <https://www.dgs.pt/documentos-e-publicacoes/dgs-apoia-estudo-a-saude-dos-adolescentes-portugueses-2014-pdf.aspx>
- Medrano, J. L., Rosales, F., & Gámez-Guadix, M. (2018). Assessing the Links of Sexting, Cybervictimization, Depression, and Suicidal Ideation Among University

- Students. *Archives of Suicide Research*, 22(1), 153-164.
doi: 10.1080/13811118.2017.1304304
- Melin, F., & Pereira, B. (2016). Perfis dos intervenientes no bullying escolar: atitudes e comportamentos na agressão entre pares. In B. Pereira, A. J. G. Barbosa, & L. M. Lourenço (Eds.), *Estudos sobre bullying: família, escola e atores* (pp. 179-209). Curitiba: CRV.
- Middelton-Moz, J., & Zawadski, M. (2007). *Bullying – Estratégias de sobrevivência para crianças e adultos*. Porto Alegre: Artmed.
- Montalvão (2015) Vargas, C., Montalvão Sarmiento, C., & Oliveira, P. (2015). Reshaping Space in a Global World: Portuguese and Brazilian Networks. *Geopolítica(s). Revista de estudios sobre espacio y poder*, 6(2), 267-282. http://dx.doi.org/10.5209/rev_GEOP.2015.v6.n2.48405
- Musharraf, S., & Anis-ul-Haque, M. (2017). Impact of Cyber Aggression and Cyber Victimization on Mental Health and Well-Being of Pakistani Young Adults: The Moderating Role of Gender. *Journal of aggression, maltreatment & trauma*, 27 (9), 942–958. doi: 10.1080/10926771.2017.1422838
- National Crime Prevention Council. (2007). *Teens and cyberbullying: Executive summary of a report on research*. Arlington, VA: NCP. Acedido em <http://archive.npc.org/resources/files/pdf/bullying/Teens%20and%20Cyberbullying%20Research%20Study.pdf>
- Olweus, D. (1978). *Aggression in the schools: Bullies and whipping boys*. Washington: Hemisphere
- Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a schoolbased intervention program. In D. Pepler & K. Rubin (Eds.), *The development and treatment of childhood aggression*, (pp. 411-448). Hillsdale, NJ.: Erlbau.
- Olweus, D. (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do*. Oxford, United Kingdom: Blackwell.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid: Ediciones Morata.
- Olweus, D. (1999). Sweden. In P. K. Smith, Y. Morita, J. Junger-Tas, D. Olweus, R. Catalano, & P. Slee (Eds.), *The nature of school bullying: A cross-national perspective* (pp. 7–27). Florence, KY: Routledge

- Ostrov, J., Murray-Close, D., Godleski, S., & Hart, E. (2013). Prospective associations between forms and functions of aggression and social and affective processes during early childhood. *Journal of Experimental Child Psychology*, 116, 19–36. Doi: 10.1016/j.jecp.2012.12.009
- Peled, Yehuda (2019). Cyberbullying and its influence on academic, social, and emotional development of undergraduate students. *Heliyon*, 5(e01393), 1-22. doi: 10.1016/j.heliyon.2019.e01393
- Pepler, D., & Craig, W. (2008). Moving forward from lessons learned. In D. Pepler & W. Craig (Eds.), *Understanding and addressing bullying: An international perspective*, (pp. 311-320). Kingston, Canada: PREVNet.
- Pereira, B. (2006). Prevenção da violência em contexto escolar: Diagnóstico e programa de intervenção. In J. Souza Neto & M. Nascimento, *Infância: Violência, Instituições e Políticas Públicas*, (pp.43-51). São Paulo, Expressão e Arte Editora.
- Pereira, F. (2011). Especificidades psicológicas e comportamentais da violência, em particular entre pares na escola – *bullying*. *Cadernos de Investigação Aplicada*, 5, 55-103.
- Pessoa, T., & Amado, J. (2014). Cyberbullying - Questões e desafios atuais. *Edmetic, Revista de Educación Mediática y TIC*, 3(2), 29-51.
- Pessoa, T.; Amado, J., & Matos, A. (2018). Cyberbullying - Questões e desafios atuais. *Edmetic - Revista de Educación Mediática y TIC*, 3(2), 29-51.
- Pinheiro, L. O. (2009). *Cyberbullying em Portugal: uma perspectiva sociológica*. Tese de Mestrado, Universidade do Minho, Braga, Portugal.
- Pinto, T. M. G. (2011). *Cyberbullying: Estudo da prevalência de comportamentos de cyberbullying e sua relação com vivências de vergonha e estados emocionais negativos*. Tese de Mestrado, Instituto superior Miguel Torga, Coimbra, Portugal.
- Ramírez, F. (2001). *Conduitas agressivas na idade escolar*. Amadora: McGraw Hill.
- Reyns, B., Fisher, B., Bossler, A., & Holt, T (2018). Opportunity and Self-Control: Do they Predict Multiple Forms of Online Victimization? *American Journal of Criminal Justice*, 44, 63–82. doi: 10.1007/s12103-018-9447-5
- Rivers, I., & Smith, P. K. (1994). Types of bullying behaviour and their correlates. *Aggressive Behavior*, 20(5), 359–368.
- Rivituso, G. (2012). *Cyberbullying: An Exploration of the Lived Experiences and the Psychological Impact of Victimization Among College Students an Interpretive*

- Phenomenological Analysis*. Ph.D. Thesis, Northeastern University, Boston, EUS.
Acedido em <http://hdl.handle.net/2047/d20002393>
- Rocha, T. (2012) *Cyberbullying: ódio, violência virtual e profissão docente*. Brasília: Liber Livro.
- Rodrigues, A., Assmar, E., & Jablonski, B. (2000). *Psicologia Social*. Petrópolis, Vozes.
- Sá, J. (2012). *Bullying nas escolas - prevenção e intervenção*. Tese de doutoramento, Universidade de Aveiro, Portugal
- Sá, J.J. (2007). Manifestações de Bullying no 3º Ciclo do ensino Básico – um estudo de caso. (Tese de mestrado, Universidade de Aveiro, Portugal).
- Schwartz, D., Dodge, K. & Coie, J. (1993). The emergence of chronic peer victimization in boy's playgroups. *Child Development*, 64, 1755-1772.
- Serrate, R. (2009). *Lidar com o bullying na escolar – Guia para entender, prevenir e tratar o fenómeno de violência entre pares*. Sintra: Coleção Educação, K editora.
- Serrate, R. (2014). *Bullying na escola. Entender, prevenir e intervir no fenómeno da violência entre os pares*. Lisboa: Bookout
- Shaffer, J. & Ruback, R. (2002). *Violent victimization as a risk factor for violent offending among juveniles - Bulletin*. Washington, D.C: U.S. Department of Justice, Office of Juvenile Justice and Delinquency Prevention. Acedido em <https://www.ncjrs.gov/pdffiles1/ojjdp/195737.pdf>
- Shariff, S. (2011). *Cyberbullying: questões e soluções para a escola, a sala de aula e a família*. Porto Alegre: Artmed.
- Silva, A. (2010). *Bullying: mentes perigosas na escola*. Rio de Janeiro: Objetiva.
- Silva, A. (2018). *Novos sentimentos para um novo futuro: da prevenção à intervenção do bullying*. Lisboa: Chiado Books.
- Silva, J., & Mascarenhas, S. (2010). Gestão do bullying e cyberbullying na universidade – Desafios para a orientação educativa e convivência social e ética no ensino superior – Estudo com estudantes da UFAM/Brasil. *Revista Amazônica*, 5(2), 46-55.
- Simões, J., Ponte, C., Ferreira, E., Doretto, J., & Azevedo, C. (2014). *Crianças e meios digitais móveis em Portugal: Resultados nacionais do projeto Net Children Go Mobile*. Lisboa CESNOVA. Acedido em https://netchildrengomobile.files.wordpress.com/2015/02/ncgm_pt_relatorio1.pdf
- Smith, P. (1991). The silent nightmare: Bullying and victimization in school peer groups. *The Psychologist*, 4, 243-248.

- Smith, P., Del Barrio, C., Tokunaga, R. (2013). Definitions of bullying and cyberbullying: How useful are the terms? In Bauman, S., Cross, D., Walker, J. L. (Eds.), *Principles of cyberbullying research: Definitions, measures, and methodology* (pp. 26-40.). New York, NY: Routledge.
- Smith, P., Mahdavi, J., Carvalho, M., Fisher, S., Russell, S., & Tippett, N. (2008). Cyberbullying: Its nature and impact in secondary school pupils. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, *49*, 376–385.
- Sontag, L., Clemans, K., Graber, J., & Lyndon, S. (2011). Traditional and cyber aggressors and victims: A comparison of psychosocial characteristics. *Journal of Youth And Adolescence*, *40*(4), 392-404.
- Spears, B., Slee, P., Owens, L., & Johnson, B. (2009). Behind the scenes and screens. *Journal of Psychology*, *217*(4), 189-196. doi:10.1027/0044-3409.217.4.189
- Swearer, S. M., & Doll, B. (2001). Bullying in schools: An ecological framework. *Journal of Emotional Abuse*, *2*(2), 7-23. doi: 10.1300/J135v02n02_02
- Swearer, S., & Cary, P. (2007). Perceptions and attitudes toward bullying in Middle School youth: A developmental examination across the bully/ victim continuum. In J. Zins, M. Elias, & C. Maher. *Bullying, victimization and peer harassment – A handbook of prevention and intervention*, (p.67-83). New York: The Haworth press.
- Swearer, S., Espelage, D., Vaillancourt, T., & Hymel, S. (2010). What can be done about school bullying? Linking research to educational practice. *Educational Researcher*, *39*, 38–47. <http://dx.doi.org/10.3102/0013189X09357622>
- Tognetta, L., & Bozza, T. (2013). Cyberbullying: um estudo sobre a incidência do desrespeito no ciberespaço e suas relações com as representações que adolescentes tem de si. *Nuances: estudos sobre Educação*, *23*(24),162-178. Acedido em <http://dx.doi.org/10.14572/nuances.v23i24.1896>
- Tognetta, L., Avilés, J., & Rosário, P. (2014). Bullying e suas dimensões psicológicas em adolescentes. *Infad*, *7*(1), 289-296. Acedido em <http://www.infad.eu/RevistaINFAD/OJS/index.php/IJODAEP/article/view/800>
- Turner, M., Exum, M., Brame, R., & Holt, T. (2013). Bullying victimization and adolescent mental health: General and typological effects across sex. *Journal of Criminal Justice*, *41*(1), 53–59.
- Vandebosch, H., & Van Cleemput, K. (2009). Cyberbullying among youngsters: Profiles of bullies and victims. *New Media & Society*, *11*(8), 1349–1371.

- Varghese M., & Pistole M. (2017). College student cyberbullying: self-esteem, depression, loneliness, and attachment. *J. Coll. Couns.*, 20(1), 7–21.
- Veiga, I., & Fonseca, M. (Org.). (2001). *Dimensões do projeto político-pedagógico: novos desafios para a escola*. Campinas: Papirus.
- Ventura, A., & Fante, C. (2013). *Bullying – Intimidação no ambiente Escolar e Virtual*. Belo Horizonte: Editora Conexa.
- Vieira, C. (2013). *Inclusão e bullying: práticas, prevenção e intervenção dos professores de um agrupamento TEIP*. Dissertação de Mestrado, Escola Superior de Educação João de Deus, Lisboa, Portugal.
- Walker, C., Sockman, B., & Koehn, S. (2011). An Exploratory Study of Cyberbullying with Undergraduate University Students. *TechTrends: Linking Research and Practice to Improve Learning*, 55(2), 31-38.
- Wang, Y., Gorenstein, C., Andrade, L., Oliveira, L., & Andrade, A. (2009). Morbididades Psiquiátricas, sintomas depressivos e psicóticos entre os universitários brasileiros. *American Psychologist*, 5(3), 22–35.
- Watts, R., Day, C, Krzanowski, J, et al. (2017), Patients’ accounts of increased ‘Connectedness’ and ‘Acceptance’ after psilocybin for treatment-resistant depression. *J Humanist Psychol*, 57, 520–564. Acedido em <https://doi.org/10.1177/0022167817709585>
- Wendt, W., & Lisboa, C. (2014). Compreendendo o Fenômeno do *Cyberbullying*. *Trends in Psychology*, 22(1), 39-54. doi 10.9788/TP2014.1-04
- Willard, N. (2007). *Cybersafe kids, cyber-savvy teens: Helping young people learn to use the Internet safely and responsibly*. California: Jossey-Bass
- Ybarra, M., & Mitchell, K. (2004). Online aggressor/targets, aggressors, and targets: A comparison of associated youth characteristics. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 45(7), 1308-1316. doi:10.1111/j.1469-7610.2004.00328.x

APÊNDICES

Apêndice A: Questionário sobre o cyberbullying

Questionário sobre o Cyberbullying

O objetivo deste questionário é compreender o fenómeno Cyberbullying nas redes sociais, no grupo dos jovens adultos (com idades compreendidas entre os 18 e 24 anos).

As informações recolhidas a partir desta pesquisa serão utilizadas na tese de Mestrado em Educação intitulada “Cyberbullying e jovens adultos: Projeto Socioeducativo de prevenção do cyberbullying [online]”, da Universidade Portucalense.

Toda a informação fornecida não é identificável e será tratada em conjunto com outros questionários através do *Google Forms*, garantindo-se assim a confidencialidade e anonimato de todos os dados.

Ao preencher o questionário estará a dar-nos o consentimento informado para tratarmos a informação. Esta pesquisa dura cerca de **5 minutos** a ser concluída.

Caso pretenda receber os resultados da pesquisa e conhecer o Projeto Socioeducativo de Prevenção do Cyberbullying [online], deixe o seu correio eletrónico no espaço destinado no final do questionário.

Por favor, responda de forma honesta às questões colocadas.

OBRIGADA PELA SUA PARTICIPAÇÃO

1. **Sexo:** Masculino Feminino

2. **Idade:** _____

3. **Nacionalidade:** _____

4. **Nível de escolaridade:**

1º Ciclo do Ensino Básico

2º Ciclo do Ensino Básico

3º Ciclo do Ensino Básico

Ensino Secundário

Licenciatura

Mestrado

Doutoramento

Outras

5. **Situação face ao emprego**

Estudante

Empregado

Desempregado

6. **Em média, por dia, quantas horas gasta com as redes sociais (Facebook, Twitter, Instagram)**

- Nenhum
- Menos de 1h
- De 1 a 3 h
- De 3h a 5h
- 5h ou mais

7. Já foi prejudicado/a nas redes sociais por alguém

- Uma ou duas vezes
- Várias vezes
- Nunca

8. Já foi exposto/a por alguém nas redes sociais, com comentários ofensivos, divulgação de vídeos ou fotos sem o seu consentimento

- Sim
- Não

9. Alguma vez se associou com amigos para gozar ou criticar através da internet

- Sim
- Não

10. Considera que o cyberbullying aumentou na época de confinamento imposto pela COVID-19

- Sim
- Não
- Não sei

11. Já se apercebeu de alguém estar a ser vítima de Cyberbullying, nas redes sociais

- Sim
- Não

12. Como reage quando se apercebe que alguém está a ser vítima de cyberbullying, nas redes sociais (pode assinalar mais de uma opção)

- Nunca me apercebi de alguém ser vítima de cyberbullying
- Não faço nada
- Falo com a vítima e dou-lhe sugestões sobre como resolver o problema
- Falo com o agressor ou agressores numa tentativa de parar o comportamento
- Comento com pessoas que considero que podem intervir nessa situação

13. O que pensa sobre impacto do cyberbullying através das redes sociais, comparado com o bullying tradicional

- Tem menos efeito psicológico sobre a vítima
- Tem o mesmo efeito psicológico sobre a vítima
- Tem mais efeito psicológico sobre a vítima
- Não sei

14. Alguma vez foi vítima de cyberbullying, nas redes sociais

- Nunca fui vítima de cyberbullying
- Apenas uma ou duas vezes
- Várias vezes

15. Quanto tempo duraram (ou duram) as práticas de cyberbullying contra si, nas redes sociais

- Nunca fui vítima de cyberbullying através das redes sociais
- Duraram uma semana ou menos
- Duraram duas ou três semanas
- Duraram mais de seis meses
- Duraram mais de um ano

16. Quem praticou cyberbullying contra si, nas redes sociais (pode assinalar mais de uma opção)

- Ninguém, não sou nem nunca fui vítima de cyberbullying
- Uma amiga ou amigo
- Um grupo de colegas da escola ou do trabalho
- Uma desconhecida ou um desconhecido
- Um familiar
- Não sei

17. Como se sente quando sofres cyberbullying nas redes sociais (pode assinalar mais de uma opção)

- Nunca me aconteceu
- Sinto-me isolado
- Sinto-me ansioso
- Sinto-me agressivo
- Sinto-me indefeso
- Não me afeta
- Sinto-me deprimido
- Sinto-me preocupado como que os outros possam pensar ou dizer sobre mim
- Não valorizo

18. A longo prazo ser vítima de cyberbullying afetou: (pode assinalar mais de uma opção)

- A minha autoestima
- A minha relação com amigos
- A minha vida familiar
- A minha vida escolar/académica
- A minha vida profissional
- A minha relação amorosa
- Nunca me aconteceu

19. Como reage ao cyberbullying, nas redes sociais

- Nunca fui vítima de cyberbullying

- Não faço nada
- Apago a minha conta
- Excluo a pessoa do grupo de amigos das redes sociais
- Peço sugestões entre as pessoas do meu círculo próximo para resolver o problema
- Apresento queixa às entidades competentes

20. Quantas vezes cometeu ou comete atos de cyberbullying contra pessoas, nas redes sociais

- Nenhuma, isso nunca aconteceu
- Apenas uma ou duas vezes
- Uma vez por semana
- Várias vezes por semana
- Uma vez por mês
- Várias vezes por mês
- Muitas vezes, é difícil quantificar

Se pretender receber os resultados da pesquisa e conhecer o Projeto Socioeducativo de Prevenção do Cyberbullying [online], deixe o seu correio eletrónico

Apêndice B: Resultados e conclusões dos estudos selecionados para análise sistemática da literatura

Autor e país	Resultados	Conclusões
Peled (2019) Israel	<p><u>Frequência</u> - 57,4% (366), dos entrevistados relataram ter sofrido cyberbullying</p> <p><u>Caracterização dos agressores</u>: 9,4% dos agressores são desconhecidos, seguidos 7,8% de amigos, 6, 6% outras pessoas, 5,1% namorado ou ex-namorado e 0,8% irmão ou irmã.</p> <p><u>Impactos do cyberbullying</u> - Os estudantes que são expostos à experiência de <i>cyberbullying</i> têm problemas acadêmicos, problemas interpessoais, problemas familiares, depressão, problemas com abuso de substâncias, ideação suicida e problemas de autoestima.</p>	<p>Os resultados deste estudo indicam que o <i>cyberbullying</i> tem influência no acadêmico, desenvolvimento social e emocional de estudantes de licenciatura</p> <p>O <i>cyberbullying</i> não é apenas uma questão adolescente. Embora existam estudos de <i>cyberbullying</i> entre estudantes universitários continuam a não ser suficientes. Esta população em particular necessita de uma atenção especial em futuras investigações.</p>
Medrano, Rosales & Gámez-Guadix (2018) México	<p><u>Tipo de cyberbullying</u>: Sexting²</p> <p><u>Impactos do cyberbullying</u>: Quanto mais comportamentos <i>sexting</i> maior é a cybervitimização que está associada a uma maior de sintomas depressivos e ideia suicida na vítima. A ideação suicida está associada a sintomas depressivos e diretamente associada com o <i>sexting</i>.</p>	<p>Ser vítima do tipo de <i>cyberbullying</i> Sexting está relacionado com sintomas depressivos e com ideação suicida.</p> <p>Medidas de prevenção que abordam fatores de risco para <i>cyberbullying</i>, como o sexting, pode ser uma importante contribuição para a prevenção da depressão sintomatologia.</p>
Reyns, B., Fisher, B., Bessler, A., & Holt, T (2018). EUA	<p><u>Tecnologias usadas</u>: o e-mail, as redes sociais e as mensagens instantâneas tiveram efeitos em todos os tipos de vitimização. O e-mail estava relacionado o <i>hacking</i> (fazer modificações nos sistemas informáticos), roubo de identidade e receber conteúdos de nudez explícita. Blogar foi apenas relacionado com o assédio online e ver pornografia online foi relacionado apenas com receber conteúdos de nudez explícita, o Skype foi relacionado com o <i>hacking</i>.</p> <p><u>Características das vítimas</u> - A vitimização de hackers está relacionado com o sexo feminino no recebimento conteúdos de nudez explícitos e assédio; a idade foi indicador de roubo de <i>hacking</i> e roubo de identidade; as pessoas com orientação sexual que não heterossexuais têm consciência de que correr maior risco de assédio</p>	<p>As pessoas com baixo autocontrole têm maior de serem vítimas, verificando-se que a probabilidade de serem assediados ou receberem conteúdos de nudez é superior a 50%. O número de horas despendido na internet e o autocontrole também foi significativo, mas fraco.</p> <p>A idade, o sexo e a orientação sexual, merecem uma atenção especial, já que os resultados sugerem que estes indivíduos podem ter sido alvos pelas suas características.</p>

² Sexting: Enviar mensagens de cariz sexual, tais como fotos de nu parcial ou total, para serem vistas por outros colegas e amigos (Pessoa, Amado, Matos, 2014, p. 40).

	e recebimento de conteúdos de nudez explícita, nudez. Contudo, este facto não foi relacionado com o nº de horas que passam na internet (oportunidade). As pessoas com baixo autocontrolo correm um risco superior de serem assediados ou receber conteúdos de nudez explícita.	
Musharraf, S., & Anis-ul-Haque, M. (2017) Paquistão	<p><i>Frequência:</i> Os jovens do sexo masculino mostraram pontuações significativamente mais altas em vitimização cibernética em comparação com as jovens do sexo feminino.</p> <p><i>Impactos do cyberbullying:</i> vítimas, depressão, ansiedade e stress. Os agressores, não sofrem depressão, nem ansiedade, nem stress, mas verificou-se um mal-estar mental, com resultados negativos da saúde mental.</p> <p><i>Reação ao cyberbullying:</i> forte associação entre a vitimização cibernética e a agressão cibernética.</p>	É necessário leis, políticas e programas de sensibilização, com especial consideração para as alunas femininas em quem o <i>cyberbullying</i> parece ter maior impactos psicossociais. Deve-se ter em consideração aspetos culturais e contextuais relativos às diferenças de género.
