

Atividades pedagógicas e lúdicas também são valiosas

Rodas de conversa após contação de histórias sobre empatia e inclusão

Dramatizações e teatro

Produção textual ou ilustrações sobre o tema bullying

“Quando existe diálogo, os alunos ficam mais confortáveis para contar o que acontece com eles na escola, e isso facilita a leitura das dinâmicas de sala e possíveis intervenções”, diz Letícia.

Fonte: Pedagoga Letícia de Queiroz



A orientação prática, segundo o psiquiatra, é uma privação e retardar ao máximo a entrada da criança na rede social. “No início, quando mais nova, é necessário que tenha uma fiscalização. Isso tudo é importante e tem que ser feito mesmo,” enfatiza.

O controle parental, presente em diversas plataformas digitais, é um recurso que pode ser utilizado para que a família possa administrar esse uso de telas.

Muito além das medidas de controle de telas, o profissional frisa a importância da conversa aberta em todos os contextos, seja no bullying escolar, seja em ambiente virtual. “A presença dos pais e a busca por ajuda profissional — um psiquiatra infantil ou um psicólogo que atenda crianças — são medidas fundamentais para dar suporte a crianças e adolescentes”, finaliza

O bullying, infelizmente, ainda é uma realidade presente em muitas escolas. Comentários sobre aparência, jeito de ser ou desempenho escolar podem deixar marcas profundas, especialmente quando se repetem.

A força da parceria família-escola

Para a pedagoga Letícia de Queiroz, a autoestima infantil é crucial nesse cenário. “Crianças autoconfiantes são mais resilientes, capazes de lidar com dificuldades e frustrações do dia a dia, o que facilita a interação com os colegas e o desempenho escolar”, explica.

Para Adriano Castro, pai de quatro crianças, a relação com a escola é vital na prevenção do bullying. “A nossa relação com a escola é muito boa, porque estamos muito presentes. Não só nas reuniões. Temos contato com o telefone dos professores e estamos sempre procurando saber como estão. Sinto que a escola deles é parceira. Tem sido. Mas é uma via de mão dupla.”

A pedagoga diz ainda que o autoconhecimento contribui para maior empatia: “A capacidade de compreender os próprios sentimentos e se aceitar contribui para enten-

der e valorizar os outros.” Em contrapartida, crianças com baixa autoestima são mais inseguras, podem ter dificuldade para fazer amigos — e isso impacta no aprendizado.

Segundo Letícia, o ambiente escolar tem papel fundamental nesse processo. “A escola deve ser (ou se esforçar para ser) um ambiente seguro e acolhedor”, afirma. Para combater o bullying de forma efetiva, ela sugere programas sobre respeito e empatia, além da capacitação de professores e funcionários para identificar sinais e intervir. “As intervenções devem ser levadas a sério e nenhuma ‘brincadeira’ pode ser vista como pequena”, alerta a pedagoga. “O trabalho deve ser contínuo, e a conversa, a cada ano, precisa ser mais profunda.”

Letícia aponta que, para perceber os sinais, os professores podem observar mudanças de comportamento, como um aluno que era expressivo e se torna mais calado, ou que começa a fazer mais piadas sobre si mesmo.

Mão dupla

Em casa, os pais também têm papel essencial de cultivar um ambiente de escuta e valorização. Para Letícia, a parceria entre escola e família é indispen-

sável. “Precisamos falar a mesma língua”, enfatiza. Os limites devem ser acordados, e os pais precisam colaborar com o discurso da escola, mostrando que o que é proibido ali não é um limite do professor, mas sim da convivência em sociedade.

Na construção da autoestima, a coerência é essencial. “O sim, o elogio, o voto de confiança que a criança recebe na escola deve ser afirmado pelos pais”, explica Letícia, citando o ditado: “É preciso uma aldeia inteira para criar uma criança.” Mas alerta: “Se cada um fala uma língua, a criança fica confusa”.

Sobre o papel das atividades pedagógicas e lúdicas, ela reforça: “O direito de se imaginar, se expressar, cometer erros, ganhar e perder é vivenciado nas atividades [...] e aumenta a percepção da criança sobre si mesma, experimentando seu valor, sua capacidade e habilidades.”

Segundo a pedagoga, o lúdico permite ao professor conhecer os talentos e interesses dos alunos, reforçar os laços afetivos e perceber em que aspectos eles precisam se desenvolver mais, um caminho essencial para formar crianças mais seguras e emocionalmente saudáveis.