

## CIBERADIÇÃO E 'CYBERBULLYING' EM CONTEXTOS EDUCATIVOS

V. MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ

Universidad Complutense de Madrid (Espanha)  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3971-7204>  
[valenmop@edu.ucm.es](mailto:valenmop@edu.ucm.es)

Submetido 15/05/2024 - Aceito 30/06/2024

DOI: 10.15628/holos.2024.17350

## RESUMO

Não se conhecem em detalhe quais são os efeitos das Tecnologias da Informação e Comunicação (TICs) nas pessoas e no processo educativo. As TICs oferecem possibilidades até há pouco desconhecidas, mas seu uso inadequado ou abusivo também as torna instrumentos prejudiciais. Em âmbitos escolares, por exemplo, o mau uso da tecnologia pode aumentar o eficientismo, o pragmatismo e a perda de sentido da realidade educativa. Não podemos esquecer os graves riscos

derivados de um uso problemático da tecnologia, como o isolamento, o tecnoabuso, a ciberadição, o cyberbullying, o consumo pornográfico, etc.

Nas páginas seguintes, nos concentramos na compreensão pedagógica de certos problemas relacionados com a tecnologia e a educação, especificamente no cyberbullying e na ciberadição, com o objetivo de avançar na utilização saudável dessas ferramentas.

**PALAVRAS-CHAVE:** cyberbullying, ciberadição, prevenção, educação.

## CYBER ADDICTION AND CYBERBULLYING IN EDUCATIONAL CONTEXTS

## ABSTRACT

The effects of Information and Communication Technologies (ICTs) on individuals and the educational process are not yet fully understood. ICTs offer possibilities that were previously unknown, but their improper or excessive use can also make them harmful tools. In school environments, for instance, the misuse of technology can increase efficiency for its own sake, pragmatism, and the loss of the true educational purpose. We cannot overlook the serious risks

associated with problematic technology use, such as isolation, techno-abuse, cyber addiction, cyberbullying, consumption of pornography, etc.

In the following pages, we focus on the pedagogical understanding of certain problems related to technology and education, specifically cyberbullying and cyber addiction, with the aim of promoting the healthy use of these tools.

**KEYWORDS:** cyberbullying, cyber addiction, prevention, education.

## 1 INTRODUÇÃO

O uso da internet cresce globalmente, gerando comportamentos problemáticos como a ciberadição e o 'cyberbullying'. Ambos os problemas têm implicações significativas na saúde mental, no bem-estar e no processo educativo dos adolescentes. A adição em internet interfere na vida diária e se reflete no fato de que os adolescentes viciados podem experimentar uma necessidade constante de estarem conectados, o que leva ao descuido de atividades importantes como os estudos, exercícios e relações pessoais. Essa dependência patológica está associada a sintomas de ansiedade e depressão e pode afetar negativamente o desempenho acadêmico devido à falta de concentração e dedicação aos estudos.

A seguir, exploraremos diversos estudos e dados sobre a ciberadição na adolescência, suas causas, consequências e as possíveis medidas preventivas que podem ser implementadas para mitigar seus efeitos nocivos e promover um uso saudável e equilibrado da tecnologia no âmbito escolar e familiar.

Também abordamos neste texto o problema do cyberbullying. Parece que a adição em internet pode prever o 'cyberbullying' (cybervictimização e cyberagressão) (Portilho, Carvalho e Monteiro, 2023). Essa relação entre o vício em internet e o 'cyberbullying' destaca a complexidade dos desafios vinculados ao uso excessivo e inadequado da tecnologia. Este é um fato que aumenta a preocupação em torno do cyberbullying, cujas consequências podem ser devastadoras não só para as vítimas, mas também para os agressores e observadores, bem como para o ambiente familiar e escolar. Apesar de carecer de uma tipificação específica na legislação espanhola vigente, seu alcance jurídico-penal depende de como se manifesta e dos crimes que engloba. Com tudo isso, a comunidade educativa deve estar alerta e preparada para abordar esse problema mediante estratégias apropriadas de prevenção e enfrentamento.

## 2 CIBERADIÇÃO

A internet transformou radicalmente as tecnologias da informação e da comunicação. É uma vasta vitrine virtual que oferece acesso rápido e econômico a todo tipo de informação. Essa rede mundial de computadores conecta usuários de todo o planeta e lhes oferece inúmeras possibilidades. Em suas décadas de existência, experimentou um crescimento impressionante, cujo impacto é perceptível no comportamento e no mundo da educação.

À medida que a sociedade e as instituições educativas dependem mais da tecnologia e da internet, também aumentam os riscos. Embora seja um tema complexo, é fundamental garantir a segurança no processo educativo e nas relações interpessoais no ambiente digital.

Do ponto de vista educativo, as possibilidades da internet são impressionantes. É uma fonte inesgotável de informação, uma enorme biblioteca virtual e um centro de documentação e recursos. Seu poder se manifesta em sua capacidade de facilitar a evasão, o entretenimento, a relação, a aventura e a superação de limites, sem a necessidade de se mover do assento.

Em seu "lado obscuro", a internet se presta a ser utilizada inadequadamente, o que pode gerar consequências negativas na personalidade, como confusão, isolamento e adição, embora este último não esteja oficialmente reconhecido. O uso descontrolado dessa tecnologia por crianças e jovens está aumentando, e não são poucos os que perdem as referências sólidas. Isso levou a um incremento de pessoas dependentes e a uma degradação na comunicação com o ambiente escolar e familiar.

Revisamos a seguir, a partir de vários estudos, alguns dados sobre a adição em internet na adolescência:

- A dependência de internet tem crescido nos últimos tempos e os adolescentes são um grupo especialmente vulnerável a ficarem viciados, devido a uma combinação de fatores pessoais, familiares e ambientais.

- Uma metanálise publicada por Cheng e Li (2014) sobre a ciberdependência em 31 países de sete regiões do mundo mostra uma prevalência geral de 6,0%, com diferenças consideráveis entre as regiões: Oriente Médio (10,9%), América do Norte (8%), Ásia (7,1%), "Europa do Sul e do Leste" (Bulgária, Chipre, República Checa, Grécia, Hungria, Itália, Polônia, Romênia, Sérvia, Eslovênia, Espanha) (6,1%), Oceania (4,3%), "Europa do Norte e do Oeste" (Áustria, Estônia, França, Alemanha, Irlanda, Noruega, Suécia, Reino Unido) (2,6%) e América do Sul (0%), mas é importante observar que este dado se baseia unicamente no caso da Colômbia, já que não havia dados suficientes para outros países da região.

- Observa-se uma ampla variabilidade na prevalência do vício em internet, com cifras que vão de 1,6% até 22,8%, segundo diversos estudos. Essa fixação aditiva está associada a impactos negativos em diferentes aspectos da vida, como desempenho acadêmico, interação social, relações familiares, bem-estar psicológico e saúde física e mental (Bhushan et al., 2020).

- Em numerosas pesquisas tem sido empregada uma variedade de ferramentas de avaliação, o que dificulta a obtenção de uma estimativa precisa e comparativa da prevalência do vício em internet em adolescentes e adultos (Kuss et al., 2013).

- Um estudo internacional realizado por Karacic e Oreskovic (2017), baseado em uma amostra de mais de 1000 adolescentes, revelou que a incidência mais baixa de ciberdependência foi observada em estudantes de 11-12 anos, que utilizavam a internet principalmente para fins acadêmicos. Por outro lado, encontrou-se uma maior prevalência de ciberadição em adolescentes de 15 a 16 anos, especialmente em meninos, que usavam a internet tanto para atividades escolares quanto recreativas. Além disso, uma metanálise internacional realizada por Su et al. (2019), que incluiu 101 estudos com a participação de 204.352 sujeitos de 115 amostras e provenientes de 34 países/regiões, destacou que a nível global os homens têm uma tendência relativamente mais alta para a adição em internet do que as mulheres. Esses autores sugerem que o desenvolvimento econômico (correlacionado com a igualdade de gênero), variável segundo os países/regiões, e as diferenças relacionadas com o gênero na disponibilidade de internet, com mais limitações para as mulheres em muitas sociedades, ajudam a explicar a tendência encontrada.

- Alonso Fernández (2003) aponta que a internet apresenta uma diversidade de riscos aditivos advertidos em diferentes áreas: comunicação/interação, sexo, jogos, compra e venda e busca de informação.

- Bickham (2021) identifica certos traços de personalidade, como impulsividade, agressividade e neuroticismo, que podem aumentar a vulnerabilidade ao vício em internet durante a adolescência.

- As repercussões negativas do vício em internet abrangem aspectos psicológicos, sociais e físicos, como o detrimento das relações interpessoais, o aumento da ansiedade e depressão, comportamentos hostis e agressivos, diminuição da capacidade de concentração e mal-estar emocional, entre outros. Além disso, podem surgir problemas físicos como a adoção de hábitos sedentários, uma alimentação deficiente, distúrbios visuais e lesões cerebrais, que podem requerer a intervenção de profissionais especializados.

- A pesquisa realizada por Ding et al. (2024) fornece duas conclusões fundamentais. Em primeiro lugar, destaca o impacto prejudicial da adição digital no desenvolvimento estrutural e funcional do cérebro desde a infância até os 18 anos. Em segundo lugar, identifica as regiões cerebrais específicas afetadas: o córtex cerebral (lóbulos frontal, parietal, temporal e occipital), o cerebelo e estruturas subcorticais como os gânglios basais (que contêm o corpo estriado e o núcleo accumbens), o tálamo e o hipocampo. Aponta que o lobo pré-frontal é a região mais afetada pela adição digital, o que repercute negativamente no controle cognitivo e no processamento emocional.

- A identificação da adição em internet baseia-se em seis indicadores comuns às adições: proeminência (uso da internet se destaca sobre tudo o mais), tolerância (critério discutido, que obrigaria a conectar-se progressivamente por mais tempo), modificação do estado de ânimo (por exemplo, irritabilidade, labilidade emocional, etc.), recaída (explicável pela dificuldade de manejar a internet de modo saudável), abstinência (advertida em transtornos provocados ante o atraso, a redução ou a impossibilidade de acessar a internet) e conflito (por exemplo, problemas por descumprimento de obrigações).

- Dentro da população escolar, os mais vulneráveis ao vício cibernético são as crianças e adolescentes tímidos, inseguros, solitários ávidos de sensações e relações, com baixa autoestima e poucas habilidades sociais, com fantasia desmedida e déficit de atenção, bem como aqueles que apresentam uma psicopatologia prévia (depressão, fobia social, outra adição, etc.). Em geral, os adolescentes são o grupo de maior risco por sua ampla competência digital e por usarem frequentemente essa tecnologia, embora a prevenção deva começar na infância. Em linha com o indicado por Echeburúa (2000), é possível que alguns menores façam um uso inadequado e contraproducente da rede, sem que, de fato, se deva falar de adição.

- Durante a pandemia de Covid-19, Dong et al. (2020) observaram um aumento no uso excessivo de internet entre crianças e adolescentes, em parte como uma via para reduzir o estresse e a ansiedade ou para aliviar o estado de ânimo deprimido, o que aumenta o risco de



adição. Nesta pesquisa, encontrou-se que o gênero masculino, a idade (adolescência mais que infância), a depressão e o estresse correlacionaram com comportamento aditivo em internet.

Desde uma perspectiva preventiva, oferecemos uma pauta básica de utilização equilibrada da internet que pode ser considerada, com as devidas adaptações, na família e na escola em um marco de diálogo e de compromisso com a educação integral:

- Utilizar a internet principalmente para obter informações, ou seja, como ferramenta de trabalho acadêmico e não como via habitual de entretenimento.

- Potenciar a atividade do menor e a busca responsável e inteligente na internet, o que requer conhecer previamente bases de dados e fontes consistentes de informação.

- Impulsionar nos menores o conhecimento sobre os riscos e impactos do vício em internet e promover competências psicossociais relativas à avaliação crítica, resolução de problemas, regulação emocional e autocontrole, reestruturação cognitiva, redução da impulsividade, autoconfiança, autogestão, relações sociais saudáveis, etc. (Throuvala et al., 2019).

- Limitar o tempo de conexão à internet. O estudo de Berchtold et al. (2018) mostrou que os efeitos adversos significativos na saúde dos adolescentes (problemas para dormir; consumo de tabaco, álcool ou cannabis; inatividade esportiva) aparecem com mais probabilidade se se excedem as quatro horas diárias. Esses autores também apontam que podem surgir consequências positivas para aqueles que passam menos de uma hora e meia diária na internet. Claro que esses benefícios também dependerão do propósito e do contexto de uso.

- Promover nas escolas a conexão compartilhada e a aprendizagem colaborativa. Fomenta-se assim, frente a uma metodologia passiva e receptiva dos alunos, a motivação, a atitude heurística (indagadora e descobridora), o manejo acadêmico supervisionado da internet, a relação interpessoal e o trabalho em equipe.

- Proteger os alunos do material nocivo, mediante filtros de segurança e explicações sobre os prejuízos de determinados conteúdos, páginas e interações. Na gama de ações destinadas a promover a segurança digital na infância e na adolescência deve-se incluir a formação parental e docente. Além disso, há a necessidade de favorecer a comunicação na família e na escola, bem como entre ambas as instituições, uma interconexão convergente e fundamental em todo o processo educativo, bem como em aspectos específicos relacionados ao tema em questão.

- Estimular a reflexão e a crítica sobre valores e antivalores que se difundem na internet, cuja influência se deixa sentir no comportamento e na personalidade dos alunos.

- Colocar estrategicamente os computadores em lugares abertos e de trabalho acadêmico, onde haja supervisão suficiente e a disposição espacial favoreça a relação interpessoal, a conversa e a aprendizagem. Em casa, podem ser colocados em um lugar visível para todos como, por exemplo, na sala de estar. Essas medidas têm pouco efeito se forem burladas com o uso indiscriminado de dispositivos móveis.

- Estabelecer normas de utilização do correio eletrônico: informar sobre riscos, como a usurpação de identidade ("phishing") ou outro tipo de fraudes, abrir contas supervisionadas,



configurar filtros de correio indesejado, estabelecer limites temporais, fomentar o diálogo com filhos ou alunos, etc.

Os achados de Vondráčková e Gabrhelík (2016) mostraram que a literatura científica sobre a prevenção do vício em internet é escassa. Apesar disso, é urgente implementar intervenções direcionadas a pessoas vulneráveis, como crianças e adolescentes. Além disso, essas intervenções devem envolver pais, professores, colegas e todos que fazem parte do ambiente formativo desses jovens. Essas ações, destinadas a proteger e facilitar o uso saudável da internet, devem basear-se na identificação de fatores de risco nos distintos âmbitos (familiar, escolar, ambiental, comunitário, relacional...) que contribuem para a ciberadição e outros problemas cibernáuticos.

Os riscos da internet não derivam exclusivamente de sua utilização excessiva, o que pode levar à ciberdependência. Também espream na rede os perigos derivados do seu uso indevido, algo que ocorre em maior medida quando não há supervisão parental (Lakshmana, Kasi e Rehmatulla, 2017). Embora muitos menores utilizem a internet como recurso para realizar tarefas escolares, com frequência essa tecnologia lhes resulta muito atrativa para jogar, ver filmes, ouvir música, enviar mensagens eletrônicas, relacionar-se através das redes sociais, etc. Não há nada de errado nessas atividades, salvo quando se dedica muito tempo a elas ou se trata de uma navegação cibernética irreflexiva e irresponsável e, portanto, mais exposta a conteúdos sexuais e violentos, fraudes, violações da privacidade, etc. A relação de riscos potenciais é extensa e um dos perigos que mais tem centrado a atenção escolar e social nos últimos anos é o conhecido como "cyberbullying" e ao qual, pela sua importância, dedicaremos o próximo sub-título.

### 3 "CYBERBULLYING"

O fenômeno do assédio escolar não é novo. Provavelmente, sua existência acompanha a da própria instituição escolar, embora tenha recebido atenção desigual ao longo do tempo. Não há registros precisos, mas várias formas de assédio têm estado presentes em diferentes culturas e períodos históricos. Com o surgimento dos sistemas educacionais ocidentais, no início do século XIX, a violência na escola, em grande medida praticada com finalidade disciplinar e cuja marca opressiva se refletia em relações rivalizadas entre alunos, passou a despertar crescente interesse.

No campo da literatura, uma das obras que abordam o assédio escolar nesse século é *Os Dias de Escola de Tom Brown* (*Tom Brown's Schooldays*), de Thomas Hughes (1857), novela na qual o próprio autor narra a experiência de bullying que sofreu em uma escola inglesa. No entanto, é no século XX que o estudo do assédio escolar começou a focar a atenção dos pesquisadores. A compreensão moderna do fenômeno ocorreu a partir dos anos 50, sobretudo com o estudo da personalidade dos agressores e dos efeitos negativos nas suas vítimas.

No século XXI, com a expansão da tecnologia e o uso massivo das redes sociais, o assédio escolar "tradicional" coexiste com o 'cyberbullying' (em inglês), que adiciona uma nova dimensão ao problema e apresenta desafios adicionais para sua prevenção e tratamento.

Aumenta a sensibilidade para este fenômeno, presencial ou cibernético, que pode ter consequências muito negativas, sobretudo nas vítimas, mas também nos agressores e nos



observadores, bem como no conjunto da família e da escola. Embora na legislação espanhola vigente o assédio escolar não tenha tipificação específica, seu alcance jurídico-penal depende de como se manifesta, das faltas ou delitos que engloba (contra a integridade moral, ameaças, coações, agressões, indução ao suicídio, etc.) e dos danos que provoca.

Foi o norueguês Olweus, cujo livro foi traduzido para o espanhol (1998), quem introduziu nos anos 70 o interesse pelo assédio entre escolares, conhecido em inglês como 'bullying', que tanta alarme gera. Este problema recebe hoje considerável atenção científica, sobretudo com a finalidade de preveni-lo e contrarrestá-lo. No Estudo Estatal sobre a Convivência Escolar em Centros de Educação Primária, dirigido por Torrego (2023), consta que 9,53% dos alunos afirmam ter sofrido assédio e 9,20% assédio virtual. Os números são um pouco menores na pesquisa dirigida por Díaz-Aguado (2023), cujo resumo sobre o assédio escolar e o 'cyberbullying' na Espanha em crianças e adolescentes reconhece como vítimas de assédio 7,6% dos alunos do nível primário, sem diferenças significativas entre meninas e meninos. Na Educação Secundária, diminui ainda mais o número de alunos que manifestam ter sido assediados: 5,3%, percentual significativamente mais elevado entre as meninas (5,8%) do que entre os meninos (4,7%). O 'cyberbullying', por sua vez, foi avaliado mediante perguntas sobre situações específicas. 10,7% dos alunos que acessam a internet ou redes sociais sem presença adulta responderam ter sofrido alguma das 14 situações de vitimização através de dispositivos digitais (cyberbullying) duas ou três vezes ao mês ou com mais frequência, com diferenças significativas entre meninas (12,7%) e meninos (8,7%). Essas diferenças são já observáveis na Educação Primária (10,3% nas meninas e 8% nos meninos) e aumentam na Educação Secundária (13,8% nas meninas e 9% nos meninos).

Do estudo da OMS/Europa (WHO, 2024) sobre comportamentos saudáveis em escolares, que se foca nos padrões de assédio e violência entre adolescentes de 44 países e regiões, totalizando mais de 279.000 alunos, extraímos estes dados e sugestões:

Embora as tendências gerais do assédio escolar tenham se mantido estáveis desde 2018, o 'cyberbullying' aumentou devido à crescente digitalização das interações dos jovens, com grande impacto em suas vidas.

- Em média, 6% dos adolescentes, mais meninos do que meninas, intimidam outros na escola.
- Aproximadamente 11% dos adolescentes foram assediados na escola.
- Cerca de 12% (1 em cada 8) dos adolescentes manifestam ter ciberassediado outros. Os meninos (14%) têm mais probabilidades de relatar assédio cibernético do que as meninas (9%).
- 15% dos adolescentes (quase 1 em cada 6) sofreram 'cyberbullying'.
- 1 em cada 10 adolescentes esteve envolvido em brigas físicas, com uma diferença de gênero notável: 14% dos meninos versus 6% das meninas.
- São necessárias intervenções focadas na regulação emocional e nas interações sociais positivas.



- Soluções específicas que considerem questões de gênero e promovam a segurança digital, a empatia e culturas escolares inclusivas são essenciais.

- O cyberbullying apresenta desafios únicos para os adolescentes e afeta tanto sua vida escolar quanto sua percepção de segurança em casa e na vida pessoal. Os dados mais recentes, de 2018 a 2022, indicam um aumento alarmante do 'cyberbullying'. São urgentes as intervenções que envolvam educadores, pais, líderes comunitários e responsáveis políticos para promover a alfabetização digital e a segurança na internet.

A inclusão dos dados anteriores fornece uma panorâmica deste problema, que se agrava quando acompanhado de passividade, ignorância ou descuido dos responsáveis políticos e institucionais, dos pais, dos professores e dos próprios alunos.

O 'cyberbullying', embora compartilhe com seu homólogo tradicional a nocividade, pode ser definido, a partir de Tokunaga (2010), como a prática exercida por indivíduos ou grupos, com identidades conhecidas ou não, através de meios eletrônicos ou digitais, consistente no envio deliberado e repetido de mensagens hostis ou agressivas para infligir dano ou mal-estar a outra(s) pessoa(s). O 'cyberbullying' apresenta algumas diferenças em relação ao assédio tradicional:

- Praticamente não possui limites espaço-temporais e tem um enorme potencial para alcançar uma grande audiência, o que pode aumentar o sentimento de indefesa.

- Os níveis de supervisão são mais baixos e não há retroalimentação imediata, por isso o agressor pode ser menos consciente das consequências e não apresentar sentimentos de culpa.

- A percepção de anonimato online pode aumentar a agressão.

O 'cyberbullying' é difícil de evitar e seus efeitos podem ser mais devastadores do que no assédio tradicional, com o qual às vezes coincide (Martínez-Otero, 2017). Os ciberagressores, muitas vezes anônimos, invisíveis, têm mais dificuldade em empatizar com suas vítimas, que também não veem. Precisamente por carecerem de dados sobre o dano que infligem às vítimas, são capazes de se mostrar particularmente cruéis. Essa falta de retroalimentação dificulta a ativação de mecanismos de autocontrole da agressividade, resultando na desinibição dos ciberagressores, frequentemente situados em uma posição confortável e com sensação de impunidade, alcançando níveis muito graves.

Na identificação dos componentes do 'cyberbullying', Avilés (2013), com apoio de diversos autores, identifica quatro campos de análise que passamos a revisar sumariamente (intrapessoal, interpessoal, intragrupal e contextual), permitindo reconhecer tanto processos específicos quanto compartilhados com o 'bullying':

No *nível intrapessoal*, descobrem-se diferentes processos no agressor e na vítima:

1. Emocionais. Desinibição, resistência à frustração e imperturbabilidade do agressor e aumento da insegurança e do sofrimento na vítima. Pode haver déficit em emoções de índole moral, traduzindo-se em crueldade, falta de compaixão e desconexão ética no agressor, e indefesa e vergonha na vítima. Além disso, percebe-se uma clara insuficiência empática e falta de sentimento de culpa ou arrependimento no agressor.

2. Cognitivos. Em ambos os perfis há risco de despersonalização e cosificação, confusão entre a realidade e a fantasia, distorção cognitiva sobre si mesmo e os outros. Não é estranho que o agressor realize julgamentos morais errôneos, com tendência a "normalizar" a agressão, sobretudo porque suas ações não são seguidas imediatamente de consequências negativas. Na vítima, frequentemente observam-se desorientação, incerteza e inibição.

3. Sociais. Déficit nas chaves de autocontrole do agressor, por carecer de feedback social e ser privado dos benefícios que trazem os eventuais comentários e a pressão dos demais. Tendência a justificar as ações. Escassez de critérios para diferenciar a fantasia da realidade. Desinibição social, que em ocasiões ativa a agressividade. Há também risco de comportamento contraditório, manifestamente distinto segundo se esteja na internet ou não. Condutas de risco e configuração de um clima moral anômalo são comuns.

No *nível interpessoal*, identificam-se indicadores em três vertentes de interação assimétrica:

1. Exercício do poder. Domínio do agressor e submissão da vítima.
2. Segurança. Baixa exposição do agressor ao atacar e elevada acessibilidade da vítima.
3. Grau de controle. O agressor maneja a situação e a vítima é muito vulnerável.

No *nível intragrupal*, podemos destacar algumas características: identidade grupal versus identidade individual. A identidade coletiva reduz o senso de responsabilidade individual. Menor envolvimento das testemunhas, explicado pela sensação de invisibilidade, anonimato e intangibilidade.

No *nível contextual*, identificamos três aspectos relevantes:

1. Audiência, mais extensa do que no bullying presencial. A extensão da audiência ou exposição pública aumenta o dano na vítima.
2. Duração, que pode ser permanente no 'cyberbullying'. Ao contrário do assédio presencial, o sofrimento não se limita aos momentos do ataque, pois a agressão ou ameaça está publicada.
3. Escassez de controle ou supervisão da informação. O acompanhamento e a orientação dos educadores sobre a utilização das tecnologias são insuficientes, embora necessários para a prevenção e intervenção.

Diante desse grave problema, relativamente recente, cuja incidência parece aumentar com a expansão dos dispositivos eletrônicos, muito atraentes para os escolares, é imperativo adotar estratégias educativas de prevenção e enfrentamento tanto no âmbito familiar quanto escolar.

Crianças e adolescentes, hoje qualificados como "nativos digitais", navegam habitualmente e com facilidade pelo ciberespaço, embora nem sempre com a clareza e adequação necessárias, não sendo totalmente conscientes dos perigos que os espreitam nem dos danos que podem gerar. E, embora os estudos sobre cyberbullying geralmente se concentrem nas vítimas, algo

fundamental, também é preciso compreender quais fatores influenciam os agressores (Grunin, Yu e Cohen, 2020). Outro perfil que deve ser analisado é o do agressor-vítima simultaneamente.

Uma das investigações que se aprofunda na exploração da personalidade é a realizada por Favini et al. (2023) com uma amostra de mais de 400 adolescentes, visando identificar traços a partir do Modelo dos Cinco Grandes "Big Five" (Extroversão-E, Amabilidade-A, Consciência-C, Estabilidade Emocional-ES, Abertura-O), em conexão com os papéis tradicionais de 'bullying' e 'cyberbullying': não envolvido, vítima, agressor e agressor-vítima. O estudo revelou três perfis vinculados aos papéis de bullying/cyberbullying: 1) resiliente (com pontuações altas em todos os traços), que tendiam a não estar implicados; 2) subcontrolado (com C baixa, E média a alta, e ES e O média a baixa), com mais probabilidades de serem agressores e vítimas, tanto online quanto offline; e 3) sobrecontrolado (com E muito baixa, C média, e ES e O de média a baixa), com mais probabilidades de serem vítimas de bullying tradicional, mas não online. Esses resultados são úteis para identificar adolescentes especialmente vulneráveis ao 'bullying' ou 'cyberbullying', embora ninguém esteja totalmente livre de riscos, especialmente nas etapas de crescimento, nas quais há menos recursos defensivos e mais tendência a buscar sensações e emoções.

Além de qualquer sensacionalismo, a comunidade educativa como um todo deve conhecer melhor esse fenômeno inquietante, muitas vezes invisível em suas fases iniciais, e seus efeitos negativos nas vítimas, mas também nos agressores e espectadores. Sem perder de vista que a defesa contra o 'cyberbullying' vai além da mera informação, vejamos algumas orientações a serem consideradas na família e na escola:

*No contexto familiar.* A explicação dos pais sobre os perigos das tecnologias, embora necessária, não é suficiente para proteger os filhos e pode até aumentar sua curiosidade por conteúdos inadequados. Além de informar, é essencial fomentar valores como respeito e responsabilidade, dedicar tempo suficiente aos filhos e promover um ambiente de afeto, confiança, segurança e diálogo. Devem ser implementadas medidas de segurança, como o uso de filtros, e estabelecidas normas claras sobre o uso da tecnologia. Essas normas devem fomentar interações saudáveis, limitar o tempo de uso para não interferir com outras atividades, e promover o uso da internet para tarefas escolares mais do que para atividades recreativas. É importante que essas normas sejam acordadas em conjunto entre pais e filhos. Essa tarefa educativa, que promove a reflexão, o conhecimento, a conscientização e a empatia, deve começar na infância, já que muitas crianças utilizam a internet antes de chegar à adolescência.

*No contexto escolar.* O ambiente escolar é crucial para prevenir o 'cyberbullying', especialmente desde a educação primária e em estreita colaboração com a família. Luengo (2014) fornece um guia para centros escolares com chaves para promover a alfabetização digital dos menores, que inclui ações didáticas, diretrizes para intervenção e recursos legais relevantes. Insiste na formação ética dos estudantes no ambiente digital. O guia também destaca o papel dos "alunos ajudantes", que, com a preparação adequada, podem apoiar colegas mais jovens ou com menos competências digitais, uma abordagem que teve sucesso em vários centros educativos. A colaboração coordenada de toda a comunidade educativa é essencial para alcançar esses objetivos.



Tanto no âmbito familiar quanto no escolar, a dimensão emocional é especialmente relevante, embora de maneira diferencial. À luz dos dados fornecidos por Martínez-Monteagudo et al. (2019), um maior nível de compreensão e regulação emocional diminui a probabilidade de participar em qualquer dos papéis envolvidos no 'cyberbullying'. Portanto, recomenda-se que, como parte da estratégia preventiva do cyberbullying, se potencializem as habilidades socioemocionais de crianças e adolescentes (Sorrentino et al., 2023), essenciais na escola, na família e na vida pessoal, por sua contribuição à gestão dos estados emocionais, à resolução de conflitos, ao desenvolvimento de relações interpessoais saudáveis e ao bem-estar.

Em suma, a prevenção do 'cyberbullying' deve começar cedo com uma oportuna implicação parental e docente. Quando não há um compromisso real dos pais, com supervisão suficiente, os filhos ficam mais expostos a problemas de toda índole, também aos relacionados com as tecnologias. Embora os pais, em geral, estejam preocupados com o uso que seus filhos fazem da internet, são tantos os fatores que concorrem em cada família que nem sempre sabem como agir. Uma ajuda básica pode ser encontrada nos próprios centros escolares ou, inicialmente, em algumas páginas da web. O que nunca deve faltar é a relação com o corpo docente, coletivo profissional que, por sua vez, precisa de cobertura institucional e legal, assim como de assessoramento sobre os riscos na rede, as consequências do cyberbullying, as vias preventivas e as ações com os alunos, particularmente com os mais vulneráveis.

#### 4 CONCLUSÃO

É fundamental a conscientização sobre os riscos associados ao uso excessivo e inadequado da tecnologia. A ciberadição e o 'cyberbullying' são problemas complexos e crescentes que requerem atenção especial tanto no âmbito familiar quanto escolar. Além disso, é crucial a colaboração entre a família e a escola para abordar eficazmente esses problemas, o que implica fornecer orientação, supervisão e apoio adequados às crianças e adolescentes. Promover o desenvolvimento de habilidades socioemocionais nos menores pode ajudar a prevenir tanto a ciberdependência quanto o cyberbullying, uma vez que a compreensão e a regulação emocional contribuem para resistir à pressão dos pares e manejar os conflitos de maneira construtiva.

A alfabetização digital deve começar em uma idade precoce e incluir aspectos como a dimensão ética e o comportamento responsável no ciberespaço. Os estudantes devem conhecer os riscos associados ao mau uso da tecnologia e aprender a utilizá-la de maneira segura e saudável.

É importante levar em conta os fatores contextuais que influenciam a ciberadição e o 'cyberbullying', como o ambiente familiar, as dinâmicas relacionais na escola e a cultura online. Abordar esses aspectos de maneira integral ajuda a prevenir e mitigar esses problemas, bem como a se beneficiar dos serviços que a tecnologia oferece.

Em resumo, trabalhar de maneira coordenada e colaborativa permite criar ambientes presenciais e virtuais que, em vez de prender ou danificar, potencializam a segurança, a convivência e o desenvolvimento educativo de crianças e adolescentes.



## 5 BIBLIOGRAFIA

- Alonso Fernández, F (2003). *Las nuevas adicciones*. Madrid, TEA Ediciones.
- Avilés, J. M. (2013). Análisis psicosocial del ciberbullying: Claves para una educación moral. *Papeles del Psicólogo*, 34 (1), 65-73.
- Berchtold, A., Akre, C., Barrense-Dias, Y., Zimmermann, G. y Surís, J.-C. (2018). Daily internet time: towards an evidence-based recommendation? *European Journal of Public Health*, 28 (4), 647-651.
- Bhushan, S., Sachdev, A., Sachdeva, V., Anand, S., Kumar, S. y Kumar, V. (2020). Internet addiction - a mental 'disorder'. *International Journal of Advanced Science and Technology*, 29 (7s), 935-936.
- Bickham, D. S. (2021). Current Research and Viewpoints on Internet Addiction in Adolescents. *Current Pediatric Research*, 9 (1), 1-10. doi: 10.1007/s40124-020-00236-3.
- Cheng, C. y Li, A. Y. (2014). Internet addiction prevalence and quality of (real) life: a meta-analysis of 31 nations across seven world regions. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17 (12), 755-760.
- De', R., Pandey, N. y Pal, A. (2020). Impact of digital surge during Covid-19 pandemic: a viewpoint on research and practice. *International Journal of Information Management*, 55.
- Díaz-Aguado, M. J. (2023). *Resumen del estudio sobre acoso escolar y ciberacoso en España en la infancia y en la adolescencia*. Universidad Complutense de Madrid-Fundación Cola Cao. <https://www.ucm.es/file/informe-estudio-acoso-escolar-universidad-complutense-fundacion-colacao?ver>
- Ding, K., Shen, Y., Liu, Q. y Li, H. (2024). The Effects of Digital Addiction on Brain Function and Structure of Children and Adolescents: A Scoping Review. *Healthcare*, 12, 15. <https://doi.org/10.3390/healthcare12010015>
- Dong, H., Yang, F., Lu, X. y Hao, W. (2020). Internet addiction and related psychological factors among children and adolescents in china during the coronavirus disease 2019 (COVID-19) epidemic. *Frontiers in Psychiatry*, 11.
- Echeburúa, E. (2000). *¿Adicciones sin drogas? Las nuevas adicciones: juego, sexo, comida, compras, trabajo, internet*. Bilbao, Desclée de Brouwer.
- Favini, A., Gerbino, M., Pastorelli, C., Zuffianò, A., Lunetti, C., Remondi, C., Cirimele, F. Gómez Plata, M. y Giannini, A. M. (2023). Bullying and cyberbullying: Do personality profiles matter in adolescence. *Telematics and Informatics Reports*, 12, 100108.
- Grunin, L.; Yu, G. y Cohen, S. S. (2020). The relationship between youth cyberbullying behaviors and their perceptions of parental emotional support. *International Journal of Bullying Prevention*, 1-13.



- Hughes, T. (2018). *Tom Brown's Schooldays*. The Project Gutenberg Ebook.  
<https://www.gutenberg.org/files/1480/1480-h/1480-h.htm#link2HCH0017>
- Karacic, S. y Oreskovic, S. (2017). Internet addiction through the phase of adolescence: a questionnaire study. *JMIR Mental Health*, 4 (2).
- Kuss, D. J., van Rooij, A., Shorter, G. W., Griffiths, M.D. y van de Mheen, D. (2013). Internet addiction in adolescents: Prevalence and risk factors. *Computers in Human Behavior*, 29(5), 1987-1996.
- Lakshmana, G., Kasi, S. y Rehmatulla, M. (2017). Internet use among adolescents: Risk-taking behavior, parental supervision, and implications for safety. *Indian Journal of Social Psychiatry*, 33, 297-304.
- Luengo, J. A. (2014). *Ciberbullying. Prevenir y actuar. Guía de recursos didácticos para centros educativos*. Madrid, Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid.  
<http://www.copmadrid.org/webcopm/recursos/CiberbullyingB.pdf>
- Martínez-Monteagudo, M. C., Delgado, B., García-Fernández, J. M. y Rubio, E. (2019). Cyberbullying, Aggressiveness, and Emotional Intelligence in Adolescence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 12; 16 (24), 5079. doi: 10.3390/ijerph16245079. PMID: 31842418; PMCID: PMC6950617.
- Martínez-Otero, V. (2017). Acoso y ciberacoso en una muestra de alumnos de Educación Secundaria. *Profesorado. Revista de currículum y formación del profesorado*, 21 (3), 277-298.
- Olweus, D. (1998). *Conductas de acoso y amenaza entre escolares*. Madrid, Morata.
- Portilho Carvalho, T., Carvalho Relva, I., y Monteiro Fernandes, O. (2023). Addiction to the Internet and Cyberbullying in Adolescents and Young Adults. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 57(1), e1669.  
<https://doi.org/10.30849/ripijp.v57i1.1669>
- Sorrentino, A., Esposito, A., Acunzo, D., Santamato, M. y Aquino, A. (2023). Onset risk factors for youth involvement in cyberbullying and cybervictimization: A longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 19; 13, 1090047. doi: 10.3389/fpsyg.2022.1090047. PMID: 36743647; PMCID: PMC9893029.
- Su, W.; Han, X.; Jin, C.; Yan, Y. y Potenza, M. N. (2019). Are males more likely to be addicted to the internet than females? A meta-analysis involving 34 global jurisdictions. *Computers in Human Behavior*, 99, 86-100.
- Throuvala MA, Griffiths MD, Rennoldson M, Kuss DJ. School-based Prevention for Adolescent Internet Addiction: Prevention is the Key. A Systematic Literature Review. *Current Neuropharmacology*, 17 (6), 507-525. doi: 10.2174/1570159X16666180813153806.



Tokunaga, R. S. (2010). Following you home from school: A critical review and synthesis of research on cyberbullying victimization. *Computers in Human Behavior*, 26(3), 277–287. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2009.11.014>

Torrego, J. C. (Dir.) (2023). *Estudio estatal sobre la convivencia escolar en centros de Educación Primaria*. Equipo IMECA-UAH, Universidad de Alcalá, Ministerio de Educación y Formación Profesional y Observatorio Estatal de la Convivencia Escolar. <https://www.educacionyfp.gob.es/dam/jcr:f3070940-540d-4ea9-b85a-8f9fcc301c1b/estudio-estatal-sobre-la-convivencia-escolar-en-centros-de-educacion-primaria-vf.pdf>

Vondráčková, P. y Gabrhelík, R. (2016). Prevention of Internet addiction: A systematic review. *Journal of Behavioral Addictions*, 5(4): 568-579.

WHO (2024). *One in six school-aged children experiences cyberbullying, finds new WHO/Europe study*. Disponible en: <https://www.who.int/europe/news/item/27-03-2024-one-in-six-school-aged-children-experiences-cyberbullying--finds-new-who-europe-study>

#### COMO CITAR ESTE ARTIGO:

MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ, Valentin. CIBERADIÇÃO E 'CYBERBULLYING' EM CONTEXTOS EDUCATIVOS. *HOLOS*, [S. l.], v. 4, n. 40, [s.d.]. DOI: 10.15628/holos.2024.17350. Disponível em: <https://www2.ifrn.edu.br/ojs/index.php/HOLOS/article/view/17350>.

#### SOBRE OS AUTORES

##### V. MARTÍNEZ-OTERO

Doutor em Psicologia e Pedagogia. Professor Doutor da Faculdade de Educação na Universidade Complutense de Madri.

E-mail: [valenmop@edu.ucm.es](mailto:valenmop@edu.ucm.es)

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-4858-9005>

**Editora Responsável:** Maura Costa

**Pareceristas Ad Hoc:** José Mateus do Nascimento e Marlúcia Menezes Paiva



**Recebido** 15 de maio de 2024

**Aceito:** 30 de junho de 2024

**Publicado:** 19 de julho de 2024



