

**BRASIL E
CYBERBULLYING**

PESQUISA UNICEF

37%

dos participantes brasileiros disseram já terem sido vítimas de cyberbullying.

36%

dos jovens brasileiros afirmaram já terem faltado à escola depois de sofrer cyberbullying por parte dos colegas do colégio.



**CYBERBULLYING
PELO MUNDO**

UM EM CADA

**TRÊS JOVENS
DE 30 PAÍSES**

RELATOU JÁ TER
SIDO VÍTIMA DE
CYBERBULLYING.

É O QUE MOSTRA
UMA PESQUISA
FEITA PELO FUNDO
DAS NAÇÕES
UNIDAS PARA A
INFÂNCIA (UNICEF)
EM 2019.

PARTICIPARAM DO
ESTUDO JOVENS
ENTRE 13 E 24
ANOS DE TODOS
OS CONTINENTES.



digamos

NÃO

ao cyberbullying!

Confira perguntas e respostas sobre o assunto e ajude a acabar com essa prática que atinge tantos jovens no Brasil e no mundo

O que é cyberbullying?

É o bullying praticado na internet. Pode acontecer nas redes sociais, em jogos virtuais ou até mesmo nas aulas on-line.

Qual é a diferença entre bullying e brincadeira?

Na brincadeira, todos (inclusive o alvo das gozações) se divertem. No bullying, um ou mais envolvidos sofre — se sente intimidado, humilhado ou triste.

Quais são os diferentes tipos de cyberbullying que são praticados por aí?

Espalhar mentiras ou fotos constrangedoras nas redes sociais ou plataformas digitais; enviar mensagens cruéis, humilhantes ou ameaçadoras para alguém; humilhar ou constranger um usuário em grupos virtuais (reuniões on-line ou grupos de aplicativos de mensagens, por exemplo); entre outros.

O que fazer se você estiver sofrendo cyberbullying?

Procure um adulto da sua confiança. Podem ser os seus pais ou responsáveis ou um professor. Nunca sofra sozinho! É muito importante procurar ajuda.

Tenho vergonha de falar sobre o que está acontecendo com um adulto. O que posso fazer?

Em primeiro lugar, lembre-se de que a culpa não é sua, você é a vítima. Quem tem que ter vergonha é o agressor, que está fazendo outra pessoa sofrer. Mas, se você não se sente confortável para falar sobre o assunto, procure alternativas, como escrever uma carta explicando o que sente ou fazer um desenho sobre a situação, e entregue para um adulto da sua confiança. O mais importante é relatar o que está acontecendo — não importa como você escolhe fazer isso!

Já pratiquei cyberbullying e estou arrependido por isso. O que posso fazer para me sentir menos culpado?

Todos os seres humanos cometem erros. Peça desculpas para a pessoa que você ofendeu e tente não fazer isso de novo. Às vezes, agimos por impulso e acabamos ferindo o outro. Para evitar que isso aconteça, quando sentir que está prestes a fazer algo de errado, afaste-se dos aparelhos eletrônicos, respire fundo e só volte a usar o computador ou o celular, por exemplo, quando estiver mais calmo e não sentir mais vontade de fazer aquilo que você estava pensando em fazer.