

MANIFESTO **EPB**

Por uma convivência sem Bullying: do conhecimento à ação conjunta

O BULLYING não é uma brincadeira inofensiva ou um rito inevitável do crescimento; é uma forma de violência sistemática, intencional e repetitiva praticada em uma relação de desequilíbrio de poder. É uma questão que envolve todo o grupo, suas relações, suas atitudes e as normas que orientam a convivência. Diferenciamos essa prática de conflitos e desentendimentos ocasionais, que também precisam ser acolhidos e mediados pelos adultos, mas não devem ser confundidos com o bullying.

Reconhecemos que palavras, gestos, exclusões, agressões físicas e ações virtuais podem ferir profundamente. Sabemos também que o silêncio, as risadas e a indiferença de quem presencia essas situações podem reforçar o comportamento de quem agride.

Inspirado nas reflexões da 13ª Revisão da Região Sul da Escola de pais do Brasil (EPB) e respaldado em marcos legais como a Lei nº 13.185/2015, a Lei nº 14.811/2024, o Estatuto da Criança e do Adolescente (ECA), e no Programa Finlandês de Combate ao Bullying - KiVa, este manifesto reconhece o bullying como um grave problema de saúde pública.

Seus impactos afetam profundamente a saúde mental, provocando ansiedade, isolamento, queda no desempenho escolar e aumento substancial dos riscos de depressão e automutilação. Diante dessa realidade, propomos uma responsabilidade compartilhada para transformar nossas relações, fortalecer a empatia e construir uma cultura em que o respeito seja uma prática cotidiana.

Eixo Escolar: o compromisso com um ambiente seguro

A escola deve ser um porto seguro para o desenvolvimento acadêmico, social e emocional. Para que a prevenção seja efetiva, a instituição de ensino deve oferecer:

- **Estrutura de Intervenção e Acompanhamento:** criação e atuação de uma equipe dedicada de educadores preparada para investigar relatos, realizar conversas individuais e em grupo com os envolvidos e conduzir reuniões sistemáticas de acompanhamento.

- **Visibilidade e Prevenção Ativa:** uso de uniforme de alta visibilidade pelos supervisores nos intervalos e recreios, sinalizando a presença protetora dos adultos, acompanhado da disponibilização de canais seguros e anônimos para relatos e pedidos de ajuda (como urnas ou caixas de mensagem).

- **Educação Socioemocional Integrada:** realização de aulas e oficinas contínuas sobre



empatia, identificação de emoções, respeito às diferenças e fortalecimento de vínculos sociais e afetivos. Reconhecer que ninguém precisa ser amigo de todos, mas todos devem ser tratados com dignidade e respeito.

Acreditamos que uma turma verdadeiramente unida não é aquela em que todos são iguais, mas aquela em que ninguém precisa ser excluído para que os outros se sintam aceitos.

EIXO AMBIENTE VIRTUAL: PROTEÇÃO E CONSCIÊNCIA DIGITAL

O cyberbullying persegue a vítima para além dos muros da escola, invadindo a segurança do lar a qualquer hora e em qualquer lugar. Para proteger nossas crianças e jovens no ambiente digital, precisamos:

• **Orientação e Segurança:** orientar os jovens a não responder a provocações ou mensagens ofensivas, bloqueando os agressores e notificando imediatamente a escola e os responsáveis.

• **Registro de Evidências:** guardar capturas de tela e registros de conteúdos ofensivos para responsabilização adequada e, em casos graves, acionamento das autoridades policiais.

• **Cidadania e ECA Digital:** promover a responsabilidade compartilhada no uso de redes sociais, ensinando aos jovens que o anonimato virtual não isenta ninguém das consequências legais e éticas de seus atos.

• **Responsabilidade das Redes:** As plataformas digitais devem assumir um papel ativo na prevenção e no enfrentamento do cyberbullying, oferecendo mecanismos acessíveis e eficazes para denunciar conteúdos ofensivos, bloquear agressores e solicitar a remoção de publicações que promovam humilhação, ameaças ou exposição indevida.

Promover um ambiente digital seguro é uma responsabilidade compartilhada entre usuários, famílias, escolas e plataformas, que devem contribuir para que a tecnologia seja um espaço de comunicação, aprendizagem e respeito, e não um instrumento de violência.

EIXO FAMILIAR: PRESENÇA, ACOLHIMENTO E DIÁLOGO ABERTO

A prevenção começa no lar por meio do exemplo, do afeto e da escuta atenta. A família desempenha um papel insubstituível ao adotar estas condutas:

• **Escuta Atenta e Comunicação Não-Violenta:** substituir o interrogar pelo conversar, dedicando tempo diário para ouvir não apenas as palavras, mas validar as emoções da criança ou adolescente.

• **Eliminação de Comentários Minimizadores:** erradicar frases como "é só brincadeira", "você precisa aprender a se defender"

ou “isso constrói caráter”, que apenas geram vergonha, culpa e sentimento de desamparo.

• **Reconhecer que o filho pode ser o agressor:** agir com responsabilidade quando nossos filhos praticarem bullying, ouvindo os envolvidos, reconhecendo a gravidade das atitudes, estabelecendo limites e apoiando a mudança de comportamento.

• **Alinhamento e Parceria com a Escola:** manter um canal direto e transparente de comunicação com os professores e a gestão escolar, unificando a linguagem e atuando em rede diante de qualquer sinal de alerta.

EIXO VÍTIMA: ACOLHIMENTO, EMPODERAMENTO E NÃO-CULPABILIZAÇÃO

A pessoa que sofre bullying nunca é culpada pela agressão que recebe. A comunidade escolar assume o dever moral de proteger sua integridade física e psicológica:

• **Garantia de Apoio Incondicional:** assegurar ao estudante de forma clara e frequente que ele não está sozinho e que os adultos estão 100% ao seu lado para cessar a violência.

• **Ferramentas Práticas de Interrupção:** ensinar e praticar o uso assertivo da palavra “PARE” para interromper comportamentos inadequados, além de reforçar que pedir ajuda a um adulto não é “fofoca” ou fraqueza, mas sim um ato de coragem e autocuidado.

• **Combate ao Isolamento Social:** mobilizar colegas voluntários como monitores e apoiadores em atividades coletivas e de lazer para erradicar o isolamento social, restabelecendo a autoconfiança e o sentimento de pertencimento.

Cada atitude de apoio ajuda a reconstruir a confiança, fortalecer o sentimento de pertencimento e reafirmar que toda pessoa tem o direito de viver, aprender e conviver com dignidade e segurança.

EIXO PLATEIA: TRANSFORMANDO ESPECTADORES EM APOIADORES ATIVOS

O bullying é um fenômeno de grupo que se alimenta do silêncio, das risadas e do incentivo das testemunhas. Como diz a célebre máxima de Martin Luther King Jr., “No fim, não nos lembraremos das palavras de nossos inimigos, mas do silêncio de nossos amigos”.

• **Fim da Recompensa Social:** desconstruir a ideia de que o agressor obtém prestígio ou



diversão ao humilhar os outros. Romper o ciclo do bullying significa impedir que a humilhação de alguém se transforme em motivo de diversão, popularidade ou reconhecimento dentro do grupo. Risadas, aplausos, compartilhamentos e comentários de incentivo podem fortalecer o comportamento do agressor e aumentar o sofrimento da vítima.

• **Mudança nas Normas do Grupo:** mobilizar a turma para que condene abertamente qualquer forma de assédio ou exclusão, pois o bullying para quando não tem plateia.

• **Ação Corajosa e Proteção Mutua:** capacitar os estudantes para que intervenham com segurança, ofereçam apoio imediato à vítima ou relatem o ocorrido discretamente aos educadores.

A família e a escola não precisam ter todas as respostas de imediato. Precisam, porém, estar dispostas a ouvir, aprender, agir e acompanhar o processo de desenvolvimento humano juntas.

EIXO AGRESSOR: RESPONSABILIZAÇÃO, LIMITES E TRANSFORMAÇÃO DE COMPORTAMENTOS

Reconhecemos que a criança ou o adolescente que pratica bullying também precisa de orientação, limites e acompanhamento. Compreender as razões de um comportamento agressivo não significa justificá-lo ou minimizar seus impactos. Significa assumir o compromisso de interromper a violência, promover a responsabilização e oferecer caminhos para a mudança.

A escola e a família devem atuar em parceria, com firmeza e coerência, para que quem agride compreenda a gravidade de suas atitudes e desenvolva novas formas de se relacionar:

• **Reconhecimento e Responsabilização:** ajudar o estudante a reconhecer suas atitudes, compreender os danos causados e assumir a responsabilidade por suas escolhas, sem transferir a culpa à vítima ou às circunstâncias.

• **Limites Claros e Consequências Educativas:** estabelecer que nenhuma forma de humilhação, intimidação, ameaça ou exclusão será tolerada. As medidas adotadas devem ser firmes, proporcionais e educativas, favorecendo a reflexão e a mudança de comportamento.

• **Acompanhamento Individualizado:** realizar conversas reservadas e acompanhamento sistemático, identificando situações que possam estar relacionadas à repetição das atitudes agressivas e orientando o estudante na construção de novas condutas.

• **Compromisso e Participação da Família:** convocar e acolher os responsáveis, sem jul-



gamentos ou omissões, para que reconheçam a gravidade do comportamento, estabeleçam limites e reforcem em casa os valores de respeito, empatia e responsabilidade.

• **Verificação da Mudança:** acompanhar continuamente as atitudes do estudante, observando se a violência foi interrompida e se houve mudança efetiva nas relações, sem confundir pedidos de desculpas com a reparação necessária ou com a garantia de que o problema foi resolvido.

Acreditamos que responsabilizar não é humilhar, assim como acolher não é passar a mão sobre atitudes que ferem. Toda criança e todo adolescente devem ter a oportunidade de aprender, mudar e reconstruir suas relações, mas essa possibilidade exige compromisso concreto com o respeito e com a interrupção da violência.

Olhar para o Futuro: Uma Sociedade de Respeito e Bem-Estar

Acreditamos em um futuro onde as escolas sejam espaços de acolhimento e celebração da diversidade, e onde cada criança e adolescente possa crescer livre do medo e da humilhação.

Quando um programa de enfrentamento ao bullying é implementado com o envolvimento ativo de professores, pais e alunos, as evidências mostram que o bullying cessa completamente ou apresenta melhora significativa. O futuro sem bullying constrói-se no presente, quando adultos e jovens assumem a responsabilidade coletiva de proteger o bem-estar de cada indivíduo, garantindo que o respeito à dignidade humana seja o alicerce de todas as nossas relações.

As marcas do bullying podem ultrapassar os muros da escola e acompanhar a pessoa pela vida a fora. A exposição repetida à humilhação, à rejeição e à violência pode comprometer a autoestima, a confiança e o sentimento de pertencimento, além de contribuir para o desenvolvimento de ansiedade, depressão, isolamento social e outras dificuldades emocionais.

Na vida adulta, essas experiências podem repercutir nos relacionamentos afetivos, na convivência social, na vida profissional e na capacidade de confiar em si mesmo e nos outros. Combater essa violência é proteger não apenas a infância e a adolescência, mas também as possibilidades de um futuro com saúde mental, autonomia, vínculos saudáveis e dignidade.

Referências:

• BRASIL. Lei nº 8.069, de 13 de julho de 1990. Dispõe sobre o Estatuto da Criança e do Adolescente e dá outras providências. Brasília, DF: Presidência da República, [1990]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/leis/l8069.htm. Acesso em: 3 set. 2026. [1]

• BRASIL. Lei nº 13.185, de 6 de novembro de 2015. Institui o Programa de Combate à Intimidação Sistemática (Bullying). Brasília, DF: Presidência da República, [2015]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2015-2018/2015/lei/l13185.htm. Acesso em: 3 set. 2026. [1, 2]

• BRASIL. Lei nº 14.811, de 12 de janeiro de 2024. Institui medidas de proteção à criança e ao adolescente contra a violência nos estabelecimentos educacionais ou similares [...]. Brasília, DF: Presidência da República, [2024]. Disponível em: https://www.planalto.gov.br/ccivil_03/_ato2023-2026/2024/lei/l14811.htm. Acesso em: 3 set. 2026. [1, 2]

• KIVA PROGRAM. KiVa is an anti-bullying programme. Turku: University of Turku, [s.d.]. Disponível em: https://www.kivaprogram.net/ . Acesso em: 3 set. 2026.

Manifesto da Escola de Pais do Brasil elaborado pelos participantes da 13ª Revisão da Região Sul em setembro de 2026 e aprovado pelo Conselho de Educadores em 31/10/2026.