

SEMEANDO RESPEITO: DIZER NÃO AO BULLYING E SIM À VIDA

SOWING RESPECT: SAYING NO TO BULLYING AND YES TO LIFE

Elaine do Nascimento 1

Marciana Gonçalves Reis 2

Francielma Carvalho de Sá Matos 3

Lucirene dos Santos Rodrigues Barbosa 4

Paloma Pereira da Silva 5

Resumo: O projeto de extensão “Semeando Respeito: Dizer Não ao Bullying e Sim à Vida” foi desenvolvido pelos acadêmicos de Letras EaD/Unitins com o objetivo de conscientizar estudantes sobre o bullying e a valorização da vida. A ação foi realizada em duas etapas: uma palestra sobre bullying e suas consequências e outra voltada à prevenção ao suicídio, dentro da campanha Setembro Amarelo. As atividades promoveram diálogo, acolhimento e reflexão. O projeto buscou incentivar a empatia, o respeito e a busca por ajuda. A iniciativa contribuiu para fortalecer vínculos e melhorar a convivência escolar. A ação também se alinhou aos ODS 3 e 4 da Agenda 2030.

Palavras-chave: Bullying; Setembro Amarelo; Prevenção.

Abstract: The extension project “Sowing Respect: Saying No to Bullying and Yes to Life” was developed by undergraduate students of the Letras EaD program at Unitins, with the aim of raising students’ awareness about bullying and the importance of valuing life. The action was carried out in two stages: a lecture on bullying and its consequences, and another focused on suicide prevention, as part of the Yellow September campaign. The activities promoted dialogue, support, and reflection. The project sought to encourage empathy, respect, and help-seeking behaviors. The initiative contributed to strengthening bonds and improving school coexistence. The action was also aligned with SDGs 3 and 4 of the 2030 Agenda.

Keywords: Bullying; Yellow September; Prevention.

1 - Acadêmica de Letras da Universidade Aberta do Brasil (UaB/Unitins). E-mail: elainednscmnt@gmail.com

2 - Acadêmica de Letras da Universidade Aberta do Brasil (UaB/Unitins). E-mail: cfcmuniz@hotmail.com

3 - Acadêmica de Letras da Universidade Aberta do Brasil (UaB/Unitins). E-mail: francielmacarvalho@gmail.com

4 - Acadêmica de Letras da Universidade Aberta do Brasil (UaB/Unitins). E-mail: lucirenebs40@gmail.com

5 - Acadêmica de Letras da Universidade Aberta do Brasil (UaB/Unitins). E-mail: pallomasilva762@gmail.com

Introdução

O projeto de extensão “Semeando Respeito: Dizer Não ao Bullying e Sim à Vida” foi desenvolvido pelos acadêmicos do curso de Letras EaD (UaB/Unitins), como requisito da disciplina Projeto Integrador de Práticas Educativas I. A iniciativa foi realizada na Escola Municipal Dona Júlia Pelegrini, em Lagoa da Confusão, e buscou promover reflexão, acolhimento e conscientização a respeito do bullying e da valorização da vida, integrando ações educativas ao Setembro Amarelo.

A proposta foi organizada em duas etapas. A primeira consistiu em uma palestra sobre bullying, suas características e consequências, abrindo espaço para o diálogo acerca da convivência escolar e das práticas de violência. A segunda ação envolveu uma palestra de acolhimento e valorização da vida, voltada para os aspectos emocionais relacionados ao Setembro Amarelo, incentivando os estudantes a cuidarem de si, falarem sobre seus sentimentos e buscarem ajuda quando necessário.

As atividades priorizaram a criação de um ambiente de empatia, respeito e escuta ativa, estimulando a compreensão sem julgamentos, o fortalecimento de vínculos e o exercício da tolerância e do perdão. A intenção foi contribuir para um clima escolar mais saudável, unido e solidário, pautado pelo bem-estar coletivo.

O bullying é reconhecido como um fenômeno recorrente nas escolas brasileiras e provoca impactos significativos no desenvolvimento social e emocional de crianças e adolescentes. Segundo Olweus (1993), trata-se de uma violência repetitiva, baseada em desequilíbrio de poder, com agressões físicas, verbais ou psicológicas. Pesquisas indicam que estudantes vítimas de bullying podem sofrer prejuízos emocionais, acadêmicos e sociais, apresentando maior risco de depressão, ansiedade, isolamento e dificuldades de aprendizagem (Santos; Lima, 2016; Smith; Loughran, 2014).

Nesse sentido, ações escolares de conscientização e prevenção são fundamentais. Libâneo (2013) destaca que estratégias educativas que promovam empatia, inclusão e convivência respeitosa contribuem significativamente para a redução da violência e para o fortalecimento da saúde emocional no ambiente escolar.

A experiência proporcionada pelo projeto permitiu observar o interesse dos estudantes em dialogar sobre saúde mental e violência escolar. Muitos relataram situações cotidianas envolvendo discriminação, exclusão ou sofrimento emocional, evidenciando a necessidade de ações contínuas de apoio e escuta.

O projeto também se alinha aos Objetivos de Desenvolvimento Sustentável, especialmente ao ODS 4, que visa garantir educação inclusiva e equitativa, e ao ODS 3, que busca promover saúde e bem-estar para todos.

Desenvolvimento da ação extensionista, público-alvo e objetivos

Durante o desenvolvimento do nosso Projeto Integrador, realizamos duas ações extensionistas que dialogam diretamente com os Objetivos de Desenvolvimento Sustentável (ODS 3 e ODS 4). Nossa primeira ação aconteceu na Escola Municipal Dona Júlia Pelegrini, com apoio da equipe docente, do diretor Antônio da Silva Rodrigues Junior e da psicóloga Eliane de Jesus Victor Oliveira. Atuamos com a turma do 6º ano matutino, promovendo uma palestra de conscientização sobre bullying, abordando suas formas, consequências e a importância de nos colocarmos no lugar do outro. Utilizamos recursos como data show, panfletos informativos e um vídeo explicativo. Ao final, entregamos pirulitos para os 25 estudantes, simbolizando afeto e acolhimento. Essa ação integrou-se ao ODS 4, ao promover educação inclusiva, respeito mútuo e convivência saudável no ambiente escolar.

A seguir temos um pouco do registro fotográfico dessa ação:

Imagem 1, 2, 3 e 4. Palestra educativa combate e prevenção do bullying



Fonte: Dos autores (2025).

Nossa segunda ação teve como foco o Setembro Amarelo e foi realizada com a turma do 7º ano matutino, contando novamente com o apoio dos docentes, da direção e da psicóloga. Trabalhamos a valorização da vida, destacando a importância do acolhimento, do cuidado emocional e da busca por ajuda diante de situações de ansiedade e depressão. Utilizamos slides, balões com mensagens de amor próprio, uma caixa com espelho para reflexão sobre qualidades pessoais e uma dinâmica de partilha positiva. Durante a conversa, ressaltamos a relação entre bullying, sofrimento emocional e adoecimento psíquico. Essa atividade integrou-se ao ODS 3, por promover saúde emocional, bem-estar e fortalecimento de vínculos.

A seguir temos um pouco do registro fotográfico dessa ação:

Imagem 5, 6, 7, 8, 9 e 10. Palestra educativa combate e prevenção ao suicídio



Fonte: Dos autores (2025).

Percebemos que as metas previstas foram alcançadas, pois os estudantes se mostraram participativos, trouxeram relatos e compartilharam experiências pessoais. Reconhecemos, entretanto, que alguns alunos demonstraram menor engajamento, e que poderíamos ter incluído uma oficina prática de empatia para ampliar a participação coletiva. Ainda assim, a experiência foi extremamente significativa para nós, pois além de planejarmos e executarmos as ações, vivenciamos de perto a realidade escolar e seus desafios.

Enquanto grupo, organizamos as etapas de forma colaborativa. Reunimo-nos para estruturar o planejamento, produzimos panfletos, selecionamos recursos visuais, elaboramos dinâmicas e construímos uma abordagem pedagógica baseada no respeito, no diálogo e na sensibilização. Percebemos o quanto foi valiosa a troca com os estudantes, professores e equipe escolar. A experiência nos fortaleceu enquanto acadêmicas, ampliou nosso compromisso com a educação e reforçou a importância da integração entre universidade e comunidade.

Público participante e dados

A seguir tem-se uma tabela com os dados do projeto quanto a participação da comunidade externa:

Tabela 1. Público do projeto

Quantitativo	Quantidade
Discentes	5
Docentes	2
Técnicos Administrativos	0
Comunidade Externa	55

Fonte: Dos autores (2025).

Qualitativamente tivemos a relevância de um estudante que se pronunciou, relatando que sofreu bullying e que se sentia muito triste com aquela situação que passou e que não sabia a quem recorrer e como pedir ajuda, por medo de sofrer mais repressão por parte dos colegas e por vergonha de expor a situação passada esse relato nos marcou muito e destacou a importância de campanhas de conscientização e prevenção.

Conclusão com base no que foi desenvolvido

Foi desenvolvido duas ações de conscientização, buscando promover o combate ao bullying e a valorização da vida, ressaltando a empatia e a aceitação das diferenças e a importância de procurar ajuda, sendo que é uma luta diária em todos os campos na sociedade.

A dificuldade maior do nosso grupo foi o tempo e a disponibilidade de ensaios, mas tudo é um processo de aprendizado, mas conseguimos nos organizar.

Referência

BRASIL. **Lei n.º 13.663/185/2015.** Institui o Programa de Combate a Intimidação Sistemática (bullying) no Território Nacional.

BRASIL. **Lein.º 14.819/2023**. Cria a Política Nacional de Atenção Psicossocial nas comunidades escolares, com objetivo de promover a saúde mental de todos na comunidade escolar.

BRASIL. **Lei n.º 13.819**, de 26 de abril de 2019. Institui a Política Nacional de Prevenção da Automutilação e do Suicídio.

BRASIL. Ministério da Educação. **Base Nacional Comum Curricular**. Brasília: MEC, 2017.

CARVALHO, F.; SILVA, M. Programas de conscientização e mediação de conflitos para prevenção do bullying. **Revista Educação em Foco**, v. 12, n. 3, p. 45-60, 2017.

FONSECA, L. O bullying e suas consequências na escola. **Revista Brasileira de Educação**, v. 15, n. 42, p. 123-138, 2010.

LIBÂNEO, J. C. **Didática**. 17. ed. São Paulo: Cortez, 2013.

OLWEUS, D. **Bullying at school**: what we know and what we can do. Oxford: Blackwell, 1993.

SANTOS, A.; LIMA, R. Efeitos do bullying na saúde mental de crianças e adolescentes. **Psicologia Escolar e Educacional**, v. 20, n. 2, p. 201-210, 2016.

SMITH, P. K.; LOUGHRAN, K. **Bullying in schools**: addressing the problem. London: Routledge, 2014.

Recebido em 6 de outubro de 2025

Aceite em 12 de novembro de 2025