

# CYBERBULLYING E OS IMPACTOS NA SAÚDE MENTAL DO ADOLESCENTE

## CYBERBULLYING AND IMPACTS ON ADOLESCENTS' MENTAL HEALTH

<sup>1</sup> Karolayne Figueiredo Rodrigues

### RESUMO

No mundo atual a internet e acesso às mídias sociais são frequentes, principalmente por jovens e adolescentes, esse público acaba por ser mais suscetível aos perigos do excesso de conexão, como por exemplo, o cyberbullying. Estudos existentes mostram que o cyberbullying acarreta prejuízos na saúde mental, como ansiedade e depressão, além de ser uma das causas de isolamento social. Nesse contexto é indiscutível a importância da investigação científica a fim de conscientizar a sociedade em relação aos impactos desse tipo de violência na saúde mental dos jovens e adolescentes. Portanto, o objetivo deste trabalho é buscar compreender como esse fenômeno impacta a saúde mental dos adolescentes. O método utilizado para este trabalho é uma revisão bibliográfica onde foram pesquisadas dissertações, artigos científicos e livros selecionados. A conclusão é que embora seja um tema atual, e de extrema importância, tem-se pouco material a respeito da atuação do psicólogo neste cenário, porém, é visível que o cyberbullying gera estresse e prejuízos na vida social do adolescente, como conflitos físicos, sentimentos de depressão, desespero, perda, dificuldade na aprendizagem, déficit de atenção entre outros. O psicólogo precisa estar atento e atualizado a respeito dessas novas relações para que consiga contribuir de forma positiva para a prevenção dos adoecimentos e manutenção da saúde mental.

**Palavras – Chave:** Cyberbullying. Saúde mental. Adolescentes. Bullying. Psicologia e cyberbullying.

### ABSTRACT

In today's world, the internet and access to social media are frequent, especially by young people and adolescents, this audience turns out to be more susceptible to the dangers of excessive connection, such as cyberbullying. Existing studies show that cyberbullying causes damage to mental health, such as anxiety and depression, in addition to being one of the causes of social isolation. In this context, the importance of scientific research in order to make society aware of the impacts of this type of violence on the mental health of young people and adolescents is indisputable. Therefore, the objective of this work is to seek to understand how this phenomenon impacts the mental health of adolescents. The method used for this work is a bibliographic review where dissertations, scientific articles and selected books were researched. The conclusion is that although it is a current issue, and of extreme importance, there is little material about the role of the psychologist in this scenario, however, it is visible that cyberbullying generates stress and damages in the social life of the teenager, such as physical conflicts, feelings of depression, despair, loss,

---

<sup>1</sup> Graduada em Psicologia pela Faculdade Anhanguera.

difficulty in learning, attention deficit among others. Psychologists need to be attentive and up-to-date with regard to these new relationships so that they can make a positive contribution to preventing illness and maintaining mental health.

**Keywords:** Cyberbullying. Mental health. Teenagers. Bullying. Psychology and cyberbullying.

## 1 INTRODUÇÃO

O presente estudo aborda o tema cyberbullying e seus impactos na saúde mental dos adolescentes e tem como propósito expor as diversas formas de entendimento a respeito do fenômeno, identificar como que atingem o sujeito, além de apresentar possibilidades de atuação do psicólogo no enfrentamento do problema. O bullying virtual ou cyberbullying, é um fenômeno entendido como a intimidação, perseguição e exposição vexatória praticada através dos ambientes virtuais. Os diversos autores que abordaram o tema convergem para a compreensão de que o fenômeno vem atingindo cada vez mais jovens, e isso se deve a expansão das novas formas incessantes de se comunicar que as tecnologias propiciaram.

Apesar dessas tecnologias terem facilitado a comunicação, possuem também questões a serem discutidas, como por exemplo, as situações de agressão e intimidação que antes aconteciam apenas no mundo físico, e se transportaram para o digital, trazendo à tona sofrimento, transtornos de ansiedade, desgaste emocional, isolamento social e diversos outros sintomas dos adolescentes expostos ao ambiente virtual.

Visando apresentar a problemática sobre como o cyberbullying pode impactar a saúde mental do adolescente, esse trabalho justifica-se pela importância de compreender as novas formas de se comunicar dos jovens e como elas geram sequelas em sua forma de se relacionar com o mundo, além de fornecer reflexões e possibilidades a respeito da atuação do profissional de psicologia para atuar neste cenário. Ademais, o tema se mostra importante fonte de informação para o ambiente escolar, no qual os jovens passam importante parte de seu tempo.

A partir do conhecimento das novas estruturas de relacionamento desses jovens é possível que a comunidade escolar e familiar tenha atenção e saiba trabalhar para minimizar situações que possam gerar sequelas na vida do adolescente que, no futuro irá compor a sociedade de forma mais efetiva. Além disso, a atuação do psicólogo permeia os diferentes lugares onde ocorrem as relações sociais, e é

imprescindível que ele conheça todas as prováveis formas de adoecimento provenientes dessas relações, como é o caso do cyberbullying.

Nesse sentido, o objetivo dessa pesquisa foi compreender como o cyberbullying exerce influência na saúde psicológica do adolescente, elucidar os termos bullying, cyberbullying e saúde mental, além de entender as possíveis consequências desse fenômeno em sua saúde mental, por fim, identificar possíveis maneiras que possibilitem ao psicólogo atuar para prevenção e enfrentamento do cenário de violência virtual.

## **2 MÉTODO**

Este estudo foi desenvolvido a partir de uma pesquisa de caráter qualitativo e descritivo, sob os princípios de uma revisão bibliográfica onde foram pesquisadas dissertações, artigos científicos e livros selecionados através de busca nas seguintes bases de dados: livros, Scielo, Google Acadêmico, Pepsic e Redalyc.org. O período dos artigos pesquisados contemplou publicações dos últimos vinte anos, levando em consideração que o grande salto das redes sociais iniciou em 2004 com o surgimento da web 2.0. As principais palavras-chave utilizadas foram: “cyberbullying”, “saúde mental”, “adolescentes”, “bullying”, “estratégias de enfrentamento”, “violência virtual” e “psicologia e cyberbullying”.

## **3 RESULTADOS E DISCUSSÕES**

### **3.1 Bullying, Cyberbullying e Saúde Mental**

No mundo atual, onde a internet e o acesso às mídias sociais acontecem o tempo todo, questiona-se o impacto dessa longa exposição na saúde mental dos adolescentes. De acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS, 1946), “A saúde é um estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não consiste apenas na ausência de doença ou de enfermidade”. A primeira definição de saúde pela OMS, ocorreu em 1946, e foi extremamente inovadora e ambiciosa, pois, em vez de oferecer um conceito inapropriado de saúde, expandiu a noção incluindo aspectos físicos, mentais e sociais (GAINO, Loraine Vivian et al. 2018, p.110). Hoje a saúde mental é definida como um estado de bem-estar mental que permite ao indivíduo lidar com o estresse da vida, perceber suas habilidades, aprender, trabalhar e contribuir para a comunidade na qual está inserido (Organização Mundial da Saúde – OMS,

2022), essa forma de ver a saúde mental expandiu para que outros fatores além do biomédico fossem avaliados e levado em consideração por outros profissionais de saúde. É possível compreender a partir das definições citadas, que a saúde mental do indivíduo pode ser afetada por inúmeros fatores, como sociais, por exemplo.

Dados do Comitê Gestor da Internet no Brasil (CGI.Br), de 2014, indicam que cerca de 81% dos adolescentes, entre 10 e 19 anos de idade, usam a internet todos os dias, fator que evidencia a abrangência e o quanto o uso das tecnologias digitais está presente em todos os lares, além de que ressalta a importância da investigação científica sobre o tema. Com a globalização essas novas tecnologias aumentaram, e com isso as redes sociais tomaram maiores proporções, visto que elas são os maiores canais de socialização para os jovens da atual geração, as possíveis formas de violência se ampliam para o mundo digital. Dessa forma, o bullying tradicional, frequentemente praticado nas escolas, ganha o ambiente virtual na forma de cyberbullying (RONDINA, João Marcelo et al. 2016, p.20).

Os primeiros trabalhos sobre o assunto foram realizados por Dan Olweus (1993), professor da Universidade de Bergen, na Noruega. Esses estudos tiveram início na década de 70 através das investigações de Olweus nas escolas sobre o problema que envolvia os agressores e suas vítimas (NETO, Aramis et al. 2003, p.5). O bullying pode ser compreendido como:

[...] todas as formas de atitudes agressivas, intencionais e repetidas, que ocorrem sem motivação evidente, adotadas por um ou mais estudantes contra outro(s), causando dor e angústia, e executadas dentro de uma relação desigual de poder. Portanto, os atos repetidos entre iguais (estudantes) e o desequilíbrio de poder são as características essenciais, que tornam possível a intimidação da vítima (NETO, Aramis; et al. 2003, p.2).

Já o cyberbullying apareceu como resultado da digitalização das relações sociais, segundo Slonje e Smith (2008) o cyberbullying é compreendido como uma manifestação agressiva ou até mesmo de assédio moral, através de recursos tecnológicos, como por exemplo, celulares e internet. Para Campbell (2005) é uma forma de bullying utilizada pelos agressores através da tecnologia. De forma geral, há uma convergência entre os autores que definem o cyberbullying. Para Lopes Neto (2005, p.164) “a violência é um problema de saúde pública importante e crescente no mundo, com sérias consequências individuais e sociais, particularmente para os jovens, que aparecem nas estatísticas como os que mais morrem e os que mais matam”, o que demonstra a importância de se discutir o assunto no âmbito da saúde

mental. De maneira abrangente pode-se entender que o bullying e o cyberbullying têm muito em comum, uma vez que o que delimita o espaço entre um e outro é principalmente o local no qual ele se perpetua. Portanto, é possível reforçar que:

O bullying é um fenômeno de grande relevância que ameaça o desenvolvimento saudável da infância e da juventude em todo o mundo. Os processos intimidatórios, inerentes ao bullying, podem afetar gravemente o bem-estar e a personalidade das crianças agressoras, agredidas e espectadoras (VENTURA; FANTE, 2011, p.15).

Assim, compreende-se que o cyberbullying, da mesma forma que o bullying pode gerar inúmeros prejuízos na vida dos jovens, tendo em vista que a violência é um fenômeno social com considerável impacto sobre a subjetividade contemporânea e com grande recorrência.

Apesar das novas tecnologias terem ampliado as formas de se comunicar, ter aumentado a agilidade na circulação de informações, e facilitado o acesso a elas, existe um lado negativo que tem sido pouco discutido. Levando em consideração este lado negativo, verifica-se hoje em dia uma elevada frequência de situações intimidadoras, insultos e insinuações praticados por crianças e jovens entre si, principalmente através de mensagens eletrônicas. Portanto, a sociedade encontra-se diante de uma espécie nova de bullying, o bullying virtual ou cyberbullying, que amplia, imensuravelmente, os riscos na vida cotidiana das crianças e dos jovens (AMADO, João et al. 2009, p. 303). O bullying direto, tradicional, possui diversos textos e artigos que oferece relevantes informações acerca de seu prevaecimento, explica suas consequências, além dos modos mais eficazes de atuar para o prevenir (PEREIRA et al., 2004; SEIXAS, 2006; CARVALHOSA et al., 2008; MARTINS, 2009; SILVA E MOREIRA, 2009), não é possível dizer o mesmo no que diz respeito aos estudos sobre o cyberbullying (BELSEY, 2005; PRADOS e FERNANDEZ, 2007), isso se explica pelo fato de que os meios utilizados são consideravelmente recentes, além disso, as novas tecnologias tem criado novos ambientes para interação constantemente, e estes, são essencialmente explorados pelos jovens e se caracterizam por uma presença virtual e não física (AMADO, João et al. 2009, p. 303).

Amado, João et al. (2009), diz que o cyberbullying constitui uma nova expressão do bullying, enquanto agressão, ameaça e provocação de desconforto, premeditadas e repetidas, feitas com os dispositivos tecnológicos de comunicação, como o chat, blog, celular, dentre outras; contra uma vítima de porte semelhante, mas que possui dificuldade de se defender. As consequências são amplificadas

(WILLARD, 2005), já que as agressões podem ser difundidas facilmente, e com maior rapidez, e manter-se infinitamente presente no espaço virtual. Além de todos esses fatores esse fenômeno cria a possibilidade de os agentes agressores sequer tomarem consciência das consequências dos seus atos (OLIVEIRA, 2008).

Não ver a vítima é um provável fator que amplia esse tipo de violência e a perpetua, pois, o agressor não vendo a vítima pode ser levado a não ter qualquer tipo de empatia para com a pessoa que está do outro lado. Uma investigação feita por Kowalski e Limber (2007) revelam que quase metade das vítimas de cyberbullying não conhecia a identidade da pessoa que os perseguiu virtualmente.

Isso levanta a reflexão a respeito do quanto esse tipo de violência pode afetar a vítima, uma vez que, para crianças e adolescentes ser aceito em seu meio social é extremamente importante e necessário, ao não saber por quem está sendo atacado ou exatamente de onde, poderia levar esses jovens a se isolarem, por medo, ou até mesmo lixamento físico, já que muitas das vezes a vítima não sabe o que motivou o ódio gratuito e nem quem a disseminou. Como forma de complementar este raciocínio pode-se dizer que:

A dificuldade de localizar o agente das agressões ou o espaço em que elas tiveram lugar, já que as que as agressões podem ser perpetradas em casa, na escola ou em qualquer outro espaço público em que as tecnologias da informação estejam disponíveis, cria novas questões, quer no que diz respeito à identificação e delimitação deste fenômeno, quer na monitorização dos comportamentos das crianças por parte dos pais e outros adultos, quer, ainda, no que se refere à atribuição de responsabilidades legais ou de intervenção. (AMADO, João et al. 2009, p. 305).

Por outro lado, a dificuldade de capacidade de monitoramento dos incidentes e comportamentos, sentidas em ambientes familiares, e até escolares, acabam por afetar intensamente o clima de boa convivência e colaboração que é muito importante, o que coloca em risco a saúde mental das crianças e dos jovens (KOWALSKI, et al., 2008; WILLARD, 2007; WILLIAMS e GUERRA, 2007).

Estudos como os de Anderson e Sturm (2007), demonstram que o cyberbullying afeta cada vez mais indivíduos, gerando danos para a saúde mental e psíquica e para a convivência e relacionamentos interpessoais. O cyberbullying traz consequências trágicas para a saúde mental dos indivíduos, danificando os seus relacionamentos e reputação social e diminuindo, portanto, a sua qualidade de vida e saúde.

Complementando a reflexão a respeito do quanto a questão social influencia em relação as agressões, sejam físicas ou virtuais, pode-se levantar aqui o estudo

realizado por Ribgy (2000), que concluiu que a saúde mental dos jovens está relacionada com o nível de bullying que experienciam na escola e com a proporção de confiança que têm em que, quando tiverem algum problema, poderão contar o apoio de outros (suporte social), isso é extremamente relevante, considerando-se alguns pontos levantados ao longo deste trabalho, como a importância do ciclo social na vida do adolescente. Desta forma, os indivíduos que relataram ter sido vítimas de bullying frequentemente, e têm um suporte social reduzido estão em maior risco de saúde mental. Por isso, os jovens que têm pouco ou nenhum suporte social estão nitidamente mais vulneráveis a serem atacados por agressores (RIGBY, 2000).

Existe, no entanto uma certa dificuldade por parte das vítimas em contar para sua família a existência dessa violência. Um estudo conduzido por Kowalski e Limber (2007) concluíram uma certa dificuldade por parte dos alunos que participaram do estudo em revelar aos seus pais que são vítimas de cyberbullying. Desta forma, se o apoio e monitoramento dos pais é eficaz para identificar e agir diante de prováveis comportamentos que indiquem que seu filho(a) está sofrendo algum tipo de agressão, é importante que o jovem crie uma relação de confiança com os pais.

### **3.2 Bullying e Saúde Mental: possíveis conseqüências**

As redes sociais se tornaram indispensáveis para as relações dos jovens atualmente, uma vez que lá estão presentes seus amigos, colegas e todas as novidades que são populares e as integra em seu meio social. Por esse mesmo motivo, as redes sociais se tornaram o ambiente de propagação de muitos comportamentos inadequados, como o cyberbullying.

Antes de tudo, é importante salientar que é na adolescência, principalmente, que o indivíduo passa a fazer suas próprias escolhas, e começa a buscar seu espaço no mundo, é na interação com o outro que a criança e o adolescente irão criar laços, aprender a socializar e se relacionar com as adversidades da convivência com o outro. Portanto, a adolescência é um fase em que os sujeitos buscam encontrar sua identidade, sentem muitas dúvidas, que os leva a agir de uma maneira ou de outra, mas, o intuito principal é encontrar seu lugar no mundo, desta forma, o “relacionar-se” na adolescência exerce um fator determinante para uma vida adulta saudável. Piaget (1987) defende que homem é um ser essencialmente social, sendo impossível ser pensado fora do contexto social. Para esse autor o “ser social” é aquele que consegue

se relacionar com os seus semelhantes de formar equilibrada. Isso significa que o ser humano precisa de convívio social. Portanto, ao migrar sua convivência para o meio digital, o adolescente está deixando de vivenciar etapas indispensáveis para sua evolução social. Nardon (2006), diz que adolescentes que possuem bons relacionamentos sociais têm mais chances de construir um melhor desenvolvimento psicossocial. O uso contínuo dos recursos digitais, como internet, contribui para que o indivíduo não se desenvolva com plenitude, o que irá acarretar dificuldades na vida adulta. Corroborando com essa problemática, Drummon e Drummond Filho (1998), diz que,

Nessa etapa do desenvolvimento, o indivíduo passa por momentos de desequilíbrios e instabilidades extremas, sentindo-se, muitas das vezes, inseguro, confuso, angustiado, injustiçado, incompreendido por pais e professores, o que pode acarretar problemas para os relacionamentos do adolescente com as pessoas mais próximas do seu convívio social. Entretanto, essa crise desencadeada pela vivência na adolescência é de fundamental importância para o desenvolvimento psicológico do indivíduo.

A convivência do adolescente com o seu meio social é de extrema importância, e de fato, colabora para que o jovem possa se desenvolver em seu ambiente, e na sociedade de forma geral, porém, o que está acontecendo atualmente é que os jovens estão migrando sua vida social para os meios digitais, se isolando cada vez mais do mundo real, e ficando à mercê dos benefícios e principalmente, dos perigos dos meios digitais. Pode-se dizer ainda que, os adolescentes são mais suscetíveis às transformações tecnológicas, uma vez que consomem mais das tecnologias e estão mais expostos a esse meio digital. Dessa forma, a tecnologia pode tornar-se um fator de isolamento social, o que compromete a capacidade de socialização dos adolescentes, que podem não conseguir distinguir como deveria, a realidade do mundo virtual.

Para que se compreenda o impacto dos termos (bullying e cyberbullying), além de sua correlação com a saúde, podemos dizer que:

O bullying virtual é também chamado de cyberbullying e constitui-se no ataque pessoal por meio de tecnologias interativas, como e-mails, telefones celulares, blogs, chats, mensagens de texto e outros dispositivos eletrônicos. No cyberbullying recorre-se à tecnologia para ameaçar, humilhar ou intimidar alguém por meio da multiplicidade de ferramentas da nova era digital. Embora ocorra virtualmente, em geral o cyberbullying leva a conflitos físicos reais, assim como a sentimentos de depressão, desespero e perda (SCHULTZ, Naiane Carvalho Wendt et al. 2012, p.249).

Segundo Silva e Silva (2017), o uso da internet todos os dias causa diversos conflitos familiares devido à falta de diálogo, leva a relações superficiais e ilusão do que de fato é possível, dificulta a aprendizagem, leva a transtornos de ansiedade e a déficit de atenção. O número de pessoas com acesso à internet chega a aproximadamente 116 milhões de usuários somente no Brasil, neste cenário, a quantidade de adolescentes com problemas ocasionados pelo uso das redes sociais cresce com a mesma veemência. Neste sentido, mesmo levando em consideração os benefícios desses recursos que a tecnologia proporcionou, o uso desmedido tem gerado dependência, afetado as relações e causado consequências para a saúde mental dos adolescentes e jovens. Profissionais afirmam que há relação entre o crescimento da depressão nos jovens e aumento do tempo gasto em redes sociais (SOUZA; CUNHA, 2019, p. 204). O uso das redes sociais como ambiente de socialização leva a comparação com o outro, o que acarreta julgamentos e diferentes formas de ridicularização por não se encaixar em padrões que são referências nesse ambiente. Além disso, as redes sociais levam a falsa sensação de nunca se estar sozinho, levando o jovem a pensar que essas pessoas fazem parte do seu cotidiano, o que lhe gera uma sensação irreal de felicidade. A seguinte compreensão corrobora com a forma que a tecnologia vem afetando os jovens:

A tecnologia sempre afetou o homem, desde a introdução dos rádios e televisores nos lares, o que contribuiu para diversas mudanças de hábitos. Nos últimos anos, essas alterações vêm se tornando mais visíveis, principalmente quando se observa os adolescentes. Eles estão em maior contato com o mundo digital, gerando assim diversos problemas, devido a estarem sempre dividindo a sua atenção entre o mundo real e o virtual (SILVA, Thayse de Oliveira; 2016, p. 11 e 12).

Silva e Silva (2017), em seu estudo bibliográfico que visava compreender as consequências do uso de tecnologias digitais, diz que os adolescentes são um segmento social mais susceptível às transformações digitais, e têm a facilidade de adquirir vícios, já que estão em uma idade de intensas transformações psicológicas e biológicas. A tecnologia torna-se um fator de comprometimento da capacidade dos adolescentes de socializar, gera dificuldade de diferenciar a realidade do mundo virtual, além de ser um fator para o isolamento social.

Um estudo realizado por Wendt e Lisboa (2013), visando uma revisão da literatura relacionada aos processos de cyberbullying, constatou que, as vítimas desses processos passaram a demonstrar prejuízo em seu desenvolvimento e manutenção das habilidades sociais, como a empatia. Evidenciou-se também

sentimentos de baixa autoestima, sentimentos de solidão, tentativas de suicídio, sintomas depressivos e até o uso de substâncias psicoativas. Wendt e Lisboa (2014) ainda verificaram que jovens que vivenciaram situações de cyberbullying apresentavam níveis elevados de ansiedade, transtornos emocionais, como depressão, isolamento social, ideações suicidas, agressividade e prejuízos na escola.

Pigozi e Machado (2015), em seu estudo que buscava levantar evidências do que os pesquisadores brasileiros vêm produzindo acerca do bullying entre adolescentes, constataram que, após vivências de bullying e cyberbullying, adolescentes começaram a apresentar um aumento de alterações psíquicas como sintomas de depressão, ansiedade, pensamentos suicidas e menor capacidade empática. Schreiber e Antunes (2015), em seu estudo que visava realizar uma revisão de literatura sobre as diferenças entre bullying e cyberbullying, verificaram que adolescentes que experienciaram essas formas de violência, frequentemente apresentavam depressão, ansiedade, baixa autoestima, raiva, fobia social, medo e tendências suicidas. Constatou-se também o aparecimento de sintomas psicossomáticos, como a insônia, ansiedade e dores de cabeça, por exemplo.

Fica claro que o cyberbullying e o próprio bullying gera diversos desgastes emocionais para o adolescente, além disso, ocorre frequentemente uma deterioração das relações que permeiam a vida desses jovens, uma vez que apresentam fobias sociais e prejuízos na empatia com o outro. Cagliari (2014) diz que o cyberbullying cresce constantemente, varia de idade, mas não há distinção de gênero, é extremamente comum entre crianças e adolescentes que se comunicam virtualmente.

É nítido que em comparação ao bullying tradicional, que comumente acontece em espaços físicos, fica mais difícil lidar com o cyberbullying, tendo visto que, esse tipo de agressão acontece comumente sobre o véu do anonimato, tem maior espaço de atuação, além da facilidade em relação a disseminação em curto espaço de tempo que ocorre.

Segundo Prados e Fernández (2007), problemas de socialização, ligados a isolamento por parte das vítimas, geram dificuldades ao tentar estabelecer relações saudáveis. Estudos indicam que cyber vítimas relataram maior sentimento de solidão e marginalização por seus pares em comparação a adolescentes que não foram vítimas do cyberbullying. No entanto, às vezes as vítimas tentam se refugiar na internet para fugir de seus sentimentos de solidão, o que gera um agravamento do seu estado de isolamento (CAÑAS; ESTÉVEZ e MUSITU, 2020). Esses

comportamentos acabam por ampliar a ansiedade vivenciada por esses indivíduos. Corroborando com essa afirmação, Aoyama, et al., (2011), fala que jovens que tenham ansiedade social tendem para o comportamento de se refugiar na internet, assim acaba por desenvolver amizades virtuais. Consequentemente, esses adolescentes acabam por conversar com desconhecidos, o que os torna mais suscetíveis a uma eventual agressão. Ao olhar por outro ângulo, a agressão virtual que acontecem com jovens suscetíveis, pode, sim, agravar um quadro de ansiedade social já existente.

Um importante fator relacionado a saúde mental dos adolescentes, se traduz no que diz respeito a autoestima, uma vez que a aparência desse adolescente é alvo de ataques virtuais. Salazar (2017), cita que a baixa autoestima, pode ser um fator chave para agressões. O compartilhamento de fotos feita pelos jovens na redes sociais, faz com que fiquem suscetíveis à diversas reações na internet, além de comentários depreciativos, estes podem atingir de maneira negativa a autopercepção do jovem em relação a si mesmo, o que poderá resultar em insatisfação com sua aparência. A imagem é constantemente associada a aparência do corpo e peso, um dos principais alvos de cyberbullying, e por isso, alguns estudos buscaram entender o impacto nos hábitos alimentares das vítimas (SALAZAR, 2017; MARCO e TORMOIRUN, 2018). É identificado nos estudos de Salazar (2017), uma maior tendência dos jovens vítimas de cyberbullying em iniciar dietas para perder peso, em casos mais severos, existe o desenvolvimento de perturbações do comportamento alimentar (como restrição alimentar, compulsão, vômitos) (MARCO e TORMO-IRUN, 2018).

As vítimas de cyberbullying, segundo Cañas et al. (2020) e Morin et al. (2018), correm o risco de apresentar dificuldades para concentração, sensação de insegurança no ambiente escolar, menor motivação e em consequência, uma menor participação nas aulas. Pode ocorrer absentismo escolar em casos mais graves. Morin et al. (2018), também diz que alterações no padrão de sono podem não se delimitar apenas durante o período em que ocorre a agressão, podendo prolongar o risco da perturbação por até dois anos.

Encontrou-se uma associação entre sintomatologia psicossomática e cyberbullying, marcada pela prevalência de cefaleias, epigastralgias e queixas álgicas dorsais nas vítimas. Tal associação se relaciona com o nível de exposição, sendo

observado que atitudes de cyberbullying mais graves e persistentes associa-se a queixas somáticas múltiplas e de maior intensidade (VIENO et al., 2014).

Alguns autores sugerem que vítimas de bullying virtual tendem a se envolver com mais frequência em comportamentos de risco, como o abuso de álcool e outras substâncias, como estratégia de coping. Esta questão parece ser mais notada em jovens que apresentam sintomatologia depressiva coexistente (ABOUJAOUDE et al. 2015; PHAM e ADESMAN, 2015). Inúmeros estudos têm revelado uma ligação entre vítimas de cyberbullying e o risco de desenvolver desordens afetivas, encontrando nestes jovens um aumento relevante em relação a emoções negativas (tristeza, desesperança, sensação de impotência diante da situação em que se encontra). Em certos casos, especificamente em situações de agressão severa e com maior tempo, é possível observar perturbações depressivas graves (ABOUJAOUDE et al., 2015; NIXON, 2014).

É possível compreender a partir das considerações acima, que a violência virtual causa diversos problemas e peculiaridades que convergem para que o mundo virtual torne os adolescentes suscetíveis ao sofrimento mental. De fato, diferentes estudos têm conseguido demonstrar maior prevalência de ideação suicida e tentativa de suicídio nestes adolescentes, vítimas de agressão, comparativamente a jovens não envolvidos no cyberbullying (GINI e ESPELAGE, 2014).

Segundo Fujita e Ruffa (2019, p. 403), estudos psicológicos revelam que o alvo do cyberbullying geralmente sabe quem é o autor da agressão. Demonstram também, que a hostilidade desses comportamentos gera várias consequências: a automutilação passiva, como a incapacidade de reação, baixa autoestima, isolamento, medo, transtorno do pânico, fobia escolar, fobia social, anorexia, bulimia; tem-se por outro lado, uma agressividade maior, revelada sob a forma de vingança contra quem praticou a violência, vingança contra pessoas que não tomaram providências, chegando até mesmo à vingança no local onde a pessoa foi vitimizada. Em último estágio, torna-se um fator gerador de suicídio e automutilação física. Pode-se se dizer, inclusive, que se trata de relevante problema de saúde pública.

Fica claro a importância da psicologia para o avanço nos estudos empíricos e atuação junto a vítimas e agressores no contexto do bullying e cyberbullying, uma vez que gera problemáticas em relação ao fator psíquico e comportamental, além de ser uma questão de saúde pública, como mencionado.

### 3.3 Possíveis Atuações do Psicólogo Frente ao Cyberbullying

Como foi possível observar, o cyberbullying acarreta diferentes problemas para os jovens e adolescentes, principalmente no que concerne ao psicológico. Neste cenário, a presença do psicólogo é extremamente importante no processo de enfrentamento, seja com apoio às vítimas, com psicoeducação para agressores, ou no apoio a comunidade escolar, onde é possível o contato com os pais, aliados imprescindíveis no combate a essa forma de violência. Segundo Cagliari (2014), os diversos segmentos da sociedade, pais, professores, legisladores, pedagogos, assistentes sociais, psicólogos, dentre outros, precisam ter conhecimentos do fenômeno bullying e cyberbullying para lidar da melhor forma com esse problema.

Para os psicólogos que estão dentro das escolas, é perfeitamente possível que se tenha uma atuação mais eficiente nos casos do cyberbullying, uma vez que é possível observar comportamentos e levar a conscientização aos pais, para que estes observem com mais cuidado os comportamentos dos seus filhos, tempo de exposição às telas e sinais de que esteja sofrendo ou praticando algum tipo de violência.

Estando o psicólogo ligado à instituição, ele tem a possibilidade de atuar como agente de mudanças, capaz de promover reflexões a respeito do tema da violência, podendo, assim, conscientizar os agentes institucionais sobre os seus papéis, garantindo a construção de relações mais saudáveis e evitando o surgimento de qualquer forma de violência nas escolas (FREIRE; AIRES, 2012, p.58).

Freire e Aires (2012, p.58) diz que “o psicólogo é o profissional apto para realizar um trabalho de prevenção e enfrentamento de violência escolar, ajudando a escola a construir espaços e relações mais saudáveis”. Corroborando com a ideia da escola como local onde ocorrem e se perpetuam violências entre os adolescentes, Fujita e Ruffa (2019, p.403) revela:

Em termos de cyberbullying, torna-se necessário que a prevenção sempre se sobreponha à repressão, uma vez que essa última, em muitos casos, traduz-se em uma medida extemporânea, quando o dano já cravou e projetou seus efeitos. É essencial que essa postura cautelosa seja adotada tanto pela família, quanto pelas instituições de ensino na condição de stakeholders (partes interessadas) com o auxílio da tecnologia.

É necessário compreender que a violência pode ser iniciada no ambiente escolar e percorrer para o ambiente virtual, onde perpetuaria o sofrimento, o contrário também é possível, levando em consideração a rapidez de propagação das informações nos canais digitais.

O cenário escolar, pode ser considerado um local altamente eficiente para que os psicólogos promovam espaços de discussão e reflexão para abordar determinados temas, entre eles: uso de estratégias para construir um ambiente de confiança e respeito, além do entendimento de conflitos que possam existir nas relações (MARINHO-ARAUJO e ALMEIDA 2008). Dessa forma, para Freire e Aires (2012), a inserção do Psicólogo nos ambientes escolares seria crucial para trabalhar o desenvolvimento cognitivo e emocional dos estudantes e profissionais da educação, através de trabalhos voltados para a prevenção, tolerância, e respeito às diferenças.

[...] o psicólogo atuaria na mediação de conhecimentos, valores, normas e atitudes positivas, auxiliando tanto os profissionais quanto os alunos a lidarem com suas emoções, criando espaços para a expressão de afeto e contribuindo para a reflexão e melhoria das relações sociais na escola (FREIRE; AIRES, 2012, p.59).

Importante compreender que o cyberbullying é difícil de ser identificado, uma vez que ocorre em um espaço onde é difícil os pais e comunidade escolar saberem o que acontece dentro desse universo. Para prevenir ou atuar diante de qualquer tipo de violência, principalmente que ocorra em contexto escolar, não se deve partir de receitas prontas, pois cada local possui uma realidade diferente. A atuação do psicólogo, portanto, deve estar conectada a uma proposta de caráter preventivo. O que se traduz em tentar compreender, analisar e intervir na realidade escolar, onde o jovem passa grande parte do seu tempo (MARINHO-ARAUJO e ALMEIDA 2008).

Quando o assunto é cyberbullying, muito se discutiu acerca da responsabilidade civil das escolas à luz no disposto no artigo 14, do Código de Defesa Consumidor. Com efeito, tal obrigação foi chancelada pela Lei n.13.185/2015, pelos incisos IX e X,4 do artigo 12 da LDB - Lei de Diretrizes e Bases n.9.394/1996, incluídos pela Lei n.13.663/2018. Para mitigar sua responsabilidade,<sup>5</sup> a escola deve comprovar, por exemplo, que adotou medidas preventivas, capacitou docentes para solucionarem o problema e promoveu campanhas de conscientização. Sob essa óptica, quando há animosidade entre os alunos - ainda que virtual - percebida ou constatada pela escola, sua posição deve ser dinâmica, isto é, o professor ou o coordenador deve interceder de modo a desenvolver atividade de orientação e de mediação (FUJITA; RUFFA, 2019, p.404-405).

Diante disso, destaca-se a importância das instituições de ensino monitorarem as redes sociais, além de criar ouvidoria como canal imparcial, apto para receber denúncias, apurar fatos e tomar medidas que forem necessárias. Neste sentido, família e escola se tornam uma via de mão dupla na tratativa deste tipo de demanda (FUJITA; RUFFA, 2019).

Especificamente a atuação do psicólogo no cyberbullying, exige que os psicólogos escolares tenham estratégias que possam guiar as instituições escolares diante desse fenômeno. Cabe aos psicólogos escolares adotarem uma posição diante dos problemas de bullying e cyberbullying, assumindo o papel de líderes na promoção da conscientização sobre o fenômeno e seu impacto nos adolescentes, além de implementar atividades de prevenção. Cabe ainda ao profissional da psicologia inserido no ambiente escolar, avaliar a prevalência e severidade do cyberbullying, ser efetivo na implementação de programas de prevenção, ter estratégias de intervenção em casos confirmados de cyberbullying, necessário que una também os demais membros da escola para que seja desenvolvido políticas que visem administrar o fenômeno (DIAMANDUROS; DOWNS; JENKINS, 2008).

Cavalheiro e Blandt (2016) expõe que é necessário que os pais se certifiquem de que os filhos tenham acesso ao que é cyberbullying, suas características e como pode ocorrer. É também dever dos pais saber o que os filhos fazem nas redes sociais, ou nos canais digitais que utiliza. Ainda segundo este autor, é preciso que os pais tenham habilidade para que consiga rastrear e ter acesso ao que o adolescente faz no mundo virtual. Arcie et al, (2016) ressalta que é de extrema importância que os pais estabeleçam uma relação de confiança com os filhos, respeitando sua privacidade e opinião. Os pais, portanto, exercem um papel importantíssimo de educar e conscientizar seus filhos sobre o uso das tecnologias, o que corrobora para a importância do psicólogo no âmbito escolar, ou mesmo que em consultório clínico, oriente os pais sobre a importância do conhecimento sobre redes sociais e canais digitais de comunicação.

Importante que os pais fiquem atentos ao fato de que nem sempre seu filho será a vítima, mas também o agressor, desse ponto de vista, é necessário que os pais fiquem atentos a alguns comportamentos: se o jovem passa muito tempo no computador, se faz atividades na rede sozinho, se caçoam quando chamado a atenção. Esses são alguns indicadores, e neste cenário, faz-se necessário procurar ajuda de profissionais como: psicopedagogos e psicólogos (ARCIE et al., 2016). Em ocorrência da violência virtual, o adolescente deve ser encorajado a contar para um adulto (ZEDNICK et al., 2016).

Assim, o psicólogo teria papel fundamental no enfrentamento à violência, pois, o profissional deve estar inserido onde as relações dos adolescentes mais acontecem, que para além do virtual, é a escola. A escola apresenta um fator determinante de

atuação para o profissional de psicologia, tendo visto que grande parte das relações dos adolescentes são construídas nesse ambiente. O psicólogo, portanto, age principalmente de forma preventiva, seja com ações que conscientizem e informem os pais, seja com ações preventivas e educativas com os alunos no ambiente escolar. Necessário que o psicólogo se mantenha atualizado no que diz respeito as ferramentas de suporte para ação e prevenção do bullying e principalmente, do cyberbullying. Seja por meio de recursos tecnológicos, como uso de aplicativos que conscientizem esses jovens de forma didática, seja por meio de palestras, ou campanhas de sensibilização que tenham o propósito de informar e prevenir.

Um exemplo de recurso digital para lidar com o fenômeno é o uso do Jogo Sérico (JS):

que tem como objetivos (i) ajudar as vítimas e os observadores (bystanders) dos episódios de (cyber)bullying a treinarem estratégias apropriadas para lidar com estas situações. Nomeadamente, ajuda os observadores na aquisição de competências concretas de intervenção em contextos específicos e estimula as vítimas no desenvolvimento de estratégias de prevenção de episódios de vitimização; ii) permitir a redução dos níveis de stress associado às situações de bullying nas vítimas e nos observadores. Foi ainda desenvolvida uma Aplicação de BackOffice (ABO) que suporta e facilita a tarefa do psicólogo ou professor, de monitorizar os progressos dos jovens que acompanha ao longo de um período de tempo (RAMINHOS et al., 2016, p.624).

Também é importante levar em consideração o apoio a vítima, em que a ajuda pode ser direta, escuta, por meio de diálogo, e principalmente não recriminando a vítima, pode também ser um apoio indireto, através de ajuda de profissionais, da família e medidas necessárias de segurança, esse apoio deve ser de maneira que não se prolongue a situação da violência (RONDINA et al., 2016).

Desta forma, conclui-se que ainda são escassos recursos mais elaborados para utilização dos psicólogos no apoio a esse tipo de violência, provavelmente por ser um assunto ainda pouco discutido no meio acadêmico. Porém, é possível notar a importância do profissional no processo de educação e enfrentamento ao fenômeno cyberbullying.

### **3 CONCLUSÃO**

Esta revisão teve o intuito de compreender como o cyberbullying pode impactar a saúde mental do adolescente, como este fenômeno exerce influência na vida do jovem e na sua saúde psicológica. Também foi objetivo refletir sobre como os

psicólogos podem atuar diante desse fenômeno que acarretam tantos problemas para a criança e o adolescente, e o papel da escola e dos pais neste processo. Foram discutidos o resultados dos estudos que descrevem esse tipo de agressão, além de fatores que possivelmente contribuem para a violência virtual. Foram feitas observações a respeito da importância de se estabelecer confiança com esses jovens a fim de conseguir atuar e prevenir o problema.

Nota-se ao longo do trabalho que de fato o cyberbullying assim como o bullying representam um problema de saúde em diversas esferas, principalmente a psicológica, foco deste trabalho. Fica claro que o bullying comum para todos pode, sim, evoluir para o ambiente virtual, local onde pode ser perpetuada as agressões, porém, no mundo virtual torna-se muito mais difícil identificar e agir para impedir as agressões. Ocorre que o ambiente virtual hoje é um local necessário para a vida social do jovem, pois, é ali que ocorrem grande parte de suas interações, no entanto, é necessário um olhar cuidadoso e crítico para que seja monitorado a exposição à telas. Estudos mostraram que comportamentos de isolamento social, transtornos de ansiedade, perturbações do comportamento alimentar, agressividade, fobia escolar, automutilação, baixa autoestima, dentre outros sintomas e comportamentos, podem representar indícios de algum problema em relação ao bullying e ao cyberbullying, importante lembrar que por vezes o adolescente não será vítima, mas agressor.

Feitas as reflexões acima, os estudos foram satisfatórios no que concerne ao cyberbullying como um importante fator a ser levado em consideração quando se fala de saúde mental de crianças e adolescentes, sendo que este público é extremamente suscetível aos perigos das tecnologias atuais. Fica claro que o cyberbullying exerce grande influência negativa em sua forma de viver e lidar com o outro. O trabalho não deixa dúvidas de que o tema cyberbullying, bem como o mau uso das novas tecnologias que permitem a comunicação em grande velocidade, corroboram para um intenso desafio em relação às investigações e formação de profissionais para lidar com o problema.

O trabalho também permitiu compreender atitudes que fazem toda a diferença para a sociedade por parte dos psicólogos, mostrando que o psicólogo pode ser um agente transformador, disseminador e colaborativo no que diz respeito a prevenção do fenômeno cyberbullying, além de que sua atuação ser de extrema importância para viabilizar espaços de discussão no ambiente escolar e social sobre o tema, a fim de propagar ações de conscientização a respeito do lidar e identificar o fenômeno.

Percebe-se a necessidade da utilização das tecnologias a favor da prevenção deste tipo de fenômeno, mas é nítida a necessidade de preparar as pessoas para serem protagonistas em relação a identificação e atuação para mitigar os danos causados pelo cyberbullying.

Mesmo que o estudo seja de extrema relevância para a comunidade escolar, social e da psicologia, percebe-se que existem poucos materiais a respeito do tema que o correlacionem com a saúde mental, além de poucos conteúdos que revelem formas mais efetivas de controle do problema, desta forma, é de extrema relevância haver mais pesquisas locais e globais a respeito das estratégias de enfrentamento ao cyberbullying, uma vez que este é frequentemente relacionado ao bullying comum (que possui inúmeros materiais para atuação efetiva). Observa-se, portanto, a necessidade de tratar-se o tema isoladamente, analisando seus impactos e dimensionando sua ocorrência, para que seja estimulado a produção de material científico a respeito da prevenção e atuação do psicólogo.

## REFERÊNCIAS

ABOUJAOUDE, E., SAVAGE, M. W., STARCEVIC, V., & SALAME, W. O. (2015). **Cyberbullying: Review of an Old Problem Gone Viral**. Journal of Adolescent Health, 57(1), 10–18. Disponível em: [https://www.jahonline.org/article/S1054-139X\(15\)00166-4/fulltext](https://www.jahonline.org/article/S1054-139X(15)00166-4/fulltext). Acesso em 10 fev.2023.

AMADO J, MATOS A, PESSOA T, JAGER T. **Cyberbullying: um desafio à investigação e à formação**. Interações. (2009); 3:301-326. Disponível em: file:///C:/Users/Karol%20Figueiredo/Downloads/409-Texto%20do%20Trabalho-1094-1-10-20120406%20(1).pdf. Acesso em 13 fev. 2023.

ANDERSON, T., & STURM, B. (2007). **Cyberbullying from playground to computer**. Young Adult Library Services, 24-27. Disponível em: <https://taraandersongold.files.wordpress.com/2015/11/cyberbullying-from-playground-to-computer.pdf>. Acesso em 10 fev. 2023.

BELSEY, B. (2005). **Cyberbullying: An emerging threat to the always on generation**. Disponível em: [file:///C:/Users/Karol%20Figueiredo/Downloads/Cyberbullying %20An%20Emerging %20Threat%20to%20the%20Always%20On%20Generation%20By%20Bill%20Belsey,%20President%20and%20Founder%20of%20Bullying.org.pdf](file:///C:/Users/Karol%20Figueiredo/Downloads/Cyberbullying%20An%20Emerging%20Threat%20to%20the%20Always%20On%20Generation%20By%20Bill%20Belsey,%20President%20and%20Founder%20of%20Bullying.org.pdf). Acesso em 11 fev. 2023.

CAGLIARI, Cláudia Taís Siqueira. **A prática dos círculos restaurativos como**

**política pública de prevenção ao bullying e ao cyberbullying nas escolas: uma análise a partir da lei 13.474/2010 (RS) e da sua implantação pelas Coordenadorias Regionais de Educação do Vale do Rio Pardo e Taquari-RS. 2014.** Disponível em:

<https://repositorio.unisc.br/jspui/bitstream/11624/1941/1/CI%c3%a1udia%20Ta%c3%ads%20Siqueira%20Cagliari.pdf>. Acesso em 11 out. 2022.

CAMPBELL, Marilyn A. **Cyber bullying: An old problem in a new guise?**. Journal of Psychologists and Counsellors in Schools, v. 15, n. 1, p. 68-76, 2005. Disponível em:

[https://www.researchgate.net/publication/27464290\\_Cyber\\_Bullying\\_An\\_Old\\_Problem\\_in\\_a\\_New\\_Guise](https://www.researchgate.net/publication/27464290_Cyber_Bullying_An_Old_Problem_in_a_New_Guise). Acesso em 9 out. 2022.

CAÑAS, Elizabeth; ESTÉVEZ, Estefanía; MORENO, Celeste L.; MUSITO, Gonzalo. Loneliness, **Family Communication, and School Adjustment in a Sample of Cybervictimized Adolescents**. International Journal of Environmental Research and Public Health, Espanha, ano 2020, v. 17, n. 335, p. 1-13, 3 jan. 2020. Disponível em:

<file:///C:/Users/Karol%20Figueiredo/Documents/FACULDADE%20PSICOLOGIA/10%C2%BA%20Per%C3%ADodo/TCC2/Artigos/ijerph-17-00335.pdf>. Acesso em 12 fev. 2023.

CARVALHOSA, S. F., DOMINGOS, A. & SEQUEIRA, C. (2008). **Preventing violence through community engagement**. Comunicação apresentada à II International Conference on Community Psychology. Lisboa.

DIAMANDUROS, T., DOWNS, E., & JENKINS, S. J. (2008). **The role of school psychologists in the assessment, prevention and intervention of cyberbullying**. Psychology in the schools, 45(8), 693-704. Disponível em:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1002/pits.20335>. Acesso em 10 fev. 2023.

DRUMOND, Marina Canal Caetano. **Drogas: a busca de repostas**. 1. ed. São Paulo: Loyola, 1998. 172 p. v. 1. Disponível em:

<https://books.google.com.br/books?id=ZUxtFzxDXIsC&pg=PA198&lpg=PA198&dq=Drummond,+Drogas:+a+busca+de+respostas.+S%C3%A3o+Paulo:+Loyola#v=onepage&q&f=false>. Acesso em 02 fev. 2023.

FREIRE, Alane Novais; AIRES, Januária Silva. **A contribuição da psicologia escolar na prevenção e no enfrentamento do Bullying**. Psicologia Escolar e Educacional, v. 16, p. 55-60, 2012. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/pee/a/tvZ37DSGCBZNVQxnshq3DCs/abstract/?lang=pt>. Acesso em 11 out. 2022.

FUJITA, Jorge Shiguemitsu; RUFFA, Vanessa. **Cyberbullying: família, escola e tecnologia como stakeholders**. Estudos Avançados [online]. 2019, v. 33, n. 97, p. 401-412. Disponível em:

<https://www.scielo.br/j/ea/a/pSp8hgXLCG786hZpVGNqPNH/abstract/?lang=pt>. Acesso em 11 out. 2022.

GAINO, Loraine Vivian et al. **O conceito de saúde mental para profissionais de saúde: um estudo transversal e qualitativo\***. SMAD, Rev. Eletrônica Saúde Mental Álcool Drog. (Ed. port.), Ribeirão Preto, v. 14, n. 2, p. 108-116, 2018. Disponível em [http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1806-69762018000200007&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1806-69762018000200007&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 08 out. 2022. <http://dx.doi.org/10.11606/issn.1806-6976.smad.2018.149449>.

GINI, G., & Espelage, D. L. (2014). **Peer Victimization, Cyberbullying, and Suicide Risk in Children and Adolescents**. *Jama*, 312(5), 545. Disponível em: <https://jamanetwork.com/journals/jama/article-abstract/1892227>. Acesso em 12 fev. 2023.

KOWALSKY, R., & LIMBER, S. P. (2007). **Electronic bullying among middle school students**. *Journal of Adolescent Health*, 41, 522-530. Disponível em: <https://www.jahonline.org/action/showPdf?pii=S1054-139X%2807%2900361-8>. Acesso em 06 fev. 2023.

KOWALSKI, R., LIMBER, S. & AGASTON, P. (2008). **Cyber Bullying**. Malkden and London: Blackwell Publishing. Disponível em: <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/epdf/10.1002/9780470694176.fmatter>. Acesso em 10 fev. 2023.

MARCO, Jose H.; TORMO-IRUN, Maria P. **Cyber Victimization Is Associated With Eating Disorder Psychopathology in Adolescents**. *Frontiers in Psychology*, Espanha, v. 9, 14 jun. 2018. 987, p. 1-7. Disponível em: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6010659/pdf/fpsyg-09-00987.pdf>. Acesso em 12 fev. 2023.

MORIN, H. K., BRADSHAW, C. P., & Kush, J. M. (2018). **Adjustment outcomes of victims of cyberbullying: The role of personal and contextual factors**. *Journal of School Psychology*, 70, 74–88. Disponível em: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022440518300906>. Acesso em 09 fev.2023.

MARINHO-ARAÚJO, Claisy Maria; ALMEIDA, Sandra Francesca Conte de. (2008). **Psicologia Escolar: construção e consolidação da identidade profissional** (2a ed.). Campinas, SP: Alínea.

MARTINS, M<sup>a</sup> J. D. (2009). **Maus tratos entre adolescentes na escola**. Penafiel: Editorial novembro. Disponível em: <https://biblioteca.wook.pt/reader/index.html>. Acesso em 12 fev. 2023.

NETO, Aramis Antonio Lopes et al. **Programa de Redução do Comportamento Agressivo Entre Estudantes**, Brasil, 2002/2003. Disponível em: <http://www.acterj.org.br/downloads/arquivo/doc-154.pdf>. Acesso em 8 out. 2022. NETO, Aramis Antonio Lopes. **Bullying: comportamento agressivo entre estudantes**. *Jornal de pediatria*, v. 81, p. s164-s172, 2005. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/jped/a/gvDCjhqgsGZCjttLZBZYtVq/?lang=pt&format=html>. Acesso em 9 out. 2022.

OLIVEIRA, S (2008). **Cyberbullying: um fenómeno sem rosto**. Educare.pt. Disponível em: <https://bit.ly/3LWPKOj>. Acesso em 09 fev. 2023.

OMS. Organização Mundial de Saúde. **Mental health: strengthening our response**. Genebra: OMS, 2022. Disponível em: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>. Acesso em 9 out. 2022.

PEREIRA, B., MENDONÇA, D., NETO, C., VALENTE, L., & SMITH, P. K. (2004) **Bullying in Portuguese schools**. School Psychology International, Vol. 25 (2), pp. 241-254. Disponível em: <https://repositorium.sdum.uminho.pt/bitstream/1822/6094/1/school%2520psychology%2520internacional.pdf>. Acesso em 13 fev. 2023.

PHAM, T., & Adesman, A. (2015). **Teen victimization: prevalence and consequences of traditional and cyberbullying**. Current Opinion in Pediatrics, 27(6), 748–756. Disponível em: <https://www.ingentaconnect.com/content/wk/mop/2015/00000027/00000006/art00016>. Acesso em 11 fev. 2023.

PIAGET J. A psicogênese dos conhecimentos e sua significação epistemológica. In: M. Piattelli-Palmarini M, org. **Teorias da linguagem, teorias da aprendizagem:**

**debate de Jean Piaget e Noam Chomsky com outros autores**. Lisboa: Edições 70; 1987. P. 51-62.

PIGOZI, Pamela Lemarca; MACHADO, Ana Lúcia. **Bullying na adolescência: visão panorâmica no Brasil**. Ciência & Saúde Coletiva. Rio de Janeiro, v. 20, n. 11, p. 3509-3522, nov. 2015. Disponível em: <https://www.scielo.org/article/csc/2015.v20n11/3509-3522/>. Acesso em 11 out. 2022.

PRADOS, M. Á. H. & FERNÁNDEZ, I. M. S. (2007). **Cyberbullying, un problema de acoso escolar**. RIED, Vol. 10: 1, pp. 17-36. Disponível: <http://e-spacio.uned.es/fez/eserv/bibliuned:20417/ciberbullyng.pdf>. Acesso em 12 fev. 2023.

RAMINHOS, Cátia et al. **Um Jogo Sério para prevenir o bullying e promover a empatia**. ResearchGate. (2015). Disponível em: [https://www.researchgate.net/profile/Catia-Raminhos/publication/280077221\\_Um\\_Jogo\\_Serio\\_para\\_prevenir\\_o\\_bullying\\_e\\_promover\\_a\\_empatia\\_A\\_Serious\\_Game\\_to\\_prevent\\_bullying\\_and\\_promote\\_empathy/links/55a6861108ae410caa74dd02/Um-Jogo-Serio-para-prevenir-o-bullying-e-promover-a-empatia-A-Serious-Game-to-prevent-bullying-and-promote-empathy.pdf](https://www.researchgate.net/profile/Catia-Raminhos/publication/280077221_Um_Jogo_Serio_para_prevenir_o_bullying_e_promover_a_empatia_A_Serious_Game_to_prevent_bullying_and_promote_empathy/links/55a6861108ae410caa74dd02/Um-Jogo-Serio-para-prevenir-o-bullying-e-promover-a-empatia-A-Serious-Game-to-prevent-bullying-and-promote-empathy.pdf). Acesso em 10 fev. 2023.

RIGBY, K. (2000). **Effects of peer victimization in schools and perceived social support on adolescent well-being**. Journal of Adolescence, 23, 57-68. Disponível em: [https://www.researchgate.net/publication/12616042\\_Effects\\_of\\_peer\\_victimization\\_in\\_schools\\_ad\\_perceived\\_social\\_support\\_on\\_adolescent\\_well-being](https://www.researchgate.net/publication/12616042_Effects_of_peer_victimization_in_schools_ad_perceived_social_support_on_adolescent_well-being). Acesso em 02 fev. 2023.

RONDINA, João Marcelo; MOURA, Julia Lucila; CARVALHO, Mônica Domingues de. **Cyberbullying: o complexo bullying da era digital**. 2016. Disponível em: [https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/20049/1/2016\\_art\\_jmroundina.pdf](https://repositorio.ufc.br/bitstream/riufc/20049/1/2016_art_jmroundina.pdf). Acesso em 09 out. 2022.

SALAZAR, Leslie Ramos. (2021). **Cyberbullying Victimization as a Predictor of Cyberbullying Perpetration, Body Image Dissatisfaction, Healthy Eating and Dieting Behaviors, and Life Satisfaction**. *Journal of Interpersonal Violence*. v. 36, n. 1-2, p. 354-380. Disponível em: <https://journals.sagepub.com/doi/epub/10.1177/0886260517725737>. Acesso em 12 fev. 2023.

SCHREIBER, Fernando Cesar de Castro; ANTUNES, Maria Cristina. **Cyberbullying: do virtual ao psicológico**. *Boletim Academia Paulista de Psicologia*. São Paulo, v. 35, n. 88, p. 109-125, jan. 2015. Disponível em: <https://www.redalyc.org/pdf/946/94640400008.pdf>. Acesso em 11 out. 2022.

SCHULTZ, Naiane Carvalho Wendt et al. **A compreensão sistêmica do bullying**. *Psicologia em Estudo*, v. 17, p. 247-254, 2012. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pe/a/3s8Bkbw8Bc9nFR96vZj45Mm/abstract/?lang=pt>. Acesso em 9 out. 2022.

SEIXAS, Sónia Raquel Pereira Malta Marruaz. **Comportamentos de bullying entre pares: Bem estar e ajustamento escolar**. (2006). 425 f. Dissertação (Doutorado em Psicologia Pedagógica) - Universidade de Psicologia e de Ciências da Educação de Coimbra, Portugal, 2006. Disponível em: <https://core.ac.uk/download/pdf/70619242.pdf>. Acesso em 13 fev. 2023.

SILVA A.M.C., MOREIRA M.A. (2009). **Falar e escrever de formação e mediação no contexto actual**, in Silva A.M., Moreira M.A. (Eds) *Formação e Mediação Sócio-educativa: Perspectivas teóricas e práticas*, pp. 6–13. Porto: Areal Editores.

SILVA, Thayse de Oliveira. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. 2016. Disponível em: <https://repositorio.ufpb.br/jspui/handle/123456789/1867>. Acesso em 11 out. 2022.

SILVA, Thayse de Oliveira; SILVA, Lebiã Tamar Gomes. **Os impactos sociais, cognitivos e afetivos sobre a geração de adolescentes conectados às tecnologias digitais**. *Rev. psicopedag.*, São Paulo, v. 34, n. 103, p. 87-97, 2017. Disponível em <[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0103-84862017000100009&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103-84862017000100009&lng=pt&nrm=iso)>. Acesso em 11 out. 2022.

SLONJE, Robert; SMITH, Peter K. **Cyberbullying: Another main type of bullying?** *Scandinavian journal of psychology*, v. 49, n. 2, p. 147-154, 2008. Disponível em: <https://bit.ly/3fYEzQM>. Acesso em 9 out. 2022.

SOUZA, Karlla; DA CUNHA, Mônica Ximenes Carneiro. **Impactos do uso das redes sociais virtuais na saúde mental dos adolescentes: uma revisão sistemática da literatura**. *Revista Educação, Psicologia e Interfaces*, v. 3, n. 3, p.

204-217, 2019. Disponível em:

<https://educacaoepsicologia.emnuvens.com.br/edupsi/article/view/156>. Acesso em 11 out. 2022.

VENTURA, Alexandre; FANTE, Cleo. **Bullying: Intimidação no ambiente escolar e virtual**. 2011. ed. Brasil: Conexa, 2011. 123 p.

VIENO, A., GINI, G., LENZI, M., POZZOLI, T., CANALE, N., & SANTINELLO, M. (2014). **Cybervictimization and somatic and psychological symptoms among Italian middle school students**. *The European Journal of Public Health*, 25(3), 433–437. Disponível em: [encr.pw/20XP1](https://doi.org/10.1093/ejpub/cku011). Acesso em 12 fev. 2023.

WENDT, Guilherme Welter; LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. **Agressão entre pares no espaço virtual: definições, impactos e desafios do cyberbullying**. *Psicologia Clínica*. Rio de Janeiro, v. 25, n. 1, p. 73-87, jun. 2013. Disponível em: <https://www.scielo.br/j/pc/a/N83JQQXmpnxNkQNwcVvmZgh/?lang=pt&format=html>. Acesso em 11 out. 2022.

WENDT, Guilherme Welter; LISBOA, Carolina Saraiva de Macedo. **Compreendendo o fenômeno do cyberbullying**. *Temas psicologia*. Ribeirão Preto, v. 22, n. 1, p. 39-54, abr. 2014. Disponível em:

[http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1413-389X2014000100004&lng=pt&nrm=iso](http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-389X2014000100004&lng=pt&nrm=iso). Acesso em 11 out. 2022.

WILLARD, N. (2007). **The Authority and Responsibility of School Officials in Responding to Cyberbullying**. *Journal of Adolescent Health*, 41, S64–S65.

Disponível em:

<file:///C:/Users/Karol%20Figueiredo/Downloads/PIIS1054139X07003473.pdf>. Acesso em 10 fev. 2023.

WILLARD, N. (2005). **Educator's guide to cyberbullying and cyberthreats**. Center for Safe and Responsible Use of the Internet. Disponível em:

[https://www.pdfFiller.com/jsfiller-](https://www.pdfFiller.com/jsfiller-desk13/?requestHash=ed8bf5d2553840ac62218af4e19fca9cf199bc17b052800b364a6f7ee474bcf3&lang=pt&projectId=1211597660&loader=tips&MEDIUM_PDFJS=true&PAGE_REARRANGE_V2_MVP=true&isPageRearrangeV2MVP=true#707f8666369548f3ade6586dcb594329)

[desk13/?requestHash=ed8bf5d2553840ac62218af4e19fca9cf199bc17b052800b364a6f7ee474bcf3&lang=pt&projectId=1211597660&loader=tips&MEDIUM\\_PDFJS=true&PAGE\\_REARRANGE\\_V2\\_MVP=true&isPageRearrangeV2MVP=true#707f8666369548f3ade6586dcb594329](https://www.pdfFiller.com/jsfiller-desk13/?requestHash=ed8bf5d2553840ac62218af4e19fca9cf199bc17b052800b364a6f7ee474bcf3&lang=pt&projectId=1211597660&loader=tips&MEDIUM_PDFJS=true&PAGE_REARRANGE_V2_MVP=true&isPageRearrangeV2MVP=true#707f8666369548f3ade6586dcb594329). Acesso em 11 fev. 2023.

WILLIAMS, K. R. & GUERRA, N.G. (2007). **Prevalence and predictors of Internet bullying**. *Journal of Adolescent Health*, 41, pp. S14.S21. Disponível em:

<https://www.jahonline.org/action/showPdf?pii=S1054-139X%2807%2900362-X>.

Acesso em 13 fev. 2023.