

# Elimine a exclusão e o *bullying online* e *offline*!



Para professores



COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE

# Estar online

## **Acesso e Inclusão**

*Nenhuma criança se deve sentir excluída online ou offline.*

-  Promova um ambiente positivo na sua escola ao ter a certeza de que cada aluno usufrui de oportunidades iguais, independentemente do seu género, incapacidade, raça ou cultura.

## **Aprendizagem e Criatividade**

*As crianças aprendem melhor e as situações de bullying diminuem em ambientes descontraídos e agradáveis, onde elas se podem exprimir livremente e sabem que as suas ideias e criações são respeitadas.*

-  Inclua trabalhos de grupo e atividades de colaboração nas aulas.
-  Ajude os alunos a ouvir e respeitar as ideias dos outros e a reconhecer o valor de ser justo e imparcial.

## **Literacia dos Media e da Informação**

*A internet é um espaço aberto onde podemos encontrar muitas vezes discurso de ódio e conteúdo malicioso. As crianças precisam de saber como e porquê se deve reportar e bloquear tudo o seja ofensivo.*

-  Leia um artigo online na aula que promova o racismo ou o discurso de ódio. Organize um debate ou discussão para que os alunos reflitam sobre a razão para que tal conteúdo seja ofensivo e o que devem fazer quando o encontram online.

# Bem-estar online

## **Ética e Empatia**

*O bullying pode ser prevenido se todos fizermos um esforço para perceber e respeitar os sentimentos e as perspetivas dos outros.*

-  Discutam diferentes tipos de bullying (exclusão, abuso emocional e físico...) e convide os seus alunos a refletir como se sentiriam se estivessem no lugar das vítimas.

## **Saúde e Bem-estar**

*É importante que as crianças cresçam em ambientes familiares e escolares onde se sintam seguros e protegidos.*

-  Leiam, em voz alta, frases que as crianças utilizem regularmente no recreio e peçam aos alunos para desenhar emojis que expressem os seus sentimentos em relação a cada frase.
-  Comparem os seus emojis para mostrar a diferença nas interpretações.

## **E-Presença e Comunicações**

*Saber comunicar com respeito é uma parte essencial para ser um cidadão digital.*

-  Explique o que são pegadas digitais e o possível impacto de uma pegada negativa nas oportunidades de uma carreira futura.
-  Discuta os tipos de comportamento que se podem refletir de uma forma negativa na nossa pegada digital.

# Direitos online

## Participação Ativa

*O bullying provoca consequências negativas ao longo da vida em termos de saúde, bem-estar social e económico, tanto para os agressores como para as vítimas.*

-  Convide os alunos a representar algumas situações de bullying, alternadamente assumindo o papel de agressor, vítima e espectador que tenta impedir o incidente (role play). Este tipo de atividade levará os alunos a refletir acerca das suas ações em situações da vida real.

## Direitos e Responsabilidades

*Todos têm o direito a ser respeitados e a responsabilidade de tratar os outros como gostariam de ser tratados.*

-  Crie uma política anti-bullying, na escola ou na turma, que os professores e os alunos leiam e assinem. Deve listar os direitos e as responsabilidades dos alunos em relação ao seu comportamento para com os outros e indicar, de forma clara, as consequências para os comportamentos inaceitáveis.

## Privacidade e Segurança

*Comportar-se de forma imprudente online e publicar dados pessoais, sem pensar nas possíveis consequências, pode levar ao bullying.*

-  Peça aos seus alunos que imprimam as informações do seu perfil das redes sociais, ou o seu álbum de fotografias online, e que os exponham num espaço público da escola.
-  Se eles se sentirem desconfortáveis com esta situação, explique-lhes que milhões de pessoas podem visualizar as suas informações online e usá-las contra eles, se não tomarem precauções.

# Direitos online

## **Consumo Informado**

*As crianças são grandes alvos de publicidade e as famílias devem estar conscientes disso. Aceder a todos os pedidos no que diz respeito às últimas tendências ou gadgets pode fazer com que umas crianças se sintam mais especiais do que outras e menos empáticas.*

-  Na sala de aula, utilize alguns anúncios conhecidos, online e offline, para iniciar um debate sobre a influência da publicidade e o impacto negativo que ela pode ter sobre pessoas menos privilegiadas.

*Ajude os seus alunos a lidar com os desafios sociais de forma resiliente.*

### **Outras publicações do Conselho da Europa sobre Educação para a Cidadania Digital**

- ▶ Educating for a video game culture – A map for teachers and parents (2021)
- ▶ Digital citizenship education – Trainers’ Pack (2020)
- ▶ Digital Citizenship Education – Lesson plans for educators available at <https://www.coe.int/en/web/education/new-materials>
- ▶ Digital Citizenship Education Handbook (2019)
- ▶ Bullying: perspectives, practice and insights (2017)
- ▶ Internet Literacy Handbook (2017)

**Mais informações disponíveis em:**  
[www.coe.int/education](http://www.coe.int/education)

**Autores:**

**Janice Richardson**

**Veronica Samara**

**Traduzido por:**

**Fernanda Bonacho (ESCS/IPL) e**

**Filipa Matos (Agrupamento de Escolas  
João da Rosa)**



PREMS 152821

**POR**

**[www.coe.int](http://www.coe.int)**

O Conselho da Europa é a principal organização de defesa dos direitos humanos no continente. Integra 47 Estados membros, incluindo todos os membros da União Europeia. Todos os Estados membros do Conselho da Europa assinaram a Convenção Europeia dos Direitos do Homem, um tratado que visa proteger os direitos humanos, a democracia e o Estado de direito. O Tribunal Europeu dos Direitos do Homem controla a implementação da Convenção nos Estados membros.

COUNCIL OF EUROPE



CONSEIL DE L'EUROPE