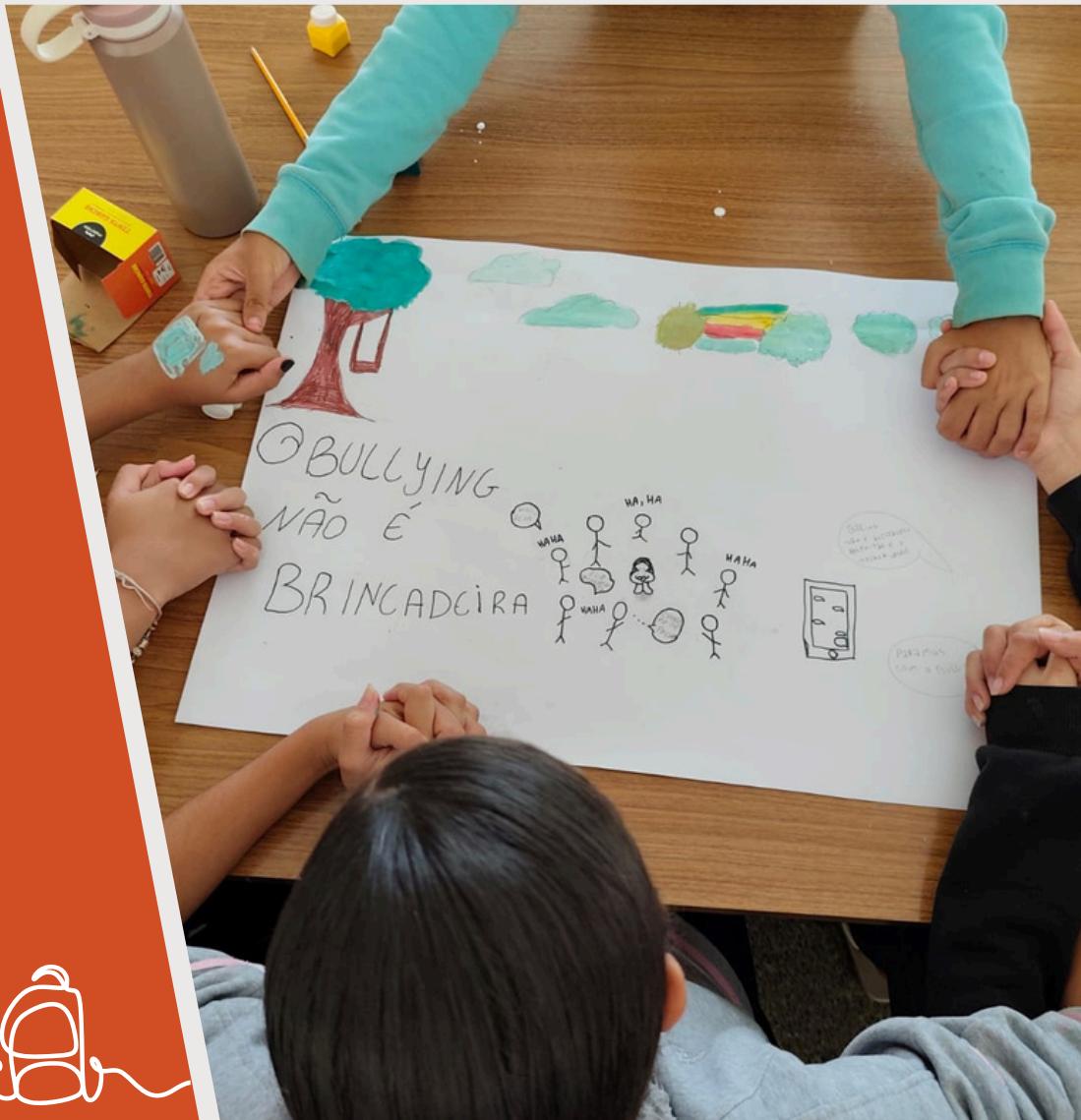


BULLYING NÃO É BRINCADEIRA!



**PROGRAMA SAÚDE NA ESCOLA NO
ITAPOÃ - DISTRITO FEDERAL**

**COMO PROMOÇÃO DE DIREITOS PARA
TODAS AS FASES DA VIDA**

Para todas as pessoas e profissionais que,
na educação, cultivam gerações que
aprendem a conviver, acolher e
transformar o mundo

“ É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação e à convivência familiar e comunitária.”

Apresentação

Este material pedagógico apresenta a experiência conjunta de estudantes e docentes da Universidade de Brasília, profissionais de saúde da Unidade Básica de Saúde do Itapoã e professores do Centro de Ensino Fundamental Dr.^a Zilda Arns na realização de atividades educativas no âmbito do programa saúde na escola (PSE) no território do Itapoã, Distrito Federal.

Esta publicação sistematiza processos, conteúdos e aprendizados produzidos na interseção entre ensino, serviço e comunidade, destacando a força do trabalho interprofissional orientado à promoção da saúde no ambiente escolar.

O projeto está ancorado na compreensão de que a dignidade do envelhecer é um direito humano que se inicia na infância e adolescência — e, portanto, deve ser cuidado e afirmado também nas políticas e práticas educativas.

Ao registrar essa prática, o material busca contribuir para o fortalecimento de metodologias e estratégias do PSE, ampliando possibilidades de articulação entre universidade, escola e atenção primária à saúde em políticas públicas de educação, saúde e cultura.

Que a leitura deste material vire conversa, partilha e ação - dentro da escola, entre nós, e como estudantes das escolas públicas do Distrito Federal.

Boa leitura,
Organizadoras.

"Nada do que vivemos tem sentido, se não tocarmos o coração das pessoas" . Cora Carolina

SUMÁRIO

- 01** CEF Doutora Zilda Arns
- 02** Por que falar de bullying?
- 03** Projeto Saúde na Escola no CEF Dra. Zilda Arns
- 04** O Percurso dos Ateliês Criativos
- 05** Ressonância dos Estudantes
- 06** Quem somos nós?

01. CEF Doutora Zilda Arns

O Centro de Ensino Fundamental Dr.^a Zilda Arns Neumann, inaugurado em 2010 no Itapoã, leva o nome da profissional de saúde que atuou em pautas humanitárias e na defesa de vidas vulnerabilizadas no Brasil e na América Latina.

A criação da escola contribuiu para atender crianças e adolescentes do território que, anteriormente, precisavam deslocar-se ao Paranoá para acessar a oferta pública de ensino.



Assim, a escola surge associada a uma noção de justiça social, ao reduzir a dependência do transporte e aproximar o serviço educacional da comunidade.

A instituição constitui um espaço de aprendizagem e convivência, incluindo práticas artísticas e identitárias presentes na população local.

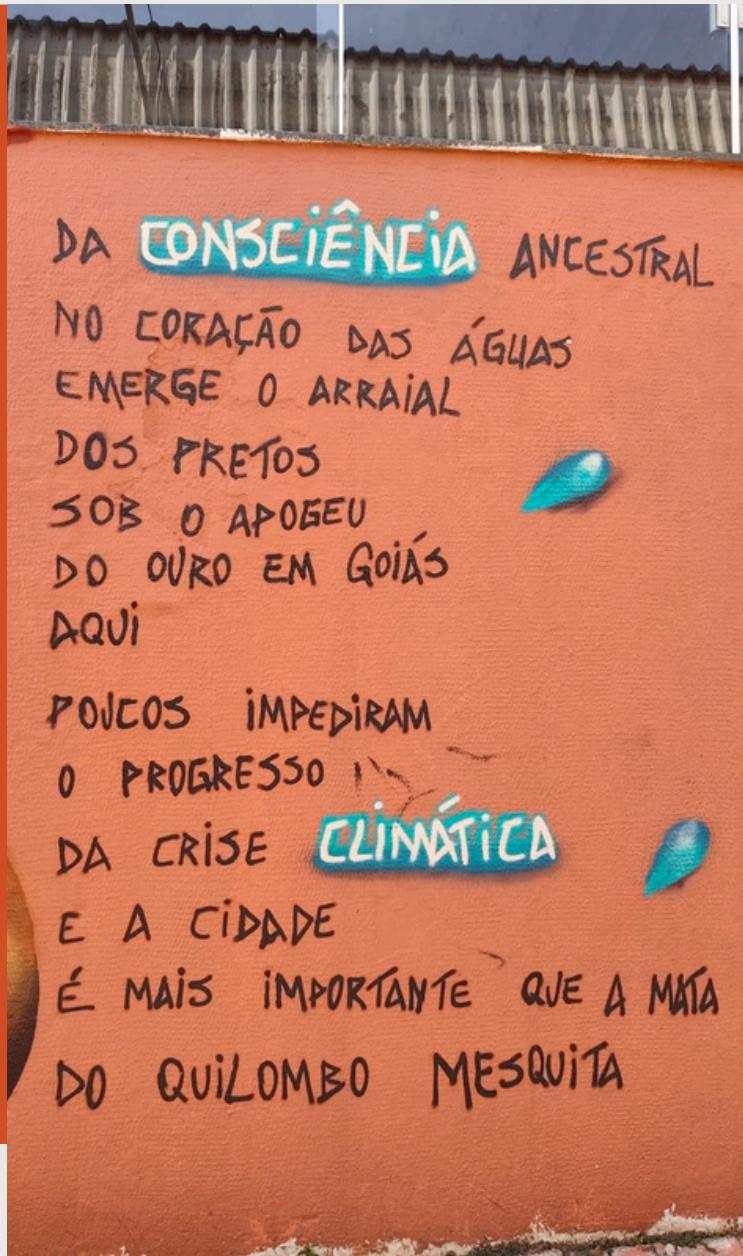


Centro de ensino fundamental Doutora Zilda Arns



Itapoã - Área Metropolitana de Brasília - Distrito federal

CEF Doutora Zilda Arns



Obra de Arte Popular da escola Zilda Arns
Itapoã - Área Metropolitana de Brasília -
Distrito federal

E QUANTOS PÁSSAROS
SOBRARAM?
PARA SUSTENTAR
A CANTORIA...
E O DOCE DO MARMELO
TRAZ O SABOR
EM POTÊNCIA
DA NUTRIÇÃO
E DO MEL
AQUI
ONDE É TÃO LINDO
O CÉU

CEF Doutora Zilda Arns



ESPAÇO DE ACOlhimento

Itapoã - Área Metropolitana de Brasília -
Distrito federal



MANIFESTAÇÃO ARTÍSTICA DOS ALUNOS NO EVENTO DIA "D"

Itapoã - Área Metropolitana de
Brasília - Distrito federal

03. Por que falar de bullying?

Falar sobre bullying na escola não é opção — é necessidade.

A escola é espaço de formação e convívio inclusivo, mas para parte dos estudantes pode tornar-se lugar de hostilidade e violação de direitos. O bullying interfere na experiência escolar, restringe participação, afeta vínculos e altera a percepção de si e do outro.

O bullying é também um fenômeno enraizado no social: deriva de padrões culturais de relações de poder e controle que operam para além do indivíduo e afetam o coletivo — inclusive na escola.

Tratar do tema rompe o silêncio que legitima práticas violentas e naturaliza a impunidade. Discutir bullying não é apenas reação a episódios — é ação preventiva que reafirma valores éticos e condições para um ambiente escolar seguro e promotor de condições para o desenvolvimento humano.

Dar nome à violência é condição para enfrentá-la.

O PSE apoia a escola na redução de violências e na gestão de ambiências educativas saudáveis. A intensificação das violências nos territórios e nas redes digitais tem ampliado violações de direitos de crianças e adolescentes.

Bullying é caracterizado como atos de violência física, verbal ou psicológica — diretos ou indiretos — que se repetem de forma intencional. Esse padrão de agressão interfere na vida escolar e produz continuidades de sofrimento, constrangimento e humilhação dos estudantes.

A esperança que nos move é a de que a educação em direitos humanos — sustentada em práticas pedagógicas e relações cotidianas — possa contribuir para prevenir o bullying no espaço escolar. A afirmação de direitos, a leitura crítica das violências e o cuidado com a convivência produzem condições para que os estudantes reconheçam limites, responsabilidades e pactos éticos no viver junto. É nessa direção que o PSE, a escola e os serviços de saúde reiteram o compromisso de fortalecer um ambiente de aprendizagem onde o conflito não se transforme em violência — e onde o direito à dignidade seja, de fato, cotidiano.

“ É dever da família, da comunidade, da sociedade em geral e do poder público assegurar, com absoluta prioridade, a efetivação dos direitos referentes à vida, à saúde, à alimentação, à educação e à convivência familiar e comunitária.”

Art. 4 do Estatuto da Criança e do Adolescente – Lei 8.069/1990

Bullying e Cyberbullying: A Análise da Estrutura — da raiz aos frutos



Os frutos: As consequências visíveis e invisíveis como manifestações de como agimos no mundo.

O caule: Trata-se de valores normativos em uma escala macro que envolve normas institucionais e políticas escolares e na escala pessoal a expressão de como sentimos (emoções) e como pensamos (cognição)

As raízes: Interação dos sistemas de opressão que sustentam o bullying: racismo estrutural, violências de gênero, Idadismo e tantos outros

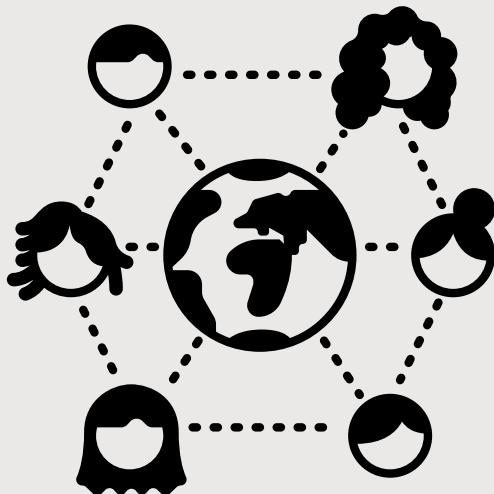
Bullying e Cyberbullying: A Análise da Estrutura — da raiz aos frutos

Fatores de risco:

Na escola: A falta de normas claras de convivência e combate à agressão, baixos níveis de monitoramento por parte dos adultos e ambiente escolar pouco acolhedor.

No ambiente familiar: autoritarismo excessivo, falta de supervisão, ausência de diálogos abertos e acolhedores.

Na Comunidade: Normas culturais que toleram a violência somadas à exclusão social e à falta de serviços essenciais aos jovens



Como virar a chave e intervir?

A escola deve criar regras claras, promover um ambiente acolhedor e treinar sua equipe para identificar e intervir em todos os casos de violência. Os professores precisam incentivar respeito e amizade, agindo imediatamente de forma acolhedora.

Dentro das famílias, é necessário observar mudanças de comportamento e fortalecer vínculos por meio da escuta ativa.

Já para os estudantes, é importante não apoiar, nem se calar diante do bullying, devendo buscar ajuda de adultos e não reforçar comportamentos agressivos.

MITOS ✗

É só brincadeira de criança/
adolescente

Quem sofre Bullying precisa
aprender a se defender
sozinho

Ignorar o agressor faz com
que o Bullying pare

Se a vítima não chora ou
reage, é porque não se
importa.

VERDADES ✓

O Bullying ocorre em
qualquer lugar (não só na
escola) e inclui o digital
(Cyberbullying).

Quem assiste e não faz nada
também é parte do problema.

O agressor muitas vezes
também é vítima ou busca
atenção e poder.

O Bullying deixa cicatrizes
psicológicas que podem durar
a vida toda.

*“Se a educação sozinha não transforma a sociedade, sem
ela tampouco a sociedade muda.”*
Paulo Freire

MITOS

Bullying é apenas agressão física (bater, empurrar)

Se o bullying acontece fora da escola/empresa, a instituição não tem responsabilidade.

O que acontece no mundo virtual não afeta a vida real

Só as crianças tímidas ou diferentes são vítimas de bullying

VERDADES

O bullying pode se manifestar de várias formas, não só física.

Não acontece apenas entre crianças; adolescentes. Adultos também podem ser vítimas

O cyberbullying tem consequências graves, como depressão e isolamento

Frequentemente o agressor é uma pessoa conhecida

"Por isso, uma das responsabilidades do professor é criar um ambiente onde os alunos aprendam que, além de falar, é importante ouvir os outros com respeito"
Bell Hooks

04. Projeto Saúde na Escola no CEF Dra. Zilda Arns

O objetivo do projeto pactuado entre a Unidade Básica de Saúde n.º 1 do Itapoã e o CEF Dra. Zilda Arns é identificar os agravos e prioridades de saúde que atravessam a vida escolar e, a partir deles, desenvolver ações educativas alinhadas aos temas do Programa Saúde na Escola (PSE), fortalecendo práticas de cuidado, promoção de direitos e convivência não violenta na comunidade.

O projeto teve seu início formal com a etapa de Pactuação, na qual a Equipe de Saúde estabeleceu as datas de intervenção junto à Escola Zilda Arns. Esta fase foi crucial para o alinhamento de expectativas, permitindo que a equipe de saúde e a escola discutissem as necessidades e os temas prioritários para serem trabalhados com o corpo discente.

A partir desse diálogo, identificou-se uma necessidade entre os adolescentes, especialmente nas turmas do 6º ao 8º ano (as quais foram definidas como foco do trabalho), em relação à questão do Bullying, que se encaixa dentro do programa do Ministério da saúde como promoção da cultura de paz e direitos humanos.

Devido à realidade dos estudantes, o tema foi escolhido, com destaque especial para o crescimento do Cyberbullying.

Após a definição do foco temático, a equipe deu seguimento às próximas etapas, a Elaboração e Organização das dinâmicas e atividades pedagógicas e lúdicas a serem desenvolvidas com protagonismo das crianças e adolescentes.

05. O Percurso dos Ateliers Criativos



Iniciamos nossos ateliers em turmas do 6º ano e seguimos, ao longo dos meses, até o 8º ano — numa caminhada construída passo a passo com as turmas. Organizamos a vivência em três momentos.

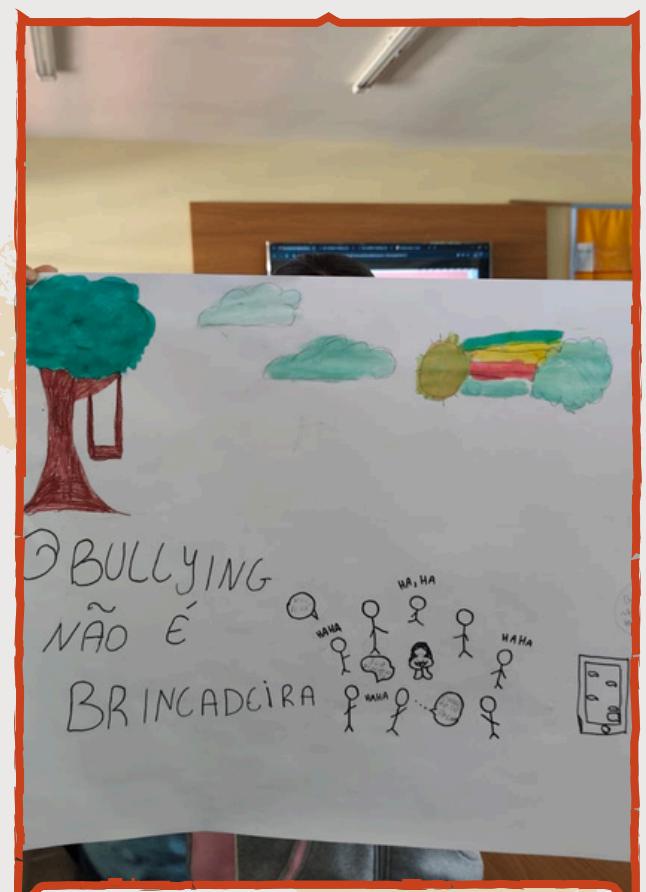
No primeiro momento, abrimos a roda perguntando o que a turma entendia por bullying e cyberbullying. Fizemos escuta, acolhemos as falas e, a partir do que os estudantes já traziam, apresentamos sentidos para esses termos em linguagem próxima do cotidiano — e lemos uma poesia para ampliar as imagens e experiências que já estavam ali.

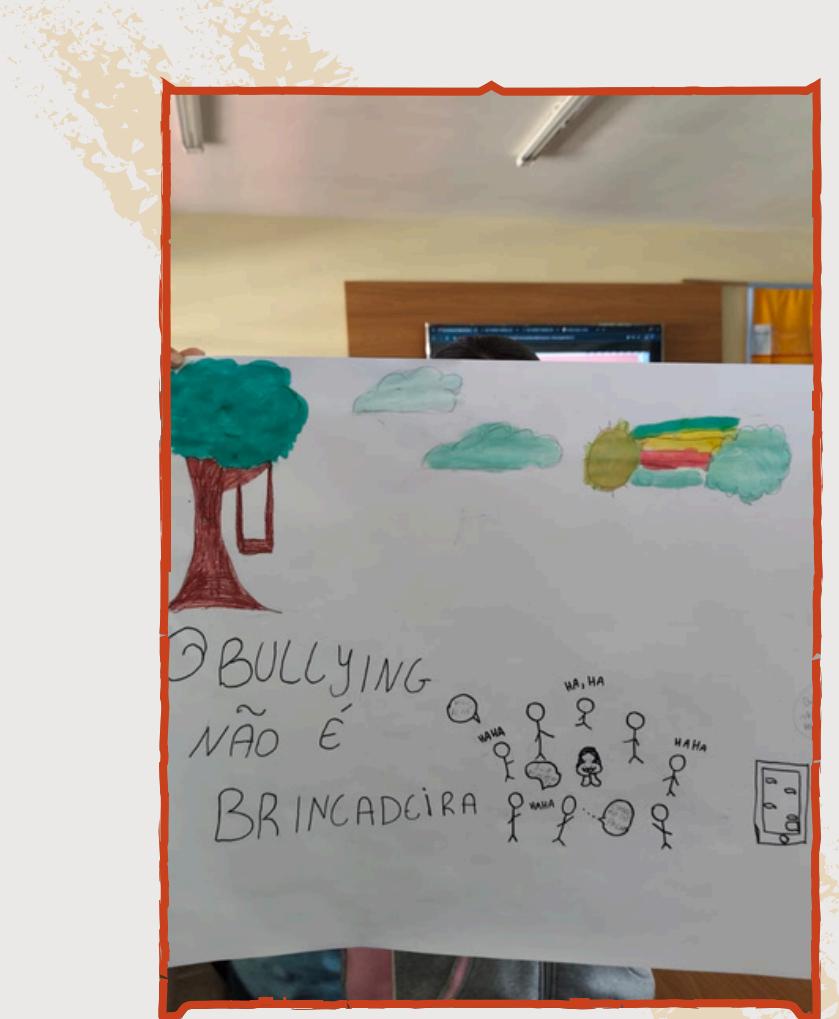
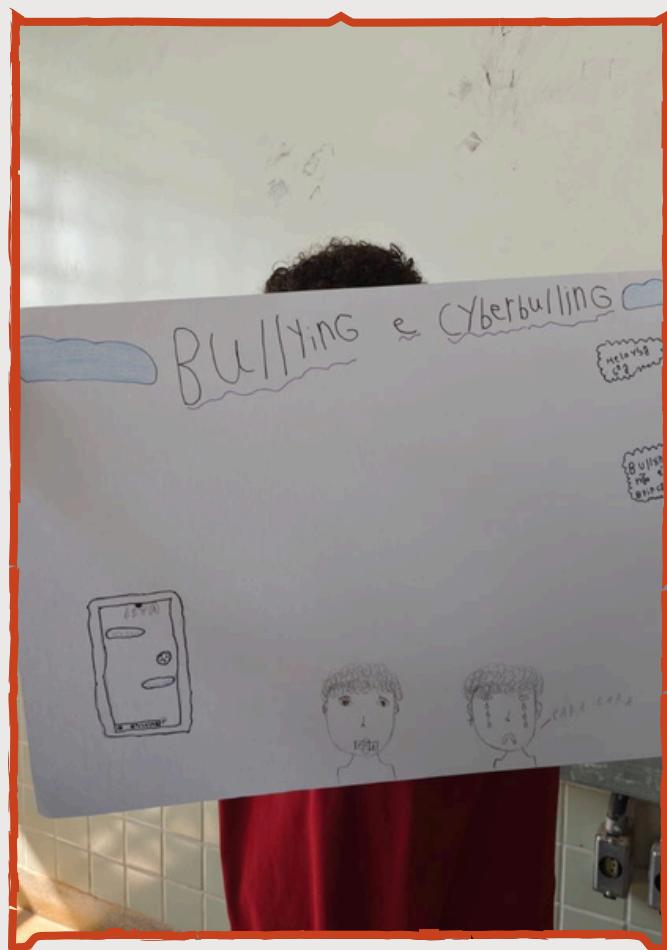
Depois, propusemos uma criação coletiva. Em pequenos grupos, cada equipe recebeu materiais de desenho e escrita para expressar, por meio da arte — desenho, poesia, performance ou música — aquilo que compreendeu sobre o tema. A produção artística revelou leitura crítica do fenômeno e reafirmou a escola como espaço de fala, expressão e elaboração do vivido.

“Ninguem caminha sem aprender a caminhar, sem aprender a fazer o caminho caminhando, refazendo e retorcendo sonho pelo qual se pôs a caminhada”
Paulo Freire - Pedagogia da Esperança

No segundo momento, propusemos o “Jogo da Vida”. Cada grupo escolheu uma pessoa para representar o coletivo no tabuleiro, numa disputa que é, ao mesmo tempo, cooperação. A dinâmica foi organizada como um “jogo sério”, produzido a partir dos saberes que os estudantes já trazem, para tensionar scripts culturais que naturalizam a convivência mediada por violências. O percurso do jogo se constituiu como espaço de análise crítica, tomada de posição e responsabilização compartilhada.

Em coerência com o princípio freiriano, a experiência assumiu a educação como processo de mudança de valores, de leitura crítica das opressões e de ampliação de consciência sobre as estruturas que as reproduzem. Nessa perspectiva, não se trata apenas de informar sobre bullying ou reagir a episódios, mas de fortalecer práticas educativas que contribuam para transformar realidades marcadas por desigualdades — e para que estudantes possam reconhecer-se como sujeitos capazes de intervir no mundo.





Assim, o terceiro momento se consolidou como roda de sistematização, de retorno e de reinvenção, em que os aprendizados individuais e coletivos puderam ser lidos à luz da convivência inclusiva e respeitosa.

A complementaridade desses três momentos — escuta e nomeação, criação e expressão, jogo e análise crítica — configurou um percurso integral que reforçou a promoção da cidadania comprometida com saúde mental e emocional de estudantes, professores e familiares, em uma ecologia de saberes que articula diferentes práticas, experiências e modos de Ser e Fazer pelo Conhecer.

A etapa final dos ateliers foi dedicada à “Carta para o Futuro”: cada estudante escreveu para si mesmo, projetando valores, posturas e desejos de mudança para serem revisitados no encerramento do ano. Após ajustarmos a metodologia e recolhermos as cartas ao final, a participação se tornou integral: todos produziram e entregaram seus registros.

A carta tornou-se, assim, dispositivo narrativo de cuidado de si e de responsabilização — complementando as vivências anteriores: rodas de conversa, criação artística e o “jogo sério” dos enigmas, no qual os estudantes atuaram como detetives para analisar situações de bullying, reconhecer violências naturalizadas e afirmar o valor do respeito. A ludicidade funcionou como linguagem de leitura crítica — e não como entretenimento gratuito.

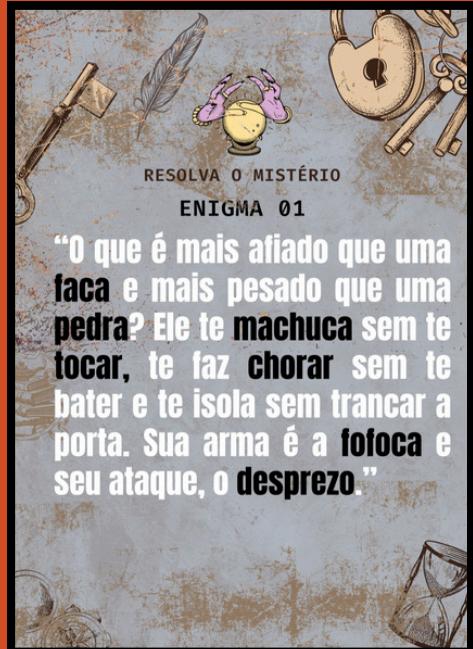
Esse percurso integrou, de forma coerente, o ciclo Ação–Reflexão–Ação em sentido freireano: não informar sobre bullying, mas possibilitar ampliação de consciência crítica— a consciência que move práticas e reposiciona sujeitos de direitos diante do que vivem. Crianças e adolescentes são produtores de cultura.

As cartas — guardadas para o futuro — são memória e pacto: permitem que cada estudante compare seu “eu de agora” com o “eu que virá”, reconhecendo deslocamentos, amadurecimentos e escolhas.

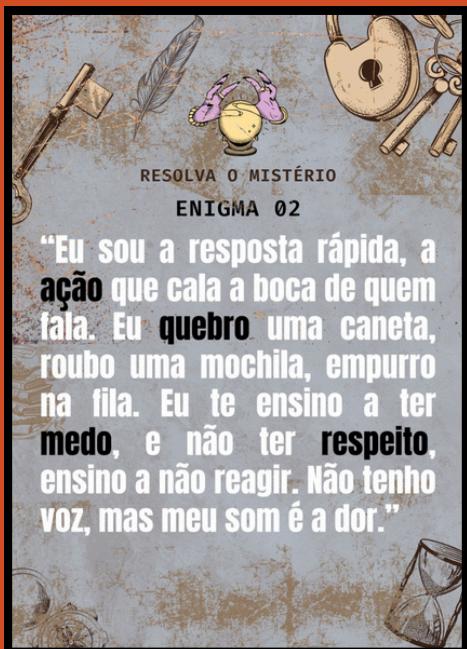
Encerramos reafirmando: educação popular não se fecha em dias de atividades. Ela se prolonga ao longo do curso da vida para se envelhecer bem, na convivência, na capacidade de nomear opressões e escolher outros caminhos. Transformar o mundo começa em transformar a si mesmo — e esse processo é coletivo, ético e contínuo.



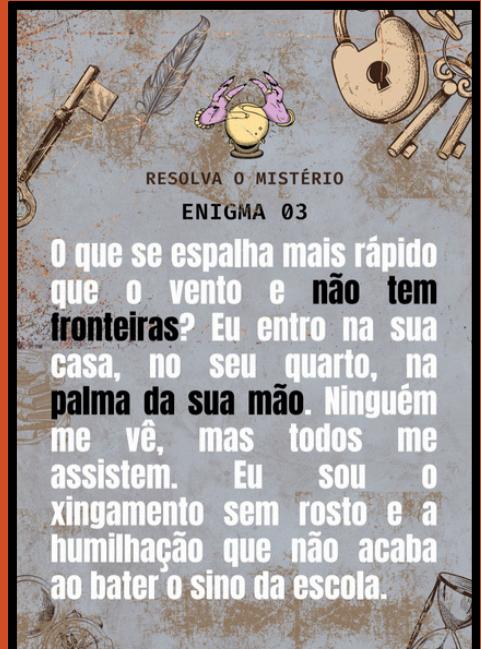
Cards dos enigmas



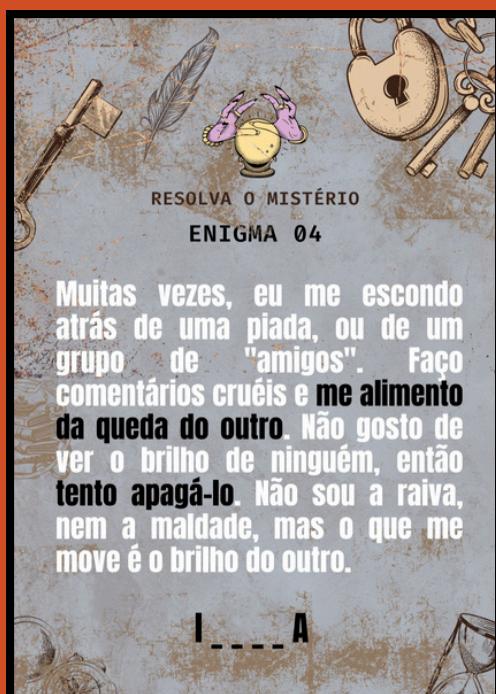
“O que é mais afiado que uma faca e mais pesado que uma pedra? Ele te machuca sem te tocar, te faz chorar sem te bater e te isola sem trancar a porta. Sua arma é a fofoca e seu ataque, o desprezo.”



“Eu sou a resposta rápida, a ação que cala a boca de quem fala. Eu quebro uma caneta, roubo uma mochila, empurro na fila. Eu te ensino a ter medo, e não ter respeito, ensino a não reagir. Não tenho voz, mas meu som é a dor.”

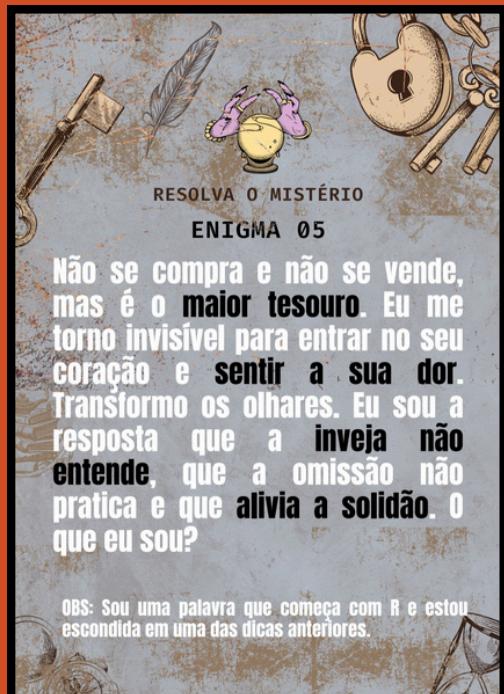


O que se espalha mais rápido que o vento e não tem fronteiras? Eu entro na sua casa, no seu quarto, na palma da sua mão. Ninguém me vê, mas todos me assistem. Eu sou o xingamento sem rosto e a humilhação que não acaba ao bater o sino da escola.



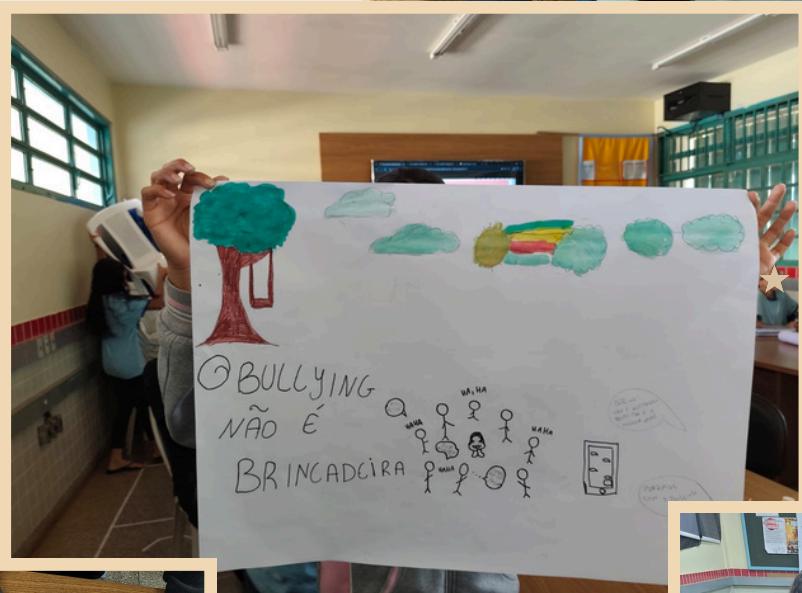
Muitas vezes, eu me esconde atrás de uma piada, ou de um grupo de “amigos”. Faco comentários cruéis e me alimento da queda do outro. Não gosto de ver o brilho de ninguém, então tento apagá-lo. Não sou a raiva, nem a maldade, mas o que me move é o brilho do outro.

I _ _ _ A



Não se compra e não se vende, mas é o maior tesouro. Eu me torno invisível para entrar no seu coração e sentir a sua dor. Transformo os olhares. Eu sou a resposta que a inveja não entende, que a omissão não pratica e que alivia a solidão. O que eu sou?

OBS: Sou uma palavra que começa com R e estou escondida em uma das dicas anteriores.





“Quando somos ensinados que a segurança está na semelhança, qualquer tipo de diferença parece uma ameaça.”

-Bell Hooks

“Frequentar a escola, ler, fazer nossos deveres de casa não era apenas um modo de passar o tempo. Era nosso futuro.”

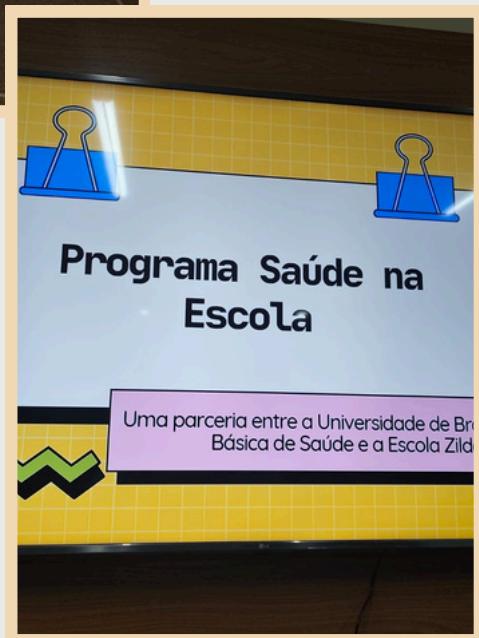
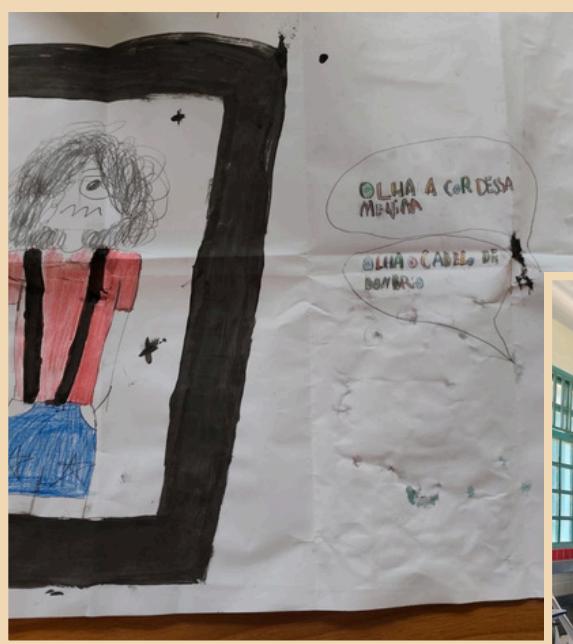
-Malala Yousafzai.

“Vamos pegar nossos livros e canetas. Eles são nossas armas mais poderosas. Uma criança, um professor, uma caneta e um livro podem mudar o mundo. A educação é a única solução”.

-Malala Yousafzai.

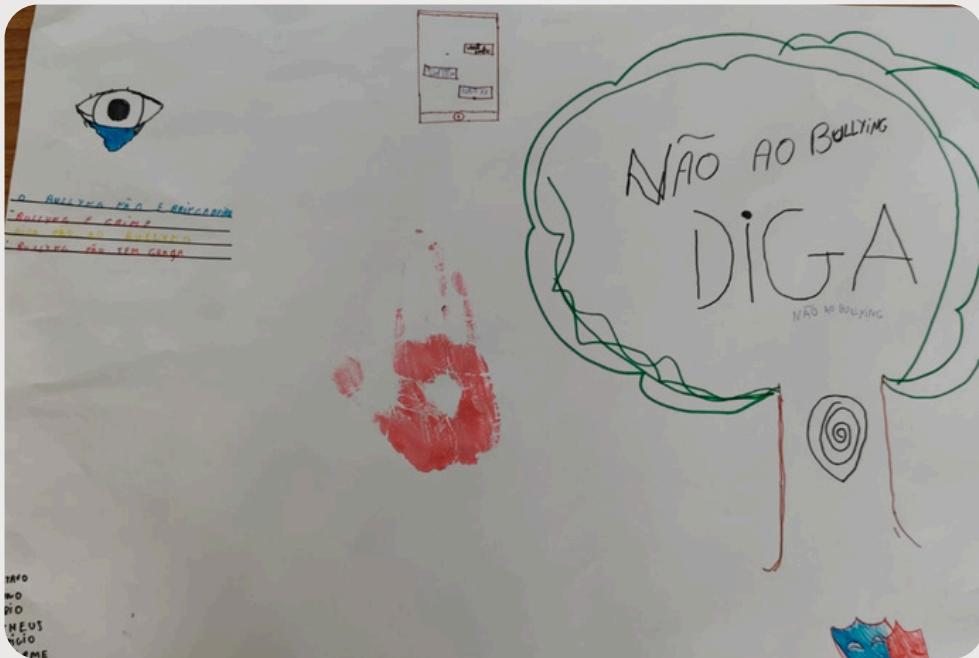
“Educação é educação. Deveríamos aprender tudo e então escolher qual caminho seguir.”

-Malala Yousafzai.





06. Ressonância dos Estudantes



O que é bullying para você ?

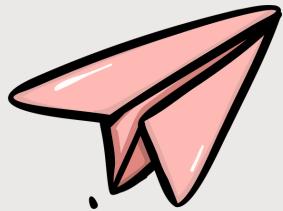
“Xingamentos sobre a aparência, cor e raça”

“Ofender e machucar o outro, fazer com que se isolem”

“Um tipo de agressão; machucar o outro, machucar os sentimentos e fazer com que o outro se isole”

“Ofender alguém, agredir e fazer com que o outro se sinta mal”

“Fazer fake para falar da vida do outro”



O que é bullying para você ?

“Muita falta de respeito e não é legal fazer com as pessoas, fazer piadas com a aparência”

“Brincadeira de mal gosto que as pessoas sofrem e não gosta”

“Brincadeiras desagradáveis com colegas sem a permissão deles falando de uma característica das pessoas”

“Fazer brincadeira de mal gosto mesmo pedindo pros outros parar”

“Bater e xingar, até ferir a alma”

“Ficar falando mal do outro na internet”



O que você leva da nossa ação?



“Aprendi que existe amor e felicidade”

“Foi bom, hoje teve apresentação e brincadeiras. Como estou me sentindo? Nada, tem um tempo que não sinto nada, nem feliz nem triste”

“Me senti acolhida e com certeza levarei esse dia no meu coração para a vida toda. Espero repassar para o meu irmão mais novo”

“Minhas atitudes não são as melhores, mas tento concentrar o máximo. Eu trato os outros da mesma forma que me tratam.

“Oi eu do futuro, você conseguiu amar? Espero que você esteja feliz de verdade e que Exu te proteja sempre”

“Sou muito grato pela minha vida, sou muito atentado mas no final do ano quero ser quieto e comportado”

“Minhas atitudes as vezes são boas e outras são má, eu quero mudar”

08. Bullying e Cyberbullying: A Análise da Estrutura — da raiz aos frutos

Os frutos, Comportamentos agressivos (manifestação do bullying):

Zombaria, humilhação, exclusão, chantagem, manipulação, difamação, intimidação verbal e física. Gritar, insultar, ameaçar, empurrar, bater, forçar situações indesejadas, explorar vulnerabilidades, isolar socialmente, entre outros comportamentos abusivos.

Tudo aquilo que o bullying manifesta.

O caule, como sentimos (emoções) e como pensamos (cognição):

Sentimos medo, tristeza, raiva, insegurança, vergonha, ansiedade, baixa autoestima.

Pensamos que somos inferiores, que não merecemos respeito, que o isolamento é nossa culpa, que não podemos mudar a situação, ou que devemos aceitar o bullying como normal.

As raízes, crenças e valores que sustentam o bullying:

Preconceitos, discriminações, desigualdades sociais, cultura da violência, falta de empatia, modelos autoritários, ambientes escolares ou familiares permissivos à agressão.

Instituições e grupos que reforçam a normalização do bullying e a desvalorização do outro.

Agradecimentos

A equipe do PSE Itapoã e da Universidade de Brasília agradece às gestoras, aos gestores, às professoras e aos professores da Escola Zilda Arns. Sem a abertura institucional da escola, sem o diálogo cotidiano, sem a escuta ativa e sem o compromisso com a prática pedagógica concreta, este percurso não existiria.

Registrarmos também nosso agradecimento à equipe e-multi da Unidade Básica de Saúde n. 1 do Itapoã pela presença em um dos ateliers — compondo, junto conosco, esse campo de cuidado compartilhado entre saúde e educação, que amplia perspectivas, tensiona certezas e sustenta o vínculo intersetorial na prática.



Agradecimentos



Cada encontro, cada atelier e cada conversa só se tornaram possíveis porque houve presença, parceria e corresponsabilidade. Seguimos afirmando com Paulo Freire e com Nilma Lino Gomes que a educação não é neutra — e se faz de escolhas éticas e políticas que podem deslocar relações de poder, ampliar consciências e criar outras formas de viver o comum.

Por isso agradecemos não apenas pela autorização formal de entrada, mas pela confiança para estar. Porque a educação pública se fortalece quando trabalhamos como rede — e quando reconhecemos que é a palavra viva dos estudantes que orienta a ação e desenha futuros.

Porque a educação pública se fortalece quando trabalhamos como rede, e quando reconhecemos que é a palavra viva dos estudantes que orienta a ação e projeta futuros.

Assim, registramos nossa gratidão à equipe gestora da escola, nas pessoas de:

MARY JOSIE FEITOSA — DIRETORA

LAURA FLORES BRANT CAMPOS — VICE-DIRETORA

**ANTONIO MARIA SEVERA DOS ANJOS — SUPERVISOR
PEDAGÓGICO**

RENATA TURBAY FEIRIA — SUPERVISORA PEDAGÓGICA



“A criança e o adolescente têm direito à liberdade, ao respeito e à dignidade como pessoas humanas em processo de desenvolvimento e como sujeitos de direitos civis, humanos e sociais garantidos na Constituição e nas leis.”

Art. 15 do Estatuto da Criança e do Adolescente.

06. Quem somos?

A equipe do PSE Itapoã é formada por estudantes e docente da disciplina de Estágio Supervisionado em Atenção Primária à Saúde do Curso de Enfermagem da Universidade de Brasília (Campus Darcy Ribeiro) e por profissionais das equipes da Estratégia Saúde da Família. Este grupo sustenta uma articulação entre a Unidade Básica de Saúde e a Escola Zilda Arns.

Nossa missão é ir além da assistência: promover saúde no ambiente escolar a partir de uma perspectiva integral, reconhecendo a escola como política pública de Estado e como espaço de garantia do direito à educação.

As ações descritas neste material expressam o compromisso de que nenhuma criança ou adolescente seja privado de direitos humanos.



Leides Moura

Professora Associada do Departamento de Enfermagem da Universidade de Brasília



Fabiana Giraldes

Enfermeira da Estratégia de Saúde da Família



Kênia Kanaíama

Enfermeira da Estratégia de Saúde da Família



Ana Beatriz Ferreira

Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Brasilia



Gabrielle de Souza

Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Brasilia



Sabrina Dourado

Graduanda em Enfermagem pela Universidade de Brasilia
