**O que é Bullying?**

**Bullying é um termo inglês que descreve atos de agressão repetitivos e intencionais, geralmente realizados por crianças e adolescentes contra uma vítima, com o objetivo de intimidar, humilhar ou perseguir. Pode ser verbal, físico ou psicológico e causa sérios danos à vítima, como depressão e até suicídio.**

**O bullying é caracterizado por uma violência constante, diferente de uma briga isolada, e pode ocorrer tanto por uma única pessoa quanto por um grupo. O agressor, muitas vezes, age por causa de problemas pessoais ou traumas. A prática é mais comum na escola, mas também pode acontecer no ambiente de trabalho, sendo então chamado de assédio moral.**

**Especialistas só passaram a estudar o bullying com mais atenção nas últimas duas décadas. Antes, esse tipo de comportamento agressivo era considerado normal, mas hoje é reconhecido como um problema grave que afeta a saúde mental das vítimas.**

**O bullying nas escolas.**

**O Bullying pode ocorrer em diversos lugares, mas um dos principais lugares é nas escolas ocorrendo com mais frequência. Devido ao fato de que escolas é onde os alunos passam a maior parte de seu tempo e vida, sempre interagindo com muitas outros. Além do mais a escola reflete os padrões da sociedade, como a exclusão e a agressividade, um ambiente onde essas mesmas atitudes se repetem.**

**Na escola, a pressão de seguir os padrões de beleza os comportamentos, imposto por um grupo dominante, e quem não se encaixa nesses mesmos padrões sofre discriminação.**

**O bullying pode envolver tanto agressão física, psicológica e perseguição. Essa mesma parte se caracteriza por agressões verbais constantes, isolamento social, espalhamento de boatos falsos e o assédio físico ou psicológico.**

**Consequências do Bullying.**

**As Consequências do Bullying podem ser devastadoras, a vítima do bullying tende a se isolar socialmente, se sentindo excluída, com esse distanciamento pode ser levado a queda de desempenho escolar, diminuição da autoestima e até desenvolvimento de depressão, ansiedade e síndrome do pânico ou mesmo outros distúrbios psicológicos e até mesmo suicídio.**

***CyberBullying***

**O CyberBulliyng é forma do bullying, mas virtual com ataques sendo por meio de e-mails, aplicativos de mensagens, a maior incidência de casos como esses são corridos entre adolescentes e jovens adultos. Cyberbullying envolve agressões verbais, psicológicas e, em alguns casos, físicas, mas com a diferença de que essas ações acontecem através das redes sociais, aplicativos de mensagens e outras plataformas online.**

**Enquanto o bullying acontece geralmente no ambiente escolar, o cyberbullying ultrapassa qualquer limite físico, permitindo que os agressores ataquem suas vítimas a qualquer momento e de qualquer lugar. Algumas formas comuns de cyberbullying incluem:**

1. **Exposição de fotos constrangedoras ou íntimas sem permissão.**
2. **Críticas repetitivas sobre a aparência física, opiniões ou comportamentos.**
3. **Divulgação de boatos e humilhações por meio de postagens online ou mensagens.**

**Muitos agressores utilizam perfis falsos (fakes) para se esconderem atrás da anonimidade da internet, o que os faz se sentir mais seguros para atacar sem enfrentar as consequências de um confronto direto.**