

## PLANO “ESCOLA SEM BULLYING. ESCOLA SEM VIOLÊNCIA”

Prevenção e Combate ao bullying, cyberbullying e a outras formas de violência

Ano Letivo 2020-2021



## Índice

Enquadramento e Introdução.....	3
Implementação do Plano.....	3
Constituição da Equipa.....	3
Diagnóstico da Situação.....	4
Ações de Prevenção.....	4
Formação.....	7
Atividades do Plano Anual de Atividades.....	7
Combate e Intervenção.....	8
Avaliação.....	9

## 1. Enquadramento e Introdução

A Escola deve assumir-se como um espaço privilegiado de prevenção e combate a todas as formas de violência. O “Plano de Prevenção e Combate ao Bullying e ao Cyberbullying e a outras formas de violência” é centrado e consolidado numa abordagem estratégica e holística de sensibilização e de prevenção sistémica, definindo mecanismos de intervenção em meio escolar, dando uma maior consistência, coerência e visibilidade ao trabalho que tem vindo a desenvolver-se ao longo dos últimos anos neste âmbito.

Tendo por base a Educação para a Saúde e a Educação para a Cidadania, a par das opções curriculares do Agrupamento como oferta complementar - Educação para a Cidadania, Emocionalmente e MoviMente, os Projetos, como o Mindfulness e outros, as parcerias externas estabelecidas, o Gabinete de Mediação e Gestão de Conflitos Escolares, a Tutoria e o Serviço de Psicologia e Orientação, cujo trabalho desenvolvido potencia a ação preventiva e o combate à violência, é notória a importância que esta temática tem no Projeto Educativo do Agrupamento.

Neste ano letivo estão em implementação dois novos projetos, o Projeto B!ONE e o Projeto Equilibrium Social Circus, cujos objetivos contribuem também para a finalidade deste plano.

## 2. Implementação do Plano

### 2.1 Constituição da Equipa

Na constituição da equipa para este ano letivo pretendemos, igualmente como no ano letivo transato, congregar elementos fundamentais, de áreas transversais e de diferentes setores, de modo a permitir uma abordagem plural, alargada e abrangente.

Identificação dos elementos da equipa	
Promotor e dinamizador da equipa	Professora Coordenadora do Projeto PES e do GPPAA, Manuela Ribeiro
Docente coordenador de projetos	
Coordenador da Equipa Multidisciplinar de Apoio à Educação Inclusiva	Psicóloga Lara Santos
Docente coordenador da estratégia de Educação para a Cidadania	Professora Paula Tomaz
Coordenadora do Gabinete de Mediação Escolar e Gestão de Conflitos Escolares	Professora Madalena Leite
Coordenador do 1º ciclo	Professor Luzia Guerra
Docente de Informática	Professor Filipe Rocha
Pessoal Não Docente	Assistente Operacional Pedro Martins
Discente	Aluna Carolina Caetano, Turma 9º C

## 2.2 Diagnóstico da Situação

Para a realização do diagnóstico, a Equipa procederá ao levantamento de dados e ao respetivo registo no documento criado para o efeito, a “Ficha de levantamento/identificação de casos de bullying/ciberbullying”. (Anexo I)

Os intervenientes neste diagnóstico serão os seguintes: Equipa do Plano; Diretores de Turma e Coordenadores de Estabelecimento.

## 2.3 Ações de Prevenção

A prevenção é crucial neste processo. São intervenientes diretos na promoção de um ambiente sem violência os Diretores de Turma, que trabalham no âmbito das suas atribuições os valores do Projeto Educativo, o Regulamento Interno e o Perfil dos Alunos à Saída da Escolaridade Obrigatória, nomeadamente no espaço DTA, destinado no horário dos alunos e Diretor de Turma.

Para além destes atores, o Agrupamento conta ainda um conjunto de ações/parcerias que concorrem para os objetivos deste plano. A saber:

- O Gabinete de Mediação e Gestão de Conflitos Escolares que resulta da necessidade de perspetivar novas abordagens do conflito e promover uma cultura de convivência na Escola, pretende promover a convivência, prevenir a incivilidade, a agressividade e a violência, desenvolver uma nova abordagem ao conflito, propiciar uma mudança de postura frente às controvérsias e encorajar os alunos a resolver os seus próprios conflitos, através da mediação encarada como um processo de diálogo e de encontro interpessoal, voluntário e confidencial privilegiando a escuta ativa, a empatia e a negociação.

- O Projeto Teach for Portugal, que permite a existência de recursos envolvidos no desenvolvimento de dinâmicas de promoção de bem-estar e de sucesso escolar, nomeadamente através do desenvolvimento da atividade “Intervalos Ativos”, que tem como objetivo o envolvimento dos alunos na promoção de atividades lúdicas com dinâmicas ativas de ocupação de tempos livres.

- O Plano PIICIE, que integra dois projetos, a intervir nos 1º, 2º e 3º ciclos, contempla atividades no seu plano de ação que têm em vista a prevenção de conflitos e a promoção de competências pessoais e sociais, facilitadores de relações interpessoais positivas e saudáveis.

- A Tutoria, com o seu trabalho direcionado no acompanhamento de jovens em risco de abandono, com dificuldades de integração e de organização do seu estudo e com comportamentos desviantes.

- O Serviço de Psicologia e Orientação essencial na prevenção, acompanhamento e encaminhamento de potenciais casos de desvios comportamentais e na promoção da saúde mental e psicológica dos alunos em risco ou de risco.

Apresenta-se seguidamente o conjunto de Projetos/Programas do Agrupamento que contribuem, por um lado, para a prevenção, combate e intervenção face aos fenómenos de violência, e por outro,

para a promoção da inclusão e da não discriminação, em meio escolar.

Outras ações poderão vir a concretizar-se, se tal necessidade vier a constatar-se no decorrer da implementação do Plano.

Projetos/Programas	Objetivos	Destinatários	Calendarização
Projeto Saber Crescer	<ul style="list-style-type: none"> <li>Desenvolver competências comportamentais de concentração e atenção, desenvolvimento emocional, adequadas à melhoria dos níveis de aprendizagem e desempenho dos alunos em contexto escolar.</li> </ul>	Alunos do Pré-escolar e do 1º ciclo	2020/2021
Projeto ETAE	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar para a importância de prevenirmos atos agressivos e discriminatórios.</li> <li>Consciencializar para a importância de identificar, intervir e prevenir o bullying.</li> <li>Refletir sobre o papel das testemunhas e de outros intervenientes na identificação de uma situação de bullying.</li> <li>Refletir sobre o impacto do bullying nos envolvidos.</li> <li>Refletir sobre formas de enfrentar o problema.</li> </ul>	Alunos dos 2º e 3º ciclos	
Projeto Mindfulness/MoviMente	<ul style="list-style-type: none"> <li>Ajudar os alunos a saber lidar com a dor, a doença, a ansiedade e a irritabilidade.</li> <li>Estimular a resistência mental e física, a atenção plena, a concentração, a tranquilidade.</li> <li>Desenvolver a autoestima, as competências de relacionamento interpessoal e o desenvolvimento cognitivo.</li> </ul>	Alunos do 1º ao 5º anos	2020/2021
Projeto Promoção da Educação para a Saúde (PES)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a educação para a saúde no AEC.</li> <li>Aumentar a literacia em saúde, promovendo a adoção de comportamentos saudáveis pela Comunidade Educativa.</li> </ul>	Comunidade Educativa	2020/2021
Projeto + Contigo	<ul style="list-style-type: none"> <li>Promover a saúde mental e o bem-estar nos alunos do 3º ciclo.</li> <li>Prevenir comportamentos da esfera suicidária.</li> <li>Combater o estigma em saúde mental.</li> </ul>	Alunos do 7º ano	2020/2021

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Criar uma rede de atendimento de saúde mental.</li> <li>• Promover habilidades sociais, o autoconceito, a capacidade de resolução de problemas e de gestão de emoções.</li> <li>• Detetar precocemente situações de distúrbio mental.</li> <li>• Fortalecer redes de apoio nos serviços de saúde.</li> </ul>		
Projeto de Prevenção de Problemas de Comportamento na Adolescência EQUILIBRIUM SOCIAL CIRCUS	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolver, através do Circo Social, uma intervenção preventiva universal que promova o desenvolvimento adaptativo e integral dos adolescentes, promovendo a transformação pessoal.</li> <li>• Desenvolver competências psicossociais nos adolescentes (competências comunicacionais; regulação emocional; resolução de problemas, gestão de conflitos e tomada de decisões).</li> <li>• Empoderar os adolescentes através do desenvolvimento da inteligência emocional (autoconhecimento, autoconceito, auto motivação, empatia e capacidade de relacionar-se com os outros).</li> <li>• Aumentar os fatores protetores individuais face ao desenvolvimento de problemas de comportamento.</li> <li>• Consciencializar e diminuir os fatores de risco individuais face ao desenvolvimento de problemas de comportamento.</li> </ul>	Alunos dos 10 aos 14 anos	2020/2021
Projeto Teach for Portugal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o sucesso educativo de todos os alunos, fomentando a equidade.</li> <li>• Envolver a Comunidade Educativa no sucesso educativo dos alunos.</li> </ul>	Alunos do 2º ciclo	2020/2021
PREVINT Programa de Prevenção da Violência Interpessoal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Promover o desenvolvimento de competências de deteção de comportamentos considerados naturais no quotidiano e na sociedade, mas que são, na verdade, agressões pessoais com impacto e, muitas vezes, o início de um processo de escalada para agressões mais graves.</li> <li>• Obter conhecimentos sobre soluções</li> </ul>	Turmas do 9º ano, na disciplina de Cidadania e Desenvolvimento	2020/2021 1º e 2º períodos

	práticas de resposta (adaptativa) quando essas agressões ocorrem.		
Projeto B!ONE Cidadania e Igualdade de Género	<ul style="list-style-type: none"> <li>Sensibilizar e capacitar os diferentes agentes educativos (Família, Educadores, Auxiliares de Ação Educativa, entre outros) para as questões da Cidadania e Igualdade de Género e para a integração de práticas educativas promotoras destas temáticas no ensino Pré-escolar.</li> </ul>	Famílias dos alunos do Pré-escolar Educadores de Infância Assistentes Operacionais dos Jardins de Infância	até outubro de 2022

## 2.4 Formação

A formação tem um papel essencial na capacitação dos elementos da Comunidade Escolar para este fenómeno. Importa por isso, preparar todos os elementos da melhor forma para que este plano possa ter sucesso. A consciencialização para o problema, a sua identificação e os mecanismos de atuação deverão ser do conhecimento do maior número de atores, de modo a minimizar a sua existência e as consequências de eventuais atos praticados.

O Plano contempla por isso ações dirigidas aos diferentes públicos acima identificados, numa lógica de continuidade com o caminho já traçado no Agrupamento, mas agora com maior enfoque ainda.

Público Alvo	Data	Formação/Tema	Formador	Participantes
Pais e Encarregados de Educação (EE)	19 de fevereiro 1ª sessão	Educação Parental e Competências Sociais dos Alunos	SPO ETAE	Pais e EE dos alunos dos 5º e 7º anos
Alunos	2º período	Bullying e Ciberbullying	GNR	Todos os alunos dos 2º e 3º ciclos
		Bullying, Ciberbullying e Perigos da Internet		Pais e EE
	3º período	Desenvolvimento de competências Sociais	SPO	Alunos dos 5º e 7º anos
Pessoal Não Docente	Interrupção letiva da Páscoa	Indisciplina e Gestão e Mediação de Conflitos	SPO ETAE	Pessoal Não Docente

## 2.5 Atividades do Plano Anual de Atividades

O Plano Anual de Atividades apresenta um conjunto de atividades planeadas no âmbito desta temática e cujo desenvolvimento encerra uma estreita articulação com alguns parceiros e agentes externos.

Este conjunto de atividades poderá vir a ser alargado, aquando da elaboração completa do Plano Anual de Atividades do 3º período.

Atividades do PAA	Destinatários	Calendarização
<b>Celebração do Dia Mundial de Combate ao Bullying - 20 de outubro</b> Atividade de divulgação de informação através de folhetos e de sensibilização através de projeção de vídeos	Comunidade Educativa	outubro
<b>Painel Celeirós + Saúde Pais e EE</b> Integradado na Atividade Semana + Saúde	Pais e Encarregados de Educação	3º período
<b>Intervalos Ativos</b> Atividades lúdicas com dinâmicas ativas de ocupação de tempos livres	Alunos dos 2º e 3º ciclos	Ao longo do ano
<b>Acompanhamento/Orientação/Promoção de Competências de Gestão Emocional e Avaliação e Intervenção Psicopedagógica</b>	Alunos do Pré-escolar e dos 1º, 2º e 3º ciclos	Ao longo do ano

## 2.6 Combate e Intervenção

O combate e intervenção serão iniciados com o levantamento e identificação de eventuais casos de violência, bullying e cyberbullying. Os intervenientes nesta fase serão, principalmente, a Direção, os Diretores de Turma e os Assistentes Operacionais por deterem condições de proximidade junto da população discente e, portanto, um conhecimento bastante sustentado do comportamento e relacionamento sociais dos alunos. Podem também os Alunos e os Pais e Encarregados de Educação, via Diretor de Turma, indicar casos dos quais tenham conhecimento.

Em situação de deteção de algum caso problemático será preenchido um documento de registo de dados do mesmo e, seguidamente, encaminhado para a Direção do Agrupamento para tomada de conhecimento.

A Direção solicitará a intervenção do SPO para despiste da veracidade ou não da qualificação de violência, bullying e cyberbullying dos casos detetados.

Caso se confirmem quadros de violência, bullying e cyberbullying, a Direção do Agrupamento em articulação com o SPO, diligenciarão o contacto com os Pais e Encarregados de Educação dos alunos envolvidos em situações de violência, bullying e cyberbullying de forma a expor a situação, recolher junto destes, informação útil relacionada com a problemática e solicitar o início da intervenção a nível escolar.

Esta intervenção será da responsabilidade do Gabinete de Mediação e Gestão de Conflitos Escolares que, em articulação com o SPO, os Diretores de Turma e os Pais e Encarregados de Educação envolvidos, procederá de forma a resolver as situações comportamentais problemáticas no quadro da violência, bullying e cyberbullying.

O Gabinete de Mediação e Gestão de Conflitos Escolares informará a Direção, os Pais e Encarregados de Educação e os Diretores de Turma dos resultados obtidos na sua intervenção.



## 2.7 Avaliação

A avaliação do Plano deve ser realizada através de ações de monitorização, pela equipa do plano, ao longo do ano, em encontros/reuniões de trabalho e, no final do ano, deve dar lugar a um relatório a apresentar ao Conselho Pedagógico.

Elaborado em reunião da Equipa do Plano Escola sem Bullying. Escola sem Violência, em  
26 de outubro de 2020

Aprovado em reunião de Conselho Pedagógico  
11 de novembro de 2020

