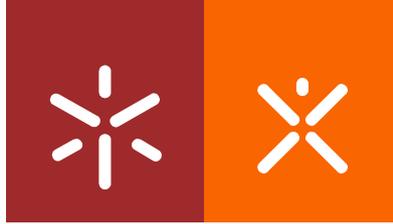




Universidade do Minho
Instituto de Educação

Ana Rita Pinheiro de Matos

**Mediação escolar na prevenção ao bullying
com crianças do 1.º ciclo: um projeto de
investigação-intervenção**



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Ana Rita Pinheiro de Matos

**Mediação escolar na prevenção ao bullying
com crianças do 1º ciclo: um projeto de
investigação-intervenção**

Relatório de Estágio
Mestrado em Educação
Área de Especialização em Mediação Educacional

Trabalho efetuado sob a orientação da
Professora Doutora Ana Maria Costa e Silva

DIREITOS DE AUTOR E CONDIÇÕES DE UTILIZAÇÃO DO TRABALHO POR TERCEIROS

Este é um trabalho académico que pode ser utilizado por terceiros desde que respeitadas as regras e boas práticas internacionalmente aceites, no que concerne aos direitos de autor e direitos conexos.

Assim, o presente trabalho pode ser utilizado nos termos previstos na licença abaixo indicada.

Caso o utilizador necessite de permissão para poder fazer um uso do trabalho em condições não previstas no licenciamento indicado, deverá contactar o autor, através do RepositóriUM da Universidade do Minho.

Licença concedida aos utilizadores deste trabalho



Atribuição-SemDerivações

CC BY-ND

<https://creativecommons.org/licenses/by-nd/4.0/>

AGRADECIMENTOS

Em primeiro lugar quero elogiar a enorme Academia Minhota, a Universidade do Minho, onde fui muito bem acolhida nestes últimos anos e onde passei os melhores momentos da minha vida. É uma honra pertencer a esta Universidade. Agradeço ao Instituto de Educação e a todos os seus docentes e não docentes que se cruzaram no meu caminho pelo apoio que me deram.

Um enorme agradecimento à minha orientadora de estágio, a Professora Ana Maria Costa e Silva, pelo seu acompanhamento, toda a confiança que depositou em mim, todas as conversas, palavras de apoio e incentivos. Agradeço por toda a sua dedicação e amizade que me deu quando ultrapassei momentos menos bons. Estou grata por ter sido a minha orientadora e pelo trabalho que desenvolvemos.

Agradeço à minha acompanhante de estágio pelo seu acompanhamento, pelas conversas informais e pela motivação que me deu ao longo do trabalho. Agradeço também ao professor da turma pelo acompanhamento, pelas palavras de incentivo, pela autonomia que me deu e por todo o apoio ao longo do estágio. Um especial agradecimento a todas as crianças da turma que me permitiram realizar este trabalho e me deixaram entrar nas suas vidas. Guardar-vos-ei a todos no meu coração.

Quero agradecer aos meus pais, António e Sameiro, que sempre se esforçaram para que não me faltasse nada e que sempre me incentivaram a seguir os meus sonhos. Foram um apoio muito importante nesta minha etapa e sem eles isto não era possível. Um carinho, mais especial, à minha Mãe que me reconfortou quando eu precisei e me ouviu nos momentos menos bons.

Um agradecimento muito especial ao meu mano Ricardo e aos meus sobrinhos Letícia, Dinis e Maria por me darem força e acreditarem em mim.

Um grande agradecimento à minha avó Ana, a minha segunda mãe, que me motivou ao longo da minha vida, que me apoiou e me deu todo o seu amor.

Aos meus amigos, que são poucos, mas muito bons, agradeço imenso todas as palavras de incentivo, o apoio incondicional em tudo o que faço, o carinho e todos os nossos momentos. Vocês sabem quem são e o quão importantes são para mim.

Obrigada a todos que me apoiaram, acarinharam e deram uma palavra de incentivo pois tornaram o meu percurso ainda melhor.

Por último, quero agradecer aos meus três anjos da guarda, o meu tio Vitinho, o meu tio Rogério e o meu avô Sebastião, que tiveram um papel importante no meu crescimento e educação. Apesar de já não estarem entre nós, sei que estarão comigo para sempre. Muito obrigada!

DECLARAÇÃO DE INTEGRIDADE

Declaro ter atuado com integridade na elaboração do presente trabalho académico e confirmo que não recorri à prática de plágio nem a qualquer forma de utilização indevida ou falsificação de informações ou resultados em nenhuma das etapas conducente à sua elaboração.

Mais declaro que conheço e que respeitei o Código de Conduta Ética da Universidade do Minho.

MEDIAÇÃO ESCOLAR NA PREVENÇÃO AO BULLYING COM CRIANÇAS DO 1º CICLO: UM PROJETO DE INVESTIGAÇÃO-INTERVENÇÃO

RESUMO

O presente relatório de estágio está inserido no 2º ano do Mestrado em Educação, especialização em Mediação Educacional, da Universidade do Minho. O estágio desenvolveu-se entre outubro e junho do ano letivo 2020/2021, numa Escola Básica do 1º ciclo. Este trabalho teve como principal objetivo prevenir o bullying através da mediação. Para a realização deste projeto de intervenção-investigação foi selecionada uma turma do 4º ano de escolaridade que era composta por 24 alunos, sendo 14 rapazes e 10 raparigas.

O bullying é um tipo de violência que gera mais violência e que causa danos sociais e individuais para as vítimas. Existe a forma direta de agressão como, por exemplo, ameaçar, bater e roubar, mas também a forma indireta como, por exemplo, isolar a vítima e espalhar boatos. Por norma, a vítima passa por várias agressões que contribuem para a sua exclusão social.

A mediação escolar contribui para prevenir os conflitos que possam surgir e para a construção de uma sociedade mais pacífica, fortalecida na autonomia, na cidadania e no respeito, encara o conflito como oportunidade de crescimento e promove a convivência nas escolas, consciencializando os alunos para que se compreendam e compreendam o outro.

A metodologia privilegiada para o desenvolvimento do estágio foi de natureza qualitativa promovida através da investigação-intervenção. Os objetivos de investigação focaram-se em investigar as características que levam a comportamentos de bullying e analisar os efeitos das estratégias de prevenção ao bullying nos comportamentos das crianças. Os principais objetivos de intervenção incidiram em prevenir comportamentos agressivos; identificar estratégias para prevenir comportamentos de bullying; implementar atividades de prevenção ao bullying na escola e avaliar a evolução da comunicação e dos comportamentos dos intervenientes ao longo do processo de mediação preventiva.

Destacam-se como principais resultados a evolução do comportamento dos alunos, adotando progressivamente atitudes de comunicação positiva no reconhecimento e expressão de sentimentos e emoções. No final da intervenção os alunos estavam mais empáticos, compreensivos uns com os outros e mais unidos. Neste sentido, considera-se que a investigação-intervenção contribuiu para a adoção de comportamentos menos agressivos assim como a sua prevenção para o futuro.

Palavras-chave: comportamentos; crianças; escola; mediação escolar; prevenção ao bullying

SCHOOL MEDIATION IN THE PREVENTION OF BULLYING WITH CHILDREN IN THE 1ST CYCLE: A RESEARCH-INTERVENTION PROJECT

ABSTRACT

This Report is inserted in the 2nd year of the Master's degree in Education, specialization in Educational Mediation, University of Minho. The internship was developed between October and June of the school year 2020/2021, in a Basic School of the 1st cycle. The main objective of this work was to prevent bullying through mediation. The main objective of this work was to prevent bullying through mediation. For the accomplishment of this intervention-research project, a 4th year of schooling was selected, consisting of 24 students, 14 boys and 10 girls.

Bullying is a type of violence that generates more violence and causes social and individual harm to victims. There is a direct form of aggression, such as threatening, beating and stealing, but also the indirect way, such as isolating the victim and spreading rumors. As a rule, the victim goes through several aggressions that contribute to his social exclusion.

School mediation contributes to prevent the conflicts that may arise and to the construction of a more peaceful society, strengthened in autonomy, citizenship and respect, sees conflict as an opportunity for growth and promotes coexistence in schools, raising students' awareness so that they understand and understand the other.

The privileged methodology for the development of the internship was qualitative in nature promoted through research-intervention. The research objectives focused on investigating the characteristics that lead to bullying behaviors and analyzing the effects of bullying prevention strategies on children's behaviors. The main objectives of intervention focused on preventing aggressive behavior; identify strategies to prevent bullying behaviors; implement bullying prevention activities at school and assess the evolution of communication and behavior of stakeholders throughout the preventive mediation process.

The main results are the evolution of students' behavior, progressively adopting attitudes of positive communication in the recognition and expression of feelings and emotions. At the end of the intervention the students were more empathetic, understanding of each other and more united. In this sense, intervention research is considered to have contributed to the adoption of less aggressive behaviors as well as their prevention for the future.

Keywords: behaviors; children; prevention of bullying; school; school mediation

ÍNDICE GERAL

AGRADECIMENTOS	iii
RESUMO	v
ABSTRACT	vi
ÍNDICE DE QUADROS.....	ix
ÍNDICE DE GRÁFICOS.....	x
ÍNDICE DE SOCIOGRAMAS	x
LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS.....	x
1. Introdução.....	1
2. Enquadramento contextual do estágio.....	4
2.1 Caracterização da instituição de acolhimento do estágio	4
2.2 Caracterização do público-alvo do estágio.....	5
2.3 Razões da escolha da instituição e da área de intervenção.....	8
2.4 Diagnóstico de necessidades.....	8
2.5 Motivações e expetativas face ao estágio	11
3. Enquadramento metodológico	13
3.1 Problema de investigação e objetivos de intervenção-investigação.....	13
3.2 Metodologia de investigação-intervenção.....	14
3.2.1 Método	14
3.2.2 Técnicas de investigação.....	15
3.2.3 Instrumentos de investigação.....	16
3.3 Tratamento e análise de dados	18
3.4 Planificação do processo de intervenção previsto e realizado	19
4. Enquadramento teórico	25
4.1 O Bullying e o seu conceito, as vítimas e os agressores.....	25
4.2 O Bullying no contexto escolar.....	27
4.3 Contextualização da mediação	29
4.4 A mediação escolar e a sua caracterização.....	31
4.5 A mediação escolar e a prevenção de conflitos.....	32
5. Apresentação e discussão do processo de investigação-intervenção.....	34

5.1 Apresentação e análise dos eixos de ação e da estratégia de ação de cada atividade.....	34
5.2 Evidências dos alunos ao longo do projeto: comparações e sociogramas.....	71
5.2.1 Comparações dos comportamentos dos alunos: do primeiro dia até março	71
5.2.2 Sociogramas das interações dos alunos	76
5.3 Discussão dos resultados obtidos e a prevenção ao bullying	82
6. Considerações finais.....	84
6.1 Análise crítica dos resultados e as suas implicações.....	84
6.2 Impacto do estágio	85
6.2.1 A nível pessoal.....	85
6.2.2 A nível institucional.....	86
6.2.3 Implicações para o futuro.....	86
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	88
APÊNDICES.....	91
Apêndice 1 – Termo de consentimento	91
Apêndice 2 – Estrutura dos diários de bordo utilizados	93
Apêndice 3 - Questionário inicial implementado aos alunos	94
Apêndice 4 – Questionário de avaliação implementado aos alunos	96
Apêndice 5 – Documento de suporte à atividade 2 “Eu respeito o outro”.....	97
Apêndice 6 – Documento de suporte à atividade 4 “A importância da empatia”	98
Apêndice 7 – Documento de suporte à atividade 5 “Saco dos sentimentos”	99
Apêndice 8 – Documento de suporte à atividade 10 “Diferenças e semelhanças”	100
Apêndice 9 – Documento de suporte à atividade 11 “Bullying ou não?”	102
Apêndice 10 – Documento de suporte à atividade 13 “Caixa da verdade”	103
Apêndice 11 – Documento de suporte à atividade 16 “As marcas do bullying”	104
Apêndice12 – Diário de bordo: sessão 1	105
Apêndice 13 – Diário de bordo: sessão 24.....	107
Apêndice 14 – Fotografia da atividade 3 “Regras de convivência”	109
Apêndice 15 – Fotografia da atividade 7 “Então e eu?”	110
Apêndice 16 – Fotografias da atividade 12 “As duas maçãs”	111
Apêndice 17 – Fotografias da atividade 14 “Correio”	112
Apêndice 18 – Fotografias da atividade 15 “Os dois desenhos”	113

Apêndice 19 – Fotografias da atividade 16 “As marcas do bullying”	114
Apêndice 20 – Fotografias da atividade 18 “E afinal o que aprendi?”	115

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro 1 – Caracterização das crianças do 4º ano, da escola w	7
Quadro 2 – Relações interpessoais na escola percebidas pelas crianças	9
Quadro 3 - Percepções das crianças e comportamentos em relação ao bullying	9
Quadro 4 – Matriz do inquérito por questionário inicial	17
Quadro 5 – Matriz do inquérito por questionário de avaliação das atividades	18
Quadro 6 – Eixos de ação previstos do plano de atividades do estágio	19
Quadro 7 – Eixos de ação do plano de atividades do estágio realizado	20
Quadro 8 – Calendarização prevista da investigação-intervenção	21
Quadro 9 – Calendarização realizada da investigação-intervenção	22
Quadro 10 – Informações sobre as atividades realizadas.....	24
Quadro 11 – Respostas das crianças do 4º ano sobre o questionário de avaliação da atividade 1	36
Quadro 12 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 2.....	37
Quadro 13 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 3.....	40
Quadro 14 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 4	44
Quadro 15 - Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 5.....	45
Quadro 16 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 6	47
Quadro 17 – Respostas das crianças do 4º ano sobre o questionário de avaliação da atividade 7	48
Quadro 18 – Respostas dos alunos sobre a atividade 8.....	51
Quadro 19 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 9	52
Quadro 20 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 10	54
Quadro 21 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 11	58
Quadro 22 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 12	59
Quadro 23 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 13	61
Quadro 24 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 14	62
Quadro 25 - Respostas das crianças ao exercício ‘o poder do super-herói’	65

Quadro 26 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 15	67
Quadro 27 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 16	68
Quadro 28– Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 17	70
Quadro 29 – Comparação dos alunos entre novembro e março	71
Quadro 30 – Sistematização da comparação dos alunos desde o primeiro dia de estágio até março.....	73
Quadro 31 – As melhorias dos alunos relativamente ao comportamento e à comunicação	74
Quadro 32 – Situação dos alunos que sofreram de bullying.....	75
Quadro 33 – Situação dos alunos que sofreram de bullying.....	80
Quadro 34 – Comparação de expressões, gestos e comportamentos observados em novembro e junho.....	81

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1 – Sexo das crianças do 4º ano, da escola w\	6
gráfico 2 – Idade das crianças do 4º ano, da escola w	6

ÍNDICE DE SOCIOGRAMAS

Sociograma 1 – Interações mútuas e únicas de todos os alunos	77
sociograma 2 – Interações dos alunos que sofreram bullying com colegas da turma	79
sociograma 3 – Interações entre si dos alunos que sofreram bullying	79

LISTA DE ABREVIATURAS E SIGLAS

PSP – Polícia de Segurança Pública

ONB – Observatório Nacional de Bullying

TEIP – Território Educativo de Intervenção Prioritária

REEI – Rede de Escolas de Educação Intercultural

KVCOWD – Know Violence in Childhood/Our World in Data

W – Escola Básica do 1º ciclo onde decorreu o estágio

Y – Agrupamento de Escolas do estágio

1. INTRODUÇÃO

O presente relatório de estágio integra-se no plano de estudos do 2º ano de Mestrado em Educação, área de especialização em Mediação Educacional, da Universidade do Minho. O estágio desenvolveu-se entre outubro e junho do ano letivo 2020/2021, numa Escola Básica do 1º ciclo, situada na região Norte de Portugal.

O relatório de estágio intitulado “Mediação escolar na prevenção ao bullying com crianças do 1º ciclo: um projeto de investigação-intervenção” teve como principal objetivo prevenir o bullying através da mediação.

Atualmente, na nossa sociedade, emerge na interação humana, uma cultura violenta. O desrespeito, a falta de atenção para com o outro e a falta de comunicação são exemplos dessa cultura também presente entre os mais jovens. Assim, verificamos que estes acontecimentos também ocorrem na escola, sendo necessário educar para uma cultura positiva, de convivência saudável, bem-estar e onde o conflito diminua (Silva, 2018).

A mediação escolar foi a área de intervenção que eu tive interesse em aprofundar porque já tinha em mente trabalhar a prevenção ao bullying com crianças em contexto escolar devido à sua importância. Considero ser muito importante prevenir o bullying desde cedo, nomeadamente junto das crianças do 1ª ciclo, preparando-as desde cedo para uma cultura de convivência e de paz. A prevenção e resolução de conflitos é fundamental; fazer uma gestão positiva dos conflitos de maneira a priorizar o diálogo, a assertividade, a paz e a solidariedade e para isso podemos utilizar alguns métodos de prevenção como a mediação.

O bullying é caracterizado por comportamentos negativos assíduos de violência, executado por um ou mais agressores, podendo ser agressões físicas, verbais ou psicológicas e com uma diferença grande de poder entre a vítima e o agressor. Quando o agressor percebe que tem este poder sobre a vítima e compreende a sua vulnerabilidade “(...) os comportamentos abusivos tornam-se mais fáceis e frequentes, reforçando-se a autoridade e ascendência do mais forte obrigando à obediência e submissão do mais fraco” (Almeida & Carrera, 2014, p.2).

Ao longo do estágio foram desenvolvidas atividades enriquecedoras e preventivas, no âmbito da mediação, mais concretamente, da mediação escolar, de forma a gerar uma comunicação mais saudável, uma melhor interação, diálogo, cooperação e empatia na comunidade escolar, com a intenção de prevenir o bullying e melhorar as relações. Deste modo, contemplando os valores da mediação que foram mencionados e usando-a como impulsionadora é importante

trabalhar os aspetos negativos (comportamento agressivo, falta de comunicação, etc) para melhorar e promover o bem-estar dos alunos, o bom ambiente da escola e, conseqüentemente, prevenir o bullying.

É fundamental educar e consciencializar as crianças seguindo os valores, referidos anteriormente, e a escola é um agente da formação da personalidade dos alunos constituindo a mediação escolar um pilar para esse desenvolvimento. A mediação preventiva é essencial neste contexto para os alunos adquirirem competências de relacionamento, de respeito pelo outro, de melhorarem a comunicação entre eles, partilharem os seus pensamentos e resolverem os conflitos.

O bullying está cada vez mais presente nas escolas. Entre 2020 e 2021 foram registadas cerca de 1400 ocorrências de bullying em Portugal segundo dados da PSP¹. O programa da televisão “É Ou Não É? – O Grande Debate”² promoveu a discussão, acrescentando conhecimentos sobre assuntos da atualidade. Neste programa debateu-se um tema muito atual em 2021, o combate ao bullying. Foi dito que o Observatório Nacional do Bullying em Portugal recebeu 407 denúncias e um estudo no primeiro confinamento revelou que mais de 60% dos inquiridos tenham sido vítimas e mais de 40% admite que agrediu as vítimas pela internet, mas apenas 16% se mostrou arrependido. Outro dado muito importante, é que a cidade de Braga é a terceira do país onde ocorreram mais casos. Um mapa publicado no site “Know Violence in Childhood/Our World in Data” mostra que Portugal anota 37% de casos de bullying.

O relatório está dividido em seis capítulos. No primeiro capítulo, é feita a apresentação sumária do tema incluindo o contexto, a atualidade e pertinência do tema, nomeadamente no âmbito da área de especialização do mestrado em que se integra.

No segundo capítulo, é abordado o enquadramento contextual do estágio, caracterizando a instituição escolhida para a realização do estágio e o público-alvo escolhido para a investigação-intervenção. É também apresentada a problemática da intervenção, o diagnóstico de necessidades e as motivações e expectativas.

No terceiro capítulo, é abordada a apresentação da finalidade e dos objetivos do estágio e a fundamentação da metodologia de investigação-intervenção, nomeadamente o paradigma,

¹ Fonte: [Bullying. PSP registou 1431 ocorrências entre 2020 e 2021 \(rtp.pt\)](#)

² Fonte: [É Ou Não É? - O Grande Debate Episódio 17 - de 01 Jun 2021 - RTP Play - RTP](#)

modelo, métodos e técnicas e a avaliação. São, também, apresentados os recursos mobilizados e as limitações ao longo do estágio.

No quarto capítulo, é apresentado o enquadramento teórico da problemática do estágio. São abordados os conceitos pertinentes para o desenvolvimento do projeto através de autores que são referencias em relação ao tema.

No quinto capítulo, é apresentada a descrição e discussão do processo de investigação-intervenção esclarecendo as atividades realizadas e a evidenciação dos resultados obtidos através deste projeto.

Para terminar, no sexto capítulo, são apresentadas as considerações finais do projeto através da análise crítica dos resultados e das implicações dos mesmos, bem como o impacto do estágio a nível pessoal, institucional e para a área de Mediação.

2. ENQUADRAMENTO CONTEXTUAL DO ESTÁGIO

Neste capítulo, apresenta-se o enquadramento do estágio na instituição onde foi desenvolvido. Inicia pela caracterização da instituição e do público-alvo. Em seguida, refere-se a importância do estágio no âmbito da área de especialização do mestrado, o diagnóstico de necessidades, e as motivações e expectativas face ao estágio.

2.1 Caracterização da instituição de acolhimento do estágio

A instituição onde realizei o meu estágio faz parte de um Agrupamento de Escolas Y³, situada numa cidade do interior no Norte de Portugal. O Agrupamento de escolas é constituído por sete estabelecimentos, sendo cinco escolas Básicas do 1º ciclo, três destas incluem educação pré-escolar, um Jardim de Infância e uma Escola Básica do 2º e 3º ciclo.

A estrutura organizativa do Agrupamento é composta por: Direção, Conselho Administrativo, Conselho Geral, Conselho Pedagógico, Coordenação Curricular de Departamentos, Coordenação de Estabelecimentos, Coordenação Pedagógica e Coordenação de Projetos. O Agrupamento, no ano letivo 2020/21, contava com mil seiscentos e sessenta e cinco alunos, cento e setenta e quatro docentes, cinquenta e cinco assistentes técnicos e operacionais e cinco técnicas especializadas, sendo duas psicólogas, duas técnicas de serviço social e uma técnica de intervenção local.

Segundo o plano estratégico do agrupamento da escola sede, em 2009, a instituição foi definida como Território Educativo de Intervenção Prioritária (TEIP), devido ao território social e económico onde as escolas se inserem e, também, pelo elevado número de alunos cuja língua materna não é a língua portuguesa. Em 2012, efetivou um Contrato de Autonomia com o Ministério de Educação, que é um pilar essencial para a realização do projeto educativo e, em 2017, agregou a Rede de Escolas de Educação Intercultural (REEI), enriquecendo o projeto com uma abordagem intercultural do conhecimento e da aprendizagem. O Projeto Educativo tem como foco a educação transformadora para a cidadania e fundamenta-se com os princípios da dignidade da pessoa humana, da interculturalidade, da reflexão, da intervenção, da educação para a paz, da autonomia, da cooperação e da inovação (informação acedida no site do Agrupamento de Escolas Y).

³ Designação fictícia. Ao longo do texto será salvaguardado o anonimato das instituições e das pessoas que se referem.

O meu estágio ocorreu numa das Escolas Básicas do 1º ciclo, a Escola W, inserida num bairro social da cidade. A população que frequenta a instituição escolar é oriunda, na sua maioria, das zonas de proximidade da escola e é, também, frequentada por alguns alunos de diversas nacionalidades e de etnia cigana.

O edifício escolar está organizado por dois pisos com um total de quatro salas de aula, nomeadamente, uma para cada ano de escolaridade. Tem uma sala de professores e duas instalações sanitárias para alunos (masculina e feminina), uma cozinha e uma despensa. O espaço exterior possui uma área coberta aberta lateralmente e um amplo espaço de terra batida, onde se encontra uma horta pedagógica. Verifica-se que este edifício não possui espaços suficientes nem adequados para a realização de muitas atividades diversificadas, por exemplo: biblioteca escolar. Todas as salas de aula, têm adequado número de carteiras e de cadeiras e, ainda, o material didático considerado mínimo necessário. Em cada sala há um computador com projetor o que permite o acesso a aulas e atividades pela Internet, por exemplo, manuais e Escola Virtual.

O corpo docente é constituído por seis professores do 1.º Ciclo, sendo quatro titulares de turma, um de apoio socioeducativo e uma especializada no ensino integrado. No pessoal não docente há duas assistentes operacionais que fazem horário contínuo e apoiam as atividades educativas. Na hora do almoço vêm dois assistentes–auxiliares colocados pela Junta de Freguesia apoiarem na distribuição dos almoços.

Os recursos financeiros são provenientes de verbas atribuídas pelo Ministério da Educação, via Autarquia. A Junta de Freguesia contribui com verbas que se destinam ao designado “expediente e limpeza” para o 1º Ciclo. A Associação de Pais e Encarregados de Educação disponibiliza verbas que são donativos dos Encarregados de Educação para fotocópias e presta mais algum apoio mediante outros donativos que possibilitam oferendas, por exemplo, no Natal e no Dia Mundial da Criança (informação obtida através de um documento facultado pelo professor da turma do 4ºano).

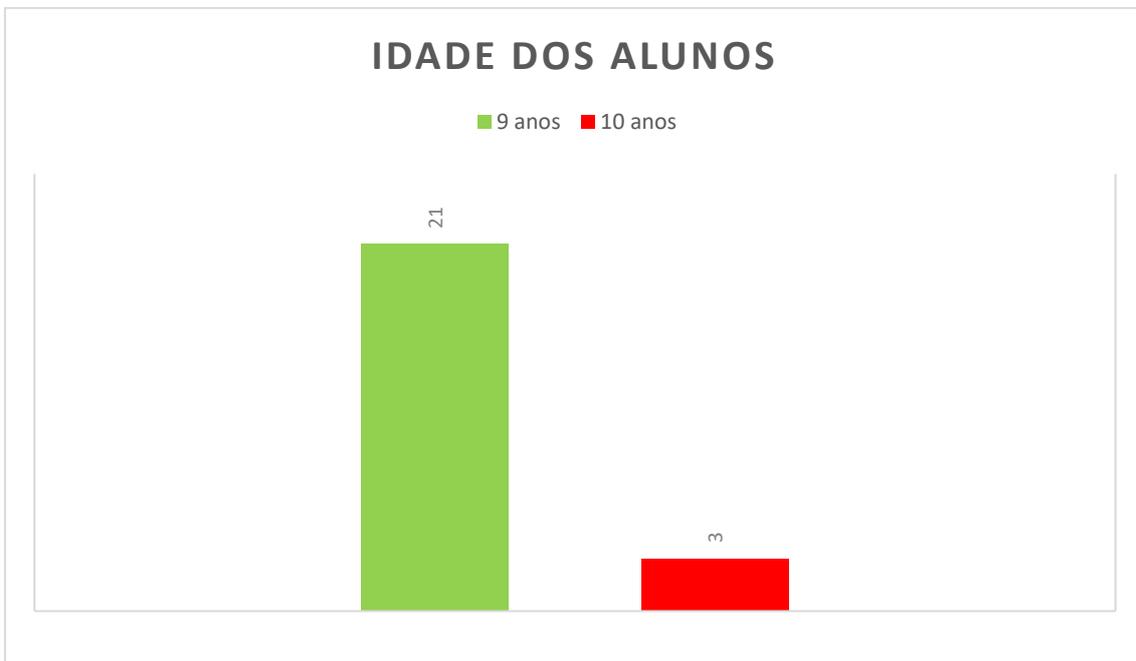
2.2 Caraterização do público-alvo do estágio

A turma do 4º ano da Escola W foi a selecionada para a realização do projeto de intervenção-investigação que desenvolvi. A turma é composta por 24 alunos, sendo 14 rapazes e 10 raparigas e as idades variam entre os nove e dez anos de idade; 21 alunos têm nove anos e três têm dez anos. Os gráficos 1 e 2 apresentam a distribuição das crianças por sexo e idade.

Gráfico 1 – Sexo das crianças do 4º ano, da Escola W



Gráfico 2 – Idade das crianças do 4º ano, da Escola W



O quadro 1 apresenta uma breve caracterização das crianças com quem se trabalhou.

Quadro 1 – Caracterização das crianças do 4º ano, da Escola W

Nome	Irmãos	Idade	Vive com	Desde o 1º ano nesta turma
Aluna A	1 irmã	9	Mãe, pai, irmã e avô materno	Sim
Aluna B	2 irmãos	9	Mãe, pai e irmãos	4º ano
Aluno C	2 irmãos	9	Avó, mãe e irmãos	Sim
Aluna D	0	10	Avós, tio e padrinho	Sim
Aluno E	1 irmão	9	Mãe, pai e irmão	Sim
Aluno F	1 irmão	9	Mãe, pai e irmão	Sim
Aluno G	1 irmão e 1 irmã	9	Avós, mãe e irmão	A meio do 3º ano
Aluna H	2 irmãos	9	Pai e irmãos	Sim
Aluna I	0	9	Mãe e pai	Sim
Aluna J	1 irmão e 4 irmãs	9	Avó, madrinha, filha da madrinha e uma irmã	2º ano
Aluna K	1 irmã	9	Mãe, pai, irmã e tio	Sim
Aluno L	1 irmão e 1 irmã	9	Avó, mãe, irmãos, tios, e primos	Sim
Aluno M	0	9	Mãe e pai	Sim
Aluno N	1 irmã	9	Mãe, pai e irmã	Sim
Aluno O	1 irmã	9	Mãe, pai e irmã	2º ano
Aluno P	1 irmão	9	Mãe e irmão	Sim
Aluno Q	0	10	Mãe e pai	Sim
Aluno R	1 irmã	9	Mãe, pai e irmã	Sim
Aluno S	1 irmão	9	Mãe, pai e irmão	Sim
Aluno T	1 irmão	9	Mãe, pai e irmão	Sim
Aluno U	2 irmãs e 1 irmão	9	Mãe, irmão e uma irmã	Sim
Aluna V	1 irmã	9	Mãe, irmã e padrasto	Sim
Aluna X	2 irmãos	9	Mãe e pai	4º ano
Aluna Z	0	10	Avós, mãe e tio	Sim

As diferenças entre os alunos são muito evidentes, sendo uma turma bastante diversificada, onde estão inseridas crianças de bairros sociais, de diferentes culturas, etnias e nacionalidades.

Este grupo de alunos é definido pelas várias personalidades, opiniões, comportamentos e experiências de vida. As informações obtidas foram muito importantes na realização do projeto para trabalharmos o respeito mútuo, o colocar-se no lugar do outro, as diferenças individuais e coletivas e, principalmente, prevenir comportamentos conflituosos e violentos.

A nível de comportamento alguns alunos apresentavam muita dificuldade em cumprir as regras definidas para a sala de aula, manifestavam pouca concentração, prejudicando o desenvolvimento das atividades letivas e o cumprimento das tarefas. Eram, na maioria, crianças participativas e com algum sentido crítico.

As áreas curriculares pelas quais os alunos manifestaram maior preferência foram as Expressões e o Estudo do Meio, sendo a Matemática a área com resultados menos positivos. De um modo geral os alunos foram assíduos e pontuais.

2.3 Razões da escolha da instituição e da área de intervenção

A instituição de acolhimento do estágio faz parte de um Agrupamento de Escolas Y, é uma Escola Básica do 1º ciclo, a Escola W, e a turma é do 4º ano de escolaridade. Além de eu preferir trabalhar com crianças desta idade, a acompanhante também achou interessante por conhecer a turma e por considerar importante a prevenção ao bullying.

Assistimos a imensos casos de bullying nas escolas e é essencial prevenir a manifestação destes comportamentos. Este processo prevenção necessita de todos os envolvidos para uma maior consciencialização, isto é, não só devem ser abordados os alunos, como também os docentes, os não docentes e a família dos alunos. O papel do mediador é fundamental para a partilha da importância da prevenção.

No contexto escolar existem diversos problemas que necessitam de intervenção e, principalmente, na área da mediação. Foi identificado desde o início a falta de comunicação entre os alunos da turma, o desrespeito pelas regras, os comportamentos inadequados dentro da sala de aula, alguns comportamentos violentos no recreio e alguns conflitos entre os alunos.

Este projeto desenvolve competências nos alunos para a prevenção ao bullying através da mediação escolar. A mediação apresenta-se como preventiva, formadora e uma estratégia de resolução de conflitos, contemplando valores como o respeito, a cooperação, o reconhecimento do outro, a ajuda, a empatia, o saber ouvir e dialogar e outras competências da comunicação positiva. A mediação escolar tem um papel fundamental no desenvolvimento de competências de comunicação e interação para uma melhor convivência.

2.4 Diagnóstico de necessidades

Para realizar o diagnóstico de necessidades utilizei os diários de bordo e a observação, o inquérito por questionário, as conversas informais e a análise documental como técnicas de recolha de informação. Os registos escritos nos diários de bordo foram realizados em todas as sessões que estive com os alunos e o professor da turma nas quais pude observar os seus comportamentos. As conversas informais ajudaram a reunir informações sobre os participantes e sobre os comportamentos e entendimentos sobre o bullying. A análise documental permitiu o

conhecimento do projeto educativo e a compreensão do funcionamento da escola. O inquérito por questionário, respondido pelos alunos, contribuiu para complementar o diagnóstico de necessidades e determinar como pode ser feita a prevenção do bullying. Pretendeu-se identificar os conhecimentos e os comportamentos das crianças em relação ao bullying, se têm amigos e com quem brincam, o que entendem por bullying entre outros aspetos (ver apêndice 3).

Nos quadros 2 e 3 apresenta-se a síntese das respostas que as crianças deram no questionário em relação às relações interpessoais na escola e às perceções e comportamentos em relação ao bullying.

Quadro 2 – Relações interpessoais na Escola percebidas pelas crianças

Perguntas	Respostas		
	Sim	Não	Porquê
Já aconteceu teres de brincar sozinho/a porque ninguém quis brincar contigo?	16	8	2 alunos que referiram 'não' indicam que gostam de brincar sozinhos
Já te fizeram mal?	17	7	(16) Bateram-me ou empurraram-me (10) Pegaram nas minhas coisas; ameaçaram-me e não falaram comigo ou brincaram (2) Chamaram-me nomes; (1) Gozaram com a minha cor de pele; roubaram-me e atiraram-me coisas
Gostas do recreio?	24		(14) Podemos brincar; (2) É divertido; (1) É fixe; (1) Para não trabalhar; (2) Para falar à vontade com as (melhores) amigas; (1) Para ficar sozinho; (1) Gosto de brincar só que às vezes não é muito bom

Quadro 3 - Perceções das crianças e comportamentos em relação ao bullying

Perguntas	Respostas
O que entendes por bullying?	(16) Tratar mal uns aos outros, gozar, empurrar, bater, ameaçar, ser rude, não respeitar, ofensivo, coisa má, insultar, não apoiar, fazer mal, não é nada bom, horrível e ódio; (3) É mau, deve parar porque é muito perigoso, tenho medo porque faz mal; (1) Pode ser físico ou psicológico; (1) Podemos sofrer bullying por ter cor escura; (1) Temos de respeitar, não gozar ninguém e não se deve fazer bullying; (1) Entende tudo porque passou todos os anos por isso; (1) Não entende nada.

<p>Tu ou alguém que conheças já passou por uma situação de bullying? Conta a situação.</p>	<p>(9) não conheciam nenhuma situação (apesar de três dizerem numa das questões anteriores que já lhes tinham feito mal); (6) contaram situações dos outros, mas não sobre si apesar de terem respondido que já lhes fizeram mal; (5) contaram uma situação pessoal, sendo que uma criança contou sobre ela e sobre duas amigas; (2) admitiram que já foram bullies; (1) contou uma situação pessoal, mas referiu que não deu importância; (1) não respondeu</p>
<p>O que pode ser feito para acabar com o bullying?</p>	<p>As pessoas devem falar umas com as outras e resolverem o assunto; o professor pode ajudar; não dizer coisas más, não bater, não empurrar, não ameaçar; ter várias pessoas a visionar as crianças; sozinho não posso fazer nada, mas se todos se derem bem podemos acabar com o bullying; sermos amigos; fazer queixa à funcionária; dar uma lição a todos que fazem bullying; todos a dar conselhos aos colegas e ser amigo do próximo; fazer atividades; separar as pessoas; os adultos presos e as crianças ficavam de castigo; tem de ser parado pela raiz; ajudar a vítima, conversar com ela, apanhar quem faz bullying, conversar com ele e mudar o seu comportamento; resolver os assuntos; fazer as pessoas parar; fazer com que as pessoas se portem bem; dizer ao amigo para ter calma e não chamar nomes aos outros; ignorar o inimigo, virar-lhe as costas, ele fica chateado e vai embora; ser humildes, não gozar com ninguém nem bater; uma palestra; falar com o Presidente e pedir para ele transmitir uma palestra na televisão sobre bullying; duas crianças disseram que não faziam nada.</p>

No decorrer das observações, com o apoio das técnicas e dos instrumentos anteriormente referidos, consegui identificar várias atitudes por parte das crianças que se devem ter em atenção e ser trabalhados com vista à prevenção, gestão e resolução de comportamentos disruptivos. Os problemas identificados foram:

- comunicação deficiente entre crianças e entre crianças e adultos na escola: dificuldade de interação; falta de empatia; dificuldade de cooperação;
- brincadeiras violentas;
- isolamento;
- individualismo;
- dificuldade no cumprimento de regras;
- crianças que sofreram e/ou sofrem bullying;
- crianças com comportamentos de bullying.

Os aspetos mais focados após detetar estes problemas foram trabalhar a empatia, os sentimentos e as emoções e os comportamentos dos alunos. A falta de empatia foi a questão mais trabalhada para os ajudar na maioria dos problemas porque a turma melhorou imenso depois de se colocarem no lugar dos outros. Para os ajudar com a falta de empatia foi muito importante trabalharmos os sentimentos e as emoções. O facto de os alunos partilharem como se sentem fez com que encontrassem alguém que estivesse a sentir o mesmo e ao ouvirem a própria pessoa a descrever a emoção ficaram mais empáticos. Em relação aos comportamentos dos alunos, às brincadeiras mais violentas e ao incumprimento de regras foi um trabalho mais complexo ao longo das sessões e das conversas que tinha com eles. Falar da prevenção ao bullying por meio das atividades foi imprescindível para alterar as atitudes dos alunos.

2.5 Motivações e expetativas face ao estágio

O primeiro ano de mestrado foi importante porque me permitiu pensar e entender que esta problemática estava muito presente nas escolas. A problemática do bullying já era algo que eu queria trabalhar, pois um familiar muito chegado tinha passado por algumas situações há pouco tempo.

As expetativas eram grandes logo no início do ano letivo porque já tinha uma ideia bem segura da área, da problemática e do público-alvo com quem queria trabalhar. Apesar de estarmos no meio de uma pandemia mundial, consegui arranjar local para estagiar e isso deu-me uma motivação extra para iniciar o projeto. Tanto a escolha da escola como da turma onde realizei o projeto foi debatido com a acompanhante da instituição tendo em conta o que eu gostava de fazer.

Quando iniciou o estágio contei com a colaboração da minha orientadora e da acompanhante da instituição para a elaboração do projeto. Existiram alguns contratempos por necessidade de fazer isolamento profilático, tanto a turma com quem ia trabalhar, como eu própria, e isso fez com que iniciasse as minhas observações, sensivelmente, um mês e meio mais tarde. Fiquei apreensiva por causa do tempo que ia passando sem possibilidade de uma maior proximidade com o contexto e as pessoas da escola onde iria estagiar. Todavia, tanto a minha orientadora como a acompanhante da instituição motivaram-me e deram-me alento para a continuidade do trabalho.

Quando cheguei à escola foi fácil diagnosticar as necessidades da turma através da observação e como a problemática que eu queria trabalhar estava presente também nos resultados do inquérito por questionário que implementei, consegui planificar e desenvolver as atividades em tempo oportuno. O professor da turma também foi um apoio muito importante no desenvolvimento do projeto. É importante salientar o meu fascínio por crianças o que facilitou imenso o meu trabalho. Consegui conquistar a confiança de todos os alunos, conhecer os gostos das crianças no seu geral por estar presente nos intervalos a conhecer os seus interesses e a observar os comportamentos e, também, pela minha atitude descontraída quando conversavam comigo. Assim, tinha grandes expectativas para o projeto.

Estava muito entusiasmada com o início das observações e da elaboração do plano e após conhecer a turma e acompanhá-la a minha motivação estava elevada e foi bastante enriquecedor para o meu papel enquanto mediadora. O facto de conhecer a turma no seu coletivo, bem como cada aluno individualmente foi bastante impactante a nível profissional.

Um grande receio que me acompanhou nos meses da observação foi o facto de não poder existir contacto físico e ser necessário o uso da máscara devido ao Covid-19 porque podia limitar a minha relação com a turma. Foi muito surpreendente ver a interação das crianças comigo apesar dessa barreira, foi muito difícil resistir a um abraço em algumas situações, mas criamos imediatamente empatia. Durante a realização das atividades existiram algumas barreiras, por exemplo não haver contacto físico nas atividades, não partilhar material e algumas sessões virtuais. Houve uma altura que a motivação estava a perder-se e as expectativas a baixarem porque não conseguia imaginar realizar atividades em sessões virtuais, por isolamento da turma ou quando as escolas encerraram, com as crianças. Mais uma vez fui surpreendida pelas crianças, pela minha resiliência e pelo apoio da minha orientadora e da acompanhante do estágio e superei todas as barreiras. A partir desse momento a motivação e as expectativas ficaram bem altas e tudo correu bem.

3. ENQUADRAMENTO METODOLÓGICO

Neste capítulo apresenta-se o enquadramento metodológico utilizado ao longo do desenvolvimento deste projeto de investigação-intervenção. A metodologia está organizada para evidenciar, em primeiro lugar, o problema de investigação e os objetivos de investigação-intervenção que foram traçados no início do projeto. De seguida, expõe-se a fundamentação da metodologia evidenciando o paradigma, o método, as técnicas e o tratamento e análise de dados. Por fim, identifica-se a planificação do processo de intervenção previsto e realizado.

3.1 Problema de investigação e objetivos de intervenção-investigação

Para uma melhor organização e avaliação do projeto é necessário definir os objetivos do que queremos trabalhar. Através do diagnóstico de necessidades foram elaborados os objetivos de investigação e intervenção para responder à seguinte questão de investigação-intervenção: “Como é que a mediação pode ajudar na preparação das crianças para a prevenção do bullying em contexto escolar?”.

Para responder a esta questão foram definidos vários objetivos de investigação e de intervenção.

Objetivos de Investigação:

- i) investigar as características que levam a comportamentos de bullying;
- ii) analisar os efeitos das estratégias de prevenção ao bullying nos comportamentos das crianças.

Objetivos de Intervenção:

- i) prevenir comportamentos agressivos;
- ii) identificar estratégias para prevenir comportamentos de bullying;
- iii) conhecer a opinião das crianças sobre os comportamentos agressivos e o bullying;
- iv) implementar atividades de prevenção ao bullying na escola;
- v) avaliar a evolução da comunicação e dos comportamentos dos intervenientes ao longo do processo de mediação preventiva.

3.2 Metodologia de investigação-intervenção

3.2.1 Método

O paradigma utilizado neste projeto de investigação-intervenção é o paradigma qualitativo. Este assume uma perspetiva subjetiva e relativista que valoriza o papel do investigador e dos participantes e compreende-o como essencial na recolha de dados.

A investigação qualitativa não pretende explicar a realidade, mas sim compreendê-la. É, também, “considerada um campo interdisciplinar e transdisciplinar que atravessa as ciências físicas e humanas” (Nelson, 1992, cit. por Aires, 2015, p.13).

Segundo Bogdan e Biklen (1994), na investigação qualitativa a fonte direta dos dados é o ambiente natural em que as situações ocorrem e utiliza metodologias de dados descritivos que permitirão observar o modo de pensar e de agir dos intervenientes.

O método utilizado é a investigação-ação que pode ser definida como uma metodologia participativa, colaborativa, sistemática, política, crítica e orientada para a mudança (Máximo-Esteves, 2008). O método de investigação-ação procura transformar o contexto no qual está a ser trabalhado, tendo assim necessidade de investigar. Assim, “podemos definir a investigação-ação como o estudo de uma situação social no sentido de melhorar a qualidade da ação que nela decorre” (Máximo-Esteves, 2008, p.18). É também um método que trabalha os objetivos do investigador e das pessoas e os contextos que são investigados, ou seja, “a investigação-ação não lida apenas com teorias e conceitos, mas sobretudo com problemas reais e pessoas concretas” (Máximo-Esteves, 2008, p.19).

Segundo Coutinho, Sousa, Dias, Bessa, et al. (2009), a investigação-ação pode ser descrita como uma família de metodologias de investigação que incluem simultaneamente ação (mudança) e investigação (compreensão), usando um processo cíclico ou em espiral, que alterna entre ação e reflexão crítica. Existem várias perspetivas, sendo que “o essencial na I-A é a exploração reflexiva (...) da sua prática, contribuindo dessa forma não só para a resolução de problemas como também (e principalmente!) para a planificação e introdução de alterações nessa mesma prática” (Coutinho et al., 2009, p.360).

As técnicas que foram utilizadas para recolha de dados foram a observação, as conversas informais, a análise documental e o inquérito. Estas técnicas estão relacionadas com a intencionalidade da investigação-intervenção.

3.2.2 Técnicas de investigação

Observação

A observação é considerada uma técnica que capta os comportamentos no momento em que eles acontecem sem o recurso a um documento; é uma técnica autêntica e espontânea. (Quivy & Champenhoudt, 2005). É também caracterizada como um meio de interações sociais intensas entre o investigador e os sujeitos. O pesquisador insere-se no interior do grupo observado, torna-se parte dele, interage por longos períodos com os sujeitos e recolhe dados sistematicamente (Alves-Mazzotti & Gewandsznajder, 1999, p.166).

Inicialmente, esta técnica permitiu observar o contexto, os participantes e as relações que existiam entre todos os envolvidos. Em conjunto com os diários de bordo e as conversas informais consegui recolher informações cruciais para o desenvolvimento do projeto.

Conversas informais

As conversas informais permitem recolher vários dados, sobre os participantes, através de interações e ações entre as pessoas. Permitem também um maior conhecimento do tipo de participantes, neste caso crianças, com quem se trabalha, das suas necessidades e do que é necessário desenvolver. Para trabalhar com crianças e conseguir estabelecer uma relação de proximidade e de segurança o melhor são as conversas informais que não precisam de guião, mas sim de confiança, empatia e dedicação.

Esta técnica surge no seguimento das observações porque permite interagir com os intervenientes sobre o que observamos. As conversas informais são sustentadas pelos diários de bordo onde foram registadas essas interações. As conversas informais foram fundamentais para conhecer melhor os intervenientes e para a minha integração no seu meio.

Análise documental

A análise documental é importante para compreender como funciona a escola e quais são os projetos que trabalham. É uma técnica que pode ser complementada com outras e caracteriza-se por ser um processo dinâmico que permite representar o conteúdo de um documento de maneira diferente da original criando assim um novo documento (Piña & Morillo, 2007). É também apresentada como vantajosa para alcançar várias informações de acordo com o objeto de estudo e “consiste em identificar, verificar e apreciar documentos com uma finalidade específica e, nesse caso, preconiza-se a utilização de uma fonte paralela e simultânea de

informação para complementar os dados e permitir a contextualização” (Sousa, Kantorski & Luis, 2011, p.223).

Esta técnica foi muito importante no desenvolvimento do projeto porque permitiu conhecer o contexto.

3.2.3 Instrumentos de investigação

Os instrumentos que foram utilizados são os diários de bordo e o inquérito por questionário.

Diário de bordo

O diário de bordo (ver apêndice 2) sendo utilizado no âmbito da investigação-ação, permite-nos repensar aquilo que foi feito e o que pode ser melhorado; é visto como um instrumento no qual é possível narrar as nossas ações e experiências, conquistas e frustrações, impasses e dúvidas, inquietações e desabafos. Deste modo, com o passar do tempo a habilidade reflexiva e crítica começa a evoluir, convertendo-se “(...) progressivamente em organizador de uma autêntica investigação profissional (...)” (Porlán & Martín, 1997, p.52).

Segundo o autor Zabalza (1994) o principal foco dos diários de bordo são as tarefas realizadas e descritas minuciosamente. Considera, também, que os diários focam a sua atenção nos indivíduos e na forma como estes participam no processo didático.

Para além de ajudar na memória, proporciona momentos de reflexão sobre a prática desenvolvida. O autor defende que ao escrever sobre a prática o professor aprende e reconstrói saberes porque “(...) escrever sobre o que estamos fazendo como profissional (em aula ou em outros contextos) é um procedimento excelente para nos conscientizarmos de nossos padrões de trabalho. (...). É, além disso, uma forma de aprender” (Zabalza, 2004, p.10).

De acordo com Bertoni (2004), os diários de bordo permitem reconhecer as dificuldades encontradas e, a partir dos olhos do formador, como se enfrentam os procedimentos. Deste modo, os diários de bordo foram fulcrais para as sessões pois consegui identificar “bons e maus momentos (...) e que tipos de impressões e de sentimentos apareceram (...)” (Bertoni, cit. por Dias et al, 2013, p.4).

No final de cada observação ou sessão elaborei diários de bordo o que foi imprescindível para a análise do processo de investigação-intervenção porque estava descrita toda a minha prática.

Inquérito por questionário

O inquérito por questionário “consiste em colocar a um conjunto de inquiridos, geralmente representativo de uma população, uma série de perguntas (...)” (Quivy & Campenhoudt, 2005, p.188). O inquérito por questionário é simples e acessível, é utilizado para conhecer opiniões, preferências ou comportamentos e é organizado por perguntas que podem ser abertas ou fechadas. Deve ser planeado previamente tendo em conta quem se quer inquirir, o que se pretende saber, o que se irá perguntar, como se vai efetuar a recolha de dados e como se irá tratar os mesmos.

Um dos inquéritos por questionário foi realizado numa primeira fase (ver apêndice 3), ainda na fase de levantamento de necessidades. Teve como objetivo identificar os conhecimentos que os alunos tinham sobre o bullying e qual a sua opinião sobre o tema, o que permitiu aprofundar o diagnóstico de necessidades. O outro inquérito por questionário foi realizado no final de algumas sessões (ver apêndice 4) e teve como objetivo os alunos avaliarem a atividade que tinha sido realizada, o que me permitiu melhorar alguns aspetos e saber a opinião dos alunos.

Nos quadros 4 e 5 apresentam-se as matrizes dos dois questionários construídos.

Quadro 4 – Matriz do inquérito por questionário inicial

	Objetivos	Questões
1	Identificar os alunos inquiridos	Sexo e Idade
2	Saber se tem amigos e com quem brincar.	Escreve o nome dos teus melhores amigos da tua turma Gostas do recreio? Porquê?
3	Conhecer o que o aluno entende por bullying	O que entendes por bullying?
4	Identificar o que o aluno conhece e se sofre de bullying	Já aconteceu teres de brincar sozinha/o porque ninguém quis brincar contigo? Já te fizeram mal? Se sim, o que fizeram? Tu ou alguém que conheças já passou por alguma situação de bullying? Conta a situação.
5	Determinar como pode ser feita uma prevenção	O que pode ser feito para acabar com o bullying?

Quadro 5 – Matriz do inquérito por questionário de avaliação das atividades

	Objetivos	Questões
1	Identificar o sexo dos alunos inquiridos	Sexo
2	Conhecer a opinião dos alunos	As instruções da atividade foram bem explicadas? A atividade foi interessante?
3	Identificar possíveis aspetos a melhorar	Mudavas alguma coisa desta atividade? Se respondeste “Sim”, o que mudavas? Se respondeste “Não”, o que mais gostaste?

3.3 Tratamento e análise de dados

Após uma pesquisa, o modelo de análise dos dados recolhidos utilizado foi a análise de conteúdo que “representa um conjunto de procedimentos metodológicos muito frequentes em trabalhos de investigação educacional (Esteves, 2006, p.106).

Os dados recolhidos foram sujeitos a uma análise de conteúdo que é uma técnica para analisar os dados e transformá-los em informação elucidativa. A análise de conteúdo é compreendida como um conjunto de técnicas de análise de comunicações que usa procedimentos objetivos e sistemáticos de descrição do conteúdo (Bardin, 2011).

A análise de conteúdo tem como objetivos a ultrapassagem da incerteza, isto é, ver o que está para além da mensagem e o enriquecimento da leitura, ou seja, a descoberta de conteúdos que confirmam o propósito da investigação que torna a sua compreensão mais fácil.

É também definida como uma expressão genérica usada para designar um conjunto de técnicas possíveis para tratamento de informação recolhida previamente e “é uma técnica sistemática e replicável para comprimir muitas palavras de texto em poucas categorias de conteúdo, baseada em regras explícitas de codificação (Esteves, 2006, p.107). Em suma, a análise de conteúdo permite analisar aprofundadamente os dados recolhidos através dos instrumentos utilizados.

A análise de conteúdo foi utilizada na análise dos documentos estruturantes da escola fornecidos pelo professor da turma no início do estágio, na análise das respostas dos alunos aos

inquéritos por questionário, nos diários de bordo e nas observações. Assim, foi possível refletir e entender as potencialidades do projeto.

3.4 Planificação do processo de intervenção previsto e realizado

Sobre os eixos de ação

Após um mês e meio de muito trabalho, que foi essencial para fazer o levantamento das necessidades e interesses, elaborei o plano de estágio sustentado na análise dos dados desta primeira fase de trabalho. O plano evidenciou os objetivos, os eixos de ação, as atividades e o meu propósito com o projeto. Os eixos de ação permitem organizar as atividades e as sessões conforme os objetivos. Os objetivos e as atividades devem estar associados para conseguirmos obter os resultados esperados. Inicialmente foram identificados os eixos de ação que se apresentam no quadro seguinte.

Quadro 6 – Eixos de ação previstos do plano de atividades do estágio

Eixos de Ação	Período de realização	Objetivos da ação	Atividades
Construção e apresentação do projeto	Novembro a janeiro	Conhecer os participantes Compreender as necessidades da prevenção	1, 2, 3 e 4
A verdade sobre o bullying	Fevereiro	Desenvolver competências de reflexão Debater os comportamentos de bullying	5, 6 e 7
Os sentimentos e o bullying	Março	Desenvolver as relações entre os participantes	8, 9, 10 e 11
A comunicação faz a diferença	Última semana de abril, mês de maio e junho	Compreender a importância da comunicação	12, 13 e 14
Prevenção ao Bullying	Última semana de abril, mês de maio e de junho	Prevenir comportamentos de bullying	15, 16, 17, 18, 19 e 20

Quando iniciei os eixos de ação tudo estava a correr como planeado, mas devido à pandemia mundial que estávamos a atravessar, as aulas dos alunos e as sessões alteraram para sessões virtuais. Como teve de existir um reajustamento na aprendizagem dos alunos e na adaptação do professor à plataforma virtual, algumas das minhas sessões ficaram suspensas.

Assim, os eixos de ação sofreram pequenas alterações por não conseguir realizar as atividades virtualmente e por falta de tempo. As mudanças foram a eliminação de atividades e a reorganização dos eixos de ação. A reorganização dos eixos de ação foi alterada porque com as sessões virtuais fazia mais sentido abordar primeiro os sentimentos e a comunicação antes do que tinha sido anteriormente previsto e encontra-se sistematizada no quadro seguinte.

Quadro 7 – Eixos de ação do plano de atividades do estágio realizado

Eixos de Ação	Período de realização	Objetivos da ação	Atividades
Construção e apresentação do projeto	novembro a janeiro	Conhecer os participantes Compreender as necessidades da prevenção	1, 2 e 3
Os sentimentos e o bullying	Última semana de fevereiro e três semanas de março	Desenvolver as relações entre os participantes	4, 5, 6 e 7
A comunicação faz a diferença	Última semana de março e duas semanas de abril	Compreender a importância da comunicação	8, 9 e 10
A verdade sobre o bullying	Duas semanas de abril e duas semanas de maio	Desenvolver competências de reflexão Debater os comportamentos de bullying	11, 12, 13 e 14
Prevenção ao Bullying	Duas semanas de maio e mês de junho	Prevenir comportamentos de bullying	15, 16, 17 e 18

O primeiro eixo de ação continuou a ser a apresentação do projeto, sobre a qual realizei três atividades na escola. Sofreu uma alteração que foi a eliminação de uma atividade porque passamos a sessões virtuais e a atividade era realizar um cartaz.

Na última semana de janeiro e nas primeiras três de fevereiro houve uma paragem do estágio porque as aulas passaram a sessões virtuais e o professor precisou de ajustar o seu ensino, não se tornando viável realizar as minhas atividades. Após o professor se conseguir adaptar consegui retomar as sessões de trabalho com os alunos e foi pertinente alterar o segundo eixo de ação para falarmos sobre sentimentos. Foram realizadas três atividades virtuais e uma presencial.

No terceiro eixo de ação abordou-se a comunicação porque depois de passarmos pelas sessões virtuais e falarmos de sentimentos e emoções foi importante mostrar a importância da comunicação. As atividades foram realizadas presencialmente.

De seguida, o quarto eixo de ação debruçou-se na verdade sobre o bullying e alterei uma atividade passando-a do quinto eixo para este. A turma esteve em isolamento pelo que realizamos duas sessões virtuais e duas presenciais.

Por último, o quinto eixo de ação manteve-se a prevenção ao bullying e eliminei uma atividade porque a atividade final foi realizada em várias sessões. Foram realizadas quatro atividades presenciais.

Sobre a calendarização

Apresentam-se de seguida as fases previstas de implementação do plano e as ações a realizar ao longo do processo investigação-intervenção: no quadro 8 consta a calendarização prevista inicialmente e no quadro 9 a que foi efetivamente concretizada, devido à adequação dos períodos de suspensão de atividades presenciais que ocorreram durante o ano letivo de 2020/2021.

Quadro 8 – Calendarização prevista da investigação-intervenção

<div style="text-align: center;">Semana</div> <div style="text-align: center;">Mês</div>	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
Outubro	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	
Novembro	Pesquisa documental e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa documental e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa documental e Diagnóstico de necessidades	Pesquisa documental e Diagnóstico de necessidades	
Dezembro	Diagnóstico de necessidades e Elaboração do Plano de Atividades	Diagnóstico de necessidades e Elaboração do Plano de Atividades	Preparação das atividades a desenvolver com as crianças		
Janeiro	Sessão 1 – Apresentação do projeto	Sessão 2 – Apresentação do projeto	Sessão 3 – Apresentação do projeto	Sessão 4 – Apresentação do projeto	
Fevereiro	Sessão 5 – A verdade sobre o bullying	Sessão 6 – A verdade sobre o bullying		Sessão 7 – A verdade sobre o bullying	

Março	Sessão 8 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 9 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 10 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 11 – Os sentimentos e o bullying	
Abril	Sessão 12 – A comunicação faz a diferença	Sessão 13 – A comunicação faz a diferença	Sessão 14 – A comunicação faz a diferença	Sessão 15 – Prevenção ao Bullying	
Mai	Sessão 16 – Prevenção ao Bullying	Sessão 17 – Prevenção ao Bullying	Sessão 18 – Prevenção ao Bullying	Sessão 19 – Prevenção ao Bullying	
Junho	Sessão 20 – Prevenção ao Bullying	(Sessão 20 – continuação)	(Sessão 20 – continuação)	(Sessão 20 – continuação)	(Sessão 20 – continuação)

	Meses que têm 4 semanas
	Interrupções

Desde o início que o plano poderia sofrer alterações ao longo da intervenção e como estávamos a atravessar uma pandemia mundial era o mais provável de acontecer. Estava previsto iniciar o estágio em outubro de 2020, todavia, fiquei em isolamento profilático, pelo que apenas consegui iniciar as observações em novembro. Foi necessário refletir sobre as atividades previstas e sobre as limitações que poderiam existir.

Quando iniciei as atividades, em janeiro, inicialmente correu tudo como planeado; contudo, no fim do mês tive de reajustar as atividades e repensar os eixos porque entramos em quarentena. A partir desse momento algumas atividades foram adaptadas, duas eliminadas e os eixos alterados conforme a lógica de trabalho. Deste modo, a adaptação da calendarização e dos eixos de ação são apresentados no quadro seguinte para percebermos as alterações.

Quadro 9 – Calendarização realizada da investigação-intervenção

Semana \ Mês	1ª Semana	2ª Semana	3ª Semana	4ª Semana	5ª Semana
Outubro	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa bibliográfica e Elaboração do Plano de Atividades	

Novembro	Pesquisa documental e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa documental e Elaboração do Plano de Atividades	Pesquisa documental e Diagnóstico de necessidades	Pesquisa documental e Diagnóstico de necessidades	
Dezembro	Diagnóstico de necessidades e Elaboração do Plano de Atividades	Diagnóstico de necessidades e Elaboração do Plano de Atividades	Preparação das atividades a desenvolver com as crianças		
Janeiro	Sessão 1 – Apresentação do projeto	Sessão 2 – Apresentação do projeto	Sessão 3 – Apresentação do projeto	(confinamento)	
Fevereiro	(confinamento)	(confinamento)	(confinamento)	Sessão 4 – Os sentimentos e o bullying	
Março	Sessão 5 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 6 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 7 – Os sentimentos e o bullying	Sessão 8 – A comunicação faz a diferença	
Abril	Sessão 9 – A comunicação faz a diferença	Sessão 10 – A comunicação faz a diferença	Sessão 11 – A verdade sobre o bullying	Sessão 12 – A verdade sobre o bullying	
Maiο	Sessão 13 – A verdade sobre o bullying	Sessão 14 – A verdade sobre o bullying	Sessão 15 – Prevenção ao Bullying	Sessão 16 – Prevenção ao Bullying	
Junho	Sessão 17 – Prevenção ao Bullying	Sessão 18 – Prevenção ao Bullying	(confinamento)	Sessão 18 – continuação	Sessão 18 – continuação

-  Meses que têm 4 semanas
-  Interrupções

Este projeto foi muito desafiante, elaborado durante a pandemia, realizado com sucesso e com muita resiliência. Existiram reflexões ao longo de todo o estágio o que permitiu um trabalho desenvolvido a partir da realidade do contexto e das pessoas que nele participaram.

Sobre as atividades realizadas

De seguida, apresentam-se as informações sobre as atividades realizadas, nomeadamente a data, se foi realizada presencial ou virtualmente e o número de participantes em cada uma delas:

Quadro 10 – Informações sobre as atividades realizadas

Atividade	Data	Presencial ou virtual	Nº de participantes
1	06/01/2021	Presencial	23
2	13/01/2021	Presencial	19
3	20/01/2021	Presencial	19
4	22/02/2021	Virtual	19
5	01/03/2021	Virtual	19
6	08/03/2021	Virtual	12
7	17/03/21	Presencial	23
8	24/03/2021	Presencial	22
9	07/04/2021	Presencial	23
10	14/04/2021	Presencial	22
11	21/04/2021	Virtual	20
12	28/04/2021	Virtual	19
13	05/05/2021	Presencial	19
14	12/05/2021	Presencial	19
15	19/05/2021	Presencial	19
16	26/05/2021	Presencial	21
17	02/06/2021	Presencial	19
18 (cartazes)	09/06/2021	Presencial	23
18 (cartazes)	25/06/2021	Presencial	18
18 (cartazes)	30/06/2021	Presencial	21

4. ENQUADRAMENTO TEÓRICO

Neste capítulo, apresenta-se o enquadramento teórico da problemática do estágio. Inicia pelo conceito de bullying, as suas vítimas e agressores e refere-se o bullying em contexto escolar. De seguida, refere-se a contextualização da mediação, a caracterização da mediação escolar e a mediação escolar e a prevenção de conflitos.

4.1 O Bullying e o seu conceito, as vítimas e os agressores

O conceito de bullying deriva da palavra bully/ies que, segundo o dicionário Oxford Pocket, significa mandão/ona; no pretérito passado bullied corresponde a implicar com ou intimidar (Oxford English Dictionary, 1999).

Apesar de antigamente certos comportamentos como gozar com alguém ou dar um apelido ser visto como brincadeira, estes atos na década de 70 passaram a ser um tema sério e o estudo da violência entre pares ganhou a designação de bullying. O bullying é um problema mundial que tem crescido ao longo dos anos (Souza & Almeida, 2011).

A educadora Fante determina que o bullying é o desejo consciente e intencional de maltratar outra pessoa e afirma que “(...) o termo se refere a todo o tipo de comportamento intencional agressivo, cruel e repetitivo, inerente às relações interpessoais, incluindo as relações entre escolares” (Fante, 2005, cit. por, Souza & Almeida, 2011, p.183).

O bullying é um tipo de violência que gera mais violência e que causa danos sociais e individuais para as vítimas. Existe a forma direta de agressão como, por exemplo, ameaçar, bater e roubar, mas também a forma indireta como, por exemplo, isolar a vítima e espalhar boatos. Por norma, a vítima passa por várias agressões que contribuem para a sua exclusão social.

Segundo Ramos (2019), o bullying é um fenómeno social existente nas escolas que requer mais cuidado por causa das consequências que pode provocar a todos os implicados, nomeadamente problemas psicológicos como fobias ou depressão. O bullying sempre existiu, mas antes não era tão considerado e valorizado.

Segundo Saraiva, Pereira e Cruz (2019), o bullying é uma agressão entre pares onde o agressor abusa do seu poder de maneira sistemática e acontece em diversos contextos que tenham uma supervisão baixa e uma relação de poder. Por exemplo, o recreio da escola onde há uma supervisão limitada e o poder é de algumas crianças.

Olweus defende que o bullying é um comportamento agressivo que ocorre entre os pares. Afirma que a vítima pode ser mais fraca mental e fisicamente do que o agressor e que podem ser atacadas por mais que uma pessoa. Determina também que a intenção dos agressores é humilhar e prejudicar e que este comportamento prossegue durante algum tempo e é mantido pelo poder praticado sobre a vítima (Olweus, 1993, cit. por, Bandeira & Hutz, 2012, p.36).

Segundo Bandeira e Hutz (2012) o bullying é classificado pelo tipo verbal, físico, relacional e digital. O tipo verbal são os insultos humilhantes, o físico envolve pontapés, empurrões, socos, roubo, etc; o relacional afeta a relação social da vítima com os colegas e o digital são os ataques digitais que podem ser mensagens e fotografias.

Segundo Berger a vítima de bullying é constantemente agredida pelos colegas e por norma não consegue reagir aos ataques. O agressor é quem agride outra pessoa que habitualmente é mais fraca e o seu objetivo é magoar e humilhar sem ter sido provocado (Berger, 2007, cit. por, Bandeira & Hutz, 2012, p.36). Frequentemente, as vítimas ficam em silêncio por medo que o agressor volte a atacar se descobrirem que alguém sabe e só falam quando se sentem seguras. As vítimas podem ser: vítimas típicas, vítimas provocadoras ou vítimas agressoras. As vítimas típicas são aquelas que não reagem às agressões, que são mais fracas fisicamente; as vítimas provocadoras são aquelas que tentam atacar quando são agredidas, mas não conseguem e as vítimas agressoras são aquelas que sofrem agressões e depois procuram outra vítima mais fraca a quem atacam (Ramos, 2019).

De acordo com Ramos (2019), os agressores de ambos os sexos sentem prazer em controlar as vítimas e não serem castigados. Usualmente, os agressores não conseguem respeitar ou cumprir as regras, não gostam de ser contrariados e não sentem culpa. Há estudos que comprovam que os agressores não têm competências para resolver os seus problemas e têm falta de empatia. Deste modo, estas ações aumentam a sua superioridade em relação aos colegas. Geralmente, os agressores são populares na escola, não se importam com os seus atos violentos e divertem-se com o sofrimento das vítimas. Sentem prazer a ameaçar, agredir e humilhar as vítimas porque sentem-se com poder (Barros, Carvalho & Pereira, 2009).

Ramos (2019) afirma que vários autores concordam que os agressores são arrogantes, manifestam superioridade, são manipuladores, mentem e negam qualquer envolvimento. Barros, Carvalho e Pereira (2009) sublinham que mais tarde, em idade adulta, os agressores podem envolver-se em crimes e em ocorrências de violência doméstica.

4.2 O Bullying no contexto escolar

De acordo com Freire, Ferreira, Caetano e Simão (2010), a violência na escola já é uma questão antiga, mas atualmente há uma maior preocupação por parte da sociedade. Além de ser um tema difícil de compreender, é também, um assunto que, na maioria das vezes, é desconhecido pelos professores. A violência na escola, por norma, ocorre longe da vida dos adultos, em alguns casos é ocasional, mas na maioria é sistemática e, por isso, é denominada como bullying. Todavia, “as escolas têm a responsabilidade de transmitir valores às gerações que educam” (Freire et al., 2010, p.6). Assim, é importante desenvolver relações e cooperação na escola de forma a prevenir o bullying.

De acordo com Silva e Borges (2018), o bullying aumentou imenso e defendem que as escolas desenvolvem um papel fundamental no seu combate e prevenção. É através do relacionamento entre aluno e professor que se pode identificar o bullying, mas, para isso, é necessário que os docentes sejam consciencializados da gravidade do mesmo, das suas causas, consequências e que pode acontecer a qualquer aluno em qualquer altura. Assim, “a escola deve sempre observar o modo de agir de cada aluno, tratar cada um como ser único e especial, deve também conhecer as suas características individuais (...)”. (Silva & Borges, 2018, p.34). O bullying é um tema complexo e envolve diversos fatores, ou seja, não é fácil de trabalhar e não tem soluções simples. Devido a essa complexidade, cada escola e cada pessoa tem de desenvolver a sua própria estratégia dependendo de cada caso. (Silva & Borges, 2018).

Os autores Barros, Carvalho e Pereira (2009) realizaram um estudo sobre o bullying no contexto escolar e defendem que é um fenómeno antigo porque sempre existiram diversas formas de violência nas escolas. Olweus (1993), em 1978, na Noruega, iniciou os estudos sobre bullying após vários suicídios das vítimas, criando um questionário de escolha múltipla. Fez uma pesquisa com 130000 alunos, onde descobriu que 15% estavam envolvidos em casos de bullying, ou seja 1 em cada 7 alunos eram vítimas ou agressores. Pereira (2008) afirma que em 1999, Almeida, aplicou o questionário a 6200 alunos e descobriu que 20% eram agressores e 15% vítimas. Em ambos os estudos afirmaram que as agressões ocorriam no recreio das escolas. (Olweus, 1993, e Pereira, 2008, cit. por, Barros, Carvalho & Pereira, 2009, p.5746).

Costa, Farenzena, Simões e Pereira (2013), desenvolveram um estudo sobre as interações entre pares relacionadas com o bullying. Participaram 360 alunos do 7º ano de três agrupamentos de escolas e 53,3% eram do género masculino e 46,7% eram do género feminino. Foi implementado um questionário e metade dos alunos que responderam foram vítimas de bullying.

As formas de vitimização presentes por ordem de dominância são: exclusão, verbal, ameaça, física, sexual e cyberbullying. O cyberbullying é a forma menos frequente para ambos os géneros, a exclusão é predominante no género feminino, a verbal é frequente no género masculino, a ameaça é a forma mais utilizada por ambos os géneros e a física e a sexual são predominantes no género masculino.

De acordo com o que foi mencionado anteriormente, é crucial intervir para a prevenção do bullying no contexto escolar. Machado (2011) defende que é importante avaliar e investigar a agressividade em contexto escolar e a escola deve criar condições para o auxílio do combate ao bullying.

Deviam ser implementadas estratégias nas escolas para prevenir a violência escolar entre os alunos. Em primeiro lugar, deve-se intervir com os adultos do contexto, docentes e não docentes, para trabalharem estratégias para implementar dentro e fora da sala de aula. Depois trabalhar com as vítimas e os agressores. Mas para isso acontecer, a escola não pode ignorar o contexto sociocultural onde se insere “devendo, por isso, promover a interação dos seus alunos com este meio como forma de estimular a sua responsabilidade e cooperação” (Machado, 2011, p.17).

Quando ocorrem situações de bullying devemos exigir a participação de toda a comunidade educativa. É muito importante trabalhar com as vítimas e com os agressores, mas também com as suas famílias. A intervenção junto dos observadores, os que não se envolvem na situação, mas observam passivamente, é determinante, uma vez que entre as vítimas, os agressores e os observadores, são os observadores que mais podem fazer a diferença no que diz respeito à denúncia dos casos de bullying nas escolas. O bullying é uma realidade e é fundamental preveni-lo e combatê-lo.

Em suma, o conflito está presente em várias áreas e o autor Jares (2002) defende que é um fenómeno natural e inerente à vida humana. E ainda, acrescenta que o conflito divide e agrega as pessoas pois “ele divide porque distingue opiniões e condutas, opondo-as no seu sentido e interpretação, mas, simultaneamente, faculta um contexto espaço-temporal ou “arena” que permite “trabalhar” essas divergências que, não expostas em confronto, jamais poderiam ser compreendidas e reinterpretadas” (Jares 2002, cit. por, Domingos & Freire, 2009, p.86). Assim, não há maus conflitos, mas sim boas ou más maneiras de os gerir.

Domingos e Freire (2009) fizeram um estudo a 14 alunos do 3º ciclo que participaram num programa de formação de mediadores, com três questões: uma sobre o que entendem por conflito,

outra sobre que estratégias são usadas para a sua resolução e quais as competências dos mediadores para a resolução dos conflitos.

As respostas dos alunos sobre o que entendem por conflito são, em geral, associadas a algo negativo e relacionadas com a falta de comunicação. Referem que existem mais conflitos nos locais sem vigilância ou onde se encontram mais alunos juntos. Os conflitos mais referenciados são por falta de relações e são a violência verbal e física. Os alunos consideram que as estratégias mais usadas são cooperativas, como a gestão de emoções, o diálogo, a partilha de opiniões, a comunicação assertiva, etc. Para resolver conflitos, a mediação é crucial porque os mediadores têm características como: manter a calma, empatia, capacidade de compreender o outro, a escuta ativa e o bom humor. Os alunos referem que a estratégia de mediação mais utilizada são o diálogo assertivo e conciliador e a persuasão ao abandono do conflito.

Para concluir, para resolvermos os conflitos existentes na escola, bem como prevenirmos o bullying, é fundamental inserir o mediador como facilitador das relações e gestor das emoções, utilizando a empatia, a escuta ativa e o diálogo. Deste modo, a mediação é uma mais-valia para a prevenção ao bullying em contexto escolar.

4.3 Contextualização da mediação

A mediação é entendida como uma forma de evitar ou resolver problemas onde uma terceira parte, isenta e imparcial, ajuda a reestabelecer a comunicação entre as partes em conflito; este conceito surge associado a várias conceções e práticas distintas. Deste modo, a mediação surge ligada às ideologias políticas, religiosas e ainda ao voluntariado social. Por outro lado, esta definição surge mais limitada e definida como é o caso da resolução alternativa de conflitos, atuando como método de resolução de conflitos, método de intervenção no conflito e método de transformação do conflito.

Segundo Torremorell (2008), percebemos que a mediação no seu termo mais alargado é um dos principais métodos alternativos utilizados para a resolução de conflitos, que visa a obtenção de um acordo de forma pacífica, implicando a presença de uma terceira pessoa neutra, sem poder no processo de negociação, chamada de mediador. É realizada num processo informal, os participantes colaboram de forma voluntária e é a eles que cabe a decisão final. É um recurso extrajudicial, privado e voluntário de resolução de conflitos, sendo especialmente vocacionada para todos os desentendimentos em que há interesse por parte dos intervenientes em atender, não só ao presente, mas, também, às consequências futuras da solução a encontrar, possibilitando, além

do mais, a manutenção das suas relações, ou a sua melhoria, através de uma atitude de responsabilização e cooperação cívica, respeitosa e sigilosa, na resolução do problema e sua observância no futuro.

Seja qual for o processo de mediação, este deve ser livre e voluntário, sendo que as partes devem concordar com a intervenção de um mediador e podem retirar-se sempre que desejarem. Este processo deve ser confidencial, pois o que ocorre nas sessões deve ser mantido em segredo, deixando assim as partes em conflito mais seguras e confiantes para se expressarem. O mediador deve ser imparcial e neutro, não devendo julgar ou tender para alguma das partes, não impondo soluções ou julgamentos.

De acordo com o supramencionado, a mediação é um processo essencial e não apenas uma alternativa a outros métodos, porque as suas especificidades tornam-na única. Assim, distingue-se das outras técnicas de resolução de conflitos, pois o acordo é decidido unicamente pelas partes em conflito, procurando que todos saiam vencedores.

A mediação teve início nas comunidades indígenas de modo a solucionar problemas com a ajuda de um líder. A mediação surge nas sociedades ocidentais a partir dos anos 60 fundamentada numa visão democrática e relacional de regulação jurídica e social. O crescimento da mediação permitiu entender que esta contribui para um melhor acesso à justiça e aos direitos humanos. A mediação é um método cooperativo que presume um processo de comunicação ética, estabelecido na autonomia e responsabilidade dos participantes e com um terceiro elemento imparcial, independente e sem poder decisivo. Assim, a mediação ganha uma nova dimensão e para além de resolução de conflitos tem um modelo de intervenção social onde prevalece a comunicação e a educação para a conveniência e para a paz (Silva, 2018, pp. 19-20).

Como foi referido anteriormente, a mediação é uma técnica de resolução alternativa de conflitos, mas também, é um processo cooperativo e preventivo para a educação para a paz. Esta metodologia de intervenção social utiliza métodos, técnicas e instrumentos. A autora Silva afirma que a mediação é um paradigma da comunicação e refere que o paradigma ganhar-ganhar caracteriza a mediação. Este paradigma constitui-se na comunicação e na linguagem e reconhece as adversidades como potencialidades e os conflitos como oportunidades. A mediação, é também, uma metodologia concebida por modelos, estratégias, princípios e técnicas específicas e tem como princípios centrais a liberdade e a voluntariedade. A imparcialidade, a equidistância, a confidencialidade e a responsabilidade são também princípios importantes (Silva, 2018).

A mediação como metodologia de resolução colaborativa de conflitos tem como objetivo responder aos conflitos de maneira pacífica e positiva. O mediador ajuda as pessoas a refletir e os indivíduos podem recorrer ao mediador para facilitar a comunicação e buscarem soluções para os problemas. A escola enfrenta o conflito como uma oportunidade de mudança, de crescimento pessoal e como um desafio socioeducativo. Através da mediação é possível lidar com o conflito mais focado na pessoa e no seu contexto (Costa, 2018).

A mediação como metodologia de desenvolvimento pessoal e social tem como objetivo ajudar no desenvolvimento de competências sociais e relacionais e promove a aquisição de conhecimentos, habilidades e atitudes para a gestão das relações interpessoais. Assim, a mediação ajuda os outros, mas também, ajuda-nos a encontrar capacidades individuais. Segundo Costa, "(...) a mediação de conflitos utilizada como ferramenta pedagógica fortalece a escola no cumprimento das suas funções de educação e de formação integral dos jovens" (Costa, 2018, p. 44).

A mediação como metodologia integrada na prevenção existem três níveis de prevenção. A prevenção primária sugere uma intervenção antes das situações ocorrerem, a prevenção secundária sugere uma intervenção durante as situações e na aplicação de medidas que impeçam a continuação e a prevenção terciária intervém em casos persistentes (Costa, 2018). De acordo com a autora Costa (2018), a escola é uma rede de interações sociais onde existem diversos desafios e assim a mediação assume a sua utilidade. Em suma, a mediação é essencial para o desenvolvimento da sociedade e para a educação de pessoas autónomas. É uma ação livre, que alcança vários níveis pessoais e coletivos e desenvolve-se através da aprendizagem de competências sociais e cívicas.

4.4 A mediação escolar e a sua caracterização

A Mediação Escolar parece ser a metodologia em falta para a regulação do conflito nas escolas e para uma regulação social. Assim, o processo de mediação, em geral, deverá melhorar a comunicação entre as partes em conflito, levar as partes a reconhecer o conflito de vários pontos de vista e não apenas da sua perspetiva, ajudar na análise do porquê do conflito, favorecer a conversão das diferenças em formas criativas de resolução de conflito, e sempre que possível, reparar a relação entre as partes.

A mediação no contexto escolar, tem o papel de transformar o conflito, alterando comportamentos e a comunicação interpessoal. Não servirá de nada efetuar uma transformação

na perspectiva dos alunos em relação ao conflito, se os professores e educadores não reconhecerem esta prática. A ajuda e participação de todos os intervenientes, é essencial para melhorar o ambiente escolar através de uma cultura de diálogo, de escuta e de pacificação de relações interpessoais. Assim, a mediação escolar, é necessária para fomentar uma cultura de paz sendo importante que todos colaborem na procura de soluções alternativas e saudáveis para os conflitos que possam surgir, prevenindo-os porque transformar as pessoas, ajuda a ultrapassar as diferenças humanas por meio do próprio conflito. É também necessário ganhar hábitos saudáveis de convivência, encarar o conflito como oportunidade de crescimento, trabalhar valores e posturas, trabalhar personalidades, consciencializar os alunos, fazer com que estes se compreendam e assim consigam colocar-se no lugar do outro. Assim, haveria mais respeito, mais autonomia, melhores cidadãos, gerando uma sociedade sustentada nos valores de responsabilidade e cidadania, tornando a sociedade mais pacífica.

4.5 A mediação escolar e a prevenção de conflitos

A mediação é um processo de comunicação, estruturado e voluntário, que promove o diálogo e ajuda a encontrar soluções para os conflitos vivenciados pelos mediados. É uma ação que se apoia na escuta, na compreensão, na aceitação e no respeito e sendo uma prática de intervenção, prevenção e resolução de conflitos tem como finalidade promover o desenvolvimento de capacidades e competências interpessoais e sociais.

Para a prevenção e resolução de conflitos é fundamental fazer uma gestão positiva dos conflitos de maneira a priorizar o diálogo, a assertividade, a paz e a solidariedade e para isso podemos utilizar alguns métodos de prevenção como: a conciliação, a negociação ou a mediação. Os conflitos podem ser intrapessoais, interpessoais, intragrúpicos e intergrupais e as causas podem ser a comunicação violenta, a inveja, a disputa pelo poder, a falta de motivação, insistir em ter razão, a bisbilhotice, a falta de tolerância, o não saber dizer “não”, a assertividade sem ponderação, a disputa pela razão, o não saber escutar e a falta de diálogo. Para a prevenção e resolução de conflitos é fundamental fazer uma gestão positiva dos conflitos de maneira a priorizar o diálogo, a cooperação e a assertividade (Maldonado, 2010).

A mediação escolar necessita que a comunidade escolar intervenha nos seus projetos para que consigam prevenir os conflitos que possam surgir e para isso é importante ultrapassar as diferenças humanas e transformar as pessoas através desses conflitos. Para obter uma sociedade mais pacífica, fortalecida na autonomia, na cidadania e no respeito, é imprescindível

encarar o conflito como oportunidade de crescimento, trabalhar posturas, valores e personalidades, ganhar hábitos de convivência e, muito importante, consciencializar os alunos para que se compreendam e compreendam o outro.

Os elementos da comunidade escolar podem recorrer ao mediador para auxiliar e facilitar a comunicação e encontrar soluções para os problemas (Costa, 2018). Costa afirma que a escola deve encarar o conflito como uma oportunidade de mudança, de crescimento pessoal e como um desafio socioeducativo.

A mediação de conflitos na escola tem maior alcance do que a resolução de conflitos e tem três aptidões: a educativa/formativa, a interpessoal/social e a organizacional/cultural. A educativa/formativa define-se na aquisição de habilidades relacionais que promovam atitudes adequados aos valores da escola inclusiva; a interpessoal/social promove a compreensão entre todos os elementos, promove a tomada de decisão livre nas relações humanas e defende a convivência e a organizacional/cultural sustenta uma intervenção na cultura da escola promovendo dinâmicas de colaboração e diálogo (Costa, 2018).

Segundo Brandoni (2018), há conflitos que têm origem no aluno, na família e no contexto social como por exemplo dificuldades económicas, maus-tratos familiares, falta de cuidados e de proteção, etc. Mas também, há conflitos que se devem ao funcionamento deficiente da escola, a falta de estratégias de prevenção, a falta de atenção pela diversidade, etc.

Na escola a convivência e a aprendizagem estão interligadas, as interações põem em prática os valores éticos e ao mesmo tempo preservam a aprendizagem. Aprender a viver em comunidade é das tarefas mais fundamentais da escola e a escola deve saber ensinar a conviver. Aprendemos a conviver convivendo e é a própria experiência que nos dá aprendizagens. Deste modo, os conflitos na convivência são pensados como intrínsecos na interação humana (Brandoni, 2018).

Em suma, a mediação escolar, como técnica de prevenção e resolução de conflitos, é necessária para existir uma regulação do conflito nas escolas e, posteriormente, uma regulação social. Assim, o processo de mediação, em geral, deverá melhorar a comunicação entre as partes em conflito, levar as partes a reconhecer o conflito de vários pontos de vista e não apenas da sua perspetiva, ajudar na análise do porquê do conflito, favorecer a conversão das diferenças em formas criativas de resolução de conflito, e sempre que possível, reparar a relação entre as partes (Morgado, 2009).

5. APRESENTAÇÃO E DISCUSSÃO DO PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-INTERVENÇÃO

Neste capítulo, apresenta-se a discussão do processo de investigação-intervenção. Inicia pela apresentação e análise dos eixos de ação e da estratégia de ação de cada atividade e evolução dos comportamentos dos alunos ao longo dos seis primeiros meses de intervenção. De seguida, refere-se a análise dos sociogramas das interações dos alunos e a discussão dos resultados obtidos na prevenção ao bullying.

5.1 Apresentação e análise dos eixos de ação e da estratégia de ação de cada atividade

Neste ponto é apresentado e descrito o trabalho desenvolvido ao longo do estágio. Esta descrição permite uma melhor compreensão dos eixos e das atividades realizadas presencial ou virtualmente.

Os eixos de ação já foram referidos anteriormente, no capítulo 3, contudo, são apresentados e analisados aprofundadamente neste capítulo. Tal como já foi referido, a organização dos eixos de ação e das atividades decorre do levantamento das necessidades e dos objetivos definidos em relação às necessidades da turma. Por exemplo, durante o primeiro confinamento foi essencial falarmos sobre os sentimentos e as emoções e a comunicação.

No total são cinco eixos de ação: a apresentação do projeto que contém três atividades; os sentimentos e o bullying que contém quatro atividades; a comunicação faz a diferença que contém três atividades; a verdade sobre o bullying que contém quatro atividades e a prevenção ao bullying que contém quatro atividades.

AÇÃO N.º1: APRESENTAÇÃO DO PROJETO

Esta ação tem como objetivos conhecer os participantes e compreender as necessidades da prevenção. Estão inseridas três atividades, nomeadamente a atividade 1 - Quebra gelo: A teia; a atividade 2 - Eu respeito o outro e a atividade 3 - Regras de convivência.

Atividade 1 – Quebra-gelo: A Teia

Objetivo: Criar laços entre os participantes.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se no exterior, nomeadamente, no coberto da escola. Em primeiro lugar, dispus todos os participantes em círculo. De seguida, um voluntário iniciou a

atividade pegando no novelo de lã, enrolou a ponta do mesmo num dos dedos e apresentou-se durante um minuto. A sua apresentação conteve o nome, a idade, a sua naturalidade e outras partilhas. Quando terminou a apresentação, que foi cronometrada por mim, atirou o novelo de lã para outro elemento do grupo que teve um minuto para se apresentar e assim sucessivamente, até que todos os participantes se apresentaram. Se fosse necessário, eu, promovia a participação colocando perguntas a quem tem o novelo na mão para que falasse durante o seu minuto, como por exemplo: cor preferida, passatempo, animal de estimação, etc. No final, no interior do círculo havia uma teia feita com o novelo de lã que representava a afetividade entre todos os elementos do grupo. De salientar que devido ao Covid-19 não pode haver contato entre os participantes e o novelo. Assim, o mediador é que ficou com o novelo e colocou-o no dedo na mão do primeiro participante e seguia o fio para o outro participante escolhido e assim sucessivamente. Deste modo, apenas o mediador mexeu no novelo.

Atividade 2 – Eu respeito o outro

Objetivos: Respeitar os interesses individuais e debater questões de amizade.

Estratégia de ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula. Os alunos estavam sentados nos seus lugares e eu dividi o quadro ao meio, num lado escrevi “Eu adoro” e no outro escrevi “Eu detesto”. Um de cada vez disse o nome de uma fruta que adora e uma que detesta e eu escrevi no quadro. Após todos responderem, perguntei a um aluno que gosta de uma das frutas se continua a ser amigo de outro aluno que odeia essa fruta. Fizeram-se várias perguntas desse género para ser explicada a importância de respeitar os gostos de cada um e que ninguém é obrigado a gostar de algo para agradar a alguém. Por fim, depois deste debate, cada aluno recebeu uma folha para preencher à sua maneira. A folha era uma “receita da amizade” (ver apêndice 5), depois de colocarem os ingredientes e o modo de preparo apresentaram a sua receita à turma.

Atividade 3 – Regras de Convivência

Objetivos: Aplicar regras de convivência social e respeitar os interesses individuais e coletivos.

Estratégia de ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares e iniciou com um brainstorming sobre as palavras que lhes surgissem sobre regras da sala de aula e de convivência na escola. De seguida, cada aluno recebeu uma folha em branco onde escreveu as três regras que achava mais importantes. Depois, à vez, os alunos partilharam as suas regras que foram escritas no quadro para ser feita uma votação. Um de cada vez, olhando

para todas as regras que foram enunciadas, votaram nas duas regras que consideravam mais pertinentes. No fim, foi feito um cartaz por todos com as dez regras mais votadas. O cartaz (ver apêndice 14) foi colocado na sala de aula para que estivessem presentes as regras de convivência e os alunos as pudessem recordar.

Resultados obtidos ao longo da realização das atividades da ação n°1

Análise da ação n°1

Na atividade 1, os alunos estavam muito entusiasmados e curiosos sobre o que íamos fazer. O objetivo era criar laços entre os participantes e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram se empenharam e deram-se a conhecer. No final, a maioria disse que não sabia muitas coisas que os colegas referiram e gostaram de receber essa informação para se conhecerem melhor. Na avaliação, dois alunos referiram que “gostei de ouvir os meus amigos a dizer o que gostavam”, oito alunos disseram “gostei de fazer a teia da amizade” e um aluno referiu que “gostei de conhecer melhor os meus amigos”. No quadro seguinte encontra-se uma sistematização da avaliação desta atividade pelos alunos.

Quadro 11 – Respostas das crianças do 4º ano sobre o questionário de avaliação da atividade 1

PERGUNTAS	RESPOSTAS	
1. Sexo	Feminino: 10	Masculino: 13
2. As instruções da atividade foram bem explicadas?	Sim: 23	Não: 0
3. A atividade foi interessante?	Sim: 21	Não: 2
4. Mudavas alguma coisa desta atividade?	Sim: 3	Não: 20
4.1. Se respondeste “Sim”, o que mudavas?	(1) Não devia ter tempo, podíamos dizer o que gostamos e apenas o que nos lembrássemos; (1) Mudava para um quadrado em vez de um círculo; (1) Mudava as questões que foram feitas pela Rita.	
4.2. Se respondeste “Não”, o que mais gostaste?	(8) Gostei de fazer a teia da amizade; (4) O que mais gostei foi a criatividade; (3) Gostei da parte em que eu falei; (3) Gostei de tudo;	

	(2) Gostei de ouvir os meus amigos a dizer o que gostavam; (2) Gostei das perguntas que a Rita fez; (2) Gostei de escolher o amigo que passamos a lâ; (1) Gostei de segurar a lâ; (1) Gostei de ter sido a terceira; (1) Gostei de estar com todos; (1) Gostei de conhecer melhor os meus amigos; (1) Gostei porque a Rita me deixou ficar à beira da minha melhor amiga e porque a atividade foi muito divertida.
--	---

Na atividade 2, os alunos continuavam entusiasmados e muito colaborativos comigo. O objetivo era respeitar os interesses individuais e debater questões de amizade (ex.: se continuam a ser amigos mesmo sabendo que o outro detesta o que o próprio adora; se são amigos porque ambos adoram ou detestam a mesma coisa; se importa mais a amizade ou os gostos individuais) e foi cumprido porque todos responderam que cada um é livre de ter o seu gosto e que a amizade é respeitar os gostos de cada um. Notei que houve imenso respeito pelos gostos individuais, não existiu nenhum comentário negativo e defenderam as amizades usando o respeito. Quando questionei o aluno G que adora tomate se continua a ser amigo do aluno L porque ele detesta tomate, ele respondeu “sim porque respeito quem gosta ou quem não gosta de tomate” e perguntei ao aluno F se era muito amigo e se gostava mais do aluno E porque os dois detestam maracujá e ele respondeu “não, não importa o que ele gosta porque vou continuar a ser amigo dele”. No final, na avaliação a aluna X disse “o que eu entendi desta atividade é que devemos respeitar a opinião dos outros” e o aluno S respondeu que o que entendeu desta atividade é “que a amizade é importante.”

Quadro 12 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 2

Nomes	Eu gostei/ eu não gostei da atividade porque...	Nesta atividade eu mudava ...	O que eu entendi desta atividade foi ...	Devemos respeitar os outros porque...	Achei importante/ não achei importante falarmos sobre respeito	Esta atividade está relacionada com o bullying. Sim ou não? E porquê?	Deixa um comentário (opcional)
Aluna A	Eu gostei porque aprendi coisas novas	Não mudava nada	Que não importa os gostos dos outros	Não gostamos que nos façam o mesmo	Achei importante porque usei a criatividade	Sim, porque aprendi que não se pode desrespeitar os outros	Esta aula foi muito fixe
Aluna B	Eu gostei porque foi fixe	Não mudava nada	Fazer uma coisa da amizade		Achei importante	Não sei	

Aluno E	Eu gostei porque foi divertido	Não mudava nada	Como se faz uma amizade com alguém	Os outros também têm sentimentos	Achei importante	Sim, porque podemos fazer bullying porque o outro é diferente	
Aluno F	Eu gostei porque gosto da amizade	Não mudava nada	É perceber a amizade e o respeito	Todos merecem respeito		Não, porque não fala de agressão	
Aluno G	Eu gostei porque dissemos as nossas frutas	Não mudava nada	Que devemos respeitar os outros	Devemos respeitar	Achei importante	Não, porque estávamos a falar de frutas	
Aluna X	Eu gostei porque foi muito criativa e educativa	O tempo que temos para fazermos com mais calma	Que devemos respeitar a opinião dos outros	Todas as pessoas são diferentes	Achei importante porque nem todos têm grande respeito pelos outros	Sim, porque o bullying é quando alguém não tem respeito com alguém e nesta aula aprendemos a ter respeito, ou seja, a não fazer bullying	Acho que a Rita é muito criativa com as atividades
Aluna H	Eu adorei	Não mudava nada	tudo	Somos todos respeitados	Achei importante	-	
Aluna I	Eu gostei porque respeito e bullying é uma coisa que deve ser falado	Não mudava nada	Que se deve respeitar o outro	-	Achei importante	Não, porque falamos mais de respeito	
Aluna J	Eu gostei porque foi bom ficar a falar de amizade e foi divertido	Não mudava nada	É bom ter uma amizade feliz e boa	É importante o respeito	Achei importante	Sim, porque é importante ser amigos uns dos outros	
Aluno L	Eu gostei porque ajuda a ter mais amizade	Não mudava nada	Respeitar os outros	Vão deixar de ser meus amigos	Achei importante	Sim, porque não respeitar as pessoas é bullying	
Aluno M	Eu gostei porque ajuda a ter mais amizade	Não mudava nada	Se deve respeitar o outro	-	Achei importante	Sim, para se começar a respeitar o outro	
Aluno N	Eu gostei porque foi muito divertido e interessante	Não mudava nada	Fazer uma receita da amizade	Ter respeito é uma coisa que devemos de fazer sempre	Achei importante porque temos de aprender ainda mais sobre ter respeito pelos outros	Sim, porque em todas as aulas da Rita aprendemos sempre mais sobre bullying	Diverti-me imenso
Aluno O	Eu gostei porque era interessante	As perguntas em questão	Que devemos ter respeito	É feio desrespeitar os outros	Achei importante porque temos	Sim, porque há pessoas que	

		da sua fruta preferida	pelos outros		de ser amigos um dos outros	desrespeitam as coisas dos outros	
Aluno Q	Eu gostei porque foi divertido	Não mudava nada	Ser amigo	Gosto deles	Achei importante	Sim, porque falamos sobre respeitar os outros	As aulas da Rita são fixes
Aluno R	Eu gostei porque foi fixe	Não mudava nada	Não sei	Se não ficamos de castigo	Achei importante	Sim, porque é fixe	
Aluno S	Eu gostei porque foi divertido	Não mudava nada	Que a amizade é importante	Eles também nos respeitam a nós	Achei importante	Sim, por causa do exercício da fruta	A aula é boa
Aluno T	Eu gostei porque foi muito divertida	Não mudava nada	tudo	Não faz mal se os outros disserem coisas diferentes das nossas	Achei importante porque falamos da amizade	Não, porque falamos da amizade e não do bullying	Não tenho dúvidas
Aluno U	Eu gostei porque estivemos todos juntos	Não mudava nada	Que os gostos não importam	Também quero ser respeitado	Achei importante	Sim, porque eu acho que é interessante	
Aluna Z	Eu gostei porque foi engraçado	Não mudava nada	Que há coisas que nós gostamos nas pessoas	Assim também nos respeitam	Achei importante porque se as outras pessoas não gostarem do mesmo que nós devemos continuar a ser amigos	Sim, porque não tem nada a ver se uma pessoa não tem respeito com a outra se a outra tiver respeito com ela	

Na atividade 3, os alunos estavam empolgados e empenharam-se bastante. O objetivo era aplicar regras de convivência social e respeitar os interesses individuais e coletivos e foi cumprido, mas não na totalidade porque existiram algumas falhas. As falhas foram a nível de comportamento, ou seja, estávamos a criar as dez regras de convivência social da turma e alguns alunos estavam a infringir as mesmas. Por exemplo: pedi para ficarem em silêncio algumas vezes porque não conseguia ouvir a pessoa que estava a falar, pedi para respeitarem quem está a falar e pedi para limparem a sala porque alguns alunos tinham os seus espaços com papéis no chão (pedi com atenção e não no sentido de dar uma ordem ou mandar). Os alunos compreenderam os meus pedidos, entenderam que tinham de estar em silêncio para ouvir o colega, mas disseram que falavam porque estavam a comparar as regras. Eu expliquei que no fim do colega falar podiam dar as suas opiniões e eles reagiram bem. Em relação aos espaços sujos também compreenderam porque já é habitual o professor pedir quando eles se esquecem. Na avaliação, a aluna A disse

“Eu adorei, não mudava nada e correu bem. Está relacionada com o bullying porque também temos de cumprir regras do bullying” (o que eu entendi desta afirmação, apesar da aluna A não se explicar bem, foi que tal como temos de cumprir regras de convivência também devemos cumprir algumas dessas regras para prevenir o bullying) e o aluno L disse que “Eu gostei muito porque falamos de bullying e não mudava nada”.

Quadro 13 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 3

Nome	Avaliação
Aluna A	Eu adorei, não mudava nada e correu bem. Está relacionada com o bullying porque também temos de cumprir regras do bullying.
Aluno G	Eu gostei desta atividade porque fizemos regras de convivência e eu não mudava nada
Aluna H	Eu adorei esta atividade e foi muito fixe esta atividade da Rita
Aluna I	Eu gostei muito e foi divertido
Aluna J	Fixe
Aluna K	Eu gostei muito
Aluno L	Eu gostei muito porque falamos de bullying e não mudava nada
Aluno M	Eu gostei muito porque tínhamos de escrever regras
Aluno N	Eu gostei, diverti-me muito e a Rita é uma ótima estagiária
Aluno O	Eu gostei
Aluno Q	Eu gostei muito desta atividade. O bullying é mau
Aluno R	Eu gostei porque foi divertido
Aluno S	Eu gostei porque ficou muito bonito em conjunto
Aluno U	Eu gostei porque estivemos todos juntos
Aluna X	Gostei muito da atividade porque foi criativa
Aluna Z	Eu gostei muito da atividade e não mudava nada. Foi muito criativa, 100% fixe e adorei

Apesar de alguns alunos durante as atividades estarem mais irrequietos, existir conversa e excitação todos os objetivos foram cumpridos e os alunos foram melhorando a sua postura ao longo das sessões. Durante alguns minutos ou certos momentos esses comportamentos eram gerais, mas no seu todo os alunos mais faladores e irrequietos eram os do costume: os alunos E, F, G, R, S e U e as alunas H, X e Z. Na minha opinião e daquilo que me foi possível observar, o aluno G e a aluna H são os dois alunos mais “problemáticos”; as alunas X e Z são muito faladoras e o facto de serem melhores amigas e estarem sentadas juntas na sala facilita a conversa nas aulas e nas atividades, bem como os alunos E e F que acontece o mesmo e sendo eles primos; o aluno R tem imensas dificuldades e a maioria das vezes está na conversa com o colega S (que é melhor aluno) e são melhores amigos e o aluno U tem imensas dificuldades e diz que não gosta

da escola e na maioria das vezes está distraído. As estratégias que utilizei foram no sentido de ganhar a confiança dos alunos para que eles se sentissem à vontade para conversar comigo sobre o que sentem e, nas próximas sessões e atividades seguintes evitei que os alunos que se relacionam melhor ficassem juntos na tarefa e falei mais de sentimentos para explorar esse lado mais emocional.

Estes comportamentos são normais devido à idade dos alunos e não os vejo como má educação, mas tento que melhorem esse aspeto. Por exemplo: na atividade 1 registei no meu diário de bordo: “estavam a conversar muito, pedi para se acalmarem e para terem respeito pela colega que ia falar” e “a aluna H é chamada à atenção porque está a destabilizar o grupo fazendo muito barulho e puxando o fio”; na atividade 2 “tive de interromper um minuto para chamar à atenção a turma porque estavam muito faladores e alguns a brincar ou com comentários desnecessários” e na atividade 3 “infringiram algumas regras, nomeadamente, não respeitaram que estava a falar, não fizeram silêncio e não mantiveram a sala limpa e arrumada”.

As atividades da ação nº1 permitiram-me conhecer melhor os alunos através da realização das mesmas e contribuíram para a compreensão das necessidades da prevenção. Através dos resultados identifiquei características de alguns alunos que necessitavam de ser trabalhadas através de sessões de mediação para conseguir entender porque é que acontecem sistematicamente (por exemplo: a aluna H que está sempre irrequieta, mas tem uma boa participação, o aluno G que faz asneiras, mas pede desculpa e empenha-se nas atividades, o aluno U tem dificuldades de interpretação, o aluno R que copia tudo pelo colega). Também constatei alguns comportamentos de bullying (por exemplo: chamarem nomes uns aos outros quando se zangam, gozarem com os colegas e fazerem comentários negativos, algumas brincadeiras mais violentas e alguns alunos mais isolados) e obtive conhecimento de alunos que sofreram ou sofrem de bullying. E permitiram-me também, identificar que os alunos gostam de trabalhar comigo, pois durante as três atividades evidenciaram esse ponto na avaliação, por exemplo: dois alunos disseram “gostei das perguntas que a Rita fez.” (ativ.1), quatro referiram que “o que mais gostei foi a criatividade” (ativ.1); a aluna X disse “acho que a Rita é muito criativa com as atividades” (ativ.2); o aluno Q respondeu que “as aulas da Rita são fixes” (ativ2); a aluna H comentou “eu adorei esta atividade e foi muito fixe esta atividade da Rita” (ativ3) e a aluna Z disse “eu gostei muito da atividade e não mudava nada. Foi muito criativa, 100% fixe e adorei” (ativ3).

Os principais aspetos que retive da realização desta primeira ação foram a grande colaboração da turma na realização das atividades e no entendimento dos seus objetivos. Outro

aspecto principal foi conhecer melhor os alunos e ter em conta aqueles que necessitam de outra abordagem para melhorarem a sua atitude e o desempenho.

As estratégias que tive de rever para a continuidade do trabalho foram as questões do comportamento. Não devo chamar à atenção, mas sim criar estratégias para que os alunos se sintam mais motivados e devo conquistar o interesse deles nas atividades e não na conversa ou brincadeiras com os colegas.

Enquanto mediadora, no início do estágio senti-me insegura e receosa, mas depois com o avançar das sessões e dos progressos sentidos na turma fiquei mais confiante. Senti que consegui facilitar a comunicação da turma através da promoção do respeito pelo outro, incentivei a criatividade e investiguei os conflitos existentes. Apesar de nas primeiras duas sessões não me sentir a fazer o trabalho de mediadora antes da realização das atividades, surgiram as sessões de mediação na terceira sessão. Nessa sessão senti-me mais confortável com o meu trabalho e que existiam avanços na relação de confiança com os alunos.

AÇÃO N°2: OS SENTIMENTOS E O BULLYING

Esta ação teve como objetivo desenvolver as relações entre os participantes. Estão inseridas quatro atividades, nomeadamente a atividade 4 - A importância da empatia; a atividade 5 - Saco dos sentimentos; a atividade 6 - Juntos conseguimos resolver e a atividade 7 - Então e eu?.

Atividade 4 – A importância da empatia (adaptada para sessão virtual)

Objetivo: Sensibilizar os participantes a colocar-se no lugar do outro

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se on-line. Iniciou com um debate participativo sobre como se encontravam os alunos, como se sentiam, o que tinham feito para resolver esses sentimentos, do que mais sentiam saudades, etc. De seguida, cada aluno atribuiu a si mesmo um *emoji* (ver apêndice 6) conforme aquilo que estava a sentir e explicou o porquê de o escolher e daquilo que sentiu. Ao obtermos respostas diferentes mostramos que cada um sente coisas diferentes na mesma situação, ou seja, é demonstrada a importância dos sentimentos. Ao trabalharmos a empatia através dos sentimentos contribuimos para que se coloquem no papel do outro.

Atividade 5 – Saco dos sentimentos (adaptada para sessão virtual)

Objetivo: Conscientizar os alunos para a importância dos sentimentos

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se on-line. Cada aluno observou a folha com a frase “Eu hoje sinto-me _____ porque _____” (ver apêndice 7) e teve de a completar conforme o que sentiu no dia. De seguida, um de cada vez, leu em voz alta e pedi que alguém desse uma solução ou um comentário positivo para ajudar. (Exemplos: eu hoje sinto-me triste porque ninguém brincou comigo – alguém pode dizer para eu pedir em casa para alguém brincar comigo; eu hoje sinto-me entusiasmada porque é dia da sessão com a turma – alguém pode dizer que também está feliz por participar).

Atividade 6 – Juntos conseguimos resolver (adaptada para sessão virtual)

Objetivo: Desenvolver a empatia e a solidariedade

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se on-line. Cada aluno, com a ajuda do encarregado de educação/pais, escreveu num pedaço de papel um (ou mais) problema(s) que gostaria(m) que fosse(m) resolvido(s). Os problemas foram sobre o que estamos a viver ou sobre algo de casa. Depois de escreverem, dobraram o papel e aguardaram a sua vez. Um de cada vez leu o problema em voz alta e em conjunto, arranamos uma solução para o problema. Eu ajudei na troca de opiniões e na reflexão.

Atividade 7 – Então e eu?

Objetivo: Fortalecer a empatia

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se no exterior da escola. Em primeiro lugar, pedi quatro voluntários que se colocaram no centro do espaço, lado a lado e de frente para os restantes colegas. De seguida, colocaram a tira de cartolina na cabeça (ver apêndice 15) sem nunca ver o que estava escrito. Os restantes colegas, um de cada vez, foram para a frente do primeiro voluntário e fizeram o que está escrito na tira de cartolina, seguiram para o segundo e assim sucessivamente até todos passarem pelos quatro voluntários. O primeiro voluntário tinha escrito “diz-me olá com a mão”, o segundo “pisca-me o olho e faz-me um fixe com a mão”, o terceiro “passa para o próximo” e o quarto “sorri para mim”. Os restantes colegas cumpriram a tarefa sem nunca falar. No fim, perguntei a cada voluntário o que achava que tinha escrito, mas o foco foi para o voluntário número três que foi ignorado pelos colegas e queremos saber como se sentiu. Debatesmos sobre o que aconteceu.

Resultados obtidos ao longo da realização das atividades da ação n°2

Análise da ação n°2

Na atividade 4, os alunos estavam muito entusiasmados por me voltarem a ver e por realizarmos uma atividade. O objetivo era sensibilizar os participantes a colocar-se no lugar do outro e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram se empenharam. Na avaliação, quatro alunos referiram que “gostei porque falamos de sentimentos”, quatro alunos disseram “gostei porque conheci melhor as pessoas”, três alunos referiram que “gostei porque foi fixe”, dois alunos referiram “gostei porque foi criativa”, um aluno referiu “gostei porque mostramos mais de nós”, um aluno referiu “gostei porque ficamos a saber a opinião dos outros”, três alunos não responderam, um disse “não sei” e um recusou falar. O quadro 14 apresenta a sistematização da avaliação dos alunos sobre a atividade.

Quadro 14 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 4

Nome	Gostaram da atividade?	PORQUÊ?
Aluna A	Sim	Porque foi criativa
Aluna B	Sim	Porque foi fixe
Aluna D	Não respondeu	Não respondeu quando a questioneei (câmara desligada, devia estar ausente)
Aluno E	Sim	Porque foi interessante e falamos sobre os sentimentos
Aluno F	Não respondeu	Não respondeu quando o questioneei (câmara desligada, devia estar ausente)
Aluno G	Sim	Porque foi fixe e falamos de sentimentos
Aluna H	Sim	Porque foi fixe
Aluna I	Sim	Porque foi criativa e conheci melhor as pessoas
Aluna J	Sim	Porque falamos de sentimentos
Aluna K	Sim	Porque mostramos mais de nós
Aluno L	Sim	Porque conheci melhor as pessoas
Aluno M	Sim	Não sei
Aluno N	Sim	Porque conheci melhor as pessoas
Aluno R	Sim	Porque falamos de sentimentos
Aluno S	Sim	Porque ficamos a saber a opinião dos outros
Aluno U	Sim	Porque foi fixe e aprendi mais sobre os outros
Aluna V	Sim	Porque foi fixe
Aluna X	Não respondeu	Não respondeu quando a questioneei (câmara desligada, devia estar ausente)
Aluna Z	Recusou falar	Recusou falar – esteve sempre escondida (estava com a aluna V)

Na atividade 5, os alunos continuam entusiasmados, mas não estão tão participativos devido “à distância” que as sessões virtuais têm. O objetivo era consciencializar os alunos para a importância dos sentimentos e foi cumprido. A maior evidência do cumprimento do objetivo deve-se ao que o aluno F disse na avaliação da atividade, nomeadamente, “gostei porque aprendi a controlar melhor a minha raiva”. O aluno teve um ataque de raiva quando falou na atividade e depois da sessão disse que consegue controlar melhor esse sentimento. E o aluno S também evidenciou a importância dos sentimentos e da empatia quando referiu que “gostei porque aprendi a lidar com os sentimentos e soube os dos meus colegas”. Os alunos entenderam bem a atividade e souberam expressar o que sentiam. O sentimento mais abordado foi a felicidade; por exemplo, a aluna I referiu “eu hoje sinto-me feliz porque estou com a minha família”; o aluno N referiu “eu hoje sinto-me feliz porque posso brincar muito com o meu animal de estimação” e o aluno M referiu “eu hoje sinto-me feliz porque vou estar alguns dias com o meu pai porque ele não trabalha”. O sentimento da tristeza foi associado ao facto de não conseguirem brincar na rua e estarem fechados em casa; por exemplo, o aluno G referiu que “eu hoje sinto-me triste porque queria andar de bicicleta” e a aluna Z referiu que “eu hoje sinto-me triste porque não posso sair de casa”. No quadro 16 podem ler-se as respostas dos alunos que participaram na avaliação da atividade.

Quadro 15 - Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 5

Nome	Gostaram da atividade?	PORQUÊ?
Aluna A	Sim	Porque soube o que os outros sentem
Aluna B	Sim	Porque gosto de ti e das tuas atividades
Aluno E	Não respondeu	Saiu da sessão
Aluno F	Sim	Porque aprendi a controlar melhor a minha raiva
Aluno G	Não respondeu	Saiu da sessão
Aluna H	Sim	Porque foi fixe e adorei
Aluna I	Sim	Porque falamos sobre sentimentos
Aluna J	Sim	Porque fiquei a saber dos sentimentos dos outros
Aluna K	Sim	Porque as tuas sessões são criativas
Aluno L	Sim	Porque dei a minha opinião aos outros
Aluno M	Sim	Porque foi divertido saber os sentimentos dos outros
Aluno N	Sim	Porque descobri o que os colegas sentiam
Aluno O	Sim	Porque falamos de sentimentos
Aluno R	Sim	Porque foi importante falarmos de nós
Aluno S	Sim	Porque aprendi a lidar com os sentimentos e soube os dos meus colegas

Aluno U	Sim	Porque estávamos todos juntos e soube como se sentiam os outros
Aluna V	Sim	Porque gosto de fazer atividades e de saber o que os outros sentem
Aluna X	Não respondeu	Saiu da sessão
Aluna Z	Sim	Porque foi divertido saber o que os outros sentem

Na atividade 6, os alunos estavam desmotivados e nada participativos. O objetivo era desenvolver a empatia e a solidariedade e não foi cumprido porque apenas metade da turma participou; não cumpriram o que foi pedido na atividade, não estavam participativos e estavam cansados. Na avaliação verifiquei isso pois o aluno R disse “eu porque foi fixe”; a aluna K disse que “eu gostei porque é bom falar com os amigos” e a aluna B disse “eu gostei porque gostei do que me disseram”.

Esta ação foi realizada durante o confinamento, ou seja, foram sessões virtuais. As conversas e a realização das atividades foram através da plataforma Zoom e a partilha de material ou instruções necessárias foram através da plataforma Classroom. Durante certos momentos das sessões continuaram a existir comportamentos mais negativos, mas no seu todo os alunos que mais perturbaram as sessões foram os que habitualmente têm esse comportamento: os alunos G, por vezes o aluno S e a aluna H. Na minha opinião e daquilo que me foi possível observar, o aluno G e a aluna H são os dois alunos que mais perturbam as sessões através de atitudes inoportunas, como por exemplo, estar com o microfone ligado e falar ao mesmo tempo que os colegas, ligar o microfone para dizer piadas ou comentários desnecessários, cantar e mesmo quando estão em silêncio fazem danças ou gestos para distrair os restantes. O aluno S, por vezes, teve esses comportamentos, mas na maioria do tempo estava atento e participativo. De referir que o aluno G tinha esses comportamentos, mas em vários momentos participava ativamente nas atividades e na atividade 5 teve um comportamento exemplar e foi bastante participativo nas soluções que dava aos colegas.

As estratégias que utilizei foram ganhar a confiança dos alunos para que eles se sentissem à vontade para conversar comigo sobre o que sentem, bloqueei a funcionalidade do chat para não ser mais uma distração porque eles conversam por lá e explorei o lado mais emocional dos alunos através da abordagem sobre os sentimentos.

As atividades da ação nº2 permitiram-me conhecer melhor os sentimentos dos alunos através da realização das mesmas e contribuíram para a importância dos sentimentos na prevenção do bullying e nesta fase da pandemia. Através dos resultados identifiquei características

de alguns alunos que necessitam de ser trabalhadas como, por exemplo, a concentração (estão muito distraídos), a participação (falam muito pouco) e a comunicação (falam por cima dos outros). Permitiram-me, também, identificar que há alunos que não realizam as tarefas, quer as do professor ou as minhas (na plataforma Classroom consigo ver quem realizou ou não); houve alunos que faltaram às três sessões virtuais, nomeadamente, os alunos C, P, Q e T e a aluna D participou uns momentos na atividade 4 e depois saiu da sessão e não apareceu nas outras.

Os principais aspetos que retive da realização desta segunda ação foram a minha capacidade de resiliência e o esforço da turma na realização das atividades e no entendimento dos seus objetivos. Outro aspeto principal foi a adaptação das atividades para sessões virtuais, tentando motivar os alunos a participarem e abordar os sentimentos nesta fase da pandemia.

Sinto que melhorei questões do comportamento, em vez de chamar à atenção, tenho motivado os alunos a saber ouvir ao pedir para arranjam soluções ou fazerem comentários sobre o que os colegas dizem.

Enquanto mediadora, voltei a sentir-me insegura e receosa por causa das sessões virtuais, mas depois da primeira atividade online e do resultado da mesma fiquei mais confiante. Senti que continuei a facilitar a comunicação da turma através da promoção do respeito pelo outro, incentivei à participação e promovi a importância dos sentimentos.

Quadro 16 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 6

Nome	Gostaram da atividade?	PORQUÊ?
Aluna A	Saiu da sessão	
Aluna B	Sim	Porque gostei do que me disseram
Aluno F	Sim	Porque ajudei muita gente nos seus problemas
Aluna J	Sim	Porque fiquei a saber o que os meus amigos sentem
Aluna K	Sim	Porque é bom falar com os amigos
Aluno L	Sim	Porque podemos resolver o problema dos outros
Aluno M	Sim	Porque soube os problemas dos meus amigos
Aluno N	Sim	Porque deu para conviver um bocado
Aluno O	Sim	Porque podemos falar dos nossos problemas
Aluno R	Sim	Porque foi fixe
Aluno S	Sim	Porque senti e identifiquei-me com os problemas dos meus amigos
Aluna X	Sim	Porque podemos resolver os nossos problemas e ajudamos a resolver o dos outros

Na atividade 7, os alunos estavam muito entusiasmados por me voltarem a ver e por realizarmos uma atividade presencial. O objetivo era fortalecer a empatia e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram empenharam-se e mostraram empatia. Nos comentários a aluna A acabou por confessar que sofreu bullying e mostrou ser empática: “Isto está relacionado com bullying porque devemos meter no lugar do outro para sabermos se os estamos a magoar e se magoar não lhes devemos fazer maldades. Mas isso eu já sei porque sofri bullying. E se eu estivesse no lugar do ignorado eu ia-me sentir excluída.”; a aluna K mostrou que sabe colocar-se no lugar dos outros: “Eu aprendi que não se deve ignorar as pessoas mesmo que façam perguntas que não dá para responder e também não podemos brincar senão não aprendemos nada. Eu não gostaria de estar no lugar da pessoa porque ia-me sentir triste.” e o aluno Q referiu que “Eu percebi que temos de respeitar os outros”. Na avaliação, as respostas mostram que todos gostam das minhas atividades e dois referem que “a atividade foi muito criativa”; um referiu que “gostei porque as atividades com a Rita são muito engraçadas” e um disse que “gostei porque foi interessante e gostei de fazer a atividade com a Rita e os meus amigos”.

O principal aspeto que retive da realização desta última atividade da ação n°2 foram a grande diferença da colaboração da turma na realização das atividades, ou seja, a diferença do virtual para o presencial. Sem dúvida que os alunos colaboram e empenham-se mais no presencial.

Enquanto mediadora, fiquei mais confiante por regressar ao presencial. Senti que consegui um bom trabalho no virtual porque eles adquiriram conhecimentos e mostraram nesta sessão. Foi muito importante trabalharmos os sentimentos e a empatia na fase do virtual e notou-se que os alunos aprenderam a exprimirem-se melhor e a saberem colocar-se no lugar do outro.

Quadro 17 – Respostas das crianças do 4º ano sobre o questionário de avaliação da atividade 7

PERGUNTAS	RESPOSTAS	
1. Sexo	Feminino: 10	Masculino: 13
2. As instruções da atividade foram bem explicadas?	Sim: 22	Não: 1
3. A atividade foi interessante?	Sim: 23	Não: 0
4. Mudavas alguma coisa desta atividade?	Sim: 1	Não: 22

4.1. Se respondeste “Sim”, o que mudavas?	(1) mudava que todos podiam experimentar ser voluntários e todos podiam fazer o que é pedido.
4.2. Se respondeste “Não”, o que mais gostaste?	(5) Gostei de fazer os gestos; (2) O que mais gostei foi ficar com a coroa e descobrir o que estava escrito; (2) A atividade foi muito criativa; (2) Foi as pessoas que estavam com a cartolina não saberem o que estava escrito; (2) Gostei de ver a reação dos meus amigos e o que eles pensavam os gestos (1) Gostei porque as atividades com a Rita são muito engraçadas; (1) Gostei porque foi interessante e gostei de fazer a atividade com a Rita e os meus amigos; (1) Não mudava nada porque foi muito fixe; (1) Gostei de sorrir; (1) Gostei de ver as caras dos meus quatro amigos; (1) Gostei de termos instruções; (1) Gostei de ignorar o meu melhor amigo; (1) Gostei de tudo, mas lembrei-me do meu passado; (1) Gostei da parte que falamos com o meu amigo que tirou a coroa de ignorá-lo pois às vezes podem ficar tristes por serem ignorados.

AÇÃO N°3: A COMUNICAÇÃO FAZ A DIFERENÇA

Esta ação teve como objetivo compreender a importância da comunicação. Inclui três atividades, nomeadamente a atividade 8 - Partilha de carinho; a atividade 9 - Desenhar com indicações e a atividade 10 - Diferenças e Semelhanças.

Atividade 8 – Partilha de carinho

Objetivo: Promover o diálogo e a interação.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula e os alunos estavam sentados nos seus lugares. Em primeiro lugar, foi feito um sorteio para saber quem escreve as frases a quem. De seguida, cada um escreveu uma frase sobre a pessoa que lhe calhou (um elogio ou algo carinhoso) numa folha. No fim, um de cada vez disse para quem escreveu e leu a frase em voz alta para a turma. Todos escreveram o que sentiram sobre o que disseram sobre si e o que acharam da atividade.

Atividade 9 – Desenhar com indicações

Objetivo: Desenvolver a capacidade de comunicação.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Em primeiro lugar, formaram pares com os colegas de mesa para realizar a atividade e depois escolheram quem fica vendado e quem dá as indicações. O primeiro que ficar de olhos vendados vai desenhar o que o colega lhe disser, apenas com indicações verbais. Eu desenhei no quadro o primeiro desenho. Quando terminaram o desenho, trocaram de lugar um com o outro e repetiram a atividade quando eu desenhei o segundo desenho no quadro. Foi esperado que melhorassem no segundo desenho, de maneira a mostrar que melhoraram a comunicação porque o primeiro não correu tão bem. No fim, vimos o resultado e debatemos.

Atividade 10 – Diferenças e Semelhanças

Objetivo: Promover a interação entre as crianças.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Em primeiro lugar, cada aluno recebeu uma folha com dez questões sobre preferências (ver apêndice 8) que devem responder. De seguida, foi desenhado no quadro dois círculos unidos por uma interseção. Foram escolhidas duplas para partilharem as suas respostas e o diagrama foi preenchido conforme essas respostas. Ou seja, as respostas de um ficam de um lado, as respostas do outro ficam do lado oposto e as respostas comuns ficam na interseção. Foi repetido o processo com todas as duplas, mas todos os alunos apontaram na folha quem tem respostas em comum com as suas. No fim, houve uma reflexão sobre as diferenças e as semelhanças de cada um e como é importante existir respeito pelos gostos individuais.

Resultados obtidos ao longo da realização das atividades da ação nº3

Análise da ação nº3

Na atividade 8, os alunos estavam muito entusiasmados por realizarmos mais uma atividade. O objetivo era promover o diálogo e a interação e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram empenharam-se. Na avaliação, a aluna A referiu que “eu amei esta atividade porque sei que a amizade com um dos meus melhores amigos é verdadeira”; o aluno E disse “eu gostei da atividade porque senti que tenho um amigo de verdade e que quando quiser posso contar com ele”; a aluna I referiu que “a atividade foi ótima como sempre”; a aluna K disse “gostei muito da

atividade”; o aluno N referiu “gostei da atividade porque pude saber o que uma pessoa acha de mim”; o aluno U referiu “esta atividade foi muito fixe porque soube o que ele pensou de mim” e a aluna Z referiu que “a aula foi criativa e eu gostei”. O quadro seguinte apresenta os resultados da avaliação de todos os participantes nesta atividade.

Quadro 18 – Respostas dos alunos sobre a atividade 8

Nome	O que sentiu sobre a frase que o colega escreveu sobre si e a avaliação da atividade
Aluna A	Senti-me feliz, amável e envergonhada. Eu amei esta atividade porque sei que a amizade com um dos meus melhores amigos é verdadeira.
Aluna B	Senti-me fixe. Gostei da atividade porque foi espetacular.
Aluna D	Senti-me elogiada e forte. Gostei porque pudemos falar bem um dos outros.
Aluno E	Eu senti que tenho um amigo de verdade e que quando quiser posso contar com ele. Eu gostei da atividade.
Aluno F	Senti-me bem porque senti que tenho amigos ao meu lado. Gostei da atividade.
Aluno G	Eu senti-me muito triste, mas não me importo. E obrigado a todos que falaram bem de mim. Eu gostei da atividade.
Aluna H	Eu senti-me mal porque ela não me disse coisas tao bonitas como eu disse a outro colega. Queria que ela dissesse coisas melhores. Eu gostei da atividade porque foi fixe.
Aluna I	Eu também a adoro e ela é muito gentil até porque eu não ouvia um elogio desses ao tempo. Um beijinho. A atividade foi ótima como sempre.
Aluna J	Senti-me feliz por saber que ela gosta de mim da mesma forma que eu gosto dela. Gostei muito da atividade.
Aluna K	Eu gostei da frase que ele me escreveu, senti-me muito feliz. Gostei da aula de hoje.
Aluno L	Eu senti-me feliz quando ele disse isso de mim. Eu gostei porque o meu amigo falou de mim.
Aluno M	Eu fico feliz sabendo que ela diz que eu faço coisas aleatórias porque eu sou mesmo assim. Eu gostei desta atividade porque ficamos a saber o que os outros pensam de nós.
Aluno N	Senti-me bem e muito feliz por ter pelo menos uma pessoa que reconhece o meu esforço em trabalhar e por dizer que sou um bom amigo! Gostei da atividade porque pude saber o que uma pessoa acha de mim.
Aluno O	Eu senti-me valorizado pelas palavras que ouvi e fizeram-me sentir útil. Gostei da atividade!!!
Aluno Q	Eu senti amizade. Eu gostei da atividade.
Aluno R	Senti-me bem, obrigado e eu também gosto dele. Gostei da atividade.

Aluno S	Senti-me bem. A atividade foi boa e correu bem. Eu gostei porque eu agora sei algumas coisas sobre os meus amigos porque isso é muito importante. Eu gosto de ouvir isso dos meus amigos.
Aluno T	Senti-me bem. Gostei muito da aula porque falamos da amizade.
Aluno U	Senti-me muito fixe porque ele é meu amigo. Esta atividade foi muito fixe porque soube o que ele pensou de mim.
Aluna V	Senti-me normal, mas quero agradecer por me dizer aquilo. Adorei esta atividade.
Aluna X	Senti-me como uma pessoa qualquer (coisa que não sou) com caracóis. E gostei da atividade, because foi fixe.
Aluna Z	Senti-me bem. A aula foi criativa e eu gostei.

Na atividade 9, os alunos continuaram entusiasmados. O objetivo era desenvolver a capacidade de comunicação e foi cumprido. Esta atividade foi a que a maioria mais gostou até aquele momento e foi surpreendente realizá-la porque os alunos podiam brincar e fugir às instruções, mas pelo contrário cumpriram todos os objetivos e com um comportamento exemplar. Na avaliação a aluna D referiu “eu gostei da atividade porque ri muito”; o aluno Q referiu “eu gostei muito porque podia ajudar uma pessoa”; o aluno S referiu “a atividade foi muito boa e interessante” e a aluna V disse que “a atividade foi muito divertida (...) eu adorei esta aula”. É importante salientar dois acontecimentos importantes na realização desta atividade: o primeiro foi o aluno G que demonstrou um lado mais empático e solidário quando se voluntariou para fazer uma parte da tarefa com o colega que não tinha par e o segundo momento foi a avaliação do aluno F que ele relacionou ao bullying quando disse “esta atividade está relacionada com o bullying porque não se deve gozar com os cegos, nem com pessoas com dificuldades”.

Quadro 19 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 9

Nome	Avaliação
Aluna A	Eu amei esta atividade porque me ri muito, porque desenhei e dei instruções, mas gostei mais de desenhar. Esta atividade é claramente sobre bullying porque este desafio que nos foi proposto tem a ver com paz. Eu gostei mais de desenhar porque me podia rir à vontade. A minha parceira foi espetacular e por causa da sua bondade não tive dificuldades. Eu ajudei-a tal como ela me ajudou.
Aluna B	Foi fixe, são lindas todas as coisas que a Rita faz. A ajuda da minha colega foi fixe.
Aluno C	Eu gostei de dar instruções porque eu quero aprender a desenhar como a minha colega, ela sabe desenhar com os olhos fechados. A minha dificuldade foi desenhar porque eu não sei desenhar. Eu queria jogar outra vez porque foi muito fixe.
Aluna D	Eu gostei da atividade porque me ri muito. Gostei mais de dar instruções porque podia ver o meu colega a fazer uma obra de arte. Não tive nenhuma dificuldade.

Aluno E	Gostei porque foi divertido tentar entender o que o outro estava a dizer. Gostei mais de desenhar porque tentei encontrar os sítios e no fim ficou um resultado engraçado. Tive uma dificuldade que foi encontrar os sítios sem conseguir ver.
Aluno F	Gostei porque soube como o meu amigo descreve o que vê. Gostei mais de dar instruções porque senti que o meu amigo confiou em mim. Não tive dificuldades. Esta atividade está relacionada com o bullying porque não se deve gozar com os cegos, nem com pessoas com dificuldades.
Aluno G	Eu gostei da atividade porque estávamos a desenhar com os olhos vendados. Eu queria fazer mais desenhos. Eu não tive nenhuma dificuldade. Eu gostei mais de desenhar porque sou bom.
Aluna H	Eu gostei muito da atividade e eu e a minha colega somos muito boas a desenhar. A minha colega é melhor a dar instruções. Eu não tive dificuldades. Foi muito engraçado, eu senti-me muito feliz e foi muito fixe.
Aluna I	Eu gostei de dar as instruções, acho que o desenho 2 ficou melhor até porque há pessoas com talento e este pode ser o meu. Não teve muita graça porque houve pessoas que viram os desenhos. Não tive dificuldades. Adorei a atividade porque foi divertida, engraçada e criamos muita empatia e laços entre os outros.
Aluna J	Eu gostei muito de dar instruções porque desenhar é difícil. Tive dificuldade em encontrar os sítios, eu também gostei de desenhar porque sentir dificuldades é bom. Gostei mais do desenho 2. Acho que eu e a minha colega nos esforçamos muito. E eu acho que as aulas da Rita são todas boas, mas a aula de hoje foi melhor.
Aluna K	Eu gostei mais de desenhar porque eu adoro desenhar. Mas a minha dificuldade foi desenhar com os olhos vendados porque é muito difícil. Eu senti que me esforcei muito tal como a minha amiga. Eu adorei e acho que as aulas da Rita são magnificas.
Aluno L	Eu gostei mais de desenhar porque adoro desenhar. Eu tive dificuldades em desenhar de olhos vendados. Eu gostei da atividade porque fiquei com os olhos vendados e foi a atividade que eu gostei mais.
Aluno M	Eu gostei da atividade porque pudemos ajudar os outros e ri-me muito. Eu fiz o desenho 2 e estava mal desenhado porque tive dificuldades.
Aluno N	Eu gostei da atividade porque pude experimentar desenhar com a venda e isso é muito giro e engraçado. Eu gostei mais de dar instruções porque não é preciso desenhar e porque já sei qual é o desenho que é para explicar e isso é fixe. Eu tive uma dificuldade que foi tentar desenhar bem. Adorei e delirei com a atividade de hoje, foi das melhores.
Aluno O	Não gostei desta atividade porque eu não desenei bem. Descobri que esta atividade não é para mim e que não gosto porque fiz mal.
Aluno Q	Eu gostei muito porque podia ajudar uma pessoa. Eu não tive nenhuma dificuldade. O meu colega realizou muito bem aquilo que eu dizia. Eu gostei mais de desenhar porque é muito divertido depois ver o que desenei com os olhos vendados.
Aluno R	Eu gostei mais de dar as instruções porque eu não tenho de estar vendado. O meu amigo desenhou pior, mas não tem mal porque nos divertimos. A atividade foi boa. O que dá as instruções fica curioso para ver o que o colega faz.
Aluno S	Eu gostei mais de desenhar porque foi divertido e eu fiquei muito curioso para ver o resultado. Eu gostei mesmo desta atividade e eu não tive nenhuma dificuldade. A atividade foi muito boa e interessante. Houve erros, mas fazem parte da atividade.
Aluno T	Eu gostei muito desta atividade porque foi muito divertida e porque foi de desenho e eu gosto muito de desenhar. Foi muito divertido usar a venda e eu gostei de tudo.

Aluno U	Eu gostei mais de dar instruções porque eu não gosto de desenhar e a minha colega desenha bem. Eu gostei da atividade porque deu para sorrir um bocado com os desenhos. Tive dificuldade em perceber os sítios que era para desenhar.
Aluna V	A atividade foi muito divertida. Eu tive dificuldades em desenhar porque não costumo desenhar com os olhos vendados. Eu gostei mais de dar instruções do que desenhar, mas mesmo assim a atividade foi bem planeada. Eu adorei. Na minha opinião, os que fizeram batota não sentiram a experiência como os outros. Por exemplo, quem conseguia ver o desenho do quadro não se divertiu nem um pouco. Adorei esta aula, mas podia ter menos barulho.
Aluna X	Eu gostei mais de dar instruções. Não tive nenhuma dificuldade. Gostei da atividade e achei-a muito criativa.
Aluna Z	Eu gostei muito da atividade porque foi muito engraçada e criativa. Eu gostei mais de desenhar. Não tive nenhuma dificuldade.

Na atividade 10, os alunos estavam entusiasmados e inquietos. O objetivo era promover a interação entre as crianças e foi cumprido. Os alunos viram com quem tinham em comum as suas preferências e interagiram entre pares. Na avaliação, o aluno C referiu que “gostei de fazer esta atividade com os meus amigos”; a aluna K disse que “adorei esta atividade e acho que a Rita é criativa”; o aluno Q referiu “eu gostei da atividade porque eu consegui encontrar coisas em comum com outras pessoas” e o aluno G disse “eu gostei muito desta atividade”. De salientar que a aluna A e o aluno M relacionaram esta atividade ao bullying. A aluna A referiu “Eu gostei desta atividade porque conheci melhor os meus amigos. Esta atividade é sobre bullying porque é para sabermos que não se deve gozar com os outros por nada, mas sim aceitar as diferenças” e o aluno M referiu “Isto foi sobre bullying porque vimos com quem temos coisas em comum e todos aceitaram as diferenças”. O quadro 20 inclui a resposta de todos os participantes na atividade 10.

Quadro 20 – Avaliação dos alunos em relação à atividade 10

Nome	Avaliação
Aluna A	Eu gostei desta atividade porque conheci melhor os meus amigos. Esta atividade é sobre bullying porque é para sabermos que não se deve gozar com os outros por nada, mas sim aceitar as diferenças.
Aluno C	Eu gostei de fazer esta atividade com os meus amigos.
Aluna D	Eu gostei muito desta atividade porque víamos com quem tínhamos coisas em comum.
Aluno E	Gostei porque vimos o que temos em comum uns com os outros.
Aluno G	Eu gostei muito desta atividade.
Aluna H	Eu gostei desta atividade.
Aluna I	Gostei, mas estava muito barulho.
Aluna J	Eu gostei muito da atividade tirando a parte em que alguns não respeitaram.
Aluna K	Eu adorei esta atividade e acho que a Rita é criativa.

Aluno M	Isto foi sobre bullying porque vimos com quem temos coisas em comum e todos aceitaram as diferenças.
Aluno N	Eu gostei desta atividade porque pude saber o que algumas pessoas têm em comum com outras pessoas e comigo.
Aluno O	Eu gostei porque sei que as pessoas têm preferências iguais às minhas e descobri ainda mais.
Aluno Q	Eu gostei da atividade porque eu consegui encontrar coisas em comum com outras pessoas.
Aluno R	A atividade foi boa, mas estava muito barulho e alguns não respeitaram.
Aluno S	Eu gostei da atividade porque foi boa e fixe.
Aluno U	Gostei porque deu para saber o que os outros gostam.
Aluna V	Eu gostei muito da atividade porque pudemos saber coisas que temos em comum com os nossos amigos.

As estratégias que utilizei continuaram as mesmas que são ganhar a confiança dos alunos para que eles se sintam à vontade para conversar comigo sobre o que sentem, conquistar o interesse deles nas atividades e ajudá-los a relacionarem-se melhor uns com os outros.

As atividades da ação nº3 permitiram-me conhecer melhor as situações de bullying que alguns alunos passaram, nomeadamente, o que tinha acontecido realmente, como ou se ultrapassaram e principalmente como se relacionam e interagem esses alunos com os restantes colegas. Também me permitiram desenvolver as relações entre os alunos, ajudei-os a comunicar melhor e perder a timidez, promovi o respeito e a empatia e consciencializei-os para a importância da comunicação.

Os principais aspetos que retive da realização desta terceira ação foram a dedicação da turma na realização das atividades e no entendimento dos seus objetivos e o desempenho dos alunos a cada atividade pois foram melhorando e evoluindo sempre em algum aspeto. É importante salientar que no início e na primeira ação os alunos estavam mais em grupos no recreio e agora estão mais unidos e brincam mais em turma ou fazem a mesma brincadeira em pequenos grupos por causa das medidas preventivas.

A evolução dos alunos é notória por exemplo na aluna H que no início interrompia imenso a atividade e brincava muito, foi melhorando ao longo das sessões e agora está mais atenta e interessada. Concretamente, depois da realização da atividade 9 eu retive no meu diário de bordo que “a aluna H surpreendeu-me com o seu comportamento exemplar que nunca tinha visto. Mais empenhada do que o costume, sentada corretamente, só a conversar com a colega e queria muito trabalhar”; outro exemplo é o aluno U que no início não era muito participativo; por exemplo, na atividade 1 eu referi que ele e outro aluno “(...) apesar de estarem em lugares opostos estavam a

conversar alto e a destabilizar o grupo” (registro no Diário de Bordo) e aos poucos mostrou mais interesse e agora participa e desenvolve uma opinião na avaliação.

No geral, a turma evoluiu no comportamento, na participação e no desenvolvimento de opinião, quer no desenrolar da atividade quer na avaliação, e essa é das maiores evoluções pois no início era um ponto fraco presente no grupo.

Sinto que melhorei na relação que tenho com eles e que eles confiam muito em mim e se sentem confortáveis a falar comigo. Melhorei também a minha postura, no sentido de não exigir, mas sim conversar e ouvir.

Enquanto mediadora, sinto-me confiante e confortável com a turma. Senti que continuei a facilitar a comunicação da turma através da promoção do respeito pelo outro, da empatia, incentivei à participação e promovi a importância da comunicação.

AÇÃO N°4: A VERDADE SOBRE O BULLYING

Esta ação tem como objetivos desenvolver competências de reflexão e debater os comportamentos de bullying. Estão inseridas quatro atividades, nomeadamente a atividade 11 - Bullying ou não?; a atividade 12 - As duas maçãs; a atividade 13 - Caixa da verdade e a atividade 14 - Correio.

Atividade 11 – Bullying ou não? (adaptada para sessão virtual)

Objetivos: Identificar comportamentos de bullying.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se on-line. Foram mostrados quatro vídeos (ver apêndice 9) sobre bullying. O primeiro foi uma animação, com cerca de um minuto, intitulada por “Animação contra o bullying” são a pedra, o papel e a tesoura e mostrava que todos podem ter uma coexistência pacífica; o segundo foi um anúncio de Natal, com cerca de um minuto e meio, intitulado por “Anúncio de Natal, ouriço-cacheiro, Igualdade e Amor” e o terceiro vídeo foi uma pequena parte, com cerca de cinco minutos e meio, do programa “E se fosse consigo?” que reuniu testemunhos de vítimas de bullying. No fim da visualização dos vídeos, cada aluno escreveu na folha a sua opinião sobre cada um deles e quando terminaram houve uma partilha de respostas. O quarto vídeo foi mostrado no final da atividade porque era uma música brasileira que faz alusão ao herói criado pela Rádio Margarida que é a personificação do Estatuto da Criança e do Adolescente (criado pela ONG) e a música chama-se “Bullying, Sai Pra Lá”.

Atividade 12 – As duas maçãs (adaptada para sessão virtual)

Objetivo: Sensibilizar para a questão do bullying.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se on-line. Em primeiro lugar perguntei se notavam alguma diferença entre as duas maçãs (ver apêndice 16). Depois, expliquei que a uma das maçãs vão dizer coisas bonitas e carinhosas e à outra maçã vão dizer palavras duras e más. De seguida, um de cada vez, fez um elogio à primeira maçã e uma crítica à outra. No fim, abri a meio a maçã que foi bem tratada e vimos que tem bom aspeto e está suculenta. Ao abrir a maçã que foi maltratada (que previamente foi “estragada”, ou seja, atirada ao chão, para ficar escura por dentro) estava mole e escura com aspeto de podre. No fim, houve um debate para mostrar o que as palavras podem fazer a uma pessoa.

Atividade 13 – Caixa da verdade

Objetivo: Reconhecer situações de bullying com que já se depararam.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Foi distribuída a folha da atividade (ver apêndice 10) que continha quatro caixas de texto: uma para descrever se já foi vítima de bullying, outra para contar se já foi agressor, outra se denunciou ou se fez algo para ajudar alguém e, por último, como se sentiu em qualquer uma das situações. Cada aluno devia contar a sua experiência em cada quadrado. Tal como o nome sugere, nesta caixa só entram verdades, por isso os alunos devem contar a verdade em cada quadrado da folha. Quando terminaram, os alunos dobraram as folhas e colocaram-nas na caixa da verdade. Um de cada vez, retirou uma folha e leu em voz alta. No fim, debatemos todas as respostas.

Atividade 14 – Correio

Objetivo: Compreender as causas e as consequências do bullying.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Cada aluno escreveu uma carta sobre um episódio de bullying, essa carta podia ser um pedido de desculpa, uma partilha pessoal, contar um caso de denuncia, contar o que fez para travar, etc. Não precisavam de assinar nem de dirigir a carta a alguém. Quando terminaram, colocaram a folha no envelope e inseriram-na no marco do correio (ver apêndice 17). No final, um de cada vez retirou uma carta à sorte e leu em voz alta para a turma.

Resultados obtidos ao longo da realização das atividades da ação nº4

Análise da ação nº4

Na atividade 11, os alunos estavam muito entusiasmados por continuarmos a realizar atividades. O objetivo era identificar comportamentos de bullying e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram empenharam-se e compreenderam os vídeos que eu mostrei. A aluna A disse no primeiro vídeo que “Entendi que a tesoura ajudou o papel e o papel seguiu o seu exemplo ajudando a pedra. E juntaram-se para ajudar mais pessoas. Concluindo devemos ser amigos de todos” e a aluna V entendeu que “Não devemos fazer bullying e todos devemos ser amigos. No final os maus ficam de fora, todos somos diferentes, ninguém é igual”. O aluno F referiu sobre o segundo vídeo que “Devemos aceitar as pessoas tal como elas são e ajudá-las nos seus problemas e defeitos” e a aluna I disse que “Toda a gente tem dificuldades no começo, mas depois os amigos estão sempre lá para nos ajudar e nos fazer rir. Há coisas na vida que são importantes e os amigos são uma delas”. Sobre o terceiro vídeo, o aluno L disse que “Eu entendi que fazer bullying é mau. Quem sofre pode ter uma depressão. E as pessoas que viam impediam o bullying. Se eu fosse a pessoa que sofreu ia sentir-me triste” e o aluno N referiu que “Eu entendi que as pessoas que fazem bullying não sabem o que é que as pessoas que sofrem bullying sentem e se fossem eles a sofrer não iam gostar”.

No quadro seguinte apresenta-se a avaliação dos alunos sobre esta sessão.

Quadro 21 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 11

Nome	AVALIAÇÃO
Aluna A	Eu gostei da atividade porque pude saber muitas coisas novas e foi divertida
Aluna B	Eu gostei porque falamos de ajudar os amigos e de bullying
Aluno C	Eu gostei porque os vídeos foram fixes
Aluna D	Eu gostei porque vimos vídeos de bullying
Aluno E	Eu gostei porque falamos de bullying e vimos o que acontece nestas situações
Aluno F	Eu gostei porque falamos de bullying e aprendemos o que se deve fazer
Aluna H	Eu gostei porque os vídeos foram divertidos e foi sobre bullying
Aluna I	Eu gostei porque aprendi mais sobre bullying
Aluna J	Eu gostei porque mostrou como se sentem os que sofreram de bullying
Aluna K	Eu gostei porque percebi que devemos proteger as pessoas
Aluno L	Eu gostei da atividade porque falamos de bullying
Aluno M	Eu gostei porque vimos situações de bullying e como devemos evitar
Aluno N	Eu gostei da atividade porque pude saber o que se deve e o que não se deve fazer num caso de bullying

Aluno O	Eu gostei porque os vídeos eram sobre bullying
Aluno R	Eu gostei, foi muito fixe porque vimos vídeos de bullying
Aluno S	Eu gostei porque a atividade foi boa e fiquei a saber como não fazer bullying
Aluno T	Eu gostei porque aprendi coisas novas
Aluna V	Eu gostei porque os vídeos eram divertidos e porque falamos de bullying
Aluna X	Eu gostei da atividade porque achei-a prática e divertida
Aluna Z	Eu gostei porque os vídeos eram divertidos e fixes

Na atividade 12, os alunos continuaram entusiasmados, mesmo sendo realizada numa sessão virtual. O objetivo era sensibilizar para a questão do bullying e foi cumprido porque os alunos entenderam como a vítima sofre e que não se deve fazer bullying. A maior evidência do cumprimento do objetivo verifica-se na avaliação da atividade onde a maioria dos alunos refere que gostou da atividade exceto na parte em que insultaram uma das maçãs. Por exemplo: a aluna B disse que “gostei de tratar bem uma maçã, mas não gostei nada de tratar mal a outra. É triste gozar com os outros”, a aluna H referiu que “gostei porque demos elogios, mas não gostei de insultar” e a aluna X disse que “gostei da atividade, mas não gostei de ver a maçã nº2 triste por dentro”. Os alunos entenderam que não havia diferença entre as maçãs quando elas estavam inteiras, mas depois de maltratarem uma viram que no interior essa maçã estava triste e magoada; então, perceberam que não devemos fazer bullying. Por exemplo: o aluno F disse que “Não há nenhuma diferença entre as maçãs. Eu comia a maçã nº1, tem um aspeto muito bom. A maçã nº2 está estragada. A maçã nº2 sofreu bullying, foi maltratada e parece que lhe bateram” e o aluno E disse que “Não há nenhuma diferença entre as maçãs. A maçã nº2 está triste por dentro porque a insultamos”. No fim, todos os alunos entenderam que a maçã era a representação de uma pessoa e que as pessoas às vezes parecem bem, mas por dentro estão mal e magoadas. A questão do bullying foi bem trabalhada e compreendida pela turma, conforme se pode identificar no quadro seguinte.

Quadro 22 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 12

Nome	AVALIAÇÃO
Aluna A	Eu gostei da atividade porque pudemos saber como é que as pessoas se sentem quando as tratamos mal
Aluna B	Eu gostei de tratar bem uma maçã, mas não gostei nada de tratar mal a outra. É triste gozar com os outros

Aluno C	Eu gostei de tudo menos de gozar com uma das maçãs
Aluno E	Eu gostei porque soubemos o que se sente por dentro
Aluno F	Eu gostei porque fizemos elogios a uma maçã, mas não gostei de dizer mal da outra maçã
Aluna H	Eu gostei porque demos elogios, mas não gostei de insultar
Aluna I	Eu gostei porque percebemos o que as pessoas sentem quando as tratamos mal
Aluna K	Eu gostei porque pude ver como as pessoas se sentem quando são insultadas
Aluno L	Eu gostei da atividade porque pude saber como as pessoas se sentem
Aluno M	Eu gostei porque soubemos o que as pessoas sentem quando as insultamos
Aluno N	Eu gostei da atividade, mas não gostei de insultar
Aluno O	Eu gostei da atividade, mas não gostei de insultar
Aluno R	Eu gostei porque foi fixe
Aluno S	Eu gostei porque fiquei a saber o que os outros sentem quando são insultados
Aluno T	Eu gostei porque soubemos como se sente quem é maltratado
Aluna V	Eu gostei porque tratamos bem uma, mas não gostei de criticar a outra
Aluna X	Eu gostei da atividade, mas não gostei de ver a maçã nº2 triste por dentro

Estas duas atividades relativas à ação 4 foram realizadas durante o isolamento profilático da turma, ou seja, foram sessões virtuais. As conversas e a realização das atividades foram através da plataforma Zoom e a partilha de material ou instruções necessárias foram através da plataforma Classroom. Os alunos estavam empenhados, participativos e as atividades correram muito bem. Estas duas atividades permitiram-me conhecer melhor a opinião dos alunos sobre o bullying e se sabiam identificar comportamentos de bullying.

Na primeira vez que realizei as sessões virtuais, nomeadamente a ação nº2 consegui identificar características de alguns alunos que necessitavam de ser trabalhadas como, por exemplo, a concentração (estão muito distraídos), a participação (mal falam) e a comunicação (falam por cima dos outros) e agora na ação nº4 os alunos já melhoraram essas características porque estão mais concentrados e atentos, participam um pouco mais e respeitam quando os colegas falam e usam a mão virtual para pedir permissão para falar.

Houve alunos que faltaram às duas sessões virtuais, nomeadamente, os alunos G, P, Q e o U.

Um aspeto principal a reter é o facto de os alunos confiarem muito em mim e se sentirem à vontade para partilhar qualquer assunto comigo e dou-lhes motivação para desenvolverem as suas opiniões, para não terem vergonha de dizer o que quiserem e se sentirem seguros na turma. Enquanto mediadora senti-me confiante, continuei a facilitar a comunicação da turma através da promoção do respeito pelo outro, incentivei à participação e promovi a prevenção ao bullying.

Na atividade 13, os alunos estavam muito entusiasmados por continuarmos a realizar atividades. O objetivo era reconhecer situações de bullying que já se depararam e foi cumprido, pois todos os alunos que participaram empenharam-se, preencheram a folha com a sua verdade e identificaram aquilo que já passaram.

Os alunos interiorizaram muito bem a importância dos sentimentos e nesta atividade todos expressaram bem aquilo que sentiam. Por exemplo: a aluna J referiu que “gostei porque pude expressar os meus sentimentos”; a aluna A disse que “Na 1 fiquei muito triste, com medo e desanimada porque fiquei magoada. Na 2 acho que fiz bem, mas podia ter feito diferente. Na 3 fiquei com pena porque fiquei triste e não queria que me fizessem a mesma coisa” e o aluno S referiu que “Senti-me bem a ajudar e senti-me mal a ser agressor porque não gosto de agredir”.

Quadro 23 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 13

Nome	AVALIAÇÃO
Aluna A	Eu gostei da atividade porque pude desabafar, mas também desabafo com a minha melhor amiga. A atividade foi realizada na perfeição e a Rita foi muito compreensiva. Eu não menti porque sei que posso confiar na Rita.
Aluna B	Eu gostei porque foi fixe.
Aluna D	Eu gostei porque eu pude saber se os meus amigos já tinham sofrido bullying.
Aluno E	Eu gostei porque vimos o que cada um passou.
Aluno F	Eu gostei porque percebi que os meus amigos sofreram de bullying e percebi que precisaram de ajuda.
Aluno G	Eu gostei de tudo desta aula.
Aluna H	Eu gostei porque foi muito fixe.
Aluna I	Eu gostei porque falamos sobre bullying.
Aluna J	Eu gostei porque pude expressar os meus sentimentos.
Aluna K	Eu gostei porque falamos sobre bullying e partilhei algumas coisas.
Aluno L	Eu gostei porque pude admitir se sofri bullying ou não e porque soubemos a consciência dos outros.
Aluno M	Eu gostei porque soubemos a consciência dos outros e se já fizeram bullying.
Aluno O	Eu gostei porque pude exprimir o meu passado e tentar melhorar o meu futuro.
Aluno P	Eu gostei, foi divertida, gosto de partilhar e de saber o que os outros já sofreram.
Aluno R	Eu gostei muito da atividade, na verdade gosto de todas. Foi interessante, mas não tão boa como as outras. Foi fixe na mesma.
Aluno S	A atividade foi mais ou menos, não foi tão interessante como as outras. Mas foi bom saber o que os outros dizem.
Aluno U	Eu gostei porque falamos sobre o bullying e foi muito fixe.
Aluna V	Eu gostei da atividade. Foi um pouco estranho ler em voz alta, mas a Rita deu-me confiança.
Aluna X	Eu gostei muito da atividade porque além de trabalharmos o bullying também trabalhamos a honestidade e pudemos saber como se sentem por dentro.

Na atividade 14, os alunos continuam entusiasmados. O objetivo era compreender as causas e as consequências do bullying e foi cumprido porque os alunos compartilharam a sua opinião e histórias o que os sensibilizou para reconhecerem as causas e consequências.

Com as cartas os alunos compreenderam quais são as causas do bullying, como se sentem as vítimas e quais as consequências que o bullying traz. Por exemplo: o aluno N escreveu sobre ter sido vítima, expressou os seus sentimentos e sentiu-se mal por ter lembrado o que viveu então referiu “Eu gostei da atividade porque pude saber de casos de bullying que desconhecia. E fiquei um bocadinho incomodado a lembrar o que eu passei”; o aluno F referiu “Eu não gostei porque lembrei-me de coisas más”, além das dificuldades que tem também não gostou de lembrar o passado e isto é uma das consequências, e a aluna I revelou uma das causas de ter sido vítima, foi por causa do excesso de peso que tinha na creche e agora reconhece que ela é que se tem de sentir bem com o seu corpo e mencionou “Eu gostei porque deu para entender o que passamos de verdade”.

Quadro 24 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 14

Nome	AVALIAÇÃO
Aluna A	Esta atividade porque foi muito divertida. Não mudava nada. Gostei da atividade porque pude conhecer várias histórias e opiniões. A Rita foi compreensiva. Esta atividade foi como todas: exemplar.
Aluna B	Eu gostei, mas fiquei triste por falar disto.
Aluna D	Eu não gostei muito da atividade porque não gosto de escrever, mas de resto a atividade era fixe.
Aluno E	Eu gostei porque vimos quem agrediu, quem sofreu e também ficamos a saber o que cada um acha do bullying.
Aluno F	Eu não gostei porque lembrei-me de coisas más.
Aluna H	Eu gostei porque foi mesmo muito fixe, mas não gostei assim tanto.
Aluna I	Eu gostei porque deu para entender o que passamos de verdade.
Aluna K	Eu gostei porque ouvi coisas dos meus amigos e vi que eles já sofreram de bullying.
Aluno L	Eu gostei porque pude saber o bullying que fizeram aos meus amigos.
Aluno M	Eu gostei porque soubemos o que aconteceu às pessoas anonimamente.
Aluno N	Eu gostei da atividade porque pude saber de casos de bullying que desconhecia. E fiquei um bocadinho incomodado a lembrar o que eu passei.
Aluno O	Eu gostei porque posso tentar melhorar o meu futuro para não ser gozado.
Aluno Q	Eu gostei da atividade porque pude ouvir as histórias dos colegas.
Aluno R	Eu gostei da atividade porque foi boa, na verdade gosto de todas. Mas eu não gosto de falar disso.

Aluno S	A atividade foi boa porque agora sei de algumas histórias dos meus colegas e posso ajudar contra o bullying.
Aluno U	Eu gostei porque deu para perceber o que os outros têm passado.
Aluna V	Eu gostei da atividade porque achei fixe e gostei de ouvir as opiniões dos meus colegas.
Aluna X	Eu gostei da atividade porque é criativa e fixe e soubemos a opinião dos outros.
Aluna Z	Eu gostei muito de realizar esta atividade porque eu gosto de escrever o que sinto sobre certas coisas.

Estas duas atividades da ação nº4 permitiram-me conhecer melhor a opinião dos alunos sobre o bullying, identificar vítimas, agressores, quem denunciou e analisar se os alunos conhecem as causas e as consequências.

Os principais aspetos a reter são a confiança que os alunos sentem em mim, o que facilita a comunicação e a partilha e o facto de os alunos expressarem os seus sentimentos e emoções frequentemente.

Enquanto mediadora senti-me confiante, continuei a facilitar a comunicação da turma através da promoção do respeito pelo outro, incentivei à participação e promovi a prevenção ao bullying.

AÇÃO Nº 5: PREVENÇÃO AO BULLYING

Esta ação teve como objetivo prevenir comportamentos de bullying. Estão inseridas quatro atividades, nomeadamente a atividade 15 - Os dois desenhos; a atividade 16 - As marcas do bullying; a atividade 17 - Feitiço contra o feiticeiro e a atividade 18 - E afinal o que aprendi?.

Atividade 15 – Os dois desenhos

Objetivo: Aprender a respeitar as diferenças.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Em primeiro lugar, foi dado a cada aluno duas folhas brancas e dois conjuntos de materiais. O primeiro conjunto era composto por todas as cores dos marcadores, das canetas, dos lápis de cor e dos lápis de cera e o segundo conjunto era composto por uma cor dos marcadores, das canetas, dos lápis de cor e dos lápis de cera, nomeadamente, a cor verde. Foi pedido para fazerem o desenho mais bonito que conseguissem com o primeiro conjunto de materiais (um desenho colorido) e depois outro desenho igualmente bonito, mas com o segundo

conjunto de materiais (apenas a cor verde - ver apêndice 18). No fim, foi perguntado qual foi o desenho que mais gostaram de fazer (não o mais bonito ou feio) e a ideia foi mostrar que é melhor e mais “fixe” brincar com o que é diferente e não com o igual. Assim, houve um debate sobre tolerância e respeito.

Atividade 16 – As marcas do bullying

Objetivo: Refletir sobre o papel do outro.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se na sala de aula com os alunos sentados nos seus lugares. Cada aluno recebeu um prato de cartão branco, pegaram na tesoura e eu li algumas frases (ver apêndice 11). Os alunos cortaram um pedaço do prato quando achavam que a frase corresponde a uma atitude negativa. Por exemplo: o mediador diz que já chamou nomes feios a um menino, ou que já lutou com uma menina e os alunos vão cortando pedaços se acham que essa atitude é má. Depois de serem ditas as frases, o prato que está cortado foi colado com fita-cola numa folha branca, de modo a tentarem juntar o prato tal como ele era no início. Assim, entenderam que quando magoamos alguém, a pessoa fica com marcas e não volta a ser o que era. No entanto, pedi para que escrevessem no prato elogios e frases bonitas e que o decorassem a gosto para mostrarmos que se formos bons podemos ajudar as pessoas a recuperar as suas mágoas (ver apêndice 19). No fim, houve um debate.

Atividade 17 – Feitiço contra o feiticeiro

Objetivo: Mostrar o respeito ao próximo.

Estratégia da ação: Esta atividade realizou-se no exterior, nomeadamente, no coberto da escola. Em primeiro lugar, fizemos um círculo com todos os participantes e cada um escreveu numa folha branca uma tarefa que queria que o colega do lado direito realizasse. Não podiam mostrar o que escreveram. Após todos escreverem a tarefa, o feitiço vira-se contra o feiticeiro pois aquilo que escreveram para o colega foi feito pelos próprios que designaram a tarefa. Ou seja, pensaram que iam dar uma tarefa ao colega do lado, mas afinal são eles que a vão realizar. No fim, houve um debate em volta do provérbio “não faças aos outros aquilo que não queres que te façam a ti”.

Atividade não prevista previamente

O professor da turma pediu-me para ficar durante toda a tarde com a turma porque tinha uma consulta e como eu não estava previamente preparada tive de improvisar um exercício.

Durante o intervalo fiquei a pensar o que poderia fazer com a turma e lembrei-me da atividade onde os alunos escreveram as suas preferências. Daí surgiu a questão dos super-heróis e juntei o foco principal que é acabar com o bullying. A proposta do exercício é os alunos responderem à seguinte questão: “Se fosses um super-herói e pudesses ter um poder durante um dia, que poder escolhias para terminar com o bullying?”

O quadro 25 integra todas as respostas dos alunos à pergunta que lhes formulei.

Quadro 25 - Respostas das crianças ao exercício ‘O poder do super-herói’

Nome	Poder
Aluna D	Telepatia porque assim podia falar com a vítima sem o agressor saber para ela quando for agredida fingir não ter medo e assim o agressor ia parar.
Aluno E	Em tudo o que eu tocasse ficava em paz. Assim ia de país em país espalhar a paz.
Aluno F	Amizade porque para ter um mundo melhor é preciso ter amigos ao teu redor.
Aluno G	Obediência porque eu dizia às pessoas para pararem de fazer bullying e eles obedecem a tudo o que eu digo.
Aluna H	Alegria para todos serem amigos. Ela faz com que todos sejam amigos.
Aluna I	Amizade porque com amizade tudo é melhor. Ela acabaria com o bullying porque assim toda agente tinha amigos e ninguém bateria nem chamava nomes a ninguém. E o mundo seria muito melhor.
Aluna J	Bondade (amor) para as pessoas pararem de fazer bullying e serem melhores.
Aluna K	Amizade porque assim toda a gente é amiga.
Aluno L	Bondade porque assim podia ajudar as pessoas a se acalmarem.
Aluno O	Viajar no tempo porque se alguém fizer bullying, viajo e vejo o que aconteceu e faço com que isso nunca tenha acontecido.
Aluno Q	Gostava de ser o homem-aranha porque assim eu posso prender os agressores na minha teia.
Aluno R	Gostava de ser o super bullying o meu poder é acabar com o bullying e se eu vir alguém a fazer bullying consigo fazer com que parem e que vejam que estão a fazer uma maldade.
Aluno S	Mandar feitiços às pessoas que fazem bullying para que o universo melhore o comportamento e fiquem boas pessoas.
Aluno U	Ter muitos primeiros-ministros para dizerem que quem fizer bullying é expulso do país.
Aluna V	Acabar com as pessoas homofóbicas porque agora em 2021 há muitas pessoas homofóbicas. Cada pessoa tem o seu direito e essas tais pessoas homofóbicas não sabem respeitar.
Aluna X	Todos em que eu tocasse ficavam bondosos e assim paravam de fazer bullying.
Aluna Z	Parar as pessoas porque quando fossem fazer bullying eu ia pará-los e assim o bullying acabava.

No geral, a turma escolheu poderes pacificadores o que demonstra uma melhoria significativa de comportamentos e pensamentos mais agressivos, mas também a perceção que não devemos resolver problemas com mais violência.

É notória a aprendizagem adquirida com as sessões através das respostas, por exemplo, referirem a paz, a bondade e a alegria foi algo que foi trabalhado nas atividades anteriores.

A exceção foram três alunos que escolheram poderes sancionatórios, nomeadamente a obediência, a expulsão e prender os agressores. Apesar de serem sanções, quando justificaram em voz alta deram a entender que não era nesse sentido que escreveram os poderes. O aluno G falou na obediência, mas era para os agressores pararem quando ele dissesse para não fazer bullying; o aluno Q falou em prender os agressores na teia porque fez alusão aos desenhos animados onde o homem-aranha prende os maus na sua teia e o aluno U falou em expulsar do país os agressores para eles terem medo de ser expulsos e não fazerem bullying. Apesar de terem sido sanções sem intenção de maldade, expliquei que não se resolve violência com mais violência.

Atividade 18 – E afinal o que aprendi?

Objetivo: Mostrar as aprendizagens adquiridas ao longo das atividades

Estratégia da ação: Esta atividade foi dividida em quatro sessões: a primeira sessão no dia 09/06 foi para realizar dois brainstormings: um sobre o que aprenderam e outro sobre as atividades que mais gostaram e no fim decidimos o que cada aluno vai realizar no cartaz; as opções são cartaz com desenho, cartaz com frases ou palavras e cartaz com testemunhos de ter sido vítima ou das sessões. A segunda e terceira sessão foram nos dias 16/06 e 23/06 e foi feita a preparação dos cartazes e a quarta sessão no dia 30/06 foi a apresentação final dos trabalhos na turma (ver apêndice 20).

Resultados obtidos ao longo da realização das atividades da ação nº5

Análise da ação nº5

Na atividade 15, quando questionei os alunos sobre o desenho que mais gostaram de fazer, 13 alunos responderam o segundo desenho (apenas a cor verde) e 6 alunos responderam o primeiro desenho (colorido). O esperado era que escolhessem o primeiro desenho de modo a mostrar que é melhor e mais “fixe” brincar com o que é diferente e não com o igual. Mas os alunos viram esta atividade com outra perspetiva porque os alunos disseram que escolheram o segundo pelo desafio de fazer um desenho todo verde e que foi muito divertido.

Para conseguir demonstrar o que eu queria com esta atividade tivemos um debate aprofundado sobre tolerância e respeito. Eu disse-lhes que se todos gostássemos do mesmo, o mundo era bastante diferente porque não ia existir quase nada.

Se fossemos todos iguais e tivéssemos os mesmos gostos só havia uma cor, uma música, uma profissão, etc. E não aprendíamos nada uns com os outros, porque ao sermos diferentes ganhamos mais conhecimento e experiências. Os alunos ouviram atentamente e concordaram que ser diferente é melhor e que assim ensinavam e aprendiam coisas com os amigos. Referiram também que pensaram melhor e que pintar apenas com a cor verde foi divertido, mas que usar todas as cores é melhor porque o desenho fica mais alegre. No quadro 26 encontram-se as respostas dos alunos à avaliação da atividade.

Quadro 26 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 15

Nome	AVALIAÇÃO
Aluna A	Eu gostei muito da atividade porque experimentei uma coisa nova. Eu aprendi que não se deve fazer sempre a mesma coisa porque é fixe experimentar coisas novas. Nesta atividade não mudava nada. A Rita é e sempre foi muito compreensiva.
Aluna B	Eu gostei porque foi fixe.
Aluna D	Eu gostei porque fizemos um desenho com um “desafio”. Aprendi que o mundo seria uma seca se fossemos todos iguais.
Aluno E	Eu gostei porque a aula foi diferente, aprendemos coisas novas e devemos respeitar as diferenças.
Aluno F	Eu gostei porque aprendi que ninguém é igual.
Aluna H	Eu gostei porque o mundo não pode ser todo igual.
Aluna I	Eu gostei porque entendi que o mundo não é igual. Aprendi o que é tolerar os outros.
Aluna J	Eu gostei porque pude saber que nem todos são iguais.
Aluna K	Eu gostei porque aprendi que nós somos todos iguais, mas devemos respeitar as diferenças.
Aluno L	Eu gostei porque eu gosto de pintar. Aprendi o que é tolerar as pessoas e a respeitar as diferenças.
Aluno M	Eu gostei porque aprendemos sobre tolerar as pessoas.
Aluno N	Eu gostei da atividade porque pude saber como é que o mundo seria se fossemos todos iguais. Aprendi também o que é que as cores dizem sem saber falar, ou seja, o que elas significam.
Aluno P	Eu gostei porque foi diferente. Esta atividade ensinou-me que se fossemos todos iguais não ia ser fixe.
Aluno R	Eu gostei porque desenhei. Aprendi que devemos respeitar as diferenças.
Aluno S	Eu gostei, a atividade foi boa porque aprendi o que é tolerância.
Aluno U	Eu gostei porque não foi trabalhar muito e gostei do desafio. Aprendi que somos diferentes e isso é fixe.

Aluna V	Eu gostei, mas queria que fosse mais tempo. Aprendi o que é tolerância.
Aluna X	Eu gostei da atividade porque passou-nos uma boa lição e a Rita foi muito criativa.
Aluna Z	Eu gostei da atividade porque foi um desafio diferente. Aprendi que se todos e tudo fosse igual o mundo era uma seca.

Na atividade 16, quando o prato já estava colado, perguntei se acham que o prato está igual ao início e todos disseram que não. Assim, entenderam que quando magoamos alguém, a pessoa fica com marcas e não volta a ser o que era. Está de novo completo, mas não está igual. Dei o exemplo de amachucar a folha e voltar a esticá-la. Para completar a atividade todos escreveram elogios, frases bonitas e decoraram o prato e a folha a gosto para mostrar que se formos bons amigos podemos ajudar as pessoas a recuperar das suas mágoas.

Os alunos entenderam muito bem a atividade, todos deram elogios e decoraram o prato e souberam identificar a mensagem que esta atividade passou. Todos viram o prato como alusão a uma pessoa e os elogios e decoração como alusão à amizade e gostaram imenso disso, conforme se pode constatar no quadro seguinte.

Quadro 27 – Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 16

Nome	Avaliação
Aluna A	Eu gostei muito da atividade porque pude usar mais uma vez a minha imaginação. Eu aprendi com esta atividade que não se faz mal a ninguém e devemos ser amigos uns dos outros. A mensagem desta atividade é que não se responde a nada com violência. Nesta atividade não mudava nada. A Rita foi compreensiva e ajudou a turma a resolver um problema.
Aluna B	Gostei porque foi fixe. Não devem fazer bullying, eu não faço.
Aluno C	Gostei porque foi fixe. Aprendi que não devemos chamar nomes nem bater. A mensagem é não fazer bullying. Não devemos fazer bullying porque toda a gente se vai sentir triste dentro do corpo.
Aluno E	Eu gostei porque nós vimos como se sentem as vítimas de bullying. Eu acho que a mensagem é por mais que nós possamos pedir desculpas a pessoa vai ficar ferida por dentro. Eu aprendi que ao ser amigo de uma pessoa tenho que estar sempre lá. Nós aprendemos coisas novas nesta aula e por isso gostei muito.
Aluno F	Gostei porque eu gosto de desenhos felizes e pensamentos também. Aprendi sobre amizade. A mensagem é que devemos ser amigos.
Aluno G	Eu gostei porque disse se as atitudes são boas ou más. Aprendi que não devo fazer bullying e essa é a mensagem.
Aluna H	Gostei porque foi incrível. Aprendi que não se faz bullying. Devemos ser todos amigos e a mensagem é que nunca se deve fazer bullying.

Aluna I	Eu gostei porque entendemos os sentimentos. Eu aprendi que as pessoas nem sempre estão bem mesmo que pareçam. A mensagem é para pararem de fazer bullying.
Aluna J	Gostei muito porque pude aprender coisas novas. Aprendi que todos devemos ser amigos. A mensagem que passamos é que devemos ser amigos mesmo com defeitos. Aprendi a respeitar os outros, coisa que já faço.
Aluna K	Eu gostei da atividade porque desenhei, pinte e escrevi frases. Aprendi que as pessoas por fora estão bem, mas por dentro podem estar mal. A mensagem é que devemos respeitar os outros.
Aluno L	Gostei porque foi fixe e pude saber como as pessoas se sentem por dentro. Aprendi que não devemos fazer bullying e a mensagem é que o bullying é mau.
Aluno M	Gostei porque remendamos uma pessoa que sofreu bullying. Aprendemos a remendar uma pessoa. A mensagem é que o bullying é mau e dizer que é uma brincadeira é pior. Bullying é horrível.
Aluno N	Eu gostei da atividade porque pude saber o que é que as vítimas de bullying sentem quando sofrem. Aprendi que não podemos fazer bullying a ninguém porque a vítima pode ficar muito mal e pode levar ao suicídio. A mensagem é que não devemos fazer bullying a ninguém. Eu adorei porque fiquei a conhecer mais uma coisa.
Aluno O	Eu gostei da atividade porque consegui perceber que temos de ter calma. A mensagem foi que não devemos fazer bullying.
Aluno R	Eu gostei porque foi fixe. Eu aprendi que não devemos fazer bullying e a mensagem é essa.
Aluno S	Eu gostei porque soube os sentimentos. Eu aprendi a ser boa pessoa. A mensagem é não fazer bullying. O bullying é mau e uma má influência para as pessoas.
Aluno T	Eu gostei porque usámos arte e criatividade e porque falamos de bullying e coisas importantes. Aprendi que não devemos fazer bullying. Gostei muito.
Aluno U	Gostei porque deu para entender o que os meus amigos pensam sobre o bullying. Aprendi a respeitar o outro. A mensagem é que não se deve fazer bullying.
Aluna V	Eu gostei muito da atividade porque aprendi muitas coisas. Aprendi que as pessoas por fora estão boas e por dentro podem não estar. A mensagem é que devemos respeitar as pessoas como elas são e não devemos bater nem fazer bullying e devemos respeitar a opinião dos outros. No início o prato estava todo direito, mas depois do bullying ele não fica igual de volta por causa das feridas.
Aluna X	Eu gostei da atividade porque foi muito comprida e muito fixe. Aprendi que mesmo com desculpas ninguém volta a ser o mesmo. Gostei mesmo muito desta atividade.
Aluna Z	Eu gostei da atividade porque foi criativa. Aprendi que quem sofre bullying nunca vai voltar a ser como antes. A mensagem é que não devemos fazer bullying. Eu gostei muito.

Na atividade 17, quando todos terminaram as tarefas, perguntei o que tinham achado da atividade e qual foi a lição que aprenderam. Os alunos associaram o provérbio e eu referi que de facto é o provérbio que mais se adequa nesta atividade e que mostra que é errado fazer bullying e que não devemos fazer bullying porque não gostamos que nos façam. A síntese da conclusão dos alunos está expressa no quadro 28.

Quadro 28– Respostas das crianças sobre a avaliação da atividade 17

Nome	Avaliação
Aluna D	Eu gostei da atividade porque pudemos ver o que as pessoas queriam fazer aos outros. Eu aprendi que temos de mostrar respeito aos que fizeram coisas com vergonha. Eu acho que o provérbio é verdadeiro.
Aluno E	Eu gostei porque me ri muito. Eu aprendi que sempre que fazemos algumas coisas de mal com outras pessoas devemos pôr-nos no lugar delas. Eu acho que se seguissemos o provérbio as pessoas faziam menos confusões.
Aluno F	Eu gostei porque ri-me muito. Aprendi que nunca devemos exagerar na verdade ou consequência. Eu acho certo o provérbio.
Aluno G	Eu gostei porque depois trocou tudo. Eu aprendi que devemos mostrar respeito pelo próximo. Eu acho que o provérbio é fixe.
Aluna H	Eu gostei porque foi engraçado. Aprendi que devemos respeitar os outros. Acho que o provérbio está certo.
Aluna I	Gostei porque foi divertido. Aprendi que às vezes o feitiço vira-se contra o feiticeiro. O provérbio diz a verdade.
Aluna J	Gostei da atividade porque foi divertida e aprendi a não ser má. Acho que os provérbios falam sempre a verdade.
Aluna K	Eu gostei da atividade porque gostei de realizar e de ver os outros a realizar as tarefas. Aprendi que não posso fazer aos outros o que não gosto que me façam a mim. Eu acho que o provérbio diz a verdade.
Aluno L	Eu gostei porque foi divertido. Aprendi a não me rir dos outros. Eu acho o provérbio verdadeiro.
Aluno O	Eu gostei da atividade porque foi engraçada. Aprendi que não se faz bullying para também não nos fazerem. Eu acho que o provérbio é adequado ao tema.
Aluno Q	Eu gostei porque foi engraçada. Aprendi que não podemos fazer bullying porque depois isso pode voltar para nós. Eu acho que o provérbio diz tudo.
Aluno R	Eu gostei porque foi divertida. Aprendi que não devo fazer bullying com os outros. O provérbio é fixe.
Aluno S	Eu gostei porque foi engraçada. Aprendi a me meter no lugar dos outros. Acho que o provérbio é verdadeiro porque não é bom fazer bullying.
Aluno T	Não fez. (saiu mais cedo)
Aluno U	Gostei porque aprendi a respeitar. Acho que o provérbio é verdadeiro.
Aluna V	Eu gostei porque foi divertido. Aprendi que não podemos fazer aos outros o que não gostamos que nos façam a nós. O provérbio é uma grande verdade e eu gostei.
Aluna X	Eu gostei porque a reviravolta foi engraçada. Aprendi que não podemos fazer aos outros o que não queremos que nos façam a nós. Acho que o provérbio é mesmo verdade e devíamos pensar antes de agir.
Aluna Z	Eu gostei da atividade porque nos rimos muito. Aprendi que podemos não gostar do que fazemos aos outros. Acho que o provérbio é verdadeiro.

Na atividade 18 os alunos referiram que aprenderam: que resolver os problemas com violência não é resolução; as marcas que o bullying deixa; não criticar a aparência; respeito; empatia; compreender as pessoas; somos todos iguais; colocar-se no lugar do outro; ser solidários;

ajudar a combater o bullying; que não devemos fazer bullying; amizade acima de tudo; não maltratar as pessoas e expressar os sentimentos. De seguida, cada aluno escolheu que cartaz queria fazer. As opções foram: um cartaz com desenhos, um cartaz com frases ou palavras e um cartaz com testemunhos que podem ser testemunhos de ter sido vítima ou das sessões, mas também devem referir o que aprenderam nas sessões.

No fim da sessão tirei uma foto a cada cartaz, salvaguardando a proteção da identidade de cada aluno, para os alunos individualmente mostrarem o seu trabalho. A apresentação aos alunos do 3º ano ficou suspensa devido ao Covid-19 (os alunos tinham acabado de fazer isolamento e as regras da escola ficaram mais apertadas) por isso fizeram uma pequena apresentação na própria turma. Os alunos gostaram muito desta atividade e os trabalhos ficaram interessantes, sendo que todos os alunos os quiseram levar para casa para mostrarem à família alguns dos resultados ao longo das sessões de prevenção ao bullying

5.2 Evidências dos alunos ao longo do projeto: comparações e sociogramas

5.2.1 Comparações dos comportamentos dos alunos: do primeiro dia até março

Neste ponto apresentam-se os quadros sobre a comparação dos comportamentos dos alunos desde o primeiro dia de estágio até ao mês de março. Foram feitas comparações do comportamento dos alunos, da participação, da comunicação e ainda sobre episódios de bullying.

Quadro 29 – Comparação dos alunos entre novembro e março

Nome	Início do estágio e das primeiras atividades	Em março (8 atividades realizadas)
Aluna A	Muito participativa desde o início. Muito comunicativa e bastante recetiva ao meu trabalho. Contou-me que sofreu de bullying	Continua assim e desenvolve muito bem a sua opinião.
Aluna B	Teve dificuldades porque tem problemas e tem um apoio especial, mas quis sempre participar. Contou-me que sofreu de bullying	É uma aluna isolada, melhorou a falar nas atividades e disse-me que tem mais amigos e que gosta das atividades.
Aluno C	Nunca participou nas atividades porque ou faltava ou saía mais cedo.	Realizou a tarefa sobre sentimentos (trailer) porque foi virtual.
Aluna D	Faltou algumas vezes. Tinha brincadeiras mais violentas e uma linguagem imprópria (muitos palavrões).	Melhorou um pouco as brincadeiras, tem mais cuidado com a linguagem. Comunica melhor nas atividades, mas sempre com tom de brincadeira.
Aluno E	Muito participativo desde o início. Muito comunicativo e recetivo ao meu trabalho.	Desenvolve muito bem a sua opinião. Conversa muito comigo.

Aluno F	No início resistiu um pouco. Contou-me que sofreu de bullying. Tem algumas dificuldades porque tem problemas de concentração e de escrita.	Participa imenso, melhorou a cada atividade e foi o aluno mais participativo nas sessões virtuais. Notei melhoria no desenvolvimento da sua opinião e no desenvolvimento social com os colegas.
Aluno G	Na sala era bastante irrequieto e destabiliza as aulas. Tinha comportamentos negativos, brincadeiras mais violentas e uma linguagem imprópria (muitos palavrões).	Continua, mas noto uma melhoria porque está mais atento e não perturba tantas vezes as aulas. Já tem mais cuidado com a linguagem e as brincadeiras e brinca com mais colegas.
Aluna H	Na sala era bastante irrequieta, destabiliza as aulas e brinca com tudo. Resistiu a falar comigo, evita conversas sérias e usava tom de gozo nas suas participações. Contou-me que sofreu de bullying.	Continua, mas noto uma melhoria porque está mais atento e não perturba tantas vezes as aulas. Melhorou na comunicação, confiou em mim e contou-me assuntos pessoais. Ainda mostra alguma resistência, mas já participa muito.
Aluna I	Muito tímida, pouco participativa, mas bastante interessada.	Comunica muito bem comigo, participa mais e noto-a mais brincalhona.
Aluna J	Muito comunicativa, falou muito bem comigo desde o início e contou-me que sofreu de bullying.	Participa muito, melhorou no desenvolvimento da sua opinião e disse-me que não gozaram mais com ela.
Aluna K	Muito participativa desde o início. Muito comunicativa e bastante recetiva ao meu trabalho. Mas é muito tímida.	Continua assim, melhorou a timidez e melhorou um pouco o desenvolvimento da sua opinião.
Aluno L	Muito participativo desde o início. Muito comunicativo e recetivo ao meu trabalho. Mas por vezes com um tom de gozo.	Continua assim, às vezes resiste um pouco a algumas atividades, ainda usa o tom de gozo e brinca com mais colegas.
Aluno M	Teve dificuldades porque tem problemas de relacionamento social. Sempre quis participar, mas às vezes sentia-o “perdido”. É um aluno bastante isolado, mas disse-me que gosta de estar sozinho.	Brinca com dois ou três colegas e com eles percebo que ele se sente confortável. É pouco participativo, desenvolve pouco a sua opinião, mas disse-me que gosta de realizar as minhas atividades.
Aluno N	Muito participativo desde o início. Muito comunicativo e recetivo ao meu trabalho. Contou-me que sofreu de bullying no 1º ano.	Continua assim, por vezes desenvolve pouco a sua opinião, noto uma melhoria no seu relacionamento com os colegas e disse-me que gosta muito das atividades.
Aluno O	Recetivo ao meu trabalho, mas muito tímido. Notei que era um aluno isolado e que não brincavam muito com ele. Contou-me que sofreu de bullying.	Melhorou a sua participação, comunicação e brinca com mais colegas e já não o vejo muito sozinho como no início.
Aluno P	Apenas participou na primeira atividade e na sétima que foi quando voltamos do virtual. É muito tímido e reservado.	Falta muito às aulas por questões de saúde ou sai mais cedo.

Aluno Q	Muito participativo desde o início. Muito comunicativo e recetivo ao meu trabalho.	Continua assim e conversa muito comigo.
Aluno R	Muito tímido, tem dificuldades de relacionamento social e muito reservado.	Melhorou um pouco a comunicação e a participação nas sessões virtuais. Brinca muito com alguns colegas e é mais desinibido com eles. Não desenvolve a sua opinião.
Aluno S	Muito participativo desde o início. Muito comunicativo e recetivo ao meu trabalho. Mas com comportamentos negativos e por vezes uma linguagem imprópria (palavrões).	Continua assim, às vezes ainda tem maus comportamentos, mas notei uma grande melhoria. Desenvolve muito bem a sua opinião, nas sessões virtuais foi dos melhores. Melhorou imenso a sua linguagem.
Aluno T	Muito tímido, mas participativo. Pouco comunicativo, mas bastante recetivo ao meu trabalho.	Melhorou a timidez comigo, já comunica mais e desenvolve bem a sua opinião e gosta muito de a dar e de realizar as atividades.
Aluno U	Pouco participativo, usava muitas brincadeiras e tom de gozo, tinha comportamentos negativos, uma linguagem imprópria (palavrões) e brincadeiras violentas.	Melhorou a participação, ainda tem comportamentos negativos, melhorou as brincadeiras, mas ainda utiliza linguagem imprópria.
Aluna V	Foi bastante resistente desde o início, não partilhava nada nem queria falar comigo. Tinha alguns comportamentos negativos.	Melhorou imenso, começou a querer falar comigo e contou-me assuntos pessoais. Ficou recetiva ao meu trabalho e melhorou a sua participação.
Aluna X	Muito participativa desde o início. Muito comunicativa e bastante recetiva ao meu trabalho. Contou-me assuntos pessoais.	Continua assim, às vezes não participa tanto, mas desenvolve muito bem a sua opinião. Notei uma melhoria no relacionamento com os colegas.
Aluna Z	Muito tímida, resistiu ao me trabalho, tinha alguns comportamentos negativos e recusou falar comigo diversas vezes.	Melhorou muito, conversa bastante comigo e mostrou uma boa participação.

Quadro 30 – Sistematização da comparação dos alunos desde o primeiro dia de estágio até março

12 alunos evoluíram	Evoluíram em comportamento ou participação e cinco desses alunos sofreram de bullying
Comportamento	Alunas: D e H; Alunos: G e S.
Participação	Alunas: B, D, H, P, J, V e Z. Alunos: F, G, O, S e T
5 sofreram de bullying	
10 alunos mantiveram	
Mantiveram-se muito participativos e comunicativos	Alunas: A, K e X. Alunos: E, L, N e Q

Mantém-se tímido, reservado e tem dificuldades de desenvolvimento social	Aluno: R
Mantém alguns comportamentos negativos e a linguagem imprópria	Aluno: U
Mantém-se sozinho, tem dificuldades em relacionar-se com as pessoas e continua pouco participativo	Aluno: M
3 sofreram de bullying	
2 alunos não participam	Aluno C faltava ou saía mais cedo e apenas realizou uma tarefa virtual. Aluno P falta muito às aulas e apenas participou em duas atividades.

Quadro 31 – As melhorias dos alunos relativamente ao comportamento e à comunicação

Nome	Comportamento/ Comunicação	Nome	Comportamento/ Comunicação
Aluna A	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.	Aluno M	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.
Aluna B	Em dezembro tinha vergonha de falar porque tem dificuldades e agora em março já superou.	Aluno N	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.
Aluno C	_____	Aluno O	Em dezembro era muito tímido e agora em março melhorou um pouco, mas continua com vergonha.
Aluna D	Em dezembro não era muito participativa, tinha brincadeiras violentas e usava linguagem imprópria e agora em março já comunica melhor, tem cuidado com as brincadeiras e a linguagem.	Aluno P	_____
Aluno E	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.	Aluno Q	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.
Aluno F	Em dezembro era bastante reservado, nas sessões virtuais bastante participativo e muito reativo e agora em março está mais calmo e ponderado.	Aluno R	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.
Aluno G	Em dezembro era muito perturbador falava e interrompia imenso a aula e agora em março está mais calmo e já pondera as palavras.	Aluno S	Em dezembro tinha comportamentos negativos, usava linguagem imprópria e agora em março melhorou muito esses aspetos.
Aluna H	Em dezembro era muito perturbadora, destabilizava a aula porque está sempre a brincar e agora em março está mais	Aluno T	Em dezembro era muito tímido, pouco participativo e agora em março

	calma, atenta e já conversa comigo assuntos pessoais.		melhorou um pouco a timidez e a participação.
Aluna I	Em dezembro não participava por causa da timidez e agora em março melhorou bastante.	Aluno U	Em dezembro tinha comportamentos negativos, não participava muito e agora em março continua com os comportamentos e melhorou na participação.
Aluna J	Em dezembro não desenvolvia a opinião, respondia sempre sem justificar e agora em março melhorou muito esse aspeto.	Aluna V	Em dezembro tinha comportamentos negativos, muito resistente e agora em março melhorou esses aspetos e fala bastante comigo.
Aluna K	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.	Aluna X	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.
Aluno L	Mantém o mesmo comportamento e comunicação.	Aluna Z	Em dezembro era muito tímida, com comportamentos negativos, muito resistente e agora em março melhorou muito todos os aspetos.

Quadro 32 – Situação dos alunos que sofreram de bullying

Alunos	Episódio de bullying	Atualmente
O	Na escola antiga batiam-lhe, chamavam-lhe nomes feios e não tinha muitos amigos. Quando mudou para esta no início sofreu de bullying verbal.	Já não sofre, mas ainda não tem muitos amigos. Apesar de na minha opinião não ser por bullying, mas sim porque não gosta das brincadeiras dos amigos.
A	No 2º ano batiam-lhe, chamavam-lhe nomes e estava sempre muito sozinha. Falou com a mãe e a mãe foi à escola expor o assunto. Na escola castigaram esses alunos.	Já não sofre, melhorou mal falou com a mãe e agora tem uma boa relação com todos os colegas.
N	No 1º ano um menino contou uma mentira sobre ele e então durante muito tempo deixaram de brincar com ele, chamavam-lhe mentiroso e sentiu-se humilhado. Quando se tentou defender sofreu porque não acreditavam nele. Depois a mãe percebeu que algo estava mal e resolveu com a escola.	Com o tempo as coisas melhoraram, tem uma boa relação com todos os colegas e até hoje não sofreu mais nenhum ataque.
B	Na escola antiga uma menina batia-lhe chamava-lhe nomes e gozava com as dificuldades dela. Como se sentia muito triste a mãe mudou-a de escola. Nesta escola não tem muitos amigos, mas diz que é mais feliz.	Tem um grupo mais restrito de amigos, mas tratam-na muito bem. Às vezes está mais sozinha por opção e neste momento já não sofre.
J	No início alguns colegas chamavam-lhe nomes e gozavam com ela por ser de etnia negra. Sofreu muito, falou com a avó que a encorajou a fazer frente, mas sem violência. Depois de se defender os ataques diminuíram.	A relação com os colegas melhorou, às vezes ainda lhe chamam nomes, mas já não é tão regular.

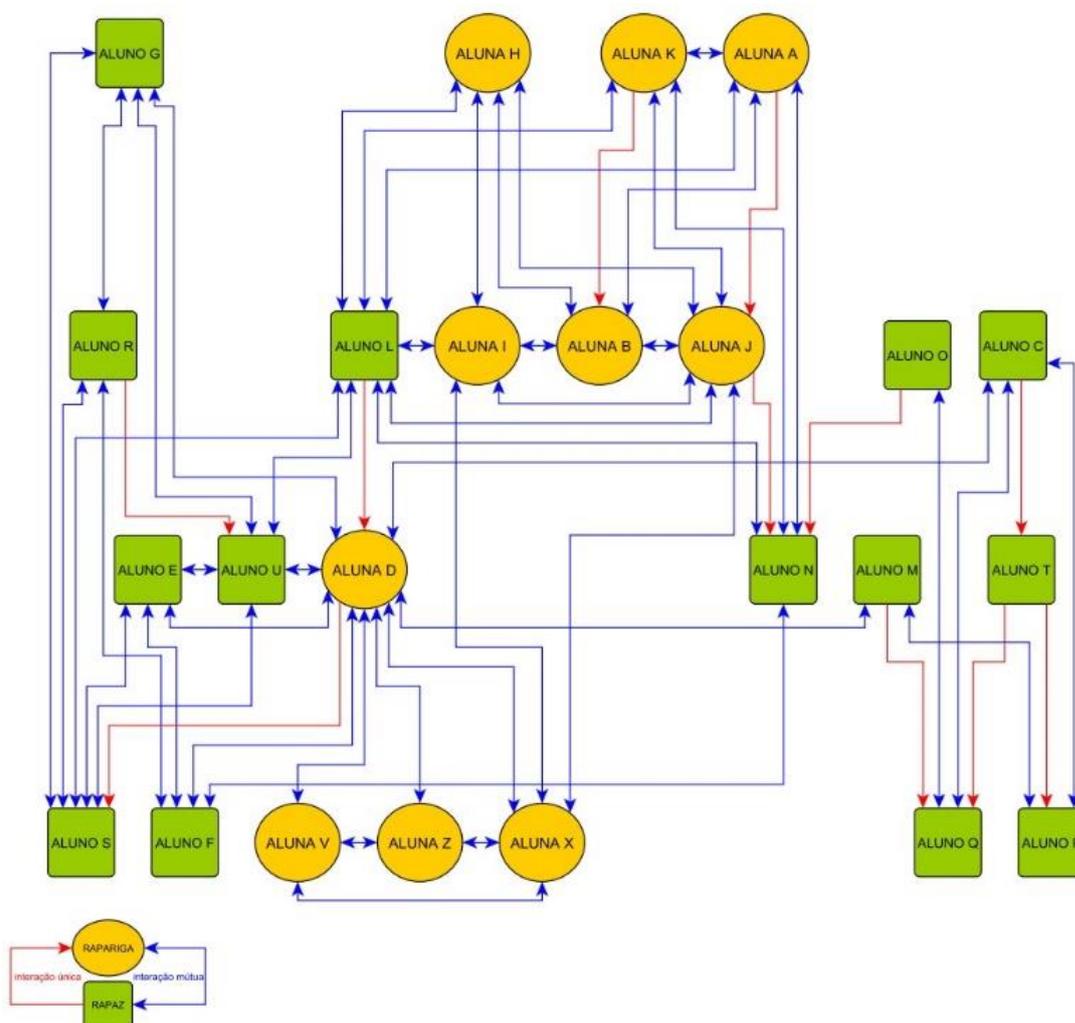
H	No colégio era gozada pelos colegas por ser mais gordinha, depois nesta escola chamavam-lhe muitos nomes, entre eles palavrões e gozavam com ela por ter más notas. Foi também gozada pelos colegas por um acontecimento trágico na vida dela e diz que se sentiu muito mal. Quando falou com o pai ele relativizou o assunto.	Alguns colegas ainda gozam por ter más notas ou por ser chamada à atenção diversas vezes. Em relação ao acontecimento trágico confessou-me que só passou quando os colegas se esqueceram do assunto.
F	No colégio gozavam com ele por ter as orelhas muito grandes e ele sofreu muito. Na escola um menino de outro ano batia-lhe muito e chamava-lhe nomes.	Depois de ser operado sentiu-se melhor e nunca mais falaram das suas orelhas e agora até brinca com a situação. Em relação ao menino, na escola aperceberam-se e resolveram o assunto. Já não sofre nenhum ataque.

5.2.2 Sociogramas das interações dos alunos

Abril de 2021

Para a realização dos sociogramas recolhi várias informações, nomeadamente do questionário inicial que apliquei no mês de novembro, pelas observações que recolhi dos alunos no recreio da escola desde o início do estágio até agora e questionei os alunos agora numa sessão de abril sobre quem eram os seus dois melhores amigos.

Sociograma 1 – interações mútuas e únicas de todos os alunos



O sociograma 1 refere quais são as interações mútuas e únicas que existem entre os alunos da turma em abril de 2021. As interações mútuas estão representadas pela cor azul e as interações únicas estão representadas pela cor vermelha.

Os três alunos mais destacados com mais interações são as alunas D e J e o aluno L. A aluna D tem nove interações mútuas e identificaram-na com uma interação única, o aluno L tem oito interações mútuas e a aluna J tem seis interações mútuas e identificaram-na com uma interação única. Os três alunos com menos destaque, ou seja, com menos interações são os alunos M, O e T. O aluno T não tem nenhuma interação mútua, apenas o identificaram com uma interação única, o aluno O tem uma interação mútua e o aluno M tem duas interações mútuas.

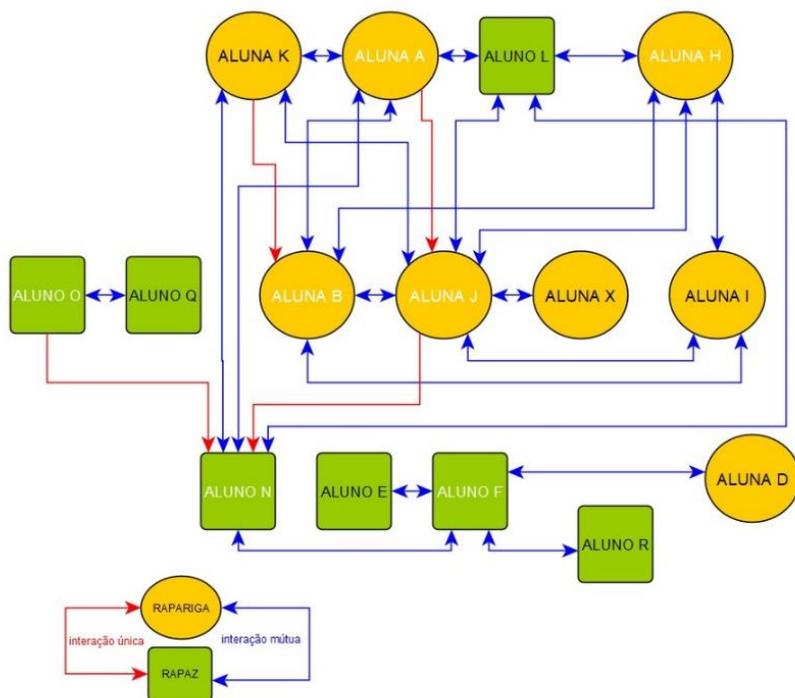
É importante salientar que apesar de alguns terem apenas uma interação, todos os alunos têm interações o que demonstra que a turma tem boa convivência. A boa convivência da turma é verificada quando os alunos estão no intervalo e partilham o mesmo espaço de forma harmoniosa.

O aluno M tem problemas de relacionamento social e na maioria das vezes gosta de estar sozinho e sossegado, mas mesmo assim tem duas interações mútuas. O aluno O tem relacionamento com a turma, mas não tem mais interações porque muitas vezes ele não quer brincar à mesma brincadeira dos colegas e porque é um aluno muito reservado e o aluno T além de muito reservado também não gosta de brincar aos mesmos jogos e ainda não tem a total confiança dos colegas porque existiu um problema num dos anos anteriores sobre uma mentira.

De referir também que neste ano letivo estamos em pandemia e isso prejudica as relações sociais. As medidas de prevenção da escola impõem a repartição do recreio para promover o distanciamento social, ou seja, os alunos não podem circular por todo o recreio, apenas têm o seu espaço limitado. Isso afeta os alunos, quer na sua sociabilidade quer no seu comportamento, porque sentem a falta de brincadeiras e de libertação de energia. Outro aspeto que influencia as interações é o facto de os alunos estarem em grupos por não ser permitido estar todos juntos. Apesar de neste momento ainda continuarem em grupos já se nota uma grande melhoria, pois os alunos formam grupos, mas estão a fazer a mesma brincadeira ou jogo.

As relações que me surpreenderam foram a aluna B porque não tinha a noção que a aluna tinha bastantes interações mútuas por ela me ter dito que gostava de estar sozinha; o aluno M surpreendeu-me pelo mesmo motivo e por saber que ele tem problemas de relacionamentos sociais e o aluno T porque foi o único que não teve nenhuma interação mútua.

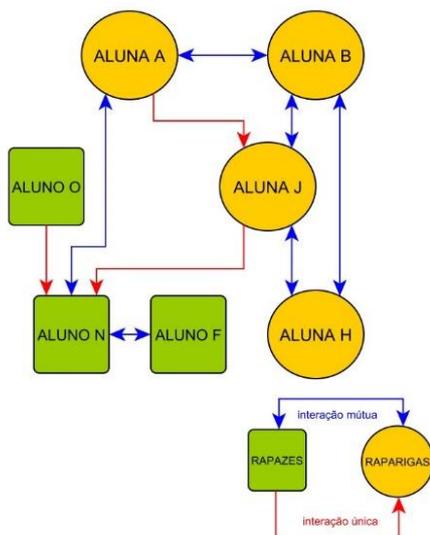
Sociograma 2 – interações dos alunos que sofreram bullying com colegas da turma



O sociograma 2 refere quais são as interações mútuas e únicas que existem entre os sete alunos da turma que sofreram de bullying e os restantes colegas. As interações mútuas estão representadas pela cor azul e as interações únicas estão representadas pela cor vermelha.

Os alunos da turma que têm relações com os alunos que sofreram de bullying são: as alunas D, I, K e X e os alunos E, L, Q e R. O aluno L tem três interações, as alunas I e K têm três interações e as alunas D e X e os alunos E, Q e R têm uma interação.

Sociograma 3 – interações entre si dos alunos que sofreram bullying



O sociograma 3 refere quais são as interações mútuas e únicas que existem apenas entre os sete alunos da turma que sofreram de bullying. As interações mútuas estão representadas pela cor azul e as interações únicas estão representadas pela cor vermelha.

Os alunos que sofreram de bullying e que compartilharam comigo a situação são sete. Existe interações entre eles, exceto o aluno O que apenas destacou um colega e essa interação é única. Mais uma vez reforço que os colegas falam com ele e brincam, mas não se verifica uma relação forte e de destaque. Estes sete alunos já ultrapassaram as situações que aconteceram no passado e neste momento têm boas relações.

Quadro 33 – Situação dos alunos que sofreram de bullying

Aluno/a	Episódio de bullying	Atualmente
O	Na escola antiga batiam-lhe, chamavam-lhe nomes feios e não tinha muitos amigos. Quando mudou para esta no início sofreu de bullying verbal.	Já não sofre de bullying, mas ainda não tem muitos amigos. Apesar de na minha opinião não ser por bullying, mas sim porque não gosta das brincadeiras dos amigos.
A	No 2º ano batiam-lhe, chamavam-lhe nomes e estava sempre muito sozinha. Falou com a mãe e a mãe foi à escola expor o assunto. Na escola castigaram esses alunos.	Já não sofre de bullying, melhorou mal falou com a mãe e agora tem uma boa relação com todos os colegas.
N	No 1º ano um menino contou uma mentira sobre ele e então durante muito tempo deixaram de brincar com ele, chamavam-lhe mentiroso e sentiu-se humilhado. Quando se tentou defender sofreu porque não acreditavam nele. Depois a mãe percebeu que algo estava mal e resolveu com a escola.	Com o tempo as coisas melhoraram, tem uma boa relação com todos os colegas e até hoje não sofreu mais nenhum ataque.
B	Na escola antiga uma menina batia-lhe chamava-lhe nomes e gozava com as dificuldades dela. Como se sentia muito triste a mãe mudou-a de escola. Nesta escola não tem muitos amigos, mas diz que é mais feliz.	Tem um grupo mais restrito de amigos, mas tratam-na muito bem. Às vezes está mais sozinha por opção.
J	No início alguns colegas chamavam-lhe nomes e gozavam com ela por ser de etnia negra. Sofreu muito, falou com a avó que a encorajou a fazer frente, mas sem violência. Depois de se defender os ataques diminuíram.	A relação com os colegas melhorou, às vezes ainda lhe chamam nomes, mas já não é tão regular.
H	No colégio era gozada pelos colegas por ser mais gordinha, depois nesta escola chamavam-lhe muitos nomes, entre eles palavrões e gozavam com ela por ter más notas. Foi também gozada pelos colegas por um acontecimento trágico na	Alguns colegas ainda gozam por ter más notas ou por ser chamada à atenção diversas vezes. Em relação ao acontecimento trágico confessou-me que só passou

	vida dela e diz que se sentiu muito mal. Quando falou com o pai ele relativizou o assunto.	quando os colegas se esqueceram do assunto.
F	No colégio gozavam com ele por ter as orelhas muito grandes e ele sofreu muito. Na escola um menino de outro ano batia-lhe muito e chamava-lhe nomes.	Depois de ser operado sentiu-se melhor e nunca mais falaram das suas orelhas e agora até brinca com a situação. Em relação ao menino, na escola aperceberam-se e resolveram o assunto. Já não sofre nenhum ataque.

As situações descritas anteriormente já estão todas resolvidas, apesar de em alguns momentos existirem alguns ataques, como por exemplo chamar nomes, empurrões, gozar com alguma situação, entre a turma. Por exemplo, a situação da aluna H era uma situação regular, a aluna sofreu sistematicamente porque os colegas gozavam imenso com ela por causa das suas notas e chamavam-lhe imensos nomes, ou seja, é um caso de bullying. Mas agora no presente, alguns colegas ainda lhe chamam nomes e gozam com ela por causa das notas, mas não é um comportamento regular como antes, ou seja, são atos isolados e não caso de bullying. Neste sentido, as atividades que realizo com a turma e as minhas estratégias contribuem para acabar com estes comportamentos e ataques de fúria (chamar nomes por impulso, bater em alguém, atirar algo para o colega, gozar com o colega, etc.) para prevenir o bullying. Ou seja, ao fazer esta prevenção e mostrar que estes ataques descritos anteriormente e comportamentos são errados e que podem trazer consequências mais graves previno que haja casos de bullying.

Em relação à turma, quer no seu comportamento quer nas suas atitudes com os colegas há melhorias significativas. Por exemplo, já não há tantos grupos, têm mais respeito uns pelos outros, baixou a violência física e verbal entre eles, têm mais empatia e cuidam mais uns dos outros.

Quadro 34 – Comparação de expressões, gestos e comportamentos observados em novembro e junho

Expressões, gestos e comportamentos observados em novembro	Atualmente
Aluno F sentado constantemente com os pés em cima da cadeira	Senta-se com uma postura correta
Aluno G estava constantemente a calçar e a descalçar as sapatilhas na sala de aula	Já não o faz tantas vezes, ou há dias que não faz de todo
Brincavam mais em grupos	Brincam mais em turma (grupos por causa do covid, mas a mesma brincadeira)

Não se respeitavam quando alguém falava e gozavam o que era dito	Respeitam os colegas e ninguém goza ou comenta o que é dito
Não tinham empatia, não pensavam no que o colega podia sentir e nem ouviam o colega	Sentem empatia, pensam e ouvem muito no outro e referem isso nas avaliações das atividades
“és um burro”, “és um palhaço”, “caralh*”; “merd*” eram expressões frequentemente utilizadas	Já não são pronunciadas com tanta frequência
Pontapés, murros, empurrões, chapadas ou brincadeiras violentas	Raramente utilizam a violência, melhoraram este comportamento
Gesto do dedo do meio levantado era utilizado em diversas situações	Muito raramente é utilizado
Gozarem com colegas sobre as más notas, os exercícios que erraram ou por serem chamados à atenção era bastante frequente acontecer	Poucos alunos continuam a fazer e já não o fazem com a mesma frequência
A aluna H brincar constantemente com objetos na sala de aula e ser chamada à atenção era muito frequente	Ainda é chamada à atenção e por vezes está distraída a brincar com algo, mas já melhorou bastante

5.3 Discussão dos resultados obtidos e a prevenção ao bullying

As conversas informais foram fulcrais para conhecer melhor os alunos e para conseguir informações sobre a prática de bullying. Alguns alunos contaram-me as situações que passaram ou que praticaram. No diário de bordo da sessão nº1 (ver apêndice 12) referi que “alguns dos alunos responderam a questões sobre a idade, onde vivem, o seu comportamento na sala, as suas notas e se conhecem o conceito de bullying. Acabou por ser gerado um debate sobre os comportamentos e as notas da turma e alguns alunos confessaram ter sofrido de bullying. Alguns meninos admitem que há comportamentos mais agressivos”

Ao analisar algumas das respostas iniciais dos alunos que mostraram muito interesse em responder, alguns temas foram coincidentes com os que abordamos ao longo das sessões. No início existia alguma resistência em falar sobre casos de bullying, mas com o avançar das sessões os alunos falavam mais abertamente e houve uma enorme evolução nas respostas dos alunos às atividades e à sua avaliação.

O comportamento dos alunos foi um dos pontos mais notórios ao longo das sessões o que permitiu uma maior consciencialização do tema. O facto de falarmos sobre as consequências do bullying e de existirem notícias atuais sobre o assunto possibilitou uma melhor visualização da realidade do problema.

Inicialmente, alguns alunos tinham uma postura mais negativa e achavam que era divertido ter brincadeiras violentas e gozar com os outros, mas ao longo das sessões foram tendo atitudes mais positivas. Quando chegamos quase ao final das sessões, os alunos estavam mais empáticos, menos violentos e mais unidos. Assim, as sessões permitiram essas melhorias e a prevenção para o futuro. No diário de bordo da sessão nº24 (ver apêndice 13) referi nas aprendizagens que “a evolução do comportamento da turma continua visível e o facto de todos referirem a necessidade da prevenção ou mesmo de acabar com o bullying demonstra as aprendizagens que adquiriram ao longo das sessões”.

6. CONSIDERAÇÕES FINAIS

6.1 Análise crítica dos resultados e as suas implicações

O estágio foi realizado numa escola e o público-alvo foram alunos do 4º ano de escolaridade. O projeto de prevenção ao bullying aborda questões relacionadas com o bullying, os sentimentos e as emoções, a empatia, os comportamentos, a comunicação e as relações interpessoais. Este tema, infelizmente, está cada vez mais presente daí a necessidade de falarmos sobre ele e de prevenirmos estes comportamentos. O bullying é um problema cada vez mais frequente e é fundamental abordarmos as consequências e incentivarmos os mais novos para a prevenção e redução deste problema. Deste modo, este projeto trouxe bastantes aprendizagens para os alunos e foi uma enorme oportunidade trabalhar a prevenção ao bullying.

O facto de os alunos terem entre 9 e 10 anos foi um desafio muito grande pois nem sempre levaram o tema com a seriedade necessária. No entanto, apesar de existir pouca argumentação por parte dos alunos houve sempre reflexões de grupo e ao longo das sessões foram progredindo. As atividades foram mais lúdicas devido à idade dos alunos, mas a mensagem foi transmitida e a cada sessão os alunos melhoravam o seu comportamento, as interações e adquiriam mais aprendizagens.

Considero que foi uma experiência bastante positiva para os alunos porque lhes transmiti conhecimentos e ferramentas que serão úteis ao longo da vida e para mim pois deu-me a oportunidade de trabalhar a mediação e contribuir para resolver alguns conflitos entre os alunos. A boa relação existente entre mim e os alunos demonstra que tive um impacto positivo enquanto mediadora e que me consigo relacionar com esta faixa etária.

Em suma, os alunos mostraram sempre melhorias ao longo das sessões o que me motivou e me deixou muito satisfeita com o meu trabalho e com vontade de melhorar ainda mais. Foram visíveis algumas mudanças de comportamentos, um aumento de aprendizagens e uma melhor comunicação entre todos. Os questionários de avaliação das atividades demonstram o entusiasmo dos alunos ao participarem nas sessões e também como gostaram de as realizar. Todos os alunos ficaram mais familiarizados com alguns conceitos, conheceram as consequências do bullying, compreenderam a necessidade da prevenção e ficaram consciencializados com o tema para melhorarem no futuro. O professor da turma também referiu que viu essas alterações de comportamentos concordando com o que referi anteriormente.

6.2 Impacto do estágio

6.2.1 A nível pessoal

Este ano letivo, no início, existiram muitas dúvidas e medos em relação ao estágio por causa da pandemia que estávamos a ultrapassar. Não sabia se era capaz de implementar um projeto em plena pandemia, onde não podia haver contacto físico e existia a possibilidade de ser adiado ou ser feito on-line. Consegui vencer esses receios e este projeto foi um desafio enorme onde me dediquei e ultrapassei todas essas as barreiras.

Foi o primeiro contacto direto enquanto mediadora e foi uma aprendizagem diária o que me realizou e motivou a melhorar. Ter a oportunidade de estagiar num ano tão atípico foi incrível, mas que exigiu muito empenho e resiliência.

Durante o estágio senti que os alunos me viram como uma amiga onde desabafaram e sentiram apoio para falar dos seus assuntos pessoais. Senti-me muito orgulhosa por ter tido uma boa relação com todos os alunos e saber que foi recíproco. Os alunos afirmaram diversas vezes na avaliação das atividades que gostavam de mim, que as atividades eram criativas e que gostavam de realizar as minhas atividades.

O facto do professor da turma me dar a autonomia permitiu-me adquirir conhecimentos e aprendi imenso a nível profissional, mas também a nível pessoal. Existiram momentos em que o professor me pedia ajuda em alguns debates na turma para expor algumas situações e vice-versa, por isso senti um enorme apoio.

Quando iniciei as observações e interagi as primeiras vezes não obtinha muitas respostas, mas com o passar do tempo e a minha aproximação à turma, os alunos começaram a falar comigo abertamente. Passava os intervalos com eles, falava sobre séries e jogos atuais e mostrava interesse em ouvir o que tinham para me dizer e isso cativou a atenção deles. O professor da turma referiu diversas vezes que os alunos gostavam muito de ficar comigo e que depois dele eu era a pessoa com quem eles se comportavam melhor dentro da sala de aula o que demonstra que eles gostavam de trabalhar comigo.

As aprendizagens que os alunos adquiriram serão levadas para o seu futuro enquanto alunos e seres humanos. Trabalhar os sentimentos e emoções e a comunicação nas sessões virtuais foi muito vantajoso e os alunos ganharam aprendizagens essenciais para a vida.

Trabalhei com uma realidade e compreendi que aprendemos com os erros e não só com os sucessos. É necessário trabalhar imenso para conseguir alcançar os objetivos. Ganhei ainda

mais competências e ferramentas, ultrapassei dificuldades, soube resolvê-las através do meu empenho.

6.2.2 A nível institucional

Este projeto teve um grande impacto a nível institucional e é possível verificar com a análise dos resultados das atividades, dos diários de bordo e da avaliação dos alunos. O professor da turma, a acompanhante do estágio e os outros docentes da escola conheciam a área da mediação e mostraram muito entusiasmo com a minha presença. O professor da turma que me acompanhou desde o início, esteve sempre disposto a ajudar-me nas atividades e no meu trabalho enquanto mediadora pois sempre disse que era vantajoso trabalharem comigo.

A minha acompanhante do estágio, a diretora da escola, o professor da turma e a restante equipa docente referiram que foi muito importante trazer este projeto à comunidade escolar porque é uma temática muito presente e que necessitava de ser trabalhada.

O professor da turma afirmou que apesar de ter uma boa relação com os alunos, sabia que não consegue ajudá-los em todas as questões. Ele conseguiu trabalhar várias questões com os alunos e consciencializava-os para diversos temas, até já tinham tido uma palestra sobre bullying, mas sentiu que o meu papel ia ser importante e fundamental.

A realização deste projeto foi muito importante e falar da prevenção ao bullying foi bastante pertinente porque existiam alguns comportamentos violentos e alguns casos de bullying na turma. Prevenir para as consequências mais negativas e consciencializar as crianças do que pode acontecer foi uma das aprendizagens deste projeto.

Ter um feedback bastante positivo por parte da equipa docente, principalmente, pelo professor da turma e pela minha acompanhante do estágio foi muito importante para mim porque senti que o meu trabalho foi reconhecido e senti a valorização de todo o esforço. Foi com muita satisfação que terminei o meu estágio na escola sabendo que gostaram do meu trabalho, que reconheceram o meu empenho e que as crianças gostaram de trabalhar comigo. Apesar da minha acompanhante do estágio não estar tão presente na escola, o professor da turma foi incansável e transmitia-lhe todos os passos o que me deixou bastante confortável e muito bem acompanhada.

6.2.3 Implicações para o futuro

Este projeto permitiu-me intervir num contexto prático e desenvolver capacidades enquanto futura profissional. Enquanto técnica superior de educação e mestranda na área de

mediação educacional, o estágio foi importante para adquirir experiência e colocar em prática todos os meus conhecimentos.

A prevenção ao bullying em contexto escolar através da mediação promoveu uma reflexão e consciencialização dos alunos que adquiriram aprendizagens para o futuro. Assim, a mediação mostrou as suas potencialidades neste contexto.

Apesar do tema bullying ser abordado nas escolas não tem este impacto prático nos alunos e, por isso, este projeto foi bastante importante. Juntar a prevenção ao bullying à mediação foi uma enorme oportunidade e resultou na consciencialização dos alunos que foram para o 5º ano e inseriram-se numa escola nova e com mais alunos.

É necessário trabalhar estes temas nas escolas para que estas práticas reduzam e até mesmo terminem, através da mediação e passarmos os valores essenciais para a boa convivência.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aires, L. (2015). *Paradigma qualitativo e práticas de investigação educacional*. Lisboa: Universidade Aberta.
- Almeida, A. (2012). *Mediação Escolar e o Aluno como Mediador de conflitos*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Lisboa, Lisboa, Portugal.
- Almeida, A. & Carerra, M. V. (2014). O caráter ímpar do bullying na relação de pares: concepções e modelos de intervenção sistémica. In M. Matos, *Vítimas de crime e violência – práticas de intervenção* (pp. 45-46). Braga: Psiquilíbrios edições.
- Alves-Mazzotti, A. & Gewandsznajder, F. (1999). O Planejamento de Pesquisas Qualitativas. In A. Alves-Mazzotti & F. Gewandsznajder, *O Método nas Ciências Naturais e Sociais – Pesquisa Quantitativa e Qualitativa* (pp.147-178). São Paulo: Pioneira Thomson Learning.
- Bandeira, C. & Hutz, C. (2012). Bullying: prevalência, implicações e diferenças entre os géneros. *Revista Semestral da Associação Brasileira de Psicologia Escolar e Educacional*, 16, 35-44.
- Bardin, L. (2011). *Análise de conteúdo*. São Paulo: Edições 70, LDA.
- Barros, P., Carvalho, J. & Pereira, M. (2009). Um estudo sobre o bullying no contexto escolar. *IX Congresso Nacional de Educação: EDUCERE – III Encontro Sul Brasileiro de Psicopedagogia* (pp5738-5757) Brasil: Curitiba.
- Bogdan, R. & Biklen, S. (1994). *Investigação qualitativa em educação*. Porto: Porto Editora.
- Brandoni, F. (2018). Mediación escolar, un aporte a la convivencia. In M. A. Flores; A. M. C. Silva & S. Fernandes (org.), *Contextos de Mediação e de Desenvolvimento Profissional* (pp. 59-77). Santo Tirso: De Facto Editores.
- Costa, E. P. (2018). A mediação de conflitos nas interfaces da mediação na escola. In M. A. Flores; A. M. C. Silva & S. Fernandes (org.), *Contextos de Mediação e de Desenvolvimento Profissional* (pp. 35-57). Santo Tirso: De Facto Editores.
- Costa, P., Farenzena, R., Simões, H. & Pereira, B. (2013). Adolescentes portugueses e o bullying escolar: estereótipos e diferenças de género. *Revista Interações*, 25, 180-201.
- Coutinho, C.; Sousa, A.; Dias, A.; Bessa, F.; Ferreira, M. & Vieira, S. (2009). Investigação-Ação: metodologia preferencial nas práticas educativas. *Revista Psicologia, Educação e Cultura*, 13, 355-380.
- Dias, V., Pitolli, A., Prudêncio, C., & Oliveira, M. (2013). O Diário de Bordo como ferramenta de reflexão durante o Estágio Curricular Supervisionado do curso de Ciências Biológicas da

- Universidade Estadual de Santa Cruz-Bahia. *Encontro nacional de pesquisa em Educação em Ciências*, 9.
- Dicionário Oxford Pocket - para estudantes de inglês. (1999). Oxford University Press: Oxford.
- Domingos, G. & Freire, I. (2009). Gestão de conflitos e competências da mediação informal. *Revista Galego-Portuguesa de Psicología e Educación*, 17, 85-97.
- Esteves, M. (2006). Análise de conteúdo. In J. Lima & J. Pacheco (Orgs.), *Fazer Investigação: contributos para a elaboração de dissertações e teses* (pp. 105-126). Porto: Porto Editora.
- Fernandes, D. (1991). Notas sobre os paradigmas de investigação em educação. *Revista Noesis*, 18, 64-66.
- Freire, I., Ferreira, A. S., Caetano, A. P. & Simão, A. V. (2010). Violência entre pares numa escola básica do 1º ciclo do ensino básico. *Educação em foco*, 15, 37-57.
- Machado, M. (2011). *Bullying em contexto escolar: uma proposta de intervenção*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Maldonado, T. (2010). *O bom conflito*. Lisboa: Guerra & Paz.
- Máximo-Esteves, L. (2008). *Visão Panorâmica da Investigação-ação*. Porto: Porto Editora.
- Morgado, C., Oliveira, I. (2009). Mediação em contexto escolar: transformar o conflito em oportunidade. *Exedra: Revista Científica - Educação e Formação*, 43-56. Consultado em janeiro 15, 2020, em <https://elosdasaude.files.wordpress.com/2011/10/mediacao-em-contexto-escolar-transformar-o-conflito-em-oportunidade-catarina-morgado.pdf>
- Piña, V. & Morillo, T. (2007). La complejidad de análisis documental. *Información, Cultura y Sociedad*, 16, 55-81.
- Porlán, R. & Martín, J. (1997). *El Diario del Professor*. Sevilha: Diada Editora.
- Quivy, R. & Campenhoudt, L. (2005). *Manual de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Ramos, E. (2019). Bullying no ambiente escolar: como surge e quais são as características de um agressor?. *Revista de Educação, Psicologia e Interfaces*, 3, 7-17.
- Saraiva, A; Pereira, B. & Cruz, J. (2019). Violência juvenil, bullying e insucesso escolar: memórias de infância e o início de trajetórias desviantes. *Revista de Educação, PUC-Campinas*, 24, 89-107.
- Silva, A. M. C. (2018). O que é a mediação? Da conceptualização aos desafios sociais e educativos. In M. A. Flores; A. M. C. Silva & S. Fernandes (org.), *Contextos de Mediação e de Desenvolvimento Profissional* (pp. 17-34). Santo Tirso: De Facto Editores.
- Silva, L. & Borges, B. (2018). Bullying nas escolas. *Direito & Realidade*, 6, 27-40.

- Souza, C. & Almeida, L. (2011). Bullying em ambiente escolar. *Enciclopédia Biosfera, Centro Científico Conhecer – Goiânia*, 7, 179-190.
- Sousa, J., Kantorsky, L. & Luis, M. (2011). Análise documental e observação participante na pesquisa em saúde mental. *Revista Baiana de Enfermagem*, 25, 221-228.
- Tomás, C. (2010). *Mediação Escolar – para uma gestão positiva dos conflitos*. Dissertação de Mestrado, Universidade de Coimbra, Coimbra, Portugal.
- Torremorell, M.C. (2008). *Cultura de Mediação e Mudança Social*. Porto: Porto Editora.
- Zabalza, M. (1994). Os diários como instrumento de investigação do pensamento dos professores in *Diários de aula – contributo para o estudo dos dilemas práticos dos professores*. Porto: Porto Editora.
- Zabalza, M. (2004). *Diários de aula – um instrumento de pesquisa e desenvolvimento profissional*. Porto Alegre.

APÊNDICES



Apêndice 1 – Termo de consentimento

Caros Encarregados de Educação,

Eu sou a Rita Matos, aluna da Universidade do Minho. Concluí a Licenciatura em Educação e frequento o Mestrado em Educação, especialização em Mediação Educacional.

Estou a realizar o meu estágio na Escola W, que os/as vossos/as filhos/as frequentam, com a orientação da Professora Ana Maria Silva da Universidade do Minho, o acompanhamento da Dr^a do Agrupamento de Escolas X e a ajuda do Professor da Escola W.

O meu trabalho tem como finalidade a prevenção ao bullying em contexto escolar. Os meus objetivos são, principalmente, prevenir comportamentos agressivos, investigar as causas, analisar as consequências e promover estratégias que podem ser utilizadas na prevenção ao bullying.

O bullying é um comportamento presente na sociedade e tem consequências por vezes graves, nomeadamente nas crianças. Por isso, deve ser prevenido e combatido diariamente, desde cedo com as crianças, sendo importante fazê-lo antes da transição para o 2º ciclo.

A prevenção ao bullying contribuirá para desenvolver um ambiente escolar mais saudável e comportamentos de boa convivência. Pretendo realizar atividades na escola que contribuam para a prevenção ao bullying e promovam a convivência, a cooperação e a empatia.

Nesse sentido, para além de os informar sobre o trabalho que me encontro a realizar, venho pedir-lhes o consentimento para desenvolver algumas atividades com os/as vossos /as filhos/educandos/as.

Braga, 24 de novembro de 2020

Melhores cumprimentos.

Rita Matos – a estagiária.

Contato: rita.matos96@hotmail.com

Termo de Consentimento

Eu, _____, encarregado/a de educação do/a aluno/a _____, a estudar no ____ ano de escolaridade, turma ____ e nº ____, da Escola _____, autorizo a participação do(a) meu educando/a nas atividades do projeto de prevenção ao bullying.

Braga, ____ de _____ de 2020

(assinatura do Encarregado de Educação)

Eu, _____, aluno/a da turma ____, nº ____, do ____ ano de escolaridade, da Escola _____, aceito participar nas atividades do projeto de prevenção ao bullying.

Braga, ____ de _____ de 2020

(assinatura do/a aluno/a)

Apêndice 2 – Estrutura dos diários de bordo utilizados



Universidade do Minho
Instituto de Educação
Sessão nº _____

Diário de Bordo

Data: ____

1. Problemática

2. Desenvolvimento

3. Discussão do desenvolvimento

4. Aprendizagens

Apêndice 3 - Questionário inicial implementado aos alunos



Mestrado em Educação
Especialização em Mediação Educacional
Universidade do Minho
Ano Letivo 2020/2021

Questionário Inicial

Gostaria de contar com a tua colaboração para responderes a este questionário. Este questionário é dirigido aos alunos do 4º ano de escolaridade e tem como objetivos conhecer o que entendes por bullying, identificar se tu ou alguém que conheces sofre de bullying e determinar como pode ser feita uma prevenção.

Lê com atenção cada questão e responde com sinceridade.

Todas as respostas são anónimas, confidenciais e não são destinadas a avaliação.

1. Sexo:

Feminino

Masculino

2. Quantos anos tens?

3. Escreve o nome dos teus melhores amigos da tua turma

4. Já aconteceu teres de brincar sozinha/o porque ninguém quis brincar contigo?

Sim

Não

5. Já te fizeram mal?

Sim

Não

5.1. Se sim, o que fizeram?

Bateram-me ou empurraram-me

Pegaram nas minhas coisas

Ameaçaram-me

Não falaram ou não brincaram comigo

Outra coisa: _____

6. Gostas do recreio?

Sim

Não

6.1. Porquê? _____

7. O que entendes por bullying?

8. Tu ou alguém que conheças já passou por alguma situação de bullying? Conta a situação.

9. O que pode ser feito para acabar com o bullying?

Apêndice 4 – Questionário de avaliação implementado aos alunos



Mestrado em Educação
Especialização em Mediação Educacional
Universidade do Minho
Ano Letivo 2020/2021

QUESTIONÁRIO AOS ALUNOS DO 4º ANO DE ESCOLARIDADE

Gostaria de saber a tua opinião sobre a atividade que acabamos de realizar.

Lê com atenção cada questão e responde com sinceridade. Todas as respostas são anónimas, confidenciais e não são destinadas a avaliação.

Data:/...../.....

10. Sexo:

Feminino

Masculino

11. As instruções da atividade foram bem explicadas?

Sim

Não

12. A atividade foi interessante?

Sim

Não

13. Mudavas alguma coisa desta atividade?

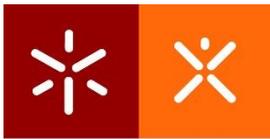
Sim

Não

4.1 Se respondeste “Sim”, o que mudavas?

4.2 Se respondeste “Não”, o que mais gostaste?

Obrigada pelas tuas respostas



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Atividade 2 - Eu respeito o outro



RECEITA DA AMIZADE



Esta receita é do(a): _____

INGREDIENTES:



2 COLHERES DE _____

1 CHÁVENA DE _____

1 PITADA DE _____

1 CHÁVENA DE _____

2 COLHERES DE _____

MODO DE PREPARAR:

Apêndice 6 – Documento de suporte à atividade 4 “A importância da empatia”



Universidade do Minho
Instituto de Educação



1 - Atribui um emoji conforme aquilo que estás a sentir

2 - Explica o porquê de escolheres esse emoji e o que estás a sentir



Eu hoje sinto-me

porque

Apêndice 8 – Documento de suporte à atividade 10 “Diferenças e semelhanças”



Atividade 10 – Diferenças e Semelhanças

Nome: _____

As minhas respostas

1. Mês de nascimento: _____
2. Cidade onde nasci: _____
3. Cor preferida: _____
4. Comida preferida: _____
5. Desporto preferido: _____
6. Jogo preferido: _____
7. Disciplina preferida: _____
8. Super herói preferido: _____
9. Desenho animado preferido: _____
10. Animal preferido: _____

Quem tem respostas em comum comigo:

1. Mês de nascimento: _____

2. Cidade onde nasci: _____

3. Cor preferida: _____

4. Comida preferida: _____

5. Desporto preferido: _____

6. Jogo preferido: _____

7. Disciplina preferida: _____

8. Super herói preferido: _____

9. Desenho animado preferido: _____

10. Animal preferido: _____

Apêndice 9 – Documento de suporte à atividade 11 “Bullying ou não?”



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Link 1 – Animação contra o bullying

[Animação contra bullying - YouTube](#)

Link 2 – Anúncio de Natal

[Anuncio de Natal, ouriço cacheiro Igualdade e Amor - YouTube](#)

Link 3 – E se fosse consigo?

[SIC Notícias | "E Se Fosse Consigo?" reúne testemunhos de vítimas de bullying \(sicnoticias.pt\)](#)

Link 4 – música Contra o bullying

<https://www.youtube.com/watch?v=zv2pKABQhDo>

Apêndice 10 – Documento de suporte à atividade 13 “Caixa da verdade”



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Conta a tua experiência em relação a cada quadrado.

Se já sofreste bullying (vítima)	Se já fizeste bullying (agressor)
Se denunciaste ou fizeste algo para ajudar	Como te sentiste em qualquer uma das situações

Apêndice 11 – Documento de suporte à atividade 16 “As marcas do bullying”



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Atividade 16 – As marcas do bullying

1. Eu já chamei nomes feios a um colega.
2. Eu brinco com todos os meus amigos.
3. Lutar com alguém é divertido.
4. Já gozei com várias pessoas por usarem óculos, ou alguma coisa diferente.
5. Todos devemos aceitar as diferenças dos outros.
6. Fazer desenhos a gozar com alguém é fixe.
7. Não ficar com o material do meu amigo está certo.
8. Já envergonhei um colega para todos verem.
9. Já ofereci algo do meu lanche a um colega.
10. Devo lutar quando não concordam comigo.
11. Devo contar a toda a gente uma coisa triste de um colega.
12. Eu já ameacei um colega.

Apêndice12 – Diário de bordo: sessão 1



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Sessão nº 1

Diário de Bordo

Data: 19/11/2020

1. Problemática

Conhecer os alunos.
Caraterizar os comportamentos dos alunos conforme as atividades realizadas.
Identificar situações de bullying e comportamentos agressivos.

2. Desenvolvimento

Quando cheguei à escola acompanhada pela minha Acompanhante de estágio fui apresentada à turma. Os alunos já tinham sido informados pelo professor da mesma que iam ter uma estagiária, mas ficaram muito curiosos sobre o que eu ia fazer. A minha Acompanhante começou por explicar o que era um estágio, falou sobre o projeto que íamos desenvolver, pediu total colaboração e questionou os alunos se sabiam o que era bullying, sem revelarem as respostas. Toda a turma respondeu que sim porque já tinham tido uma palestra sobre bullying.

O professor teve de continuar a aula que foi interrompida pela minha apresentação. Sentei-me no fundo da sala e iniciei as minhas observações dos comportamentos dentro da sala de aula. Estavam a fazer um exercício de opinião sobre um texto da disciplina de português, tinham de responder às perguntas e justificar a resposta. As respostas foram bastante criativas, alguns alunos muito participativos, outros muito distraídos e algum desinteresse por parte de poucos alunos.

De seguida houve o intervalo da manhã, os alunos lancham na sala e o professor contou-me que raramente comem a fruta ou bebem o leite que a escola oferece e os alunos concordaram e afirmam que é por trazerem lanche de casa e soltaram uma gargalhada. No recreio todos queriam saber o meu nome e qual era o projeto que a minha Acompanhante tinha falado.

Após o intervalo de lanche, foram ao recreio e quando voltaram iniciaram os exercícios de matemática. Trabalharam as percentagens, a maioria dos alunos está atento e participativo mostrando que sabem bem a matéria e uma pequena parte da turma não estão atentos, nomeadamente os alunos G, H, R, S, V, X e Z.

Na hora de almoço acompanhei-os até à cantina da escola, não pude entrar por causa das medidas sanitárias em vigor, mas observei de fora durante uns minutos. No fim do almoço, no recreio, consegui conversar com eles durante 30 minutos, antes de iniciarem as aulas da tarde. Alguns dos alunos responderam a questões sobre a idade, onde vivem, o seu comportamento na sala, as suas notas e se conhecem o conceito de bullying.

Acabou por ser gerado um debate sobre os comportamentos e as notas da turma e alguns alunos confessaram ter sofrido de bullying. Alguns meninos admitem que há comportamentos mais agressivos, a aluna J confessa-me que sofreu de bullying por causa da sua cor de pele, a aluna H contou-me que é gozada pelos colegas e não sabe porquê e o aluno F disse-me que era gozado por ter orelhas grandes.

De seguida, voltamos para a sala e iam ter aula de inglês, durante uma hora, mas a professora faltou e então continuaram com os exercícios de matemática com o professor.

A aula seguinte foi de ioga, durante uma hora, e foi realizada no coberto da escola. Trabalharam os sentimentos com um exercício de música e um exercício de respiração. Quando a aula terminou tiveram o intervalo da tarde. Nesse intervalo ficaram muito curiosos e perguntaram mais sobre o que íamos fazer, quanto tempo eu ia estar com eles e se ia todos os dias para a sala. Ficaram muito entusiasmados com o que íamos trabalhar, mas disseram que estavam tristes por eu ir apenas uma vez por semana. Apesar das meninas estarem mais à minha volta, a maioria dos rapazes também quis conversar.

Por fim, a aula de ginástica que durou uma hora e realizada no recreio da escola ao ar livre porque estava bom tempo. Nas pausas dos exercícios olhavam para mim, acenavam e perguntavam se eu achava que estavam a fazer bem os exercícios. Quando a aula terminou despediram-se de mim e foram buscar as mochilas para irem para casa.

3. Discussão do desenvolvimento

O primeiro contacto com o professor da turma foi muito bom, pôs-me completamente à vontade e mostrou-se muito entusiasmado. Em relação à turma, notei que ficaram muito curiosos e interessados em saber o que ia acontecer.

As primeiras observações que fiz foram à quantidade de alunos e o sexo dos mesmos e tentei captar algumas características.

Dois alunos, um menino e uma menina, despertaram mais a minha atenção e preocupação devido ao comportamento inadequado. Muitas interrupções ao professor com assuntos que não eram sobre a aula, muito desatentos, faladores e foram chamados à atenção várias vezes.

4. Aprendizagens

Penso que o facto desta turma ser bastante diversificada é um ponto muito positivo e que é a ideal para trabalhar a prevenção ao bullying, não só por existir meninos que sofrem com o mesmo, mas também pelos comportamentos que observei. Ao mesmo tempo que notei alunos com personalidades e comportamentos diferentes, também me deparei com uma turma muito colaborativa. Penso que vai ser fácil trabalhar este tema com a turma e que vão surpreender na realização das atividades.



Universidade do Minho
Instituto de Educação

Diário de Bordo

Sessão nº 24

Data: 25/06/2021

1. Problemática

Analisar os comportamentos dos alunos.
Abordar o tema dos sentimentos e emoções.
Preparar os cartazes para a apresentação final.

2. Desenvolvimento

A turma esteve em isolamento durante os dez dias anteriores porque houve um caso positivo. Quando regressaram às aulas o professor ligou-me para eu o substituir durante a manhã porque ele não ia estar presente e os alunos iam ter uma substituição. Assim, consegui recuperar uma sessão.

Esta sessão foi realizada durante toda a manhã e foi dedicada à última atividade que consiste na realização de cartazes individuais com o objetivo de mostrar as aprendizagens adquiridas com as sessões e a prevenção ao bullying. Cada aluno vai realizar um cartaz individual sobre a prevenção ao bullying conforme a opção que escolheu (desenho, frases ou palavras ou testemunhos de ter sido vítima ou das sessões), mas também se basearam naquilo que aprenderam com as sessões e o que sabem sobre bullying.

Alguns alunos não estavam presentes porque não tinham realizado o segundo teste ao covid-19 a tempo de regressarem, nomeadamente os alunos C, Q, R, U e as alunas J e K.

Iniciamos os primeiros minutos a conversar sobre a quarentena enquanto esperávamos pelos alunos que iam chegando. Os alunos estavam contentes por terem regressado, por saberem que iam estar toda a manhã comigo e estavam muito agitados por ser o primeiro dia depois do isolamento.

A primeira tarefa, depois de recordar o que cada aluno escolheu realizar no cartaz, foi fazerem um rascunho numa folha branca daquilo que iam pôr no cartaz. Cada um fez o seu rascunho, desloquei-me ao pé de cada um para ajudar de forma individual e estive sempre disponível para tirar dúvidas ou partilhar ideias.

Conforme os alunos terminavam o rascunho eu corrigia erros ortográficos ou dava sugestões de melhoria, mas deixei sempre que ficasse ao critério deles pois o cartaz é uma forma livre de mostrarem o que aprenderam e de se expressarem sobre a prevenção ao bullying.

Os alunos lancharam e foram para o intervalo. Durante o intervalo conversei com alguns alunos porque me queriam contar o que fizeram nos dias que ficaram em casa.

Quando fomos para a sala, distribuí os cartazes aos alunos que já tinham terminado o rascunho. Os alunos iam terminando o rascunho e iniciando o cartaz com muito cuidado para ficar bonito e colorido.

No fim da sessão, 5 alunos já terminaram os cartazes, nomeadamente a aluna A e os alunos M, P, O e N; 11 alunos iniciaram o cartaz, nomeadamente as alunas B, H, X, D, I e V e os alunos E, L, T, S, e G; 2 alunos não iniciaram porque estavam a terminar o rascunho, nomeadamente a aluna Z e o aluno F e 6 alunos não realizaram porque estavam a faltar, nomeadamente as alunas J e K e os alunos C, Q, R e U.

Esta sessão correu muito bem e na próxima conseguimos terminar os cartazes.

3. Discussão do desenvolvimento

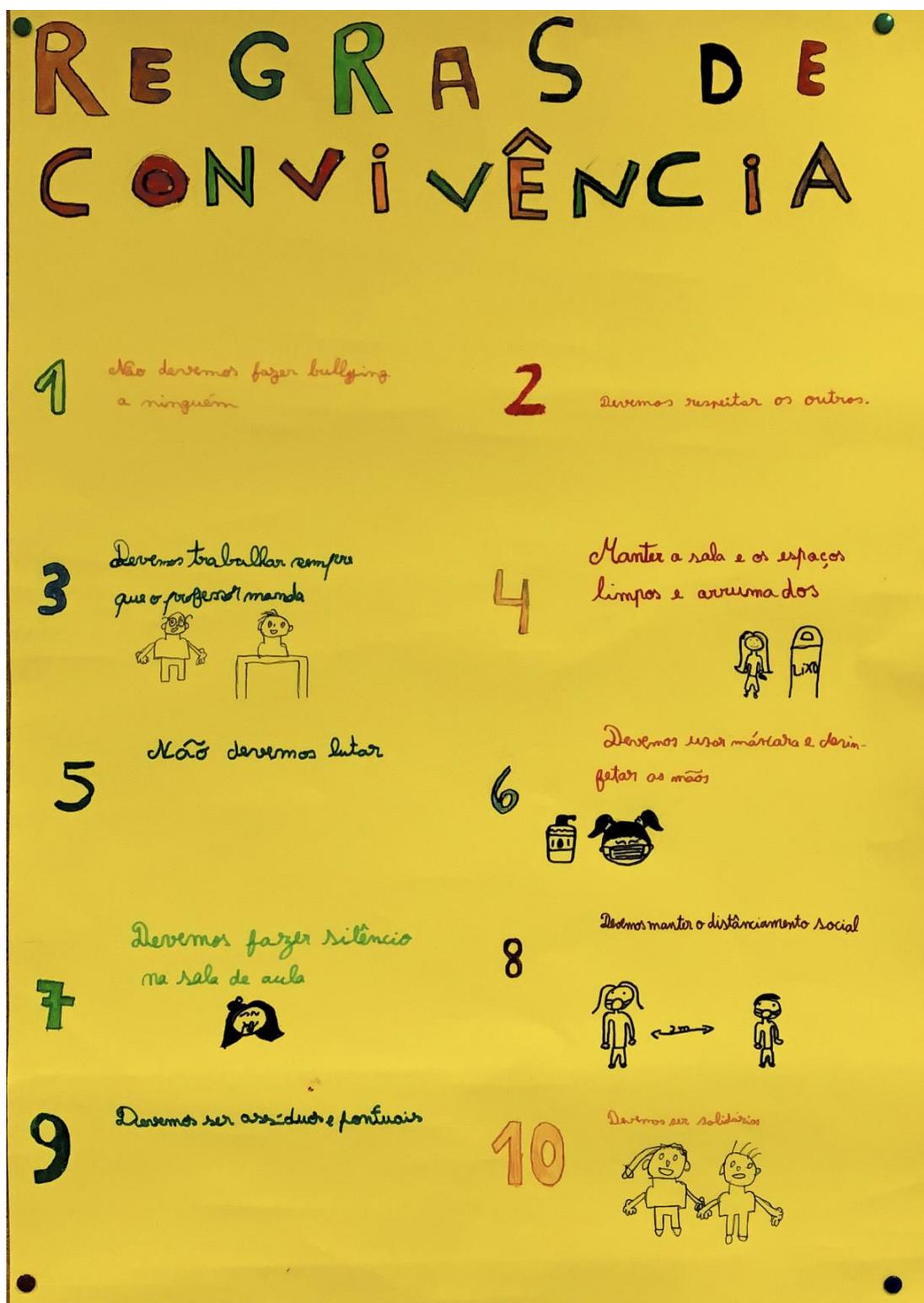
Os alunos estavam muito contentes, empenhados e agitados. Trabalharam muito bem e tiveram ideias muito criativas. Todos gostaram de realizar esta tarefa por ser lúdica, livre e porque podiam conversar com os colegas.

Com a realização dos cartazes percebi que os alunos entenderam muito bem o conceito de bullying e todos querem acabar com o bullying. Distinguem atitudes e palavras boas das más e todos entenderam a necessidade de prevenir o bullying.

4. Aprendizagens

A evolução do comportamento da turma continua visível e o facto de todos referirem a necessidade da prevenção ou mesmo de acabar com o bullying demonstra as aprendizagens que adquiriram ao longo das sessões.

Os objetivos foram alcançados com sucesso.



Apêndice 15 – Fotografia da atividade 7 “Então e eu?”



Apêndice 16 – Fotografias da atividade 12 “As duas maçãs”



Apêndice 17 – Fotografias da atividade 14 “Correio”



Apêndice 18 – Fotografias da atividade 15 “Os dois desenhos”



Exemplo de desenho colorido



Exemplo de desenho apenas com a cor verde



Exemplo de desenho apenas com a cor verde



Exemplo de desenho colorido

Apêndice 19 – Fotografias da atividade 16 “As marcas do bullying”



Apêndice 20 – Fotografias da atividade 18 “E afinal o que aprendi?”

