



BULLYING NA ESCOLA

Definir Para Compreender...



Conjunto de comportamentos agressivos, intencionais e repetitivos que ocorrem sem motivação aparente causando dor, angústia e sofrimento.



O *bullying* pode ser físico, verbal, psicológico, social, sexual e *cyberbullying*.

Se És Vítima De *Bullying* Ou *Cyberbullying* debes:



1

Contar a alguém o que se está a passar...

2

Denunciar a um adulto (professor, funcionário, pais/encarregados de educação, psicólogo)...

3

Não te sintires culpado por seres alvo deste tipo de comportamento...

4

Manteres-te calmo, mesmo que te sintas triste ou assustado...

5

Evitar estar sozinho em zonas mais isoladas durante o almoço e os intervalos...



6

Percorrer sempre acompanhado o caminho casa escola e vice-versa...