

CARINA ALEXANDRA FREDERICO DOS SANTOS

EXPERIÊNCIAS DE *BULLYING* E VERGONHA EXTERNA EM ADOLESCENTES DO 3º CICLO DO ENSINO BÁSICO



ESCOLA SUPERIOR DE ALTOS ESTUDOS

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica

Ramo de Especialização em Terapias Cognitivo-
Comportamentais

Coimbra, 2016



Experiências de *bullying* e vergonha externa em adolescentes do 3º
ciclo do ensino básico

CARINA ALEXANDRA FREDERICO DOS SANTOS

Dissertação apresentada ao ISMT para obtenção do grau de Mestre em Psicologia Clínica,
Ramo de especialização em Terapias Cognitivo-Comportamentais
Orientadora: Professora Doutora Sónia Simões,
Professora Auxiliar, ISMT

Coimbra, 2016

Dedicatória

*E porque não existe partida para aqueles que amamos, dado que permanecem eternamente
nos nossos corações...*

*Avô Nelo, esta conquista é dedicada a ti, pois sinto que estiveste sempre presente e de braço
dado comigo.*

Onde quer que estejas, sei que te encontras a sorrir e orgulhoso da tua Menina.

*Beijo grande e abraço apertadinho
Olha por mim! Com saudade, até já...*

Agradecimentos

À Professora Sónia Simões, pela orientação e disponibilidade constante. Obrigada pela paciência com que lidou com os meus silêncios e pausas na realização deste trabalho.

À Direção, Professores e Funcionários do Agrupamento de Escolas de Caranguejeira – Santa Catarina da Serra, pelo inestimável acolhimento, cooperação e apoio com que me brindaram nos diversos momentos desta jornada.

Aos alunos e encarregados de educação envolvidos neste projeto, pois sem eles não seria possível chegar aqui. Obrigada por tudo aquilo que me ensinaram! Foram a minha fonte de inspiração e motivação.

À Telma e à Cláudia pela amizade sincera, incentivo permanente e apoio incondicional no decorrer desta caminhada, ajudando-me a olhar para as dificuldades como verdadeiras aprendizagens.

Em especial, à minha família...por tudo! Agradeço não só pelos sacrifícios que suportaram ao longo deste meu percurso, como também, por serem os pilares da minha vida, o meu ponto de partida e de chegada.

Obrigada a *Ti* que és luz, por seres uma constante e me fazeres sentir guardada e preenchida.

Um grande agradecimento àqueles que, embora não nomeados, acreditam em mim, naquilo que sou e faço, e pelo carinho que as palavras não conseguem descrever.

A todos, o meu enorme e sentido OBRIGADA!!!

Resumo

O *bullying*, à semelhança da temática da vergonha, tem vindo a assumir grande importância na investigação científica pelo facto de ambas regularem as relações interpessoais e se difundirem como influentes na formação e manutenção de patologias.

O presente estudo tem como principal objetivo analisar o impacto que as experiências de vergonha externa têm nos adolescentes vítimas de *bullying*.

Para a realização desta investigação foi recolhida uma amostra constituída por 180 alunos que frequentam o 3º ciclo do ensino básico, sendo 93 do sexo feminino e 87 do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos e idade média de 13,79 anos (DP=1,26).

No que diz respeito à recolha de dados, utilizaram-se os seguintes instrumentos: o Questionário *Bullying* – A agressividade entre as crianças na escola, a Escala de Vergonha Externa (OAS - *Others As Shamers*) e um Questionário Sociodemográfico criado especificamente para este estudo.

Os resultados revelaram a existência de relações estatisticamente significativas entre as experiências de vitimação e as de vergonha externa, o que sugere que as experiências de vitimação podem influenciar as experiências de vergonha externa. Também existe evidência para afirmar que o sexo feminino apresenta valores médios superiores nas experiências de vergonha externa. Além disso, o estudo efetuado permitiu verificar que as experiências de vitimação estão positivamente associadas aos sentimentos das vítimas subsequentes à agressão. Apurou-se ainda que, face aos não envolvidos, as vítimas e as vítimas e agressores, apresentam valores mais elevados de vergonha externa.

Este estudo vem contribuir para a expansão dos temas *bullying* e vergonha, visto apresentar novas perspetivas alusivas à natureza da vergonha externa enquanto resultado de comportamentos de índole negativo no quotidiano dos adolescentes, em contexto escolar.

Palavras-chave: adolescência; *bullying*; vergonha externa.

Abstract

Bullying, like the issue of shame, has become very important in scientific investigation as both regulate interpersonal relationships and diffuse as influential in the development and maintaining of pathologies.

The current study has the main goal of analysing the impact that the experiences of external shame have on bullied teenagers.

In order to undertake this investigation was collected a sample composed of 180 students attending lower secondary, 93 female and 87 male, aged between 12 and 17 with the average age of 13,79 (SD=1,26).

In what concerns data collection, the following instruments were used: the Bullying Questionnaire – The aggressiveness among children at school, the External Shame Scale (OAS - Others As Shamers) and a Sociodemographic Questionnaire specifically created for this study.

The results revealed the existence of statistically significant relationships between the victimisation experiences and external shame experiences, which suggests that victimisation experiences can influence external shame experiences. There is also evidence to state that the female gender shows higher average values in the external shame experiences. In addition to this, the conducted study has showed that the victimisation experiences are positively associated with victims' feelings following the aggression. It was also found that, compared to those who were not involved, victims and victims and aggressors show higher values of external shame.

This study will contribute to the spread of the subjects of bullying and shame, as it presents new perspectives on the nature of external shame as a result of negative behaviours in the daily lives of teenagers at school.

Keywords: adolescence; bullying; external shame

*“Permaneça no teu caminho apesar dos obstáculos.
Confia no caminhar apesar das adversidades.
Tem a coragem de acreditar. Em quem és. E no que queres.
Tem a coragem de ser fiel. Ao que acreditas. E ao teu próprio coração.
Segue com a firmeza da verdade. E com a força da fé.”*

[Martha Medeiros]

Introdução

A adolescência surge a partir do século XVIII e deriva do latim “*adolescere*”, que significa crescer, desenvolver-se para adulto, como uma fase de extrema importância em termos de profundas transformações no ciclo vital (Pereira, 2011). A adolescência é um período caracterizado por mudanças no desenvolvimento evolutivo do indivíduo de índole biológico, físico, social e cultural que ditam a transição entre a infância e a vida adulta, e cuja intensidade e volume dos seus efeitos variam com a cultura e a época onde o adolescente se insere. No entanto, apesar desta fase se coligar aos primeiros sinais físicos da maturidade sexual, não está associado a uma faixa etária definida, embora se considere que a conjugação das referidas alterações culminam na construção de valores e, conseqüentemente, na formação de uma identidade sólida (Afonso, 2011). Neste contexto, refira-se que, de acordo com a Organização Mundial de Saúde (OMS), a adolescência situa-se entre os 10 e os 19 anos (Eisenstein, 2005).

Atendendo ao supracitado, a adolescência é uma fase do ciclo de vida assinalada por sucessivas transformações que demarcam quatro esferas do desenvolvimento: o corpo, o pensamento, a vida social e a representação de si. Posto isto, a nível biológico, o corpo altera-se com a puberdade; a nível mental, o pensamento torna-se instrumento de mudanças quantitativas e qualitativas; a nível social, a vida progride num duplo movimento: o da emancipação parental e/ou o da adoção de novas relações com os pares. Deste modo, a representação de si mesmo modifica-se, viabilizando a construção de uma identidade estável (Beato, 2008). Portanto, a adolescência comporta em si mesma uma série de transformações, sendo inevitável a transgressão de diversos limites internos e externos, o que faz com que tenham um enorme impacto no adolescente que, consoante os seus recursos internos, têm maior ou menor dificuldade em lidar com elas (Medeiros, 2005). Contudo e, não menos importante, a orientação e organização mediatizada pelos valores positivos da sociedade, da família e da escola desempenham um papel de extrema importância nesta fase (Fonseca, 2005).

Desta forma, é importante salientar que as experiências de vergonha têm vindo a revelar um papel cada vez mais predominante na compreensão do funcionamento humano e da psicopatologia, dado que se podem tornar fulcrais na história de vida do indivíduo, nomeadamente na constituição de episódios traumáticos (Matos, Pinto-Gouveia & Martins, 2011). Por outro lado, a prática das manifestações de *bullying* é um fenómeno que assume bastante pertinência na sociedade atual, não só pelo facto de estar bastante disseminada, mas também, por deixar marcas para o futuro das vítimas (Rodrigues, 2012).

Vergonha

Embora a vergonha não seja um tema novo, só nos últimos 20 anos, a investigação científica se debruçou sobre a compreensão da sua natureza e do seu papel na vida humana (Tangney & Dearing, 2002).

Charles Darwin é apontado como o vanguardista no estudo científico da vergonha nos seres humanos e propõe o termo “*blushing*” para designar a vergonha, por acreditar que o ser humano é o único ser vivo a ficar corado em resultado da vergonha sentida; daí considerá-la a mais intrínseca e humana de todas as emoções. Não obstante, é considerada produto de dois elementos: a reflexão sobre nós mesmos e o pensamento sobre o que os outros pensam de nós (Raposo, 2014).

A vergonha é uma emoção auto consciente e transversal a todos os indivíduos, que constitui uma apreciação geral negativa sobre si mesmo (Tangney & Dearing, 2002), ou seja, quando um indivíduo experiencia vergonha, torna-se consciente de si mesmo como um objeto na mente do outro que envolve sentimentos de impotência, inferioridade e autoconsciência, simultaneamente com a intenção de ocultar aspetos mais negativos do eu, uma vez que esta é frequentemente identificada como uma emoção negativa intensa e incapacitante. Paradoxalmente, a vergonha pode ser encarada como um combinado de sentimentos, cognições e ações, cuja complexidade pode variar de pessoa para pessoa (Gilbert, 2002), sendo a emoção estimulada quando é posta em causa a autoimagem e a identidade, isto é, a vergonha desempenha um papel adaptativo, quando é experienciada em níveis adequados (Rosario & White, 2006).

Ambientes sociais hostis, recursos escassos e a inexistência de uma sólida rede social de apoio, surgem comumente associados a uma maior vulnerabilidade de experiências de vergonha na primeira infância (Gilbert & Irons, 2009). Posto isto, pode afirmar-se que a vergonha é uma emoção que transporta sofrimento com fortes implicações nas relações intra e interpessoais e pode ser vista como o suporte da experiência do indivíduo com o mundo, pois surge catalogada a uma necessidade inata de ser capaz de despertar afeto positivo no outro, de forma a obter ou preservar o acesso aos melhores recursos sociais (Tangney, 2002).

Vergonha externa versus vergonha interna

O percurso de vida do ser humano torna dominante a necessidade de ser avaliado de forma positiva pelos outros. Com a maturação, despontam competências cognitivas no *eu* e nos outros, relacionadas com o desenvolvimento de sistemas de defesa pessoal, das reproduções simbólicas do *eu* e do outro, da teoria da mente e da metacognição, viabilizando a

autoconsciência e a autorreflexão, e, por conseguinte, sentimentos de vergonha. Assim, as avaliações e sentimentos que se baseiam no *eu* como percebido e julgado pelos outros, ou no *eu* percebido e julgado pelo próprio *eu*, dizem respeito a uma emoção que envolve duas dimensões designadas por vergonha externa e vergonha interna, respetivamente que explicam a dicotomia do *self* (Gilbert, 2007).

A vergonha externa está intimamente ligada com os pensamentos e sentimentos relativos ao facto de como o indivíduo é na mente dos outros, ou seja, de como ele pensa que os outros o veem; estes pensamentos e sentimentos, tendem a encarar o *self* como negativo, associado a sentimentos de cólera e desconsideração, tornando-o desprovido perante injúrias dos outros. A vergonha externa manifesta-se quando o indivíduo experiencia o sentimento de vergonha de uma forma mais momentânea, integrando somente um estado de vergonha (Rosario & White, 2006). Por outro lado, a vergonha interna pauta-se pelas cognições e afetos que o indivíduo tem sobre as suas próprias qualidades, particularidades, carácter e condutas, sendo que o centro de atenção recai sobre o *self*, isto é, sobre o *eu*; esta componente exprime um sentimento de incompetência e inferioridade que adveio de altos e duradouros níveis de vergonha no processo de desenvolvimento do indivíduo. Desta forma, a vergonha interna induz a autoavaliações negativas e autodirigidas, dado que o indivíduo se observa como desajustado, imperfeito, débil e indesejado. Um elemento fundamental da vergonha interna é, portanto, a auto desvalorização e o auto criticismo. A vergonha interna é encarada como um sentimento de vergonha que ocorre de forma mais difundida, constituindo-se apenas como um traço de vergonha (Gilbert & Procter, 2006).

O âmago desta investigação debruça-se apenas no estudo da vergonha externa, dado que este tipo de experiências compromete a percepção de se estar preso a um *self* sem valor e é antecipado de uma crítica por parte dos outros que, embora não corresponda à realidade, transforma os sentimentos de vergonha em sentimentos de injustiça e raiva que reafirmam o valor pessoal do indivíduo e dão lugar a reações inoportunas com consequências negativas. Assim, o *bullying* surge associado à vergonha externa na medida em que a propensão para experienciar vergonha externa em situações de conflito parece afetar o emprego de estratégias colaborativas de deliberação de problemas (Monteiro, 2010).

Bullying

A palavra *bullying* deriva da expressão *Bully* que significa agressor, ou seja, a pessoa que ataca. Este conceito foi desenvolvido, na década de 70, por Dan Olweus, na Noruega, e por Peter Smith, na Inglaterra, com o intuito de compreender e esclarecer as condutas

agressivas entre os alunos na escola (Cunha, 2005). Na língua portuguesa, o termo *bullying* ainda carece de uma tradução consonante, porém, está associado a termos como vitimação, agressão ou intimidação (Pereira, 2008).

Conforme refere Oliveira (2012), o *bullying* pode ser descrito como um tipo de violência (física, verbal ou psicológica) intencional, entre pares, de carácter regular e frequente, sobre uma vítima indefesa, sem motivação aparente, em contexto escolar. Por outras palavras, o *bullying* existe quando se verifica um desequilíbrio de poder entre a vítima e o agressor.

O fenómeno *bullying* pode classificar-se sob duas formas: o *bulling* direto e o *bullying* indireto: a primeira diz respeito à confrontação direta com as vítimas - coerção de alcunhas, assédios, ataques físicos, intimidações, roubos e insultos, enquanto a segunda envolve atitudes de indiferença, isolamento, difamação e o *cyberbullying* – confrontação indireta com as vítimas (Rodrigues, 2012).

O *bullying* é composto por quatro grupos de pessoas: as vítimas, os agressores, as vítimas/agressoras e os observadores. A vítima é alguém vulnerável que sofre agressões físicas, psicológicas ou morais de forma repetida e geralmente é escolhida por apresentar características físicas ou psicológicas que a distingue dos outros, nomeadamente, obesidade, deficiência física, dificuldades de aprendizagem e cor da pele (Ramirez, 2001). As vítimas são normalmente pessoas mais ansiosas, inseguras, sensíveis e calmas que apresentam fracas competências assertivas e uma baixa autoestima. Assim, demonstram ter uma visão negativa sobre si mesmas, sentem-se falhadas e envergonhadas (Olweus, 2004). Por sua vez, o agressor (o *bullye*) é aquele que vitimiza os mais frágeis, expressa pouca empatia, não mostra compreensão relativamente aos problemas dos outros; sente necessidade de subordinar e dominar os colegas, ameaçando-os. O *bullie* tende a ser agressivo e impulsivo. Todavia, geralmente tem baixa tolerância à frustração, consequência na maioria das vezes, de uma educação hostil ou demasiado permissiva, cuja afetividade se torna inexistente. Não obstante, o agressor tem uma opinião positiva sobre si e é tipicamente popular (Olweus, 1993). De acordo com Costa e Vale (1998), existem indivíduos que, concomitantemente, são agressores e vítimas; tratam-se de pessoas ansiosas, impulsivas, assertivas e provocadoras, o que faz com que consigam olhar por si próprias, ao invés de procurar ajuda e, de uma maneira geral, são aqueles com menor popularidade entre os outros. Por fim, os observadores são aqueles que podem ou não envolver-se diretamente no processo de agressão e são classificados, segundo alguns autores, de acordo com dois grupos: os que fazem parte do grupo que agride ou os que pertencem ao grupo dos que abominam a agressão. O primeiro grupo incita as agressões e é constituído por indivíduos que coadjuvam de alguma forma os agressores, promovendo atos de

bullying, como por exemplo: apoiando de forma silenciosa, acompanhando os líderes, apenas observando as ações ou rindo e manifestando algum tipo de reação. O outro grupo de observadores é aquele que adota ações *antibullying*, tenta auxiliar a vítima, resolve as questões de agressão, procura ajuda de outras pessoas, reconforta os agredidos e toma partido da vítima, induzindo a consciencialização dos agressores (Orpinas & Horne, 2006). No entanto, a literatura evidencia que as vítimas/agressoras apresentam um maior indicador de agressividade que os agressores (cf. revisão de Simões, Ferreira, Braga, & Vicente, 2015).

De acordo com Costa, Farenzena, Simões e Pereira (2013), o *bullying* categoriza-se em seis tipos: exclusão ou social (comportamentos como discriminar e rejeitar), verbal ou psicológico (diz respeito a insultos e comentários rudes), físico (corresponde a atitudes como empurrar ou agredir), sexual (condutas de abuso ou assédio), *cyberbullying* (utilização das tecnologias de informação e comunicação para ameaçar a segurança *online* da pessoa através de comportamentos como a publicação de mensagens/imagens falsas na internet, a criação de perfis falsos, o roubo de *passwords*, etc.) e ameaça (sinónimo de intimidação da vítima).

Após várias investigações, de diversos autores, é consensual a ideia de que existem repercussões, a curto ou a longo prazo, no desenvolvimento e saúde mental, tanto no agressor, como na vítima de *bullying*, nomeadamente, abandono escolar, perturbação de ansiedade, depressiva ou de personalidade, ideação suicida, problemas psicossomáticos, perturbações alimentares, comportamentos antissociais e/ou de delinquência (cf. revisão de Meque, 2011).

Partindo do pressuposto que os comportamentos de risco na adolescência evidenciam uma dimensão relevante no que se refere à maturação do indivíduo, esta investigação pretende estudar a forma como ele vivencia determinadas situações (neste caso as experiências de vergonha) inerentes ao período que atravessa – a adolescência - na sua relação com a vulnerabilidade em adotar comportamentos de risco, como por exemplo, condutas de *bullying*.

Nesta perspetiva, pretende-se privilegiar a abordagem desta investigação nos temas da vergonha e do *bullying*, como um processo transformacional, percebendo a forma como o adolescente lida com as reestruturações e transformações a ele intrínsecas.

Tendo como linhas orientadoras desta investigação as áreas supracitadas, os objetivos gerais do presente estudo são os seguintes: a) caracterizar o fenómeno de *bullying*, fazendo uma análise descritiva da distribuição das formas de vitimação, agressão e observação; b) estudar as associações entre as diferentes experiências de *bullying* (condutas de vitimação, agressão e observação); c) perceber que relação existe entre as experiências de *bullying* (nomeadamente condutas de vitimação, agressão e observação e sentimentos das vítimas de *bullying*) e a perceção sobre experiências de vergonha externa; d) estudar as diferenças nas

experiências de vergonha externa em função das experiências de *bullying*; e) averiguar a existência de diferenças nas experiências de *bullying* e de vergonha externa em função das variáveis sociodemográficas sexo e anos de escolaridade.

Materiais e Métodos

Tipo de estudo

O presente estudo é do tipo não experimental e correlacional, dado que pretende explorar e determinar a existência de relações entre variáveis, com o propósito de as descrever (Fortin, 2003).

Amostra

A amostra deste estudo é composta por 180 alunos que frequentam o 3º ciclo do ensino básico nas escolas EB 2, 3 Dr. Correia Alexandre e EB 1, 2, 3 de Santa Catarina da Serra, ambas pertencentes ao Agrupamento de Escolas Caranguejeira - Santa Catarina da Serra (AECSCS).

De seguida, apresenta-se a caracterização da amostra dividida em: caracterização sociodemográfica dos alunos e caracterização sociodemográfica dos familiares dos alunos. A caracterização sociodemográfica dos alunos em estudo encontra-se na Tabela 1.

A amostra foi constituída por 180 alunos, onde 93 (51,7%) são do sexo feminino e 87 (48,3%) do sexo masculino, com idades compreendidas entre os 12 e os 17 anos, sendo a idade média de 13,79 anos ($DP = 1,26$), constatando-se que metade dos alunos apresentava idades inferiores ou iguais a 14 anos ($Me = 14$).

Ao analisar a distribuição dos alunos por ano de escolaridade, verificou-se que 63 adolescentes (35%) frequentavam o 7º ano, 35 (19,4%) o 8º ano e 82 (45,6%) o 9º ano. Relativamente à escala de proveniência da amostra, 104 alunos (57,8%) pertenciam à Escola EB 2, 3 Dr. Correia Alexandre e os restantes 76 (42,2%) pertenciam à Escola EB 1, 2, 3 de Santa Catarina da Serra. O número de reprovações encontra-se compreendido entre 0 e 3, sendo mais frequente os alunos nunca terem reprovado ($n = 145$; 80,6%).

No que diz respeito à classificação do aproveitamento escolar, 63,9% ($n = 115$) consideraram-se alunos médios (média de 3 à maioria das disciplinas), 23,9% ($n = 43$) alunos bons (4 à maioria das disciplinas), 8,9% ($n = 16$) alunos muito bons (5 à maioria das disciplinas) e só 3,3% ($n = 6$) dos alunos se classificaram como alunos fracos (2 à maioria das disciplinas). Porém, refira-se que 41,1% dos alunos ($n = 74$) beneficia de aulas de apoio a nível escolar.

O número de irmãos encontra-se compreendido entre 0 e 4, verificando-se que a maior parte dos alunos tem um irmão (68,3%).

Tabela 1

Caracterização Sociodemográfica dos Alunos

		<i>n</i> = 180	%		
Sexo	Feminino	93	51,7		
	Masculino	87	48,3		
Ano	7º Ano	63	35		
	8º Ano	35	19,4		
	9º Ano	82	45,6		
Escola	EB 2,3 Dr. Correia Alexandre	104	57,8		
	EB 1, 2,3 Santa Catarina da Serra	76	42,2		
Aproveitamento escolar	Aluno Fraco	6	3,3		
	Aluno Médio	115	63,9		
	Aluno Bom	43	23,9		
	Aluno Muito Bom	16	8,9		
Número de Reprovações	0	145	80,6		
	1	25	13,9		
	2 e 3	10	5,6		
Apoio Escolar	Sim	74	41,1		
	Não	106	58,9		
Número de Irmãos	0	12	6,7		
	1	123	68,3		
	2	38	21,1		
	3 e 4	7	3,9		
Idade	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>DP</i>	<i>Min.</i>	<i>Max.</i>
	13,79	14	1,26	12	17

Nota: Frequências absolutas (*n*); frequências relativas (%), média (*M*); desvio padrão (*DP*), mediana (*Me*), mínimo (*Min.*) e máximo (*Max.*).

Na Tabela 2 pode observar-se a caracterização sociodemográfica dos pais dos alunos em estudo. Relativamente às habilitações literárias dos pais, verificou-se que é mais frequente o pai ter o 9º ano (*n* = 54; 30,0%) e a mãe ter o 12º ano (*n* = 44; 24,4%).

No que concerne à situação profissional, na maior parte da amostra, tanto o pai (*n* = 165; 91,7%) como a mãe (*n* = 156; 86,7%) estavam empregados. É de notar que a existência de ausências de resposta nas habilitações literárias e na situação profissional de alguns

progenitores, deve-se ao facto destes já terem falecido (para o caso do pai uma ausência de resposta e para o caso da mãe 3 ausências de resposta).

Tabela 2

Caracterização Sociodemográfica dos Familiares dos Alunos

	Pai (n=180)		Mãe (n=180)		
	n	%	n	%	
Habilitações Literárias	Sem estudos	3	1,7	1	0,6
	4ª Ano	30	16,7	24	13,3
	6º Ano	53	29,4	41	22,8
	9º Ano	54	30,0	43	23,9
	12º Ano	30	16,7	44	24,4
	Formação Superior	9	5,0	24	13,3
	Ausência de Resposta	1	0,6	3	1,7
Situação Profissional	Desempregado	10	5,6	20	11,1
	Empregado	165	91,7	156	86,7
	Reformado/Pensionista	3	1,7	0	0,0
	Ausência de Resposta	2	1,2	4	2,3

Nota: Frequências absolutas (n); frequências relativas (%),

Instrumentos

Questionário Sociodemográfico

Este instrumento foi especificamente desenvolvido para esta investigação, de forma a permitir caracterizar a amostra do estudo, no que respeita a dados sociodemográficos dos alunos e seus progenitores. Trata-se de um questionário destinado ao adolescente, composto por 8 questões e dividido em 3 partes. A primeira parte do questionário corresponde à identificação dos alunos e envolve variáveis como o ano de escolaridade, a idade e o género. A segunda parte do questionário compreende variáveis relativas a dados familiares: habilitações literárias e situação profissional dos pais e número de irmãos. A terceira parte de questionário diz respeito a variáveis relacionadas com o percurso escolar do aluno, como por exemplo, número de retenções e aproveitamento escolar (Apêndice 4).

Escala de Vergonha Externa (OAS - Others As Shamers; Goss, Gilbert, & Allan, 1994; Tradução e adaptação de Lopes, Pinto Gouveia e Castilho, 2005).

Este instrumento avalia a vergonha externa, apresentado sob a forma de 18 afirmações, onde o adolescente terá de indicar a frequência dos sentimentos ou pensamentos relativos à forma como pensa que os outros o veem; estas exprimem crenças relacionadas com a vergonha

de ser visto como sendo “inferior” (isto é, ter um estatuto social inferior aos outros) ou, ainda, a vergonha causada por um estigma social percebido pelo indivíduo (ou seja, vergonha externa). As respostas na escala são realizadas num formato tipo Likert de 5 pontos, onde o 0 representa “nunca” e o 4 “quase sempre”. A pontuação total na escala varia entre 0 – 72 e as pontuações mais altas correspondem a níveis mais elevados da vergonha externa (Goss, Gilbert, & Allan 1994).

A adaptação portuguesa da OAS, em conformidade à versão original, possibilita a obtenção de três fatores distintos: “inferioridade”, “vazio” e “errar” (Apêndice 5). O fator 1, denominado de “inferioridade”, é composto pelos itens 1, 2, 4, 5, 6, 7 e 8 que avaliam a percepção do indivíduo de ser visto como sendo inferior aos outros (Lopes, Pinto-Gouveia & Castilho, 2005). Por outro lado, o fator 2, designado de “vazio”, é constituído pelos itens 15, 16, 17 e 18 que medem a percepção que os outros nos vêm como sendo incompletos, vazios e insatisfeitos. Finalmente, o fator 3 é formado por itens que medem como o indivíduo percebe os comportamentos dos outros quando este comete erros, designado de “errar”. Este fator é composto pelos itens 3, 9, 11, 12, 13 e 14. O item 10, à semelhança do que foi observado no estudo de Goss e colegas (1994), apesar de contribuir para a consistência interna da escala, não foi incluído na análise dos componentes principais, dado que não se satura acima das pontuações “cut off” dos três fatores (Lopes, Pinto-Gouveia & Castilho, 2005) (Anexo 1).

Ao nível da consistência interna, a escala OAS ($n=18$ itens) apresentou um elevado alfa de Cronbach - 0,90. No que diz respeito às subescalas da OAS, os valores de alfa variam entre moderados a elevados, uma vez que a subescala da “inferioridade” ($n=7$ itens) exibiu um alfa de Cronbach de 0,81, a subescala de “errar” apresentou um alfa de Cronbach de 0,76 ($n=6$ itens) e a subescala “vazio” patenteou um alfa de Cronbach de 0,77 ($n=4$ itens) (Lopes, Pinto-Gouveia & Castilho, 2005). Para a população geral, a escala apresenta uma média de 19,76 e um desvio padrão de 8,886.

Neste estudo, o alfa de Cronbach da escala OAS foi de 0,92, indicando uma consistência interna muito boa (Pestana & Gageiro, 2008). Os alfas de Cronbach respeitantes às subescalas Inferioridade e Vazio apresentaram ambos valores iguais a 0,83, indicando uma boa consistência interna. Por fim, a subescala Errar apresentou um alfa de Cronbach de 0,76, o que mostra uma consistência interna razoável.

Bullying – A agressividade entre as crianças na escola (*Bullying* – a agressividade entre crianças no espaço escolar; Olweus, 1989; tradução e adaptação de Pereira, 1997; revisto por Costa, Pereira, Simões, & Farenzena, 2011).

Trata-se de um instrumento de autorrelato onde os alunos são questionados sobre a frequência da ocorrência de diversas situações identificadas como comportamentos de *bullying*, nos últimos seis meses. Este questionário está distribuído da seguinte forma: dados socioeconômicos, identificação de comportamentos de vitimação, agressão e percepções sobre o clima escolar (espaços, relações, segurança, entre outros). Desta forma, é possível determinar a frequência com que este tipo de comportamentos acontece, as múltiplas formas de vitimação (física, verbal, ameaça, sexual, *cyberbullying* e de exclusão), assim como tipificá-las por gênero e, por fim, perceber o papel desempenhado nas diversas situações intimidatórias (vítima, agressor e vítima/agressor). A Vitimação Física tem a ver com o estado associado ao ato de cariz agressivo com impacto corporal, a Vitimação Sexual corresponde ao estado associado ao comportamento invasivo (físico e/ou verbal) com um cariz sexual, a Vitimação Exclusão está associada ao comportamento interpessoal (direto ou indireto) de coação e/ou de exclusão, a Vitimação Verbal corresponde ao estado associado ao comportamento verbal abusivo e difamatório e, por fim, a Vitimação *Cyberbullying* está associada ao comportamento ofensivo e intimidatório com recurso às tecnologias de informação e comunicação (Costa et al., 2013).

Tendo em conta os 18 comportamentos ou situações de vitimação constantes no instrumento utilizado neste estudo e a sua natureza, apresenta-se de seguida a categorização para análise das múltiplas (seis) formas de vitimação/agressão (vitimação exclusão, vitimação verbal, vitimação ameaça, vitimação física, vitimação sexual e vitimação *cyberbullying*). Para o tipo de vitimação exclusão, os comportamentos considerados foram os seguintes: deixaram-me só porque não queriam divertir-se/brincar comigo; não me falaram para me magoar; impediram-me de participar nas atividades dos meus colegas. Quanto à vitimação verbal, as situações de vitimação contempladas passam por: chamaram-me nomes feios ou gozaram-me de forma desagradável; andaram a falar mal de mim e disseram segredos; insultaram-me pela minha cor ou raça e/ou qualquer defeito ou deficiência. No que diz respeito à vitimação ameaça, os comportamentos nela inerentes são: ameaçaram-me ou meteram-me medo; ameaçaram-me com armas; obrigaram-me a trazer dinheiro e a dar-lhes. No que se refere à vitimação física, as situações a que se reporta são: bateram-me, deram-me murros ou pontapés; tiraram-me coisas na minha ausência; estragaram-me coisas. A vitimação sexual abrange comportamentos como: tocaram-me em partes (íntimas) do meu corpo deixando-me triste e desconfortável; fizeram-me gestos obscenos para me magoar; insultaram-me com nomes ou frases de natureza sexual. Finalmente, na vitimação *cyberbullying* constam as seguintes situações: divulgaram fotos ou informações sobre mim, através da internet ou telemóvel, sem a minha autorização;

ameaçaram-me através do telemóvel ou internet; espalharam mensagens no telemóvel ou internet para me fazer mal (Costa et al., 2013).

As 18 situações de agressão acima referidas são idênticas às de vitimação, apenas com a diferença de se dirigirem ao agressor e estão apresentadas sob a forma de uma escala de Likert onde o 0 corresponde ao facto de o adolescente não ter sido vítima/agressor, o 1 significa que foi vítima ou agressor uma ou duas vezes, o 2 indica que foi vítima ou agressor três ou quatro vezes e o 3 pressupõe que cinco ou mais vezes foi vítima ou agressor (Costa et al., 2013).

Para obter cada um dos tipos de vitimação/agressão, foi calculado o número de formas de vitimação/agressão em que o aluno é vítima/agressor. Cada tipo de vitimação/agressão é constituído por 3 itens e, portanto, varia entre 0 e 3. Para analisar, em termos globais, os vários tipos de vitimação/agressão criaram-se duas novas variáveis no presente estudo, designadas de Experiências de Vitimação e Experiências de Agressão, as quais resultam do somatório do número de tipos de vitimação/agressão (que varia entre 0 e 6) (Costa et al., 2013).

Posteriormente, tendo por base os dados obtidos nas variáveis Experiências de Vitimação e de Agressão, foi possível caracterizar, para a nossa amostra, os alunos como tendo quatro Tipos de Envolvimento nas práticas de agressão: “vítimas”, “agressores”, “vítimas e agressores” e “não envolvidos”; sendo que as vítimas e/ou agressores assinalaram pelo menos uma experiência de vitimação e/ou agressão e os não envolvidos não participaram em qualquer experiência, quer de vitimação, quer de agressão (Costa & Pereira, 2010).

No que ao processo de verificação da fidedignidade e da validade deste instrumento diz respeito, não foram encontrados quaisquer estudos na bibliografia consultada onde esses dados estivessem contemplados. Por este motivo não referimos os valores de alfa de Cronbach obtidos pelos autores desta escala.

No presente estudo, o alfa de Cronbach respeitante aos 18 itens que correspondem às várias situações de Vitimação foi de 0,93 e o alfa de Cronbach referente aos 18 itens que correspondem às várias situações de Agressão foi de 0,94, o que revela uma muito boa consistência interna em ambos os casos (Pestana & Gageiro, 2008) (Anexo 2).

Procedimentos

Para se proceder à realização deste estudo, foi solicitada a autorização por escrito à diretora do AECSCS, onde foram explicados os objetivos da investigação, apresentados os instrumentos utilizados, e foi dada a garantia de confidencialidade dos dados, a privacidade e o respeito pelas pessoas (Apêndice 1).

No sentido de concretizar esta investigação, foram solicitadas as autorizações aos respetivos autores que os validaram para a população portuguesa e que prontamente responderam autorizando a sua aplicação (Apêndice 2).

Após a autorização da diretora do AECSCS, procedeu-se à entrega do consentimento informado aos alunos para os respetivos pais/encarregados de educação autorizarem a realização do presente estudo. No consentimento informado foram descritos os objetivos do estudo, assim como a garantia do anonimato e da confidencialidade dos dados (Apêndice 3).

A recolha de dados foi realizada pela investigadora, na semana de aulas entre 1 a 5 de junho de 2015, nas aulas de Educação para a Cidadania, gentilmente cedidas para o efeito pelos Diretores de turma. Os alunos preencheram o instrumento *Bullying - A agressividade entre crianças na escola*, que se encontrava disponível *online* na plataforma digital *Survey Monkey* e, em suporte papel, os outros dois instrumentos, o Questionário Sociodemográfico e a Escala de Vergonha Externa.

Dos 194 questionários submetidos/entregues pelos alunos foram excluídos do estudo 14 por se encontrarem incompletos.

Posteriormente, os dados recolhidos foram sujeitos a um tratamento estatístico.

Análise Estatística

Para a realização deste trabalho, após a recolha de dados, utilizou-se o *software* IBM SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versão 21.0 para Windows.

Inicialmente, realizou-se uma análise descritiva com o recurso à análise de frequências absolutas e relativas, de medidas de tendência central, de dispersão e de assimetria e curtose. Aplicou-se o teste de Kolmogorov-Smirnov para testar a normalidade das principais variáveis em estudo e verificou-se a rejeição da normalidade de todas as variáveis. Segundo George e Mallery (2010) é considerado aceitável que a distribuição seja aproximadamente normal se as variáveis apresentarem índices de simetria e curtose compreendidos entre -2 e 2, o que se verifica para todas as variáveis em estudo. Assim, dado que a dimensão da amostra recolhida foi considerada grande ($n \geq 30$), pela aplicação do Teorema do Limite Central, pode afirmar-se que as distribuições das variáveis em estudo tendem a aproximar-se da distribuição normal, pelo que se considera o pressuposto da normalidade verificado (Pestana & Gageiro, 2008), podendo-se justificar o recurso a testes paramétricos.

Assim, como a amostra do presente estudo tem dimensão superior a 30, recorreu-se à correlação de Pearson para estudar as associações entre as variáveis. Para a análise das

diferenças de médias entre grupos aplicou-se o teste *t* de *Student* ou a ANOVA (*Analysis of Variance*), dependendo se a comparação estabelecida era entre dois ou três grupos. Sempre que forem encontradas diferenças significativas através da ANOVA utilizou-se o teste de comparação múltipla de Bonferroni. Porém, como não se verificou o pressuposto da homogeneidade de variâncias aquando da aplicação do teste de Levene, no estudo das diferenças estatisticamente significativas entre os Anos de Escolaridade nas Experiências de Vitimação/Agressão, optou-se pela aplicação do teste alternativo à ANOVA, ou seja, do teste não paramétrico de Kruskal-Wallis.

Na avaliação da magnitude das correlações optou-se pelos critérios de Cohen (Pallant, 2011; Cohen, 1992): 0,10 (baixa), 0,30 (moderada); 0,50 (elevada). Para além do nível de significância inferior ou igual a 0,05, usou-se o eta quadrado de Cohen (η^2) para calcular o tamanho do efeito das diferenças das médias dos grupos. Segundo Pallant, 2007 os valores do eta quadrado de Cohen (η^2) podem classificar-se como: 0,01 (fraca); 0,06 (moderada) e 0,14 (forte).

Resultados

Medidas descritivas da Escala de Vergonha Externa e do Questionário de *Bullying*

Na Tabela 3 encontram-se algumas medidas descritivas (média, desvio padrão, assimetria, curtose, mínimo e máximo) da Escala de Vergonha Externa (OAS) e das suas subescalas: Inferioridade, Errar e Vazio.

Neste estudo, foram obtidos valores entre 0 e 56 e uma média de 16,09 ($DP = 10,09$) para a Escala OAS. Os valores médios obtidos, tanto na Escala OAS como em todas as suas subescalas não foram elevados e, além disso, as distribuições das pontuações encontram-se “enviesadas” à esquerda (coeficiente de assimetria positivo), indicando assim que os alunos em estudo apresentam níveis baixos de vergonha externa.

Tabela 3

Medidas Descritivas da Escala OAS

	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>Sk</i>	<i>Ku</i>	Mínimo	Máximo
Inferioridade	6,39	4,38	0,92	1,18	0	22
Errar	6,66	4,08	1,14	1,95	0	22
Vazio	3,04	2,81	0,96	0,40	0	12
OAS	16,09	10,09	1,01	1,51	0	56

Nota: Média (*M*); desvio padrão (*DP*); coeficiente de assimetria (*Sk*); coeficiente de curtose (*Ku*); Escala *Other As Shamer Scale* (OAS).

Tendo em conta as 18 formas de vitimação/agressão constantes num dos instrumentos utilizados neste estudo apresentam-se, nas Tabelas 4 e 5, as distribuições das formas de vitimação /agressão segundo Costa e colaboradores (2013).

De acordo com a Tabela 4, as formas de vitimação mais frequentes foram: “Andaram a falar mal de mim e disseram segredos” ($n = 56$; 31,1%), “Chamaram-me nomes feios ou gozaram-me de forma desagradável” ($n = 50$; 27,8%) e “Tiraram-me coisas na minha ausência” ($n = 50$; 27,8%) e as menos frequentes foram: “Ameaçaram-me através do telemóvel ou internet” ($n = 7$; 3,9%), “Espalharam mensagens via telemóvel ou internet para me fazer mal” ($n = 7$; 3,9%) e “Obrigaram-me a trazer dinheiro e a dar-lhes” ($n = 2$; 1,1%).

Tabela 4*Distribuição das Formas de Vitimação*

Tipo de Vitimação	Formas de Vitimação	Nenhuma vez <i>n</i> (%)	1 ou 2 vezes <i>n</i> (%)	3 ou mais vezes <i>n</i> (%)
Exclusão	Deixaram-me só porque não queriam divertir-se/brincar comigo	147 81,7%	22 12,2%	11 6,1%
	Não me falaram para me magoar	144 80,0%	30 16,7%	6 3,3%
	Impediram-me de participar nas atividades dos meus colegas	163 90,6%	12 6,7%	5 2,8%
Verbal	Chamaram-me nomes feios ou gozaram-me de forma desagradável	130 72,2%	32 17,8%	18 10,0%
	Andaram a falar mal de mim e disseram segredos	124 68,9%	36 20,0%	20 11,1%
	Insultaram-me pela minha cor ou raça e/ou por qualquer defeito ou deficiência	164 91,1%	11 6,1%	5 2,8%
Ameaça	Ameaçaram-me ou meteram-me medo	159 88,3%	18 10,0%	3 1,7%
	Ameaçaram-me com armas	172 95,6%	7 3,9%	1 0,6%
	Obrigaram-me a trazer dinheiro e a dar-lhes	178 98,9%	0 0,0%	2 1,1%
Física	Bateram-me, deram-me murros ou pontapés	154 85,6%	23 12,8%	3 1,7%
	Tiraram-me coisas na minha ausência	130 72,2%	36 20,0%	14 7,8%
	Estragaram-me coisas	151 83,9%	24 13,3%	5 2,8%
Sexual	Tocaram em partes (intimas) do meu corpo deixando-me triste e desconfortável	171 95,0%	5 2,8%	4 2,2%
	Fizeram-me gestos obscenos para me magoar	159 88,3%	15 8,3%	6 3,3%
	Insultaram-me com nomes ou frases de natureza sexual	149 82,8%	20 11,1%	11 6,1%
Cyberbullying	Divulgaram fotos ou informações sobre mim, através da Internet ou telemóvel, sem a minha autorização	167 92,8%	10 5,6%	3 1,7%
	Ameaçaram-me através do telemóvel ou internet	173 96,1%	3 1,7%	4 2,2%
	Espalharam mensagens via telemóvel ou internet para me fazer mal	173 96,1%	4 2,2%	3 1,7%

Nota: Na tabela encontram-se as frequências absolutas e as frequências relativas em percentagem.

Na Tabela 5, apresentam-se as formas de agressão mais frequentes, que foram: “Chamei nomes feios ou gozei de forma desagradável” ($n = 31$; 17,2%), “Insultei com nomes ou frases de natureza sexual” ($n = 20$; 11,1%) e “Andei a falar mal ou disse segredos” ($n = 19$; 10,6%) e as menos frequentes foram: “Divulguei fotos ou informações comprometedoras sobre outros

colegas, através da internet ou telemóvel, para lhes fazer mal” ($n = 1$; 0,6%) e “Espalhei mensagens via telemóvel ou internet para fazer mal” ($n = 1$; 0,6%).

Tabela 5*Distribuição das Formas de Agressão*

Tipo de Agressão	Formas de Agressão	Nenhuma vez <i>n</i> (%)	1 ou 2 vezes <i>n</i> (%)	3 ou mais vezes <i>n</i> (%)
Exclusão	Deixei um colega sozinho (a) porque não queria que estivesse comigo e/ou com o meu grupo de amigos	169 93,9%	9 5,0%	2 1,1%
	Ignorei (não falei) para magoar	162 90,0%	14 7,8%	4 2,2%
	Impedi de participar nas minhas atividades e dos meus colegas	175 97,2%	3 1,7%	2 1,1%
Verbal	Chamei nomes feios ou gozei de forma desagradável	149 82,8%	23 12,8%	8 4,4%
	Andei a falar mal ou disse segredos	161 89,4%	15 8,3%	4 2,2%
	Insultei pela sua cor ou raça ou por qualquer defeito ou deficiência	178 98,9%	1 0,6%	1 0,6%
Ameaça	Ameacei ou meti medo	169 93,9%	8 4,4%	3 1,7%
	Ameacei com armas	178 98,9%	1 0,6%	1 0,6%
	Obriguei a trazer dinheiro e a dar-me	178 98,9%	1 0,6%	1 0,6%
Física	Bati (murros e/ou pontapés)	163 90,6%	14 7,8%	3 1,7%
	Tirei coisas sem o dono delas estar presente	166 92,2%	12 6,7%	2 1,1%
	Estraguei coisas	167 92,8%	11 6,1%	2 1,1%
Sexual	Toquei em partes íntimas do corpo de outro deixando-o triste e desconfortável	178 98,9%	1 0,6%	1 0,6%
	Fiz gestos obscenos para magoar	171 95,0%	6 3,3%	3 1,7%
	Insultei com nomes ou frases de natureza sexual	160 88,9%	16 8,9%	4 2,2%
Cyberbullying	Divulguei fotos ou informações comprometedoras sobre outros colegas, através da internet ou telemóvel, para lhes fazer mal	179 99,4%	0 0,0%	1 0,6%
	Ameacei através do telemóvel ou internet	177 98,3%	1 0,6%	2 1,1%
	Espalhei mensagens via telemóvel ou internet para fazer mal	179 99,4%	0 0,0%	1 0,6%

Nota: Frequências absolutas (*n*); frequências relativas (%).

De seguida, na Tabela 6 encontram-se os seis tipos de vitimação/agressão considerados por Costa e colaboradores (2013). Os tipos de vitimação mais frequentes foram a Verbal ($n = 35 + 38 = 73$; 40,5%) e a Física ($n = 40 + 28 = 68$; 37,8%), sendo a menos frequente a *Cyberbullying* ($n = 9 + 7 = 16$; 8,9%). Os tipos de agressão mais frequentes também foram a Verbal ($n = 25 + 13 = 38$; 21,2%) e a Física ($n = 19 + 11 = 30$; 16,7%) e a menos frequente a *Cyberbullying* ($n = 2 + 1 = 3$; 1,7%).

Tabela 6*Distribuição dos Tipos de Vitimação/Agressão*

		Nenhuma Forma		1 Forma		2 ou mais Formas	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Vitimação	Exclusão	128	71,1	26	14,4	26	14,4
	Verbal	107	59,4	35	19,4	38	21,1
	Ameaça	156	86,7	17	9,4	7	3,9
	Física	112	62,2	40	22,2	28	15,6
	Sexual	139	77,2	24	13,3	17	9,4
	<i>Cyberbullying</i>	164	91,1	9	5,0	7	3,9
Agressão	Exclusão	158	87,8	14	7,8	8	4,8
	Verbal	142	78,9	25	13,9	13	7,3
	Ameaça	168	93,3	10	5,6	2	1,2
	Física	150	83,3	19	10,6	11	6,0
	Sexual	159	88,3	12	6,7	9	5,0
	<i>Cyberbullying</i>	177	98,3	2	1,1	1	0,6
		Nenhum Tipo		1 Tipo		2 ou mais Tipos	
		<i>n</i>	%	<i>n</i>	%	<i>n</i>	%
Experiências de Vitimação		73	40,6	35	19,4	72	40,0
Experiências de Agressão		120	66,7	26	14,4	34	18,9

Nota: Frequências absolutas (*n*); frequências relativas (%).

No geral, em termos de Experiências de Vitimação pode afirmar-se que mais de metade dos alunos ($n = 35 + 72 = 107$; 59,4%) foi vítima de pelo menos um tipo de comportamento agressivo e intimidatório na escola no último período, sendo 19,4% ($n = 35$) dos alunos vítimas de apenas um tipo de vitimação e 40% ($n = 72$) vítimas de 2 ou mais tipos. Em média foram praticados aproximadamente 2 tipos de vitimação ($M = 1,52$; $DP = 1,75$).

No que respeita às Experiências de Agressão, observou-se que 33,3% ($n = 26 + 34 = 60$) dos alunos foi agressor em pelo menos um tipo de agressão no último período, sendo 14,4% ($n = 26$) dos alunos agressores em apenas um tipo de agressão e 18,9% ($n = 34$) agressores em 2 ou mais tipos. Em média foi praticado aproximadamente 1 tipo de agressão ($M = 0,70$; $DP = 1,24$).

Associações no Questionário de *Bullying* e na Escala de Vergonha Externa

Para estudar as correlações entre os Tipos de Vitimação/Agressão e as Experiências de Vitimação/Agressão, foi utilizado o coeficiente de correlação de Pearson.

Todas as correlações apresentadas na Tabela 7 são positivas e estatisticamente significativas. Os tipos de Vitimação Verbal ($r = 0,821$), Sexual ($r = 0,765$) e Exclusão ($r = 0,750$) foram os que apresentaram correlações mais elevadas com as Experiências de Vitimação, sendo estas positivas de magnitude elevada.

Os tipos de Agressão Sexual ($r = 0,808$) e Verbal ($r = 0,772$) foram os que mais se relacionaram com o aumento do número de Experiências de Agressão e estas correlações foram consideradas de magnitude elevada.

Em particular, sublinhe-se uma associação positiva de magnitude moderada entre as Experiências de Vitimação e de Agressão ($r = 0,442$). Assim, pode inferir-se que quando o número de Experiências de Vitimação aumenta, o número de Experiências de Agressão também aumenta. Salienta-se que a correlação mais elevada ($r = 0,464$), de magnitude moderada, foi entre as Experiências de Vitimação e a dimensão Agressão Verbal, o que leva a inferir que, quando existe um aumento no número de Experiências de Vitimação, a Agressão Verbal tende a aumentar.

Tabela 7*Correlações entre os Tipos de Vitimação/Agressão e as Experiências de Vitimação/Agressão*

		Vitimação					Experiências de Vitimação	
		Verbal	Ameaça	Física	Sexual	Cyberbullying		
Vitimação	Exclusão	0,626**	0,493**	0,397**	0,615**	0,436**	0,750**	
	Verbal		0,482**	0,434**	0,602**	0,379**	0,821**	
	Ameaça			0,517**	0,512**	0,572**	0,570**	
	Física				0,473**	0,391**	0,666**	
	Sexual					0,409**	0,765**	
	Cyberbullying						0,519**	
		Agressão					Experiências de Agressão	
		Verbal	Ameaça	Física	Sexual	Cyberbullying		
Agressão	Exclusão	0,525**	0,505**	0,248**	0,453**	0,435**	0,683**	
	Verbal		0,437**	0,392**	0,549**	0,354**	0,772**	
	Ameaça			0,349**	0,541**	0,689**	0,628**	
	Física				0,555**	0,288**	0,650**	
	Sexual					0,402**	0,808**	
	Cyberbullying						0,376**	
		Agressão					Experiências de Agressão	
		Exclusão	Verbal	Ameaça	Física	Sexual		Cyberbullying
Vitimação	Exclusão	0,294**	0,464**	0,205**	0,043	0,181*	0,097	0,350**
	Verbal	0,287**	0,453**	0,218**	0,098	0,298**	0,183*	0,381**
	Ameaça	0,111	0,082	0,159*	0,026	0,072	0,096	0,091
	Física	0,273**	0,349**	0,286**	0,329**	0,271**	0,341**	0,370**
	Sexual	0,216**	0,373**	0,183*	0,172*	0,382**	0,075	0,399**
	Cyberbullying	0,270**	0,190*	0,199**	-0,001	0,092	0,125	0,188*
Experiências de Vitimação		0,350**	0,464**	0,267**	0,167*	0,321**	0,174*	0,442**

Nota: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

Na Tabela 8 encontram-se os resultados da aplicação do Coeficiente de Correlação de Pearson para estudar as relações entre as Experiências de Vergonha Externa e as Experiências de Vitimação/Agressão e os Sentimentos dos alunos após serem vítimas de *bullying*.

Na generalidade, foram encontradas associações positivas com significância estatística entre as Experiências de Vitimação e as Experiências de Vergonha Externa e as respectivas dimensões das escalas. Em particular, as Experiências de Vitimação associam-se de modo positivo, com as Experiências de Vergonha Externa ($r = 0,428$), assumindo uma magnitude

moderada. Desta forma, pode afirmar-se que quando o número de Experiências de Vitimação aumenta, o número de Experiências de Vergonha Externa também aumenta.

No que concerne à Agressão, apenas existe uma correlação significativa, positiva, de magnitude baixa, entre a dimensão Verbal e as Experiências de Vergonha Externa total ($r = 0,227$), e suas dimensões Inferioridade ($r = 0,218$), Errar ($r = 0,213$) e Vazio ($r = 0,168$).

Por fim, destacam-se as correlações positivas estatisticamente significativas, de magnitude moderada entre os Sentimentos da Vítima e as Experiências de Vergonha Externa (OAS total: $r = 0,321$ e Errar: $r = 0,350$) e de magnitude baixa entre os Sentimentos da Vítima e as subescalas Inferioridade ($r = 0,263$) e Vazio ($r = 0,234$). Isto significa que a percepção de vergonha externa tende a aumentar quando aumenta o número de Sentimentos, após os alunos serem vítimas de *bullying*.

Tabela 8

Correlações entre Experiências de Vergonha Externa e Experiências de Vitimação/Agressão e Sentimentos da Vítima

	Inferioridade	Errar	Vazio	OAS total	
Vitimação	Exclusão	0,298**	0,401**	0,363**	0,393**
	Verbal	0,377**	0,346**	0,340**	0,398**
	Ameaça	0,156*	0,139	0,075	0,145
	Física	0,213**	0,113	0,060	0,155*
	Sexual	0,264**	0,318**	0,301**	0,327**
	<i>Cyberbullying</i>	0,182*	0,202**	0,167*	0,207**
	Experiências de Vitimação	0,414**	0,364**	0,363**	0,428**
Agressão	Exclusão	0,088	0,132	0,101	0,120
	Verbal	0,218**	0,213**	0,168**	0,227**
	Ameaça	0,000	0,016	-0,004	0,006
	Física	0,030	-0,044	-0,055	-0,020
	Sexual	0,061	0,084	0,060	0,077
	<i>Cyberbullying</i>	-0,046	-0,046	-0,098	-0,066
	Experiências de Agressão	0,092	0,103	0,095	0,108
Sentimentos da Vítima	0,263**	0,350**	0,234**	0,321**	

Nota: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; Escala *Other As Shamer Scale* (OAS).

Diferenças de Médias entre Grupos

Os resultados da aplicação da ANOVA (Tabela 9) mostram a existência de diferenças significativas nas Experiências de Vergonha Externa, dependendo do tipo de Envolvimento dos alunos nas práticas de agressão (“vítimas”, “agressores”, “vítimas e agressores” e “não envolvidos”). Pelo teste de comparações múltiplas de Bonferroni (Maroco, 2007), as diferenças

significativas nas Experiências de Vergonha Externa verificaram-se entre as “vítimas” ($M = 18,33$; $DP = 10,56$) e os “não envolvidos” ($M = 12,43$; $DP = 7,96$) e entre as “vítimas e agressores” ($M = 18,90$; $DP = 11,02$) e os “não envolvidos”, sendo as Experiências de Vergonha Externa superiores no grupo das “vítimas” ou das “vítimas e agressores”, comparativamente aos “não envolvidos”.

Relativamente à subescala Inferioridade também se verificaram diferenças entre as “vítimas” ($M = 7,49$; $DP = 4,47$) e os “não envolvidos” ($M = 4,73$; $DP = 3,46$) e entre as “vítimas e agressores” ($M = 7,54$; $DP = 4,85$) e os “não envolvidos”, sendo os valores médios destas subescalas superiores no grupo das “vítimas e agressores”, comparativamente aos restantes grupos. No mesmo sentido, na subescala Vazio verificaram-se igualmente diferenças entre as “vítimas” ($M = 3,49$; $DP = 2,82$) e os “não envolvidos” ($M = 2,14$; $DP = 2,49$) e entre as “vítimas e agressores” ($M = 3,86$; $DP = 3,00$) e os “não envolvidos”, sendo os valores médios destas subescalas superiores no grupo das “vítimas e agressores”, comparativamente aos restantes grupos. Em relação à subescala Erar, o teste de Bonferroni não identificou grupos onde se verificassem diferenças significativas.

As magnitudes das diferenças entre grupos foram moderadas para as subescalas Inferioridade, Vazio e para a Escala de Experiências de Vergonha Externa (Inferioridade $\eta^2 = 0,10$; Vazio: $\eta^2 = 0,07$; OAS total: $\eta^2 = 0,09$). Quanto à subescala Erar, apresentou uma magnitude fraca ($\eta^2 = 0,05$).

Tabela 9

Resultados da aplicação da ANOVA para comparar as Experiências de Vergonha Externa entre os vários Tipos de Envolvimento

	Tipo de Envolvimento								ANOVA	
	Vítima ($n = 57$)		Agressor ($n = 10$)		Vítima e Agressor ($n = 50$)		Não Envolvidos ($n = 63$)			
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>F</i>	<i>p</i>
Inferioridade	7,49	4,47	4,90	3,11	7,54	4,85	4,73	3,46	6,256	0,000**
Erar	7,35	4,55	5,40	3,24	7,50	4,32	5,56	3,25	3,227	0,024*
Vazio	3,49	2,82	2,10	2,18	3,86	3,00	2,14	2,49	4,681	0,004**
OAS total	18,33	10,56	12,40	7,04	18,90	11,02	12,43	7,96	5,888	0,001**

Nota: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; Média (*M*); Desvio padrão (*DP*); Escala *Other As Shamer Scale* (OAS); *F* = Estatística de Teste da ANOVA.

Na Tabela 10, apresentam-se os resultados do teste *t-Student* para comparar as Experiências de Vitimação/Agressão e de Vergonha Externa entre os sexos.

O sexo feminino apresenta, em média, valores significativamente superiores na Escala OAS (Raparigas: $M = 17,29$; $DP = 10,76$; vs. Rapazes: $M = 14,82$; $DP = 9,22$;) e nas subescalas Inferioridade (Raparigas: $M = 6,96$; $DP = 4,52$; vs. Rapazes: $M = 5,79$; $DP = 4,17$) e Errar (Raparigas: $M = 7,19$; $DP = 4,39$; vs. Rapazes: $M = 6,08$; $DP = 3,65$), comparativamente ao sexo masculino.

Relativamente à Vitimação, a única diferença significativa entre os sexos verificou-se na dimensão Sexual, em que os alunos do sexo masculino apresentaram maiores valores médios ($M = 0,45$; $DP = 0,82$), comparativamente às raparigas ($M = 0,24$; $DP = 0,54$). No que respeita à Agressão, existem diferenças significativas entre os sexos nas dimensões Física e Sexual, sendo os alunos do sexo masculino (dimensão Física: $M = 0,39$; $DP = 0,74$; dimensão Sexual: $M = 0,25$; $DP = 0,59$), comparativamente aos alunos do sexo feminino (dimensão Física: $M = 0,11$; $DP = 0,43$; dimensão Sexual: $M = 0,10$; $DP = 0,42$), a apresentarem maiores valores médios nas duas dimensões. Por fim, apesar de não existirem diferenças estatisticamente significativas, foi possível verificar, em termos amostrais, que os alunos do sexo masculino envolvem-se mais em Experiências de Vitimação ($M = 1,57$; $DP = 1,81$) e de Agressão ($M = 0,86$; $DP = 1,36$).

As magnitudes das diferenças entre os sexos foram fracas, os valores de eta quadrado de Cohen variaram entre 0,0004 e 0,05, sendo a dimensão Física da agressão a que apresentou maior valor de magnitude ($\eta^2 = 0,05$).

Tabela 10

Diferenças entre os Sexos nas Experiências de Vergonha Externa e nas Experiências de Vitimação/Agressão

		Sexo				Teste	
		Masculino (n = 87)		Feminino (n = 93)		t	p
		M	DP	M	DP		
Inferioridade		5,79	4,17	6,96	4,52	1,792	0,038*
Errar		6,08	3,65	7,19	4,39	1,842	0,034*
Vazio		2,94	2,74	3,14	2,90	0,469	0,320
OAS total		14,82	9,22	17,29	10,76	1,652	0,050*
Vitimação	Exclusão	0,41	0,79	0,54	0,90	0,978	0,329
	Verbal	0,66	0,99	0,70	0,91	0,310	0,757
	Ameaça	0,29	0,91	0,13	0,40	-1,490	0,139
	Física	0,72	1,07	0,52	0,90	-1,408	0,161
	Sexual	0,45	0,82	0,24	0,54	-2,035	0,044*
	Cyberbullying	0,14	0,61	0,23	0,85	0,792	0,430
Experiências de Vitimação		1,57	1,81	1,47	1,69	-0,389	0,698
Agressão	Exclusão	0,15	0,49	0,23	0,64	0,887	0,376
	Verbal	0,28	0,56	0,30	0,66	0,276	0,783
	Ameaça	0,10	0,31	0,06	0,38	-0,748	0,456
	Física	0,39	0,74	0,11	0,43	-3,124	0,002**
	Sexual	0,25	0,59	0,10	0,42	-2,023	0,045*
	Cyberbullying	0,00	0,00	0,05	0,34	1,518	0,132
Experiências de Agressão		0,86	1,36	0,55	1,10	-1,698	0,091

Nota: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; Média (M); Desvio Padrão (DP); Escala *Other As Shamer Scale* (OAS); t = Teste t de Student

Com o intuito de estudar a existência de diferenças significativas nas Experiências de Vergonha Externa entre os anos de escolaridade, aplicou-se a ANOVA. Já para verificar se existem diferenças significativas nas Experiências de Vitimação/Agressão entre os anos de escolaridade aplicou-se o teste Kruskal-Wallis, dado que não se verificava o pressuposto da homogeneidade de variâncias (Tabela 11).

Não se encontraram diferenças estatisticamente significativas na Escala OAS e nas suas subescalas entre os anos de escolaridade. Porém, em termos amostrais, observa-se que a percepção de Inferioridade ($M = 6,89$; $DP = 4,81$) e de Errar ($M = 7,21$; $DP = 4,38$) é superior nos alunos que frequentam o 9º ano de escolaridade, sendo as percepções de Vazio ($M = 3,27$; $DP = 3,04$) superiores nos alunos que frequentam o 7º ano. Relativamente à Escala OAS, esta apresenta maiores valores médios para o 9º ano de escolaridade ($M = 17$; $DP = 10,74$).

As magnitudes das diferenças entre os anos de escolaridade foram fracas e os valores do eta quadrado de Cohen variaram entre 0,007 e 0,02.

Nos vários Tipos de Vitimação, encontraram-se diferenças significativas nas dimensões Exclusão, Física e Sexual, sendo o 7º ano de escolaridade a apresentar mais situações de vitimação (dimensão Exclusão: $MO = 100,98$; dimensão Física: $MO = 100,58$ e dimensão Sexual: $MO = 99,71$). Na dimensão Verbal e na Ameaça, apenas se pode analisar do ponto de vista amostral, dado que não ocorreram diferenças significativas. Não obstante, também foi no 7º ano de escolaridade que se verificou um maior número de situações de vitimação (dimensão Verbal: $MO = 99,16$ e dimensão Ameaça: $MO = 95,33$). Apesar de não se verificarem diferenças estatisticamente significativas, no 9º ano existe um maior número de experiências de vitimação através de *Cyberbullying* ($MO = 92,41$), comparativamente com os restantes tipos de vitimação. Relativamente às Experiências de Vitimação, existem diferenças significativas entre os diferentes anos de escolaridade, pelo que se pode inferir que o 7º ano de escolaridade foi o que apresentou um maior número de Experiências de Vitimação ($MO = 103,43$).

No que refere às Experiências de Agressão, não foram registadas diferenças estatisticamente significativas entre os diferentes anos de escolaridade mas, em geral, a amostra em estudo apresenta um maior número de Experiências de Agressão no 7º ano de escolaridade ($MO = 98,94$).

Tabela 11

Diferenças entre os Anos de Escolaridade nas Experiências de Vergonha Externa e nas Experiências de Vitimação/Agressão

		Ano de Escolaridade						Teste	
		7º Ano (n = 63)		8º Ano (n = 35)		9º Ano (n = 82)			
		M	DP	M	DP	M	DP	F/ χ^2	P
Inferioridade		5,94	4,15	6,06	3,66	6,89	4,81	0,973	0,380
Errar		6,17	3,82	6,23	3,72	7,21	4,38	1,387	0,253
Vazio		3,27	3,04	2,97	2,62	2,90	2,73	0,316	0,730
OAS total		15,38	9,82	15,26	9,04	17,00	10,74	0,606	0,547
		Médias de Ordem (MO)							
Vitimação		100,98		74,56		89,26		9,225	0,010**
Exclusão		99,16		76,69		89,74		5,413	0,067
Verbal		95,33		80,97		90,86		4,925	0,085
Ameaça		100,58		69,53		91,71		10,806	0,005**
Física		99,71		80,40		87,73		6,553	0,038*
Sexual		90,99		85,14		92,41		1,994	0,369
Cyberbullying		103,43		66,93		90,63		11,992	0,002**
Experiências de Vitimação		92,48		89,33		89,48		0,435	0,804
Exclusão		98,44		88,73		85,15		4,680	0,096
Verbal		94,48		87,04		88,92		3,192	0,203
Ameaça		94,71		83,67		90,18		2,416	0,299
Física		94,05		87,90		88,88		1,476	0,478
Sexual		91,84		89,00		90,11		1,532	0,465
Cyberbullying		98,94		85,03		86,35		3,653	0,161
Experiências de Agressão									

Notas: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$; Média (M); Desvio Padrão (DP); Escala *Other As Shamer Scale* (OAS); χ^2 = Teste do qui-quadrado; F = Estatística de Teste da ANOVA.

Para finalizar a análise estatística, realça-se que não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas entre as restantes variáveis sociodemográficas nas Experiências de Vergonha Externa e nas Experiências de Vitimação/Agressão.

Discussão dos resultados e conclusões

Em seguida faremos a discussão dos principais resultados deste estudo. No que diz respeito à Escala de Vergonha Externa, foi obtido um valor médio de 16,09 (DP = 10,09), sendo inferior aos valores médios encontrados nos estudos de Lopes e colaboradores (2005) (M = 19,76; DP = 8,89) e de Goss e colaboradores (1994) (M = 20; DP = 10,1), pelo que se pode inferir que nesta investigação as experiências de vergonha externa apresentam valores médios significativamente inferiores aos estudos em comparação.

No que respeita à análise dos resultados que avaliam as formas de *bullying*, destaca-se que a Vitimação Verbal e a Vitimação Física foram as mais frequentes, sendo a menos frequente a Vitimação *Cyberbullying*. As situações de vitimação mais frequente foram “Andaram a falar mal de mim e disseram segredos”, “Chamaram-me nomes feios ou gozaram-me de forma desagradável” e “Tiraram-me coisas na minha ausência” e as menos frequentes foram “Ameaçaram-me através do telemóvel ou internet”, “Espalharam mensagens via telemóvel ou internet para me fazer mal” e “Obrigaram-me a trazer dinheiro e a dar-lhes”.

A Agressão Verbal e a Física foram as mais frequentes e a menos frequente foi a Agressão *Cyberbullying*. As situações de agressão mais frequentes foram “Chamei nomes feios ou gozei de forma desagradável”, “Insultei com nomes ou frases de natureza sexual” e “Andei a falar mal ou disse segredos” e as menos frequentes foram “Divulguei fotos ou informações comprometedoras sobre outros colegas, através da internet ou telemóvel, para lhes fazer mal” e “Espalhei mensagens via telemóvel ou internet para fazer mal”.

As correlações entre as experiências de vitimação e as de agressão foram estatisticamente significativas, podendo inferir-se que quando o número de experiências de vitimação aumenta, o número de experiências de agressão também aumenta.

As diferenças existentes nas experiências de vergonha externa entre os quatro tipos de envolvimento nas práticas de agressão foram significativas entre as “vítimas” e os “não envolvidos” e entre as “vítimas e agressores” e os “não envolvidos”, sendo as experiências de vergonha externa superiores no grupo das “vítimas” ou das “vítimas e agressores” comparativamente aos “não envolvidos”. À semelhança de resultados obtidos na investigação de Seixas (2006), os alunos vítimas de *bullying* são crianças com elevados níveis de insegurança, ansiedade, submissão e dificuldades em se afirmar, características estas que se coadunam com a timidez e sensibilidade, particularidades próprias da vergonha externa. Por outro lado, os alunos não envolvidos em comportamentos de *bullying* demonstram maiores competências de resolução de conflitos, mobilizando estratégias na confrontação com os pares, singularidade não integrada nas características da vergonha externa.

As correlações entre as experiências de vitimação e as de vergonha externa também foram estatisticamente significativas. Assim, pode afirmar-se que quando o número de experiências de vitimação aumenta, o número de experiências de vergonha externa também aumenta. Tal afirmação vem corroborar literatura já existente sobre o assunto, que afirma que as experiências de vitimação pelos pares desencadeiam experiências de vergonha externa pelo facto de o sujeito produzir inconscientemente ideias internas e externas que fomentam isso mesmo (Marques, 2014).

No que concerne ao estudo das diferenças na vergonha em função das variáveis sociodemográficas sexo e anos de escolaridade, apenas foram encontradas diferenças no sexo. Assim, há evidência estatística para afirmar que o sexo feminino apresenta, em média, valores significativamente superiores na Escala OAS e nas Subescalas Inferioridade e Errar. Na Subescala Vazio também foi o sexo feminino a apresentar valores médios mais elevados, apesar das diferenças entre sexos não serem significativas. Estes resultados vêm confirmar o estudo de Matos, Pinto Gouveia e Gomes (2010), que refere que as raparigas exibem valores consideravelmente mais elevados de vergonha externa que os rapazes. De igual forma, Santos (2009) defende que o sexo feminino internaliza tendencialmente sentimentos mais ansiógenos e hostis relacionados com cognições autocríticas de propensão para a vergonha.

Não foram encontradas diferenças estatisticamente significativas nas experiências de vergonha externa entre os anos de escolaridade, podendo contudo observar-se, que em termos amostrais, a percepção de inferioridade e de errar é superior nos alunos que frequentam o 9º ano, sendo as percepções de vazio superiores nos alunos que frequentam o 7º ano. Relativamente à Escala OAS esta apresenta maiores valores médios para o 9º ano. Apesar de não existirem estudos que atestem o resultado supradito, pode interpretar-se como fidedigno dado que é espectável que os alunos mais velhos apresentem uma maior maturidade intelectual, o que os leva a aceitar e a perceber com maior facilidade o conceito de inferioridade e de errar. Por outro lado, as percepções de vazio manifestam-se de forma mais intensa nos alunos que frequentam o 7º ano, visto ser a idade de transição do estágio de desenvolvimento, onde a maturação está ainda em processo de construção.

Foram encontradas algumas diferenças no que respeita à vitimação e agressão, em função do sexo e dos anos de escolaridade dos adolescentes. Assim, na vitimação existem diferenças significativas entre os sexos na dimensão Sexual, sendo os alunos do sexo masculino a apresentarem maiores valores médios. No que respeita à agressão existem diferenças significativas entre os sexos nas dimensões Física e Sexual, sendo os alunos do sexo masculino a apresentarem maiores valores médios nestas dimensões. Apesar de não existirem diferenças estatisticamente significativas, foi possível verificar, em termos amostrais, que os alunos do sexo masculino envolvem-se mais em experiências de vitimação e de agressão.

Relativamente às experiências de vitimação, existem diferenças significativas entre os diferentes anos de escolaridade, pelo que se pode inferir que o 7º ano foi o que apresentou um maior número deste tipo de experiências. No que se refere às experiências de agressão, não foram registadas diferenças estatisticamente significativas mas, em geral, observou-se um maior número de experiências de agressão também no 7º ano. Constatase então que,

congruentemente a estudos anteriormente efetuados, como por exemplo o de Fontes (2013), as experiências de *bullying* diminuem com a escolaridade e acentuam-se na transição dos ciclos. Do mesmo modo, Ferraz (2008), afirma que o *bullying* tem uma acrescida prevalência entre os rapazes dos grupos de menor idade, aquando da entrada na adolescência, enveredando por agressões mais diretas.

Analisando o presente estudo, pode concluir-se então que as experiências de vitimação afetam as experiências de vergonha externa, sobretudo em adolescentes do sexo feminino que frequentam o 7º ano de escolaridade; os sentimentos que incapacitam a vítima de *bullying* de tomar uma atitude face ao agressor aumentam de forma proporcional à vergonha externa; e as vítimas de *bullying* exibem maiores níveis de vergonha externa que os não envolvidos.

Limitações do estudo e sugestões para futuras investigações

O presente estudo com as características supracitadas, apesar de se tratar de um trabalho pioneiro, possibilitou confirmar alguns resultados previamente descritos na literatura e confutar outros.

No que diz respeito aos **pontos fortes** deste estudo, destaca-se em primeiro lugar, o facto de ter sido concretizado diretamente com a população alvo, uma vez que é junto dela que melhor se compreende o fenómeno do *bullying* e respetiva associação aos constructos estudados. Em segundo lugar, contribuiu para um aprofundamento do conhecimento do tema da vergonha externa enquanto preditora de atitudes associadas a alunos agressores e/ou vítimas.

Contudo, apresenta algumas **limitações** que deverão ser refletidas aquando da avaliação dos resultados, requerendo por isso algum cuidado na sua interpretação e generalização. Entre as quais, o facto de a amostra ter sido recolhida num só momento, razão que não proporcionou a avaliação da estabilidade temporal dos instrumentos utilizados e consequentemente não permitiu calcular os efeitos da reminiscência de experiências precoces de *bullying* e vergonha; e a subsequente natureza correlacional do estudo não permitiu estabelecer relações causais entre as variáveis, apenas interpretações teóricas sustentadas. Refira-se também o facto de a presente amostra ter sido recolhida somente na zona centro do país, delimitando também ela, a ampliação dos resultados. Apesar das limitações referidas, o presente estudo patenteia um esforço para compreender o papel de todas as variáveis, nomeadamente o sentimento de vergonha face a atitudes agressivas.

Neste sentido, será pertinente em **estudos posteriores** incluir estratégias para o envolvimento dos pais e/ou encarregados de educação, professores e restante comunidade educativa, na implementação de medidas preventivas e de combate ao *bullying*, como por

exemplo, através de sessões de esclarecimento sobre o tema, abordando a vergonha externa, como algo que, inconscientemente, qualquer vítima e/ou agressor está sujeito.

Em suma, os resultados obtidos com este estudo vão ao encontro de outros anteriores que se debruçam sobre os temas principais desta dissertação (*bullying* e vergonha). Porém, cumprem um papel de extrema importância na expansão dos mesmos, apresentando novas perspectivas relativamente à natureza da vergonha enquanto consequência de más condutas.

Referências Bibliográficas

Afonso, M. J. R. F. (2011). *Estilos de vida dos adolescentes: sexualidade e atividade física*. Dissertação de Mestrado em Exercício e Saúde, Instituto Politécnico de Bragança, Portugal. Acedido a 9, setembro, 2015 em <https://bibliotecadigital.ipb.pt/bitstream/10198/4466/3/Tese%20Final%20MARIA%20JOS%C3%89%20AFONSO%20-%20Junho%202011.pdf>

Beato, A. F. G. (2008). “*Adolescer*” entre relações – parentalidade, amizade e amorosidade: que contributos na transição para a idade adulta?. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Universidade de Lisboa da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Portugal. Obtido a 9, setembro, 2015 em http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/726/3/17427_Tese_Finalissima.pdf

Cohen, J. (1992). A power primer. *Psychological Bulletin*, 112,155 – 159

Costa, M. & Vale, D. (1998). *A violência nas escolas*. Lisboa: Instituto de Inovação Educacional

Costa, P. & Pereira, B. (2010). *O bullying na escola: A prevalência e o sucesso escolar*. In L. Almeida, B. Silva e S. Caires (Orgs.) Actas do I Seminário Internacional «Contributos da Psicologia em Contexto Educativo» (pp.1810-1821).CIED - Centro de Investigação em Educação. Braga: Instituto de Educação da Universidade do Minho. ISBN: 978-972-8746-87-2

Costa, P., Farenzena, R., Simões, H. & Pereira, B. (2013). Adolescentes Portugueses e o Bullying Escolar: estereótipos e diferenças de género. *Interações*, 25, 180-201

Costa, P., Pereira, B., Simões, H., & Farenzena, R. (2011). *Vitimação em Contexto Escolar: Frequência e múltiplas formas*. Paper presented at the VII Seminário Internacional de Educação Física, Lazer e Saúde, Instituto de Educação da Universidade do Minho - Campus de Gualtar - Braga - Portugal.

Cunha, A. P. M. (2015). *Bullying: descrição e comparação de práticas agressivas em modelos de recreio escolar entre crianças do 1º ciclo*. Dissertação de Mestrado em Ciências do Desporto, Faculdade de Ciências do Desporto e Educação Física da Universidade do Porto, Portugal. Retirado a 6, setembro, 2015 em <https://repositorio-aberto.up.pt/handle/10216/10592>

Eisenstein, E. Adolescência: definições, conceitos e critérios. *Adolesc Saude*. 2005; 2 (2): 6 - 7

Ferraz, S. F. S. (2008). *Comportamentos de Bullying: Estudo numa Escola Técnico-Profissional*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Forense, Instituto de Medicina Legal da Faculdade

de Medicina da Universidade do Porto, Portugal. Obtido a 2, outubro, 2016 em <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/21929/3/tese%20nova%20final%20pdf.pdf>

Fonseca, V. (2005). *Desenvolvimento Psicomotor e Aprendizagem* (1ª Edição). Lisboa. Âncora Editora

Fontes, R. F. F. (2013). *Bullying entre pares em contexto escolar: investigar e intervir para prevenir*. Dissertação de Mestrado em Ciências Sociais, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade do Porto, Portugal. Acedido a 20, setembro, 2016 em https://sigarra.up.pt/flup/pt/pub_geral.show_file?pi_gdoc_id=588901

Fortin, M. (2003). *O processo de Investigação: da concepção à realização* (3ª Edição). Lisboa. Edições Lusodidacta

George, D. & Mallery, M. (2010). *SPSS for Windows Step by Step: A Simple Guide and Reference*, 17.0 update (10nd ed.) Boston: Pearson.

Gilbert, P. & Irons, C. (2009). Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. In N. B. Allen & L. B. Sheeber (Eds.) *Adolescent Emotional development and the Emergence of Depressive Disorders*. Cambridge University Press.

Gilbert, P. (2002). *Evolutionary approaches to psychopathology and Cognitive therapy*. Journal of Cognitive Psychotherapy:Na International Quarterly, vol.16

Gilbert, P. (2007). *The evolution of shame as a marker for relationship security: a biopsychosocial approach*. In Robins, J. & Tangney, J. *The self-conscious emotions: theory and research*: New York: Guilford.

Gilbert, P. & Procter, S. (2006). Compassion mind training for people with high shame and self criticism; Overview and pilot study. *Clinical Psychology and Psychology*, 13, 353-379.

Goss, K., Gilbert, P., & Allan, S. (1994). An exploration of shame measures-I: The Other As Shame Scale. *Personality and Individual Differences*, 17, 7 13-17 (1994).

Lopes, B., Pinto-Gouveia, J. & Castilho, P. (2005). Portuguese version of the *Others as Shamer Scale*. Unpublished manuscript.

Maroco, J. (2007). *Análise Estatística Com Utilização do SPSS*. Lisboa: Edições Sílabo.

Marques, R. S. G. (2014). *Experiências precoces e vitimização por pares em adolescentes portuguesas: o efeito mediador da vergonha e do coping com a vergonha*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal. Retirado a 20, setembro, 2016 em <https://estudogeral.sib.uc.pt/bitstream/10316/27639/1/TESE%20-%20Rute%20Marques.pdf>

Matos, M., Pinto-Gouveia, J., & Martins, S. (2011). *O impacto traumático de experiências de vergonha: estudo das propriedades psicométricas da versão portuguesa da Impact of Event Scale – Revised*. *Psychologica – Avaliação Psicológica em Contexto Clínico*, 413-438. Acedido a 13, setembro, 2015 em <http://iduc.uc.pt/index.php/psychologica/article/view/1114/562>

Medeiros, C. R. (2005). *O adolescente com comportamentos de risco: critérios de avaliação na entrevista clínica*. Dissertação de Mestrado em Psicopatologia e Psicologia Clínica, Instituto Superior de Psicologia Aplicada, Lisboa, Portugal. Acedido a 9, setembro, 2015 em <http://hdl.handle.net/10400.12/681>

Meque, M. L. R. (2011). *Agressão entre pares (Bullying) e vitimação em contexto escolar*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Aconselhamento e Psicoterapia, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias da Faculdade de Psicologia, Portugal. Obtido a 1, setembro, 2015 em <http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/1697/Tese%20para%20entregar.pdf?sequence=1>

Monteiro, R. I. L. (2010). *As emoções de culpa e de vergonha nas relações românticas: influência das motivações para a relação e do estilo de vinculação*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, Portugal. Acedido a 5, setembro, 2015 em http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2442/1/ulfp035812_tm.pdf

Oliveira, H. A. C. (2012). *Violência entre colegas (Bullying) em contexto escolar*. Dissertação de Mestrado em Educação Especial, Escola Superior de Educação João de Deus, Lisboa, Portugal. Obtido a 6, setembro, 2015 em [https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/2455/1/VIOL%C3%8ANCIA%20ENTRE%20COLEGAS \(Bullying%20\)em%20contexto%20escolar.pdf](https://comum.rcaap.pt/bitstream/10400.26/2455/1/VIOL%C3%8ANCIA%20ENTRE%20COLEGAS%20(Bullying%20)em%20contexto%20escolar.pdf)

Olweus, D. (2004). *Conductas de Acoso y Ameaza entre Escolares*. Madrid:Ediciones Morata, S.L.

Olweus, D. (Ed.). (1993). *Bullying at school. What we know and what we can do*. Oxford e Cambridge: Blackwell.

Orpinas, P. & Horne, A. M. (2006). *Bullying prevention: Creating a positive school climate and developing social competence*. Washington, D.C.: American Psychological Association.

Pallant, J. (2011). *SPSS Survival manual: A step by step guide to data analysis using SPSS for windows*. 4rd ed. McGraw Hill: Open University Press

Pereira, B. (Ed.). (2008). *Para uma escola sem violência. Estudo e prevenção das práticas agressivas entre crianças* (2ª ed.). Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Ministério da Ciência e Tecnologia (MTC).

Pereira, S. A. P. (2011). *Programa de Prevenção: comportamentos sexuais de risco em adolescentes*. Dissertação de Mestrado em Psicologia, Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias da Faculdade de Psicologia, Lisboa, Portugal. Retirado a 8, setembro, 2015 em <http://recil.grupolusofona.pt/bitstream/handle/10437/1701/SARA%20PEREIRA%20TESE.pdf?sequence=1>

Pestana, M. & Gageiro J. (2008). *Análise de dados para Ciências Sociais – A complementaridade do SPSS* (5ª ed.). Edições Sílabo

Pinto-Gouveia, J. & Matos, M. (2010). Can shame memories become a key to identity? The centrality of shame memories predicts psychopathology. *Applied Cognitive Psychology*. Doi: 10.1002/acp.1689.

Ramírez, F. (2001). *Conduitas agressivas na idade escolar*. Amadora: McGraw Hill.

Raposo, C. J. S. (2014). *À descoberta das emoções sociais: vergonha e culpa – implementação e avaliação de duas sessões de um programa para a promoção de competências emocionais. Um enfoque comunitário*. Dissertação de Mestrado em Psicologia da Educação, Universidade dos Açores, Ponta Delgada, Portugal. Retirado a 3, setembro, 2015 em <https://repositorio.uac.pt/bitstream/10400.3/3409/1/DissertMestradoCarolinaJesusSoaresRaposo2015.pdf>

Rodrigues, P. J. Q. (2012). *O Bullying em Contexto Escolar: a importância da disciplina de educação física*. Dissertação de Mestrado em Ensino da Educação Física nos Ensinos Básico e Secundário, Universidade de Trás-Os-Montes e Alto Douro, Vila Real, Portugal. Acedido a 1, setembro, 2015 em <http://www.rcaap.pt/detail.jsp?id=oai:repositorio.utad.pt:10348/3112>

Rosario, P. & White, R. (2006). The Internalized Shame Scale: Temporal stability, internal consistency, and principal components analysis. *Personality and Individual Differences*, 41, 95-103.

Santos, A. S. (2009). *Diferenças individuais na tendência para a vergonha e culpa: antecedentes motivacionais*. Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde, Universidade de Lisboa da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, Portugal. Retirado a 2, outubro, 2016 em http://repositorio.ul.pt/bitstream/10451/2147/1/22273_ulfp034852_tm.pdf

Seixas, S. R. P. M. M. (2006). *Comportamentos de bullying entre pares, bem-estar e ajustamento escolar*. Dissertação de Doutoramento em Psicologia Psicopedagógica, Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação da Universidade de Coimbra, Portugal. Obtido a 20, setembro, 2016 em <http://repositorio.ipsantarem.pt/bitstream/10400.15/111/1/Tese.Dout.Sonia.Seixas.pdf>

Tangney, J. & Dearing, R. (2002). *Shame and guilt*. New York: Guilford.

Tangney, J. & Fisher, K. (1995). *Self-conscious emotions: the psychology of shame, guilt and pride*. New York: The Guilford Press.