

# Explorando respostas eficazes de educação preventiva para desafios perigosos online

Este relatório sobre desafios perigosos foi elaborado pela Dra. Zoe Hilton (Praesidio Safeguarding) com contribuições da Professora Gretchen Brion-Meisels e do Dr. Richard Graham.

O relatório foi redigido em consulta com um grupo diretor de especialistas e gostaríamos de agradecer pelo aconselhamento especializado e pela contribuição para este relatório a: Ximena Díaz Alarcón, Professora Amanda Third, Fabiana Vasconcelos, Jutta Croll, Dra. Maura Manca, Anne Collier, Diena Haryana, Karl Hopwood, Stephen Balkam, Linh Phuong Nguyen, Daniela Calvillo Angulo e Dra. Najla Alnaqbi.

Gostaríamos de agradecer à TVE (The Value Engineers) por compartilhar os seus dados de pesquisa e análise com o grupo coordenador.

Gostaríamos de agradecer ao TikTok por ter encomendado e apoiado este projeto.



# Índice

- 01 Explorando respostas eficazes de educação preventiva para desafios perigosos online**
- 03 Síntese**
- 04 Introdução**
- 06 Parte 1 - Compreendendo e explorando a questão**
  - 06 1.1 Definições
  - 06 1.2 Estudos acadêmicos sobre desafios perigosos
  - 08 1.3 Opiniões e experiências do painel global de especialistas
- 11 Parte 2 - Análise e perspectivas da pesquisa global da TVE**
  - 11 2.1 Histórico e contexto da pesquisa
  - 11 2.2 Desafios online
  - 15 2.3 Boatos
- 19 Parte 3 - O papel dos desafios no desenvolvimento de adolescentes**
- 22 Parte 4 - Abordagens eficazes para a educação preventiva**
  - 22 4.1 Aprendendo com a investigação sobre abordagens de educação para a prevenção de riscos
  - 26 4.2 Temas fundamentais e orientação da ciência da prevenção
- 30 Parte 5 - Educação preventiva: pontos de vista do painel sobre abordagens eficazes e formas de melhorar a nossa resposta**
  - 30 5.1 Opiniões sobre abordagens educacionais eficazes
  - 33 5.2 Orientação e conselhos existentes sobre como abordar os desafios
  - 36 5.3 Orientação sobre reportagem e compartilhamento nos meios de comunicação
  - 38 5.4 Ideias do painel para intervenções ao nível da plataforma
- 40 Parte 6 - Recomendações**

# Síntese

Neste relatório consideramos e avaliamos uma vasta gama de estudos sobre desafios perigosos (incluindo desafios falsos) e trabalhamos com um painel global de especialistas para informar o que entendemos. O relatório faz recomendações sobre como podemos proporcionar aos jovens, de forma mais eficaz, educação preventiva sobre desafios perigosos.

Sabemos que os desafios perigosos podem ter um impacto devastador nas crianças como indivíduos e são uma fonte de preocupação significativa para pais e professores, que muitas vezes se sentem inseguros e ansiosos sobre como lidar com o tema. Descobrimos que é preciso uma resposta melhor e mais diferenciada às abordagens preventivas e educativas, que satisfaça as necessidades das crianças e dos jovens que podem se deparar com desafios perigosos e podem correr o risco de participar deles.

Aprendemos, analisando o trabalho sobre a eficácia dos diferentes programas de prevenção, que as abordagens são eficazes quando estão embasadas em evidências e são inclusivas e significativas para as crianças e jovens a quem se dirigem. Os dados da pesquisa que temos disponíveis sugerem que a maioria dos desafios são vistos pelos jovens como divertidos/lúdicos ou arriscados, mas seguros. Como tal, as estratégias de educação preventiva desenvolvidas com base na premissa de que todos os desafios são inerentemente perigosos não estarão alinhadas à experiência vivida pelos jovens. Neste relatório, constatamos que é importante reconhecer o espectro de experiências que os desafios online apresentam e responder aos dados que sugerem que o apoio e a orientação que os jovens mais gostariam de receber é a ajuda para identificar quais são os desafios arriscados demais. Deve também notar-se que os dados da pesquisa sugerem que a maioria dos jovens não participa em desafios de qualquer tipo (incluindo os que são divertidos e seguros) e que apenas uma pequena minoria dos que participam em desafios o faz naqueles que consideram ser perigosos.

Este relatório reconhece que os direitos das crianças se aplicam tanto no mundo digital como nas suas vidas offline, e que as crianças têm o direito de estar seguras online, bem como o direito à privacidade, ao acesso, à diversão e à informação, e ainda o direito de participar nas decisões que as afetam. Destacamos neste relatório que as crianças e os jovens devem ser envolvidos na formação e informação de intervenções eficazes que sejam socialmente inclusivas, bem como adequadas em termos de desenvolvimento, de acordo com as suas capacidades em evolução.

Tendo analisado os dados e as informações disponíveis em relação a desafios perigosos, procuramos identificar algumas abordagens promissoras, de forma a reforçar as intervenções de educação preventiva para diversas pessoas interessadas.

<sup>1</sup>O estudo da The Value Engineers (TVE) que é considerado em detalhe na Parte 2 deste relatório.

<sup>2</sup>Comentário Geral da CNUDC em Relação aos Direitos das Crianças no Ambiente Digital.

# Introdução

## *Contexto para o relatório*

Este relatório procura examinar o que se sabe sobre os desafios online perigosos, reunindo dados de pesquisas, estudos acadêmicos de áreas relevantes e conhecimentos do nosso painel global de especialistas. Ao reunir o estudo e informação disponíveis sobre desafios perigosos online, bem como uma pesquisa mais ampla sobre respostas preventivas eficazes para uma série de outros riscos online e offline, este relatório procura identificar abordagens éticas, seguras e eficazes para a educação preventiva, que possam reduzir os riscos que os desafios perigosos possam apresentar.

Neste relatório utilizamos os dados da pesquisa produzida pela The Value Engineers (encomendada pela TikTok) que analisou todos os aspectos do envolvimento de adolescentes, pais e professores com desafios e boatos online.

Fomos também aconselhados por alguns dos principais especialistas e este relatório inclui contribuições da Professora Gretchen Brion-Meisels (ciência da prevenção) e do Dr. Richard Graham (psicologia do desenvolvimento). Ao longo da nossa análise também nos beneficiamos muito da experiência e do tempo de um grupo diretor de especialistas global que incluiu Ximena Díaz Alarcón (Argentina), Professora Amanda Third (Austrália), Fabiana Vasconcelos (Brasil), Jutta Croll (Alemanha), Dra. Maura Manca (Itália), Anne Collier (EUA), Diena Haryana (Indonésia), Karl Hopwood (Reino Unido), Stephen Balkam (EUA), Linh Phuong Nguyen (Vietname), Daniela Calvillo Anhulo (México), e Dr. Najla Alnaqbi (EAU).

## *Âmbito do relatório*

Neste relatório, nosso foco é em desafios perigosos online; aqueles que trazem um risco significativo de danos físicos, mentais ou emocionais. Incluímos dentro desta subcategoria de desafios a que nos referimos como “desafios falsos”, ou seja, desafios falsos de suicídio/lesões autoinfligidas, tais como Galindo/Baleia Azul e Momo.<sup>3</sup> Os desafios falsos propagam a mentira de que existe um agente mau que orienta os usuários (geralmente crianças) a realizar uma série de atividades prejudiciais que vão se tornando mais graves, terminando em lesões autoinfligidas ou suicídio. Estes são frequentemente relatados como um “desafio”. Na realidade, esses “desafios falsos” são histórias que foram construídas para espalhar e perpetuar o medo e a ansiedade sem um elemento genuíno de participação ou desafio.

Ao explorar o fenômeno, procuramos compreender melhor e melhorar a nossa resposta coletiva aos desafios que envolvem suicídio e automutilação. A intenção deste relatório não é minimizar os impactos negativos nem sugerir que os desafios falsos são a única forma de a questão do suicídio e das lesões autoinfligidas se manifestar online.

---

<sup>3</sup>Os desafios de suicídio ou de automutilação ou “desafios falsos” propagam a mentira de que existe um agente mau que orienta os usuários (geralmente crianças) a realizar uma série de atividades prejudiciais que se tornam mais graves e terminam em lesões autoinfligidas ou suicídio. A identidade do agente mau está sempre escondida. Por vezes, como no caso da Baleia Azul, afirma-se que as ameaças de chantagem são utilizadas para forçar as crianças/jovens a agir contra a sua vontade num chamado jogo suicida com 50 tarefas que culminam em suicídio. Mais recentemente, tal como com os desafios Momo e Jonathan Galindo, a identidade da força prejudicial é um ser spectral com superpoderes e a capacidade de minar os usuários através do controle da mente, para os forçar a completar uma série de tarefas perigosas, incluindo lesões autoinfligidas e suicídio. Em todos esses casos, os desafios falsos espalharam-se amplamente.

### *O contexto atual do trabalho sobre os desafios*

Atualmente, a nossa compreensão coletiva e a resposta aos desafios perigosos não estão bem desenvolvidas e questões importantes permanecem em aberto, incluindo:

- Qual é a escala do problema?
- O que impulsiona a participação?
- De quais informações e ferramentas os jovens precisam para se manterem seguros (e manter os outros seguros) quando se deparam com este tipo de conteúdo?
- Devemos nomear e descrever desafios específicos quando falamos com crianças e jovens sobre como lidar com eles?

### *O conteúdo deste relatório*

Na *Parte 1* deste relatório, esboçamos o problema e as dificuldades apresentadas pelos desafios perigosos online (incluindo os desafios falsos), revisando os estudos acadêmicos existentes e falando com o nosso painel de especialistas.

Na *Parte 2*, analisamos as conclusões do levantamento global da The Value Engineers sobre desafios e boatos e determinamos as implicações disso para a nossa resposta.

Na *Parte 3*, analisamos o papel que os fatores de desenvolvimento desempenham na motivação para o envolvimento.

Na *parte 4*, damos um passo atrás em relação às questões específicas dos desafios e analisamos o corpo de pesquisa existente sobre as abordagens e educação preventivas eficazes. Nessa seção identificamos os tipos de intervenções que têm probabilidade de serem eficazes.

Na *parte 5*, voltamos a considerar as contribuições do nosso painel de especialistas, para explorar as abordagens de educação preventiva que consideram ser eficazes e as várias formas de melhorar nossa resposta.

Na *parte 6*, reunimos todas as vertentes deste relatório, para apresentar ideias para futuras abordagens a desafios perigosos e opções para um trabalho bem-sucedido de educação preventiva.

# Parte 1 - Compreendendo e explorando a questão

## 1.1 Definições

Neste relatório, utilizamos as seguintes definições:

### *Desafios*

Os desafios online implicam que as pessoas gravem a si mesmas online fazendo algo difícil ou arriscado. Elas compartilham os vídeos para encorajar outros a repetir a ação.

Os desafios podem ser divertidos e seguros, mas também podem ser arriscados ou perigosos, o que pode levar a danos físicos.

### *Desafios perigosos*

Refere-se a desafios que são perigosos e que podem resultar em danos físicos substanciais ou danos permanentes.

### *Boatos*

As boatos online, por vezes conhecidas como 'pegadinhas' ou golpes, são truques criados para fazer alguém acreditar em algo assustador, mas que não é verdade.

Podem ser bastante extremos, uma vez que são criados para causar pânico.

### *Desafios falsos*

Neste relatório, referimo-nos a "desafios falsos" para descrever especificamente uma subcategoria de desafios perigosos em que o elemento de desafio é falso, mas que foram concebidos para ser assustadores e traumáticos, tendo assim um impacto negativo na saúde mental. Os desafios falsos que consideramos neste relatório são aqueles que incluem narrativas suicidas ou de automutilação angustiantes, como Momo ou Baleia Azul.

## 1.2 Estudos acadêmicos sobre desafios perigosos

Existem diversos pequenos estudos que analisam em detalhes os desafios particularmente perigosos e seu impacto. Estes tendem a exigir uma maior consciência e compreensão por parte dos pais, das escolas e dos profissionais de saúde.<sup>4</sup> Uma série de estudos focam no impacto médico e são relatados em revistas médicas.<sup>5</sup>

Alguns estudos têm tentado explorar o significado dos desafios do ponto de vista das crianças e dos jovens, e têm associado o envolvimento em desafios arriscados aos fatores de desenvolvimento nor-

<sup>4</sup>Resumindo a importância de estar consciente e intervir sem pré-julgamentos, ver Sabrina, S. (2019) "What's the appeal of online challenges to teens?" [em português, "Qual é o apelo dos desafios online para os adolescentes?"], Universidade do Estado de Ohio: Wexner Medical Center, 17 de setembro de 2019. Outros exemplos de apelos para uma maior conscientização incluem Gupta, A. (2018) "The problem with extreme social media challenges" [em português, "O problema dos desafios extremos nas redes sociais"], Medpage, 6 de setembro de 2018.

<sup>5</sup>Deklotz, C.M. e Krakowski, A.C. (2013) "The Eraser Challenge Among School-Age Children" *Journal of Clinical and Aesthetic Dermatology*, (2013) 6, n.º 12. Ver também Grant-Alfieri, A., Schaechter, J. & Lipshultz, S.E. (2013) 'Ingesting and Aspirating Dry Cinnamon by Children and Adolescents: The "Cinnamon Challenge"' [em português, "Ingestão e Aspiração de Canela Seca por Crianças e Adolescentes: O "Desafio da Canela"."] *Pediatrics*, (2013) 131, n.º 5



mais para buscar um status social<sup>6</sup>, e para obter a afirmação dos pares, bem como a aprovação de um público mais vasto. Os estudos exploram como estas influências podem ser exacerbadas e amplificadas pelo impacto do ambiente online.<sup>7</sup>

Os estudos existentes reconhecem que existe um amplo espectro de desafios que variam muito no seu nível de risco, mas geralmente identificam que o envolvimento em desafios é uma prática comum da juventude, associada à pressão e afirmação dos pares, em vez de estar ligada a questões ou dificuldades psicológicas ou de saúde mental.<sup>8</sup> Um estudo analisou três tipos muito diferentes de desafios virais (Baleia Azul, Cápsula de Tide e Balde de Gelo). Caracterizaríamos a Baleia Azul como um “desafio falso”, conforme descrito acima; o Tide Pod é um desafio perigoso que envolve comer cápsulas de detergente que podem causar danos/ferimentos significativos, enquanto que o desafio do balde de gelo tem um risco muito baixo e é um desafio engraçado de sensibilização para a esclerose lateral amiotrófica. Esse estudo levantou a questão de que o nível e a natureza do envolvimento online com material de desafios em geral (incluindo os mais arriscados) pode normalizar o comportamento e criar a falsa percepção de que este é mais predominante do que a realidade.<sup>9</sup>

A Fundação T.I.M. realizou um trabalho de investigação envolvendo um grupo-foco ampliado, com jovens de 13 a 18 anos. O grupo estava familiarizado com muitos desafios online, distinguindo-os com base no seu impacto e nível de perigo. O grupo discutiu uma série de desafios, incluindo os que são “inocentes e inofensivos”, tais como o desafio de virar a garrafa, e os que “começam inocentemente mas que podem acabar perigosamente”, tais como o desafio da canela<sup>10</sup>. Também discutiram “desafios” que parecem perturbadores e perigosos desde o início, tais como o Momo (embora esse tenha-se revelado um desafio falso). O grupo de jovens explicou as suas motivações para a participação, como por exemplo:

- Tensión/sensación: el elemento de riesgo de un reto lo hace atractivo.
- Curiosidad: quieren probar algo nuevo.
- Fortalecer las amistades: participar con los amigos y, de este modo, sentirse incluidos en un grupo.
- Aumentar su popularidad: conseguir la atención de los demás, en forma de opiniones, me gusta y seguidores en las redes sociales.

O estudo salienta que os desafios podem ser altamente acessíveis devido ao fato de, em geral, não serem necessárias competências nem equipamentos especializados, e que o fato de ver outras pessoas fazendo o desafio sem serem prejudicadas pode significar que os jovens subestimam os riscos que alguns desafios apresentam.<sup>11</sup>

<sup>6</sup>Murphy, R. (2019) “The rationality of literal Tide Pod consumption” *Journal of Bioeconomics*, (2019) 21

<sup>7</sup>Chu, V., Begaj, A. & Patel, L.(2018) ‘Burns challenges – A social media dictated phenomena in the younger generation’. *Burns Open*, 2 (2018)

<sup>8</sup>Op. cit. Chu, et al.. ‘Burns challenges’ and Sykes, S.,‘What’s the appeal...?’

<sup>9</sup>Khasawneh et al.,(2021) ‘An Investigation of the Portrayal of Social Media Challenges on YouTube and Twitter’. *ACM Transactions on Social Computing*, (2021) 4, no. 1

<sup>10</sup>Este é um desafio em que o participante consome uma grande quantidade de canela sem beber nada. Isto pode causar tosse, asfixia, náuseas e danos pulmonares potenciais se a canela for inalada. Ver também [https://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon\\_challenge](https://en.wikipedia.org/wiki/Cinnamon_challenge)

<sup>11</sup>Conforme relatado por Better Internet for Kids. “Dangerous Online Challenges” [em português “Desafios Online Perigosos”]. Better Internet for Kids, 28 de junho de 2019. <https://www.betterinternetforkids.eu/en/practice/awareness/article?id=4696122> [Data de acesso: 14/09/2021]. A Fundação Fundação (Tegen Internet Misstanden, que significa “Contra o Abuso na Internet”, em holandês) foi criada após uma morte trágica que resultou da participação num desafio perigoso. Foi criada para oferecer aos pais e profissionais informações sobre os desafios emergentes e as suas consequências potencialmente perigosas (informadas por uma equipa médica).

## 1.3 Opiniões e experiências do painel global de especialistas

Para este relatório, consultamos um painel global de especialistas para compreender as suas opiniões e experiências sobre os desafios perigosos online. O painel considerou que para as crianças que participam de desafios perigosos, pode haver uma mistura de fatores causais. Estes podem ser complexos e estão associados a um contexto social e cultural, saúde mental, apoio familiar e grupos de amigos. O painel identificou que crianças e jovens de grupos mais desfavorecidos e excluídos estão mais em risco, mas que outros fatores estão também em jogo, incluindo a resiliência individual, o nível de acesso a apoio e a capacidade de pensamento crítico, bem como a necessidade e o desejo de emoção, afirmação e inclusão de alguns jovens em determinados momentos.

### *Vulnerabilidade e motivações para participar de desafios arriscados*

Embora os entrevistados sentissem que havia uma mistura de motivações e fatores subjacentes que impulsionavam o envolvimento em desafios perigosos, todos concordaram que as tendências de desenvolvimento eram importantes. Os especialistas descreveram as crianças com quem tinham trabalhado como querendo mostrar quem são, sentir e testar as suas emoções, bem como as fronteiras e limites da sua experiência física. Houve o reconhecimento da emoção, adrenalina e dopamina associadas aos desafios. Os peritos falaram da necessidade de substituir a experiência de um desafio perigoso por um desafio alternativo ou divertido que proporcione entusiasmo, mas que seja menos arriscado e/ou que tenha um elemento de supervisão.

Considerou-se que um outro fator fundamental na motivação das crianças e dos jovens é o impacto da influência dos pares e o desejo de impressionar os amigos ou de responder à pressão de participar e de se juntar a outros num grupo social. O desejo de obter aprovação e ser popular e a associação dos desafios às crianças populares significa que os desafios podem ser realizados para alcançar ou aumentar o status social. A glamorização de desafios perigosos através da sua associação a comportamentos divertidos, corajosos ou que assumem riscos, contribuem para o apelo que estes podem ter.

O painel indicou que as crianças com quem trabalhou e que provêm de grupos mais vulneráveis offline tendem a ser mais vulneráveis online, e sentiu que a vulnerabilidade offline era também um fator importante na participação em desafios perigosos. A investigação sugere que, embora as crianças e jovens vulneráveis e excluídos estejam mais em risco online,<sup>12 13</sup> estão também mais dependentes do mundo online para ter ligações positivas e um escape.<sup>14</sup> O painel salientou que a principal preocupação de muitas crianças a nível mundial era a do acesso, se podiam ou não ter acesso à Internet e durante quanto tempo. Houve a perspectiva de que as crianças mais vulneráveis (e excluídas digitalmente) estão mais ansiosas por alcançar a inclusão, aceitação e afirmação quando estão online - levando a uma maior propensão para se envolverem ou participarem em desafios perigosos.

### *Compreendendo os desafios falsos e o seu impacto*

<sup>12</sup>Katz, A., e El Asam, A. (2018) "Vulnerable Young People and Their Experience of Online Risks" [em português, "Jovens vulneráveis e a sua experiência dos riscos online"], Human-Computer Interaction, Fevereiro de 2018, Taylor e Francis-

<sup>13</sup>Mitchell, K.J., Ybarra, M., e Finkelhor, D. (2007) "The Relative Importance Online Victimization in Understanding Depression, Delinquency and Substance Use" [em português, "A importância relativa da vitimização online e compreender a depressão, a delinquência e o consumo de substâncias"], Child Maltreatment 2007 Vol 12 n.º 4.

<sup>14</sup>Katz, A., e El Asam, A. "Refuge and Risk: Life Online for Vulnerable People" [em português, "Refúgio e risco: A vida online para pessoas vulneráveis"], Internet Matters



Em termos de compreensão do envolvimento em desafios falsos, o painel fez uma distinção entre o pequeno grupo de crianças e jovens potencialmente vulneráveis, para os quais os desafios falsos podem reduzir as barreiras para se envolverem em ideias ou comportamentos que resultem em lesões autoinfligidas - e o grupo muito maior daqueles que podem ser afetados por serem expostos a uma ideia angustiante e assustadora.

O painel confirmou que, na sua experiência, havia confusão e mal-entendidos por parte dos pais sobre os desafios falsos, o que levava a estratégias nocivas, como compartilhar avisos infundados e chamar a atenção dos filhos para os desafios falsos, aumentando assim o potencial para a sua exposição. Havia também o risco de haver abordagens duras demais e de curto prazo, tais como tirar os dispositivos eletrônicos das crianças ou proibir sua utilização.

Em termos do impacto dos desafios falsos, o painel estava preocupado com a vulnerabilidade psicológica das crianças que poderiam já estar vulneráveis a lesões autoinfligidas, por exemplo, num mau estado emocional ou lidando com emoções negativas intensas, ficando preocupadas ou fascinadas com a ideia de serem controladas. O painel levantou a questão de que existe também o risco de haver pessoas mal intencionadas se aproveitando da ansiedade criada pelos desafios falsos para manipular, controlar e explorar crianças e jovens online.

Uma análise cuidadosa sobre o desafio da Baleia Azul, por parte de um dos nossos painéis de especialistas, descobriu que é difícil chegar ao cerne da motivação para o início, às razões para o compartilhamento posterior, e ao nível de impacto e dano em relação ao que ocorreu - especialmente em culturas e países longe de uma origem da farsa.<sup>15</sup> Em alguns aspectos, isto pode ser fundamental para a angústia que os desafios falsos causam, visto que parecem ser concebidos para serem difíceis de compreender, processar ou refutar e, por conseguinte, deixam o usuário num estado de confusão e incerteza. No caso da Baleia Azul, apesar de uma detenção ligada a um jogo suicida na Rússia e de numerosas reportagens sobre o assunto, nunca foi definitivamente estabelecida qualquer ligação entre os suicídios de crianças e o jogo da Baleia Azul.<sup>16</sup> <sup>17</sup>As Investigações do Centro Búlgaro para uma Internet Mais Segura sugerem que a motivação para o compartilhamento posterior pode incluir os curiosos e os que tentam saber mais, e os que querem utilizar a viralização das hashtags para vender produtos, aumentar o público/atenção ou divulgar conteúdos.

### *Estudo de caso - Uma análise da atenção dada pelos meios de comunicação aos desafios falsos no Reino Unido*

Em 2019, uma instituição beneficente do Reino Unido, South West Grid for Learning, publicou uma investigação de Andy Phippen, professor de Responsabilidade Social em TI, da Universidade de Plymouth, e Emma Bond, professora de Investigação Sociotécnica da Universidade de Suffolk, sobre o impacto dos meios de comunicação e a atenção pública dada aos desafios falsos no Reino Unido. A investigação explora as consequências negativas não intencionais da atenção do público e dos meios de comunicação em relação ao desafio Momo e da Baleia Azul (descritos como “histórias de fantasmas digitais”) e argumenta que os as respostas coletivas dos meios de

<sup>15</sup>Collier, A. <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>

<sup>16</sup>Ver Collier, A. para investigação e exploração do desafio da Baleia Azul em <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-2-months-later-real-concern>, ver também <https://www.netfamilynews.org/blue-whale-game-fake-news-teens-spread-internationally> e comentários que são citados da investigação do Centro Búlgaro para uma Internet Mais Segura <https://balkaninsight.com/2017/02/22/experts-warn-against-rumours-for-spread-of-suicide-game-in-bulgaria-02-21-2017/>

<sup>17</sup>Para uma perspectiva útil da BBC ver <https://www.bbc.co.uk/news/blogs-trending-46505722>

comunicação e dos profissionais serviram para aumentar a exposição de crianças e jovens a conteúdos perturbadores.<sup>18</sup>

Os autores mostram que o compartilhamento de informações sobre os desafios Momo e Baleia Azul por parte de “autoridades responsáveis” causou um pico de interesse entre as crianças e os jovens. Os autores detectaram isto através da análise das estatísticas sobre pesquisas nas escolas a partir de uma empresa de filtragem da Internet comumente utilizada, que mostrou que estas pesquisas (que avaliam como sendo principalmente realizadas por crianças) atingiram o seu auge de uma forma que espelhava a cobertura da mídia e os comentários do público. Os autores argumentam que a cobertura sem utilidade gerou medo, ansiedade e angústia, o que depois levou a mais compartilhamento e a níveis desnecessários de exposição ao conteúdo para crianças vulneráveis. Os autores apelam a um exame e questionamento mais críticos do potencial conteúdo desta farsa, argumentando o seguinte:

*Para eventos futuros, as agências e organizações poderão adotar uma avaliação de risco antes de emitir avisos, avaliando as consequências (positivas e negativas) das suas ações após uma avaliação do risco de dano e da validade da ameaça. É crucial que as fontes sejam verificadas e a autenticidade estabelecida antes de haver uma precipitação para gerar presença nas redes sociais, que depois pode ser uma potencial bola de neve e “conscientização” para uma falsa ameaça, com consequências potencialmente prejudiciais para os jovens que pretendemos proteger.*

Os autores da peça apelam a uma estratégia mais ampla de educação midiática em torno de todas as formas de conteúdo perturbador e associam este fator às lições aprendidas na cobertura de imprensa sobre prevenção do suicídio. Essa questão é explorada mais aprofundadamente na parte 4.

<sup>18</sup>Phippen, A. e Bond, E. (2019) “Digital Ghost Stories, Impacts, Risks and Reason” [em português, “Histórias de fantasmas digitais, impactos, riscos e razões”]. <https://swgfl.org.uk/assets/documents/digital-ghost-stories-impact-risks-and-reasons-1.pdf>

## Parte 2 - Análise e perspectivas da pesquisa global da TVE

### 2.1 Histórico e contexto da pesquisa

A The Value Engineers (TVE) é uma empresa de consultoria de marca. Para este projeto, a TVE foi contratada devido à sua experiência na realização de pesquisa quantitativa rigorosa a nível global. A pesquisa da TVE consistiu num questionário respondido por 5.400 adolescentes (incluindo 1.800 jovens entre os 13 e os 15 anos, 1.800 entre os 16 e os 17 anos de idade e 1.800 entre os 18 e os 19 anos de idade). Também responderam 4.500 pais de adolescentes e 1.000 educadores, dando uma amostra total de 10.900 pessoas em todo o mundo.

A amostra foi retirada do Reino Unido, EUA, Alemanha, Austrália, Itália, Brasil, México, Indonésia, Vietnã e Argentina. A amostra foi selecionada online por uma agência de pesquisa que realiza pesquisas online.

A investigação da TVE utiliza as definições em 1.1 para descrever “desafios” e “boatos” e essas são o foco das perguntas do questionário. Os participantes foram questionados sobre o conhecimento e o envolvimento em desafios online de forma geral e não especificamente sobre desafios perigosos. Algumas perguntas pediam aos participantes que dessem uma opinião sobre os riscos.

### 2.2 Desafios online

## Conhecimento sobre desafios online

**73%**  
dos adolescentes

**73%**  
dos pais

**77%**  
dos professores

dizem ter conhecimento sobre desafios online



**83%**  
dos adolescentes

**68%**  
dos pais

**76%**  
dos professores

aprenderam sobre desafios online por meio de redes sociais



**43%**  
dos adolescentes

**59%**  
dos pais

**52%**  
dos professores

aprenderam sobre desafios online por meio de meios de comunicação tradicionais



### Conhecimento:

Através dos dados recolhidos, o conhecimento dos desafios online é elevado entre adolescentes, pais e professores com 73% dos adolescentes e pais e 77% dos professores dizendo que estavam conscientes dos desafios online. As redes sociais desempenham o papel mais crítico no conhecimento dos desafios online, com 83% dos adolescentes expostos através das redes sociais, juntamente com 68% dos pais e 76% dos professores. Os meios de comunicação tradicionais também alimentam a divulgação, especialmente para os pais e professores (59% e 52% respectivamente), que também tomaram ciência dos desafios online através dos principais meios de comunicação.

Os dados demonstram um nível relativamente elevado de exposição para todos os grupos e sugerem que as crianças e os jovens estão suscetíveis a se depararem com desafios online (de todos os tipos) na sua vida cotidiana online.

### Avaliação do risco

Quando perguntados sobre um desafio recente e a respectiva avaliação, os entrevistados descreveram os desafios que tinham visto recentemente nas seguintes proporções: divertido/lúdico (48%), arriscado, mas seguro (32%), arriscado e perigoso (14%), realmente perigoso (3%). Os métodos mais comuns utilizados pelos adolescentes para avaliar o risco era ver vídeos de pessoas experimentando o desafio, ver comentários e falar com amigos sobre o assunto. As estatísticas mostram que embora a maioria dos desafios encontrados não seja vista como prejudicial, uma minoria deles é identificada como perigosa.

A pesquisa descobriu que os adolescentes gostariam de ter ajuda para avaliar o risco apresentado pelos desafios com que se deparam. 46% de todos os adolescentes perguntados optaram por “obter boas informações sobre os riscos de forma mais ampla e informações sobre o que é ir longe demais” como uma das suas três principais estratégias de prevenção. Foi uma descoberta interessante, e talvez algo surpreendente da pesquisa, que os adolescentes gostariam de ter oportunidades de aprender mais sobre os riscos. A obtenção de boas informações sobre os riscos foi classificada como uma estratégia principal preventiva por 43% dos pais e também por 42% dos professores.

O fato de os dados sugerirem que os adolescentes gostariam de ter mais informações para avaliar os riscos é importante para as nossas respostas. Sugere a necessidade de fazer mais para ajudar os jovens atraídos pelos desafios, fornecendo um maior leque de informações e ferramentas que lhes permitam compreender, considerar e refletir sobre os riscos. As atuais abordagens utilizadas pelos adolescentes para avaliar o risco dos desafios online (por exemplo, ver vídeos e perguntar a amigos) podem refletir uma lacuna em termos de informação útil e confiável online e offline.

### Participação

Globalmente, os dados consolidados mostram que a maioria das crianças não participa em desafios, com apenas 21% dos adolescentes participando num desafio online (de qualquer tipo), quer optem por publicá-lo ou não.<sup>19</sup> As taxas reais de participação em desafios perigosos são muito inferiores, sugerindo que, enquanto 21% das crianças participam em desafios, apenas 2% dos adolescentes par-

<sup>19</sup>As taxas de engajamento são um pouco mais elevadas do que as de participação (com 31% dos adolescentes comentando uma fotografia ou vídeo de outra pessoa participando de desafio)

participaram num desafio que consideram arriscado e perigoso e apenas 0,3% participaram num desafio que classificaram como realmente perigoso.

O número dos participantes (e a própria publicação de um vídeo em que participam) também reduz, significativamente, com a idade. A redução da participação entre o grupo mais novo e o grupo mais velho pode, em parte, ser uma questão de desenvolvimento, com o grupo etário mais jovem associado a uma maior necessidade de aprovação pelos pares e validação social; capacidades de pensamento crítico menos desenvolvidas e maior propensão para assumir riscos, tornando-os mais propensos a participar.<sup>20</sup>

## Os impactos da participação - Desafios perigosos

Perguntamos aos adolescentes, que indicaram ter participado de desafios online, quais foram os impactos de acordo com sua percepção

Impacto:

**54%** dos adolescentes consideram que o impacto foi, na sua maior parte, neutro

**34%** dos adolescentes acham que o impacto foi positivo

**11%** dos adolescentes acham que o impacto foi negativo

Dos adolescentes entrevistados:

somente **21%** participaram em um desafio online (de qualquer tipo)

somente **2%** participaram de um desafio que consideraram arriscado ou perigoso

somente **0.3%** participaram de um desafio considerados muito perigoso

### Impacto positivo nos relacionamentos

Dentre aqueles que indicaram que participar de desafios online teve impactos positivos

**64%** dos adolescentes acreditam que essas consequências positivas afetaram suas amizades e relacionamentos



A participação em desafios (e a publicação de vídeos relacionados) cai significativamente com o aumento da idade: os dados mostram que

**14%** dos entrevistados entre 13 e 15 anos participaram de desafios online

enquanto apenas **9%** dos entrevistados entre 18 e 19 anos de idade afirmaram ter feito isso

### Motivações

Para compreender por que os adolescentes participam de desafios (de qualquer tipo), foi pedido aos entrevistados que classificassem uma série de possíveis razões pelas quais eles pensavam que os

<sup>20</sup>Os dados revelaram que 14% dos jovens entre 13 e 15 anos participavam em desafios que depois compartilhavam online, enquanto apenas 9% dos jovens entre 18 e 19 anos o faziam. Há também uma redução significativa na probabilidade de compartilhamento: 21% dos jovens entre 13 e 15 anos disseram que compartilharam um vídeo de desconhecidos participando de um desafio, em comparação com 11% entre 18 e 19 anos que disseram ter compartilhado. Esta mudança é significativa em nível de 95%. Quando se observam diferenças neste relatório entre grupos etários ou entre país, adolescentes e professores, as diferenças são estatisticamente significativas nos dados até ao nível dos 95%.



adolescentes podiam participar. Os dados sobre as atitudes mostram que a razão mais comum de os adolescentes sentirem que as pessoas participavam nos desafios era obter visualizações, comentários e curtidas: 50% dos adolescentes incluíram esta como uma das suas três razões principais e 22% como sua razão principal. 46% dos adolescentes incluíram impressionar os outros como uma das suas três principais razões.

Estes dados sugerem que a moeda social e a impressão dos outros são vistas como fatores motivadores fundamentais para todos os adolescentes para a participação e o engajamento. Isto sugere que qualquer estratégia eficaz de segurança ou prevenção precisa abordar este desejo de atenção e aceitação por parte de amigos ou outros. As estratégias eficazes podem ter de reconhecer que se trata de uma verdadeira pressão, ajudando simultaneamente as crianças e os jovens a analisar e avaliar o nível dos riscos que os desafios podem apresentar, distinguindo o divertimento do perigo. Pode haver valor na oferta de rotas alternativas a este tipo de participação e aceitação social, que idealmente incluiriam estratégias offline e online. Algumas alternativas online podem incluir a produção ou promoção de outros tipos de conteúdos online que possam ser divertidos, socialmente positivos, humorísticos, interessantes ou significativos.

### *O impacto da participação*

Foi perguntado aos adolescentes que indicaram ter participado em desafios online o que eles pensavam sobre o impacto da sua participação. A pesquisa sugere que pensavam que o impacto da participação era majoritariamente neutro (54% de todos os adolescentes), enquanto 34% sentiam que tinha um impacto positivo e 11% sentiam que tinha um impacto negativo. Isso foi transversal a desafios de todos os tipos. Dos que sentiram que sua participação teve um impacto positivo, 64% disseram que este impacto incidiu sobre as suas amizades e relações. Isso e o fato de os adolescentes terem categorizado a maioria dos desafios como divertidos/lúdicos ou arriscados, mas seguros, é significativo para as respostas; as estratégias de educação preventiva desenvolvidas com base na premissa de que todos os desafios são inerentemente perigosos não estarão alinhadas à experiência vivida pelos jovens. É importante reconhecer o espectro de experiências que os desafios online apresentam e responder ao apetite dos jovens por orientação e apoio para os ajudar a identificar os desafios que são demasiadamente arriscados.

### *Apoio e aconselhamento*

Os dados mostram que 66% de todos os adolescentes procuraram apoio e aconselhamento em relação aos desafios online. Ao procurar apoio e aconselhamento sobre um desafio, os adolescentes parecem ter mais probabilidades de conversar com um membro da família ou amigo do que de utilizar o ambiente online.

Em termos de apoio, os dados mostram que tanto os pais (34%) como os professores (29%) acham que é difícil falar de desafios sem suscitar o interesse nos mesmos e 40% dos pais e 31% dos professores dizem que não fariam sobre um desafio a menos que um adolescente o fizesse primeiro. Isto demonstra uma lacuna significativa em torno do tema, que precisa de ser abordado com orientações mais claras e específicas sobre quando é apropriado falar sobre os desafios e debatê-los e de como fazê-lo na prática. Curiosamente, apenas 48% dos professores pesquisados sentiram que as escolas lidam bem com os desafios.



## 2.3 Boatos

### Conhecimento e impacto dos boatos

Conhecimento sobre boatos é elevado: chega a



#### Conhecimento

Os dados mostram que o conhecimento sobre boatos é elevado, chegando a 81% dos adolescentes consultados, 81% dos pais e 84% dos professores. Esse conhecimento tem mais probabilidades de derivar das redes sociais, com 77% dos adolescentes, 74% dos pais e 77% dos professores tendo tomado ciência das boatos através das redes sociais. O conhecimento através dos principais meios de comunicação é menor para os adolescentes, mas maior para os pais e professores (56% dos adolescentes, 68% dos pais e 64% dos professores tinham tomado conhecimento das boatos através dos principais meios de comunicação social).<sup>21</sup>

#### Engajamento e compartilhamento

Em relação ao engajamento com boatos, a resposta mais comum dos adolescentes que tiveram contato com elas foi procurar mais informação online, e 54% dos adolescentes disseram que tinham feito isso. 28% dos adolescentes que tinham consciência dos boatos tinham compartilhado um aviso como mensagem direta e 25% dos adolescentes tinham comentado um artigo ou publicação sobre uma farsa. Apenas 22% dos adolescentes (consistente entre grupos etários) concordaram com a afirmação de que partilhar uma farsa é prejudicial. Parece que isto se deve, pelo menos em parte, a uma crença de que o compartilhamento é considerado como protetor e útil para os outros. Da mesma forma, a maioria dos pais não parece considerar o compartilhamento como arriscado ou problemático, com apenas 19% a dizer que considera que compartilhar uma farsa é prejudicial.

#### Avaliação do risco

Os participantes foram questionados sobre como tinham avaliado se uma farsa recente com que

<sup>21</sup>Na maioria dos temas, os dados foram relativamente consistentes nos diferentes países onde os dados foram recolhidos. Uma diferença interessante entre países foi que os níveis de consciência para os hoaxes parecem ser muito mais baixos na Alemanha do que nos outros países onde os participantes foram questionados. A consciência em adolescentes na Alemanha é de 42%, contra uma média de 86% em outros países. Esta diferença é discutida na secção 5.3.

se tinham deparado era genuíno ou falso. A estratégia mais comum era procurar mais informação, com 61% dos adolescentes concordando que procuravam mais informação online para avaliar se era verdadeiro ou não. Além disso, 57% dos adolescentes leram os comentários e 44% dos adolescentes falaram com os seus amigos sobre o assunto para os ajudarem a avaliar se era real ou não. Isto sugere que a confusão e a incerteza criadas pelas boatos podem conduzir a uma pesquisa para tentar determinar a autenticidade.

## Avaliação de risco - boatos online

Claramente falso/inacreditável:

apenas  
**31%**  
dos adolescentes

concordam que um boato recente que tenham visto era "claramente falso/inacreditável"



Caused concern:

**35%**  
dos adolescentes

concordam que um boato recente "deixou-me preocupado e tive que verificar se não era verdade"



Crível:

**27%**  
dos adolescentes

acreditaram que um boato recente que viram era "crível e poderia enganar alguém"



Considerado real:

**3%**  
dos adolescentes

acreditaram que um boato era 100% real



Em termos de como os jovens avaliam as boatos, apenas 31% dos adolescentes concordaram que uma farsa recente que tinham visto era "claramente falsa/inacreditável" (37% dos pais e 30% dos professores). 35% dos adolescentes concordaram que uma farsa recente "deixou-me preocupado(a) e tive de verificar duas vezes que não era verdade" (33% dos pais e 34% dos professores). 27% dos adolescentes acreditavam que uma farsa recente que tinham visto era "credível e poderia enganar alguém" (22% dos pais e 27% dos professores) e 3% dos adolescentes acreditavam que a farsa era 100% real (4% dos pais e 6% dos professores). Estes dados refletem a confusão e incerteza contínuas em torno desse tema. Isto é compreensível, visto que a criação desta ansiedade e dúvida é inerente à concepção e propósito de uma farsa - e mesmo depois de investigar, os jovens (assim como os pais e professores) podem ficar com dúvidas e preocupações que permanecem sem resposta. O que sugere ser necessária uma melhor informação pública para explicar o que sabemos sobre o porquê da criação de boatos e boatos, como são concebidos para causar ansiedade e medo e o benefício de reduzir o seu impacto ao não se envolverem com eles.

### Motivações

Foi perguntado aos participantes do questionário por que razão acham que as pessoas compartilham ou repassam boatos online e foi-lhes pedido que classificassem várias motivações potenciais. Receber atenção de outros (visualizações/curtidas/comentários) foi classificada pelos adolescentes como uma das três principais razões (62% de todos os adolescentes) e "porque não se dão conta que é falso" também foi classificada como uma das três principais razões por 60% de todos os adolescentes. Estas motivações estão claramente ligadas ao fato de apenas uma minoria ver as boatos como sendo muito claramente falsas e ao baixo número de adolescentes ou pais que acreditam que

o compartilhamento é prejudicial. De fato (conforme considerado acima), muitos parecem considerar que existe um valor protetor no compartilhamento (37% dos adolescentes colocaram “para proteger os outros” nas suas três principais razões). Isto mais uma vez sugere a necessidade de maior informação e orientação sobre a forma como as boatos são concebidas para causar danos e o impacto que o compartilhamento posterior tem sobre os outros, entre o público adolescente, pais e professores. Seria útil aumentar a capacidade de todos os públicos avaliarem a validade deste tipo de conteúdo com uma perspectiva tão crítica e cética quanto possível.

### *Impacto*

Números significativos relataram o impacto negativo da exposição a boatos. Para todos os adolescentes expostos a elas, 17% concordaram que a exposição teve um impacto positivo, 51% acreditaram que não teve impacto e 31% acreditaram que teve um impacto negativo (consistente em todos os grupos etários). Dos que tinham sentido um impacto negativo, 63% sentiram que o impacto negativo ocorreu na sua saúde mental.

Este nível de impacto é impressionante e sugere a necessidade de um apoio facilmente identificável e acessível para os adolescentes.

### *Apoio e aconselhamento*

De acordo com as conclusões citadas acima sobre o impacto, os dados mostram que 46% de todos os adolescentes expostos a boatos procuraram apoio e aconselhamento. 53% dos adolescentes que procuraram apoio relacionado a boatos procuraram o apoio de amigos, 50% procuraram o apoio de um membro da família, 47% procuraram conselhos online e 41% procuraram conselhos de um professor ou membro do pessoal escolar. É notável que mais de metade dos adolescentes expostos a boatos não tenha procurado qualquer apoio ou aconselhamento, talvez sugerindo, como mencionado acima, que os jovens possam se beneficiar de informações e recursos mais visíveis e acessíveis, orientados para os jovens, que os ajudem a processar e a dar sentido ao material desse tipo de vídeo.

Os dados mostram que os pais são cautelosos quanto à forma como abordam as conversas sobre boatos com os seus filhos. 56% dos pais concordaram que não mencionariam um caso específico, a menos que um adolescente o tivesse mencionado primeiro. Além disso, 43% dos pais sentiram que os conselhos disponíveis sobre boatos online não são tão bons como os disponíveis sobre riscos offline e 37% dos pais sentiram que é difícil falar sobre boatos sem suscitar interesse neles. Isto indica uma lacuna significativa no apoio aos pais, uma vez que estes parecem não ter acesso a conselhos ou informações que lhes permitam dar sentido a esse tipo de vídeo ou falar sobre eles com os seus filhos.

Os dados sobre os professores sugerem um elevado nível de preocupação, com 56% indicando que estão extremamente ou muito preocupados com as boatos e 88% concordando que “saber sobre boatos online é uma parte importante do meu trabalho”. Contudo, 50% sentiam que as escolas não têm os conhecimentos e recursos para lidar de maneira eficaz com esse tema e apenas 33% concordaram que as escolas fornecem ferramentas úteis e orientação sobre boatos para crianças e famílias.

Uma outra questão levantada por estes dados é a falta de certeza sobre de quem é a responsabilidade por enfrentar desafios e boatos online. Não existe um consenso claro sobre de quem são os papéis e responsabilidades e quem está mais bem equipado para assumi-las. Por exemplo, embora se concordasse que os pais têm a responsabilidade de educar os filhos sobre boatos e boatos online, muitos pais sentem-se mal equipados e inseguros quanto à forma de fazer isso. Parece provável que uma abordagem combinada na qual equipamos professores, pais e pares para oferecer os tipos certos de informação, aconselhamento e apoio pode ser a resposta mais eficaz. Isto é algo que exploramos mais aprofundadamente nas Partes 4 e 5 deste relatório.

## Parte 3 - O papel desempenhado pelos desafios no desenvolvimento da adolescência

Durante este projeto trabalhamos com o Dr. Richard Graham, que é psiquiatra infantil e de adolescentes e antigo Diretor Clínico da Tavistock Clinic. O trabalho do Dr. Graham ajudou-nos a explorar com mais profundidade os potenciais motivadores para os adolescentes participarem em desafios e foi o autor da seção que se segue.

A fim de desenvolver abordagens eficazes para reduzir potenciais danos em qualquer situação, em qualquer comunidade, é importante compreender como o desenvolvimento humano pode estar influenciando os comportamentos. Isto torna-se ainda mais importante quando se considera como os desafios online se cruzam com as “transformações da puberdade” e a sua resposta psicológica, a “adolescência”. Esta fase complexa do desenvolvimento é quase única por natureza - apenas os chimpanzés também progridem para a fase adulta através das mudanças da puberdade. A compreensão desta fase de desenvolvimento, tanto em termos de crescimento físico e mudanças, como dos ajustes psicológicos a essas mudanças, pode nos ajudar a sentir empatia pelos esforços que os adolescentes fazem e a sugerir formas mais eficazes de apoiar o seu desenvolvimento positivo.

Durante a puberdade, quase todos os órgãos e sistemas do corpo são alterados e desenvolvidos na preparação para a idade adulta. Embora um foco recente sobre como o desenvolvimento do cérebro durante este tempo pode ajudar-nos a compreender o adolescente que se esforça por explorar e procurar novas experiências, o jovem também está lutando para compreender seu tamanho, força e poder físico crescentes, bem como a capacidade de conceber ou criar vida. A participação em muitas atividades pode envolver uma exploração destas novas capacidades encontradas e das responsabilidades emergentes que as seguem. Se a turbulência emocional da adolescência traz os seus próprios desafios, da raiva intensa ao desejo intenso, esses sentimentos estão agora alojados num corpo que pode prejudicar mais facilmente a si próprio e aos outros, devido a essa força acrescida. As histórias muito apreciadas dos Super Heróis da Marvel, e até do Frankenstein, fazem sentido para os adolescentes, dadas as suas lutas para gerenciar tanto as emoções como o aumento dos poderes físicos.

No entanto, se a adaptação às mudanças físicas coloca um novo conjunto de desafios ao jovem em desenvolvimento, o rápido desenvolvimento do cérebro traz desafios adicionais e talvez maiores. No desenvolvimento saudável, o sistema límbico do cérebro (que regula a emoção e os sentimentos de recompensa) sofre mudanças dramáticas nas idades entre os 10 e os 12 anos. Estas mudanças interagem então com o córtex pré-frontal do cérebro (os centros de julgamento) para promover comportamentos de procura por novidades, assunção de riscos e interações com os pares. Em termos simples, isto significa que existe uma fase de emoção intensa, enquanto o julgamento pode parecer menos agudo, uma vez que esses “centros de julgamento” do cérebro estão sendo revistos. Ser varrido por sentimentos, de qualquer tipo, é uma fase normal e saudável da adolescência e que, de uma perspectiva evolutiva, pode ajudar um jovem a tornar-se menos dependente dos seus pais ou cuidadores, e a começar a sentir-se mais independente. A UNICEF descreve o início da adolescência como uma época de rápida aprendizagem e desenvolvimento cerebral, o que facilita o aumento da procura de sensações, da motivação para as relações sociais e da sensibilidade para a avaliação social;

é assim o momento de descobrir quem se é.

A adolescência é, portanto, uma época de vulnerabilidade e de oportunidade. Ter apoio ao assumir riscos saudáveis pode levar a oportunidades de aprendizagem positivas, a assumir responsabilidades orientadas, criando assim espirais positivas de desenvolvimento. O apoio de adultos de confiança pode ser imensamente útil neste processo, e muitas vezes pode ser alguém de fora da família, como um professor, por exemplo.

A partir de dentro, o jovem começa a se envolver com experiências que podem, espera-se, ajudá-lo a avançar para uma vida adulta feliz e saudável, e quase todas as atividades em que está envolvido têm algum propósito e significado em termos de luta por um futuro positivo. (Um desenvolvimento tão intenso também requer períodos de tempo não estruturados, para se poder descansar das pressões de “crescer”. Portanto, o tempo para “simplesmente existir”, sem pressão para progredir, é também importante). Embora todas estas atividades sejam o suporte de um senso crescente e estável da sua própria identidade (com muita experimentação saudável pelo caminho), o leque de atividades em que os jovens se envolvem é frequentemente chamado de “Tarefas da Adolescência”; progredir com cada uma delas é considerado uma boa base para a vida adulta. A compreensão do comportamento de qualquer jovem à luz das “Tarefas da Adolescência” pode muitas vezes dar mais significado e propósito ao comportamento do que tinha sido percebido inicialmente.

As “Tarefas da Adolescência” são descritas de várias maneiras, mas uma lista abrangente do MIT descreve-as da seguinte forma:<sup>22</sup>

- Ajustar-se aos corpos e sentimentos em amadurecimento sexual
- Desenvolver e aplicar capacidades de pensamento abstrato
- Desenvolver e aplicar uma nova perspectiva sobre as relações humanas
- Desenvolver e aplicar novas competências em áreas como, por exemplo, a tomada de decisões, a resolução de problemas e a resolução de conflitos
- Identificar padrões morais, valores e sistemas de crenças significativos
- Compreender e expressar experiências emocionais mais complexas
- Formar amizades que sejam mutuamente próximas e solidárias
- Estabelecer aspectos essenciais da identidade
- Satisfazer as exigências de papéis e responsabilidades cada vez mais maduros
- Renegociar as relações com adultos em papéis parentais

Ao longo da adolescência, cada tarefa pode ter maior ou menor importância. Assim, no contexto das “Tarefas da Adolescência”, podemos começar a compreender por que os jovens podem envolver-se em desafios e boatos online?

Podemos considerar que, embora os Desafios Online possam parecer divertidos e lúdicos para a maioria, também oferecem oportunidades para explorar:

- A validação/aceitação social e pertencimento
- A qualidade das amizades/relacionamentos (impressionar amigos e outros)
- A oportunidade de mostrar coragem e determinação
- As capacidades físicas e os limites do corpo em amadurecimento
- Como demonstrar qualidades atraentes, como senso de humor
- Como funcionam as plataformas ou algoritmos e como ser bem-sucedido online

<sup>22</sup><https://hr.mit.edu/static/worklife/raising-teens/ten-tasks.html>



As boatos, tendo talvez a maturidade psicológica como seu maior alvo, ao invés das proezas físicas frequentemente retratadas nos desafios online, criam um conjunto diferente de oportunidades com alguns temas comuns. O envolvimento com boatos pode sugerir que uma pessoa jovem está explorando:

- Validação social, aceitação e pertencimento
- A capacidade de descobrir o que é falso (capacidades cognitivas)
- Como mostrar que é solidária, bondosa e protetora para com os outros (altruísmo)
- Como demonstrar coragem (e mostrar que não é uma criança que fica assustada)
- Como demonstrar resiliência (lidar com experiências angustiantes e se recuperar delas)
- Como entender estados emocionais ou psicológicos complexos (tais como ter sentimentos suicidas)
- Como funciona a Internet (literacia midiática/impacto da desinformação)

Envolver-se em boatos pode estar mais próximo dos ritos de passagem de um jovem que vê um filme de terror ou vai a uma montanha-russa “que desafia a morte”, embora, infelizmente, sem a garantia de que tenha sido criada para ser segura.

A compreensão do objetivo e significado por detrás de qualquer envolvimento com desafios e boatos sugere que medidas simples de abstinência e restrição, mesmo que sejam concretizáveis, não satisfazem as necessidades do jovem de crescer e aprender com a experiência. O apoio é fundamental na procura de alternativas mais saudáveis e positivas às atividades arriscadas.

Se os jovens não forem apoiados, há riscos de seguirem trajetórias negativas para a vida adulta, o que não é menos importante do que a crença de que se pode desenvolver sem ultrapassar limites ou correr riscos.

O mundo adulto tem um parceiro entusiasta nas nossas tentativas de apoiar o desenvolvimento saudável dos jovens e ajudá-los a alcançar melhores oportunidades de vida. Embora tivesse mais de 60 anos de idade, a psicanalista Anna Freud escreveu de forma comovente sobre a necessidade de os jovens crescerem a partir de experiências e lembra-nos a todos que, com qualquer programa ou intervenção que vise apoiar os jovens, devemos ter em mente o seguinte:

*“Presumo que é normal um adolescente comportar-se durante um período de tempo considerável de forma inconsistente e imprevisível; para combater os seus impulsos e aceitá-los... para ser mais idealista, artístico, generoso e altruísta do que jamais voltará a ser...”*

## Parte 4 - Abordagens eficazes para a educação preventiva

O estudo e a teoria analisadas acima sugerem o valor de desenvolver estratégias que reduzam o risco de as crianças e os jovens se envolverem em desafios perigosos e boatos, mas demonstra que, fazer isto de forma eficaz, pode significar reconhecer o apelo dos mesmos para os jovens e dar-lhes ferramentas e apoio mais eficazes para lidar com os riscos. Esta seção baseia-se no estudo existente sobre educação e estratégias eficazes de prevenção de riscos, através de uma série de comportamentos de risco, e extrai os principais aprendizados sobre as abordagens eficazes a que podemos recorrer para responder aos desafios perigosos.

### 4.1 Aprendendo com estudos sobre abordagens de educação para a prevenção de riscos

Este relatório se beneficia de um forte conjunto de evidências apresentadas em estudos acadêmicos, que exploram e avaliam relatórios baseados em provas sobre estratégias de prevenção e intervenção na área de riscos assumidos pelos adolescentes. Uma revisão prévia fundamental do que funciona nos estudos sobre prevenção foi realizada por Nation et al. em (2003), "What works in prevention: Principles of effective prevention programs". Este estudo analisa uma série de programas de prevenção e identifica nove princípios dos programas de educação preventiva eficazes. O estudo conclui que uma educação preventiva eficaz é abrangente, incorpora métodos de ensino variados, proporciona uma dosagem suficiente, baseia-se em teoria, promove relações fortes, está adequadamente escalonada em termos de desenvolvimento dos alunos, é socioculturalmente relevante, inclui a avaliação dos resultados, e é implementada por pessoal bem treinado.<sup>23</sup>

Um estudo sobre programas de educação em saúde sexual concluiu que os programas que oferecem abordagens abrangentes e holísticas que discutem a iniciação sexual, número de parceiros sexuais, frequência da atividade sexual, uso de preservativos e contraceptivos, DST e gravidez eram mais eficazes do que os programas de educação para a saúde que são desenvolvidos para encorajar a abstinência.<sup>24</sup> Do mesmo modo modo, estudos revelam que os programas que incluem os jovens LGBTQ+ e que utilizam estratégias relevantes para ligar os jovens aos serviços, tendo em conta as diferentes influências familiares e das redes sociais nas suas vidas, tendem a ser considerados mais eficazes.<sup>25</sup> A investigação mostrou que os programas e políticas de abstinência até o casamento nos Estados Unidos eram ineficazes porque não atrasam a iniciação sexual nem reduzem os comportamentos de risco sexual. Ao mesmo tempo, os autores argumentam que estigmatizam, excluem, e reforçam estereótipos de gênero inúteis, ao mesmo tempo que retêm informações médicas importantes que permitiriam aos adolescentes tomar decisões seguras.

Numa linha semelhante, os estudos que analisam a eficácia dos programas de prevenção do uso de drogas descobriram que educar os adolescentes sobre os impactos negativos das drogas na saúde e

<sup>23</sup>Nation, M. et al, (2003). What works in prevention: principles of effective prevention programmes. *American Psychologist*, 58(6/7), 449-456.

<sup>24</sup>Santelli, J.S. (2017) "Abstinence-Only-Until-Marriage Programmes An updated position paper of the Society for Adolescent Health and Medicine (2017) *Journal of Adolescent Health* Position Paper, volume 61 Issue 3.

<sup>25</sup><https://www.cdc.gov/healthyyouth/whatworks/what-works-sexual-health-education.htm>

dar-lhes informações sobre as reações às drogas é mais eficaz do que dizer aos adolescentes como pensar ou agir - ou simplesmente dizer-lhes para dizerem não às drogas. Isto foi demonstrado por uma meta-análise do Projeto DARE (Drug Abuse Resistance Education), um programa de prevenção da dependência de drogas amplamente utilizado nos EUA.<sup>26</sup> Uma meta-análise dos estudos sobre a eficácia deste programa encontrou uma falta de provas de eficácia, apesar da escala significativa, dos recursos e da adoção do programa.

Especificamente em relação à segurança online, Jones et al. 2014, na Universidade de New Hampshire, concluíram uma exploração profunda da eficácia dos programas de segurança na Internet.<sup>27</sup> A análise que concluíram foi altamente crítica em relação à educação existente de segurança online, devido a algumas falhas básicas, tais como não incorporar estratégias educativas comprovadamente eficazes de outras áreas da prevenção e descobrir que os programas de segurança na Internet muitas vezes não incorporam mensagens embasadas em pesquisas, objetivos de aprendizagem baseados em competências, oportunidades para os jovens praticarem novas competências, ou tempo suficiente para a aprendizagem. Descobriram que os programas geralmente utilizam táticas de medo irrealistas, o que exagera a assunção de riscos (o que poderia ter um efeito contrário com normas sociais negativas) e descobriram também que as campanhas tendem frequentemente a aplicar mensagens de segurança genéricas para comportamentos sociais e emocionais complexos, presumindo a ignorância dos jovens - e presumindo que dizer-lhes para não fazerem algo será eficaz. O estudo exige que se repensem as mensagens e estratégias de educação sobre segurança na Internet, com maior ênfase na avaliação.

Jones et al. (2014) também procuraram identificar os componentes de programas de educação e prevenção eficazes, argumentando que, embora haja uma avaliação limitada dos programas de segurança na Internet, existem conhecimentos e informações que podem ser transferidos sobre abordagens que funcionam, a partir de provas de práticas eficazes em outras áreas da prevenção, incluindo provas de longa data resultantes da prevenção de riscos offline<sup>28</sup>. Jones et al. (2014) analisaram 31 meta-análises de programas de educação preventiva para jovens, incluindo programas sobre dependência de drogas, problemas de saúde mental, agressão, delinquência, abandono escolar, bullying e abuso sexual e, a partir destes, procuraram identificar os princípios dos programas de prevenção eficazes. Com base na sua análise, os autores desenvolveram um conjunto de princípios - ao qual chamaram de princípios KEEP, "Known Elements of Effective Prevention" (Elementos Conhecidos de Prevenção Eficaz, em português). A lista identifica cinco características básicas da educação preventiva que consideraram ser críticas para a eficácia. Estes cinco elementos são: 1) um currículo ou lições estruturadas; 2) objetivos de aprendizagem baseados em competências; 3) envolvimento e aprendizagem ativos dos participantes; 4) uma dose programática adequada; e 5) oportunidades de aprendizagem adicionais.

Para além da necessidade de melhorar as estratégias de educação, os estudos de New Hampshire também apelam a mais abordagens embasadas em pesquisa em relação ao envio de mensagens de se-

<sup>26</sup>West, S.L. & O'Neal, K.K. (2004) Project D.A.R.E. Outcome Effectiveness Revisited. *American Journal of Public Health* 2004, 94 (6)

<sup>27</sup>Jones, L.M., Mitchell, K.J. e Walsh, W.A. (2014) "A Content Analysis of Youth Internet Safety Programmes: Are Effective Prevention Strategies Being Used?". Centro de Investigação de Crimes Contra as Crianças, Universidade de New Hampshire. Ver também Jones, L.M., Mitchell, K.J. e Walsh, W.A. (2014) "A Systematic Review of Effective Youth Prevention Education: Implications for Internet Safety Education". Centro de Investigação de Crimes Contra as Crianças, Universidade de New Hampshire.

<sup>28</sup>Isto também é evidenciado na sua recente revisão "Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base" (unh.edu) Finkelhor, D., et al, (2020) Trauma, Violence and Abuse

gurança online. Eles refletem que o envio de mensagens deve ser desenvolvido em torno de uma base concreta de riscos que ocorrem online, além de ser realista e diferenciado. Por exemplo, criticam os conselhos de segurança com que se depararam na sua análise para que os jovens “não compartilhem informações pessoais” quando estão online. Refletem sobre o desafio de assegurar que estas mensagens estão corretas:

*Poderia ser útil se os jovens pudessem discriminar entre contextos seguros versus contextos inseguros e arriscados ao considerar se devem dar ou publicar informações pessoais, mas ainda não temos uma base de investigação ou de conhecimentos para ajudar em tais decisões. As mensagens genéricas, amplas, ou demasiadamente conservadoras serão provavelmente descartadas pelos jovens como irrealistas ou infantilizantes.*

Este aprendizado é claramente relevante para a forma como abordamos a tarefa de enviar mensagens com eficácia e de forma comprovada sobre os desafios, e como aconselhamos sobre a criação, concepção e desenvolvimento de programas eficazes que não sejam rudimentares ou simplistas para os jovens (por exemplo, aconselhando-os simplesmente a se absterem de todos os desafios). Para serem eficazes, as mensagens devem ser compreensíveis e claras para as crianças e os jovens, bem como descobrir e ter em conta as suas perspectivas e preocupações.

Os autores também questionam se a segurança na Internet deve ser uma disciplina autônoma nas escolas, visto que o tempo para a educação preventiva é um “recurso escasso” nas escolas, e porque existem temas comuns em torno das abordagens preventivas, incluindo a capacidade de recusa e resistência à pressão, empatia, pensar sobre as consequências a longo prazo e domínio de emoções fortes. Dado este componente comum de competências sociais e emocionais, argumentam que a segurança online tem de ser parte integrante de programas de segurança mais amplos (de longo prazo e mais bem evidenciados), desenvolvidos em torno de perigos offline. Este é um ponto que defendem na sua recente revisão atualizada, que defende a integração devido à “forte interligação entre perigos e dinâmicas online e offline”.<sup>29</sup>

Na sua revisão de 2016, a CEOP em parceria com a Associação PSHE no Reino Unido, publicou um relatório que traça onze princípios essenciais de uma prática eficaz na educação preventiva.<sup>30</sup> Estes princípios destinam-se a ajudar os profissionais da educação pessoal, social, sanitária e econômica (PSHE - “personal, social, health and economic”) a dar aulas sobre educação em segurança online, de alta qualidade, como parte dos seus programas PSHE mais amplos. Os princípios baseiam-se numa revisão bibliográfica da investigação de elementos comuns de intervenções educacionais bem-sucedidas (incluindo grande parte da investigação aprofundada supracitada) e englobaram uma revisão de centenas de programas no Reino Unido e a nível internacional.

Esta revisão de 2016 expande os princípios KEEP desenvolvidos por Jones et al., (2014) acima (e os identificados por Nation et al., (2003)) e identifica 11 princípios da educação preventiva eficaz que se destacam na investigação. Entre estes incluem-se: uma abordagem ao nível de toda a escola, incluindo intervenções multicomponentes; estilos de ensino variados que abordam uma série de fatores; um

<sup>29</sup>Finkelhor, D. et al, (2020) “Youth Internet Safety Education: Aligning Programs With the Evidence Base” (unh.edu) (2020)

<sup>30</sup>Chakravorty, P. (2016) “Key Principles of Effective Prevention Education”, Associação PSHE. <https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>

programa de desenvolvimento adequado à idade e maturidade dos alunos; aprendizagem que inclui a diferença e que é relevante em termos socioculturais; professores bem formados; com base na teoria/investigação baseada e factual; uma abordagem positiva, evitando “táticas de medo” ou estratégias de confronto; objetivos e resultados claros, e monitoramento e avaliação eficazes; apoio das equipas de liderança escolar e de outras autoridades; envolvimento da comunidade, dos pais e dos alunos; e intervenção que tenha duração ou intensidade adequadas. Conforme indicado acima, estes princípios baseiam-se fortemente em revisões e análises anteriores de estudos sobre a prevenção de riscos e oferecem-nos um conjunto forte e consistente de provas sobre os tipos de abordagens que funcionam. Uma das deficiências identificadas no estudo da CEOP é a realidade de que a identificação dos elementos do programa que estão associados à eficácia não significa que esses elementos causem ou garantam a eficácia de um programa - no entanto, a identificação de elementos eficazes oferece evidências úteis sobre como se podem desenvolver programas eficazes.

Outros estudos citados na peça da CEOP exploram em detalhes métodos e estratégias de aprendizagem. Um estudo de Herbert e Lohrmann (2011) analisa o conteúdo e as estratégias de dez programas de educação para a saúde que foram avaliados de forma a melhorar os comportamentos de risco em matéria de saúde<sup>31</sup>. Foram identificadas três estratégias de aprendizagem ativa que ficaram evidentes em todos os dez currículos: encenação, cooperação em grupo e discussão em pequenos grupos. Concluem da sua revisão que as estratégias de aprendizado eficazes permitem que os estudantes apliquem o que aprenderam e o conhecimento na prática. Eles ressaltam a necessidade de equilibrar o tempo de instrução com o envolvimento dos estudantes na aprendizagem ativa e na prática das competências.

Outro estudo útil realizado por Thomas et al (2015) analisou 50 ensaios de controle aleatórios em programas escolares de prevenção do tabagismo<sup>32</sup>. Concluíram que os programas mais eficazes incluíam a competência social e emocional. Estes concentraram-se na melhoria das competências cognitivas, tais como a resolução de problemas e a tomada de decisões, bem como na melhoria das competências sociais e emocionais que permitem aos jovens resistir às influências interpessoais ou dos meios de comunicação e aumentar o seu autocontrole, autoestima e capacidade de lidar com o estresse.

Uma série de estudos recentes exploraram o impacto das abordagens lideradas por pares sobre uma programação de prevenção bem-sucedida e as provas a este respeito parecem ainda estar aparecendo, com alguns estudos que sugerem que estas são eficazes e outros menos conclusivos.<sup>33 34</sup> No entanto, as recentes meta-análises, por exemplo sobre a prevenção do HIV, sugerem que estas podem ter um impacto promissor.<sup>35</sup>

### *Aprendendo com a investigação das normas sociais*

<sup>31</sup>Herbert, P.C. & Lohrmann, D.K. (2011) 'It's all in the delivery! An analysis of instructional strategies from effective health education curricula'. *Journal of School Health*, 81, 258-264

<sup>32</sup>Thomas, R.E., McLellan, J. & Perera, R. (2015) 'Effectiveness of school based smoking prevention curricula: systematic review and meta analysis'. *BMJ Open* 5 (3)

<sup>33</sup>MacArthur, G.J. et al, (2016) 'Peer led interventions to prevent tobacco alcohol and drug use among young people ages 11-21 years a systematic review and meta analysis'. *Addiction* 2016 111 (3).

<sup>34</sup>King, T. & Fazel, M. (2021) 'Examining the mental health outcomes of school-based peer-led interventions on young people: A scoping review of range and a systematic review of effectiveness.' *PLOS one*

<sup>35</sup>He, H. et al, (2020) 'Peer education for HIV prevention among High risk groups: a systematic review and meta analysis'. *BMC Infectious Diseases* 20 (338)

Uma outra área de investigação com relevância para a prevenção de riscos analisa o impacto das normas sociais. Estudos sobre o impacto das normas sociais no bullying sugerem que as crianças e os jovens são fortemente afetados pela sua percepção das normas sociais, e que dar às crianças informações realistas sobre a prevalência do bullying, por exemplo, que a ocorrência do bullying não é assim tão comum, reduz o bullying porque as pessoas querem estar em conformidade.

Um estudo argumenta que:

*“O assédio persistente e generalizado nas escolas pode ser entendido como um produto de normas escolares coletivas que consideram o assédio, e o comportamento que permite que o assédio aumente, como típico e até desejável. Assim, uma abordagem para reduzir o assédio é mudar a percepção dos estudantes sobre estas normas coletivas<sup>36</sup>.”*

Os autores consideram que a mudança de percepção das normas sociais das escolas pode ser utilizada para mudar (e reduzir) os comportamentos de assédio, argumentando que “os comportamentos públicos de atores altamente ligados e cronicamente relevantes num grupo, chamados referências sociais, fornecem indicações normativas relativamente ao que é aceitável e desejável para os membros do grupo”. Outro estudo que analisou o bullying na escola descobriu que os estudantes interpretaram substancialmente mal as normas dos pares relativamente à perpetração do bullying e ao apoio a atitudes pró-bullying.<sup>37</sup> “Os autores descobriram que, seguir uma estratégia para comunicar a realidade dos níveis de bullying, levou a reduções significativas gerais nas atitudes pró-bullying, bem como na prevalência do bullying.”

Meta-análises recentes, que analisaram o impacto das normas sociais sobre uma série de comportamentos, também apoiaram a relevância de uma abordagem baseada em normas sociais.<sup>38</sup> Isto sugeriria que, se oferecêssemos aos jovens informações realistas sobre desafios perigosos (por exemplo, através da investigação da TVE), na medida em que a maioria das crianças e jovens não estão de fato engajados ou participam deles - isto reduziria o risco de envolvimento para muitos jovens.

Isto tem implicações não só sobre a educação, mas também na forma como os meios de comunicação, as redes sociais, as escolas e as autoridades públicas relatam os desafios perigosos. Tipicamente, tais relatórios omitem qualquer sentido de escala ou dão a entender mesmo um envolvimento onipresente, quando os dados que temos disponíveis sugerem que as taxas de participação são muito baixas. Isto não só aumenta (compreensivelmente) a ansiedade, como também o risco de normalizar comportamentos atípicos.

## 4.2 Temas fundamentais e orientação da ciência da prevenção

Durante este projeto tivemos a oportunidade de trabalhar com a Dra. Gretchen Brion-Meisels, que é cientista de prevenção da Harvard Graduate School of Education. O trabalho do Dr. Brion-Meisels ajuda-nos a considerar múltiplos quadros teóricos que estão subjacentes à concepção e implemen-

<sup>36</sup>Paluck, E.L., & Shepherd, H.(2012) “The Saliency of Social Referents: A Field Experiment on Collective Norms and Harassment Behavior in a [High] School Social Network,” Department of Psychology and Public Affairs, Princeton University.

<sup>37</sup>Wesley Perkins, H., Craig, D.W.,& Perkins, J.M. (2021) “Using social norms to reduce bullying: A research intervention among adolescents in five middle schools.”

<sup>38</sup>Paulius, Y. et al, (2019) “Using Social Norms to Change Behavior and Increase Sustainability in the Real World: a Systematic Review of the Literature”. Sustainability, 11, 5847 (2019): 1-41.



tação de programas de prevenção eficazes. Pensar na teoria ajuda-nos a afastar-nos das revisões detalhadas dos correlatos de eficácia e a pensar, e talvez compreender melhor, o porquê de certas abordagens terem maior probabilidade de serem eficazes e bem-sucedidas na condução da mudança. Este aconselhamento especializado ofereceu-nos uma lógica quanto à forma e ao motivo pelo qual a mudança de comportamento pode ocorrer e oferece um conjunto de orientações sobre como seria um programa eficaz como resultado.

Seguem três questões essenciais, compartilhadas pelo Dr. Brion-Meisels, em relação a desafios perigosos e boatos:

- Como é que os adolescentes tomam decisões sobre o que pensam, fazem e sentem?
- Como é que os contextos os apoiam na tomada de decisões que são saudáveis para o desenvolvimento?
- Como podem as comunidades apoiar os adolescentes a tomarem decisões positivas e saudáveis quando interagem uns com os outros online?

### **Modelos ecológicos de desenvolvimento**

Brion-Meisels explica que a principal abordagem a estas questões está enraizada na Ciência do Desenvolvimento e na Ciência da Prevenção. A Ciência do Desenvolvimento ajuda-nos a compreender os processos ou mecanismos que servem de mediação à multiplicidade de fatores que influenciam o desenvolvimento social, emocional e cognitivo. Da mesma forma, a Ciência da Prevenção pergunta-nos: O que significa intervir no desenvolvimento de forma a promover os fatores de proteção e reduzir os fatores de risco de modo a promover o bem-estar dos jovens? Estes dois campos situam-se na interseção da educação e da saúde pública.

Ambos os campos situam o desenvolvimento como multilateral e influenciado por fatores contextuais ao longo do tempo. Esta forma de pensar sobre o crescimento e comportamento humano, frequentemente chamado de modelo ecológico de desenvolvimento, está embasada no pressuposto básico de que os seres humanos se desenvolvem ao interagir com o seu ambiente. Todos os seres humanos se desenvolvem através da interação com as pessoas, coisas e cenários à sua volta. E essas pessoas, coisas e cenários mudam com o tempo. Os modelos ecológicos de desenvolvimento ajudam-nos a pensar nos fatores que têm impacto no crescimento e no comportamento e lembram-nos que cada indivíduo é único.

### **Modelos de prevenção**

Pensar ecologicamente ajuda-nos a lembrar de considerar os fatores entre cenários, níveis e tempo. Muitos modelos educacionais estão focados apenas no nível individual, considerando como mudar os comportamentos das crianças sem considerar os fatores socioculturais que influenciam a forma como se comportam. Podemos chamar o nível em que intervimos o "nível" da nossa intervenção, ou seja, o nível da sociedade, da comunidade, da família, da escola, dos colegas, ou do indivíduo. Um exemplo de uma intervenção a nível individual é o aconselhamento psicológico, ao passo que uma intervenção a nível comunitário pode ser uma campanha de informação (por exemplo, as campanhas de prevenção à Covid-19). As políticas e campanhas de influência social que mudam os comportamentos estariam ao nível do macrosistema.

## Ciência da prevenção - diretrizes para uma prevenção eficaz

Com base no acima exposto, existem algumas lições-chave da ciência da prevenção sobre as abordagens que têm maior probabilidade de se revelarem eficazes:

- *As intervenções mais eficazes são geralmente multinível, acontecem de forma transversal aos níveis ecológicos, cenários/contextos e acontecem ao longo do tempo.* Estes programas reconhecem que a mudança de comportamento é difícil e que as abordagens mais eficazes à mudança de comportamentos intervêm em vários níveis ecológicos simultaneamente.
- *As intervenções mais eficazes são integradas e consistentes.* As soluções rápidas normalmente não têm grandes resultados. A mudança de comportamento requer a mudança de corações, mentes, políticas e cultura. Tal como as pessoas mudam com o tempo, também as nossas prevenções e programas de intervenção devem ser adequados ao desenvolvimento.
- *Sentimentos de competência, autonomia e relacionamento são todos importantes para a motivação interna.* De um modo geral, os seres humanos agem quando sentem que têm as capacidades para fazê-lo (por exemplo, ferramentas para evitar desafios perigosos), alguma intervenção no processo (por exemplo, escolhas sobre o que fazer em vez disso), e um sentimento de ligação com outros (por exemplo, a sensação de que estão ajudando, protegendo, ou ligando-se a outros, fazendo uma escolha positiva).
- *Os programas de intervenção eficazes utilizam uma abordagem baseada nos pontos fortes, que desenvolve as capacidades e interesses das crianças e ajuda-as a se conectarem aos outros de forma saudável.* Uma programação forte está focada em coisas saudáveis e seguras que os adolescentes podem fazer, em vez de simplesmente dizer-lhes o que não devem fazer. Por exemplo, em vez de dizer “não fumem!”, os adultos podem oferecer aos estudantes atividades e espaços alternativos extracurriculares, que proporcionem oportunidades sociais (por exemplo, esportes, artes ou programas tecnológicos). *O aprendizado no campo da saúde sexual sugere que as abordagens inclusivas e abrangentes e o trabalho na redução de riscos são mais eficazes do que a abstinência.*
- *O desenvolvimento da identidade destaca-se frequentemente durante a adolescência, e muitos jovens estão particularmente conscientes da desigualdade e da injustiça nas suas vidas.* Os programas podem considerar como desenvolver este compromisso ético, dando aos jovens uma oportunidade de pensar e falar sobre as questões éticas que surgem online. Do mesmo modo, nos casos em que os estudantes não estejam conscientes das implicações sociopolíticas maiores das suas ações, os programas devem abordar as formas como os jovens podem estar reproduzindo involuntariamente mensagens prejudiciais (por exemplo, mensagens sobre peso, beleza, discriminação com base na cor da pele, etc.).
- *Os programas eficazes honram o conhecimento local.* As pessoas (e as comunidades) sabem muito sobre si próprias e sobre as suas necessidades autoidentificadas.
- *Os programas eficazes asseguram a adesão local.* Isto pode significar a reunião de conhecimentos de múltiplos atores e a consideração do problema a nível local. Significa também reservar tempo para chegar a um consenso sobre a visão e os valores em que irá basear o seu programa e avaliar em intervalos regulares. Assegure-se de que todos os interessados (incluindo os jovens) tenham voz e voto na matéria.

- *Por fim, descobrir os ingredientes essenciais de uma estratégia de prevenção é útil para permitir que os atores locais ajustem e revejam os programas a fim de serem culturalmente apropriados. As comunidades locais e os profissionais conhecem melhor a sua juventude. A criação de menus de intervenção com diferentes tipos de programas que as pessoas podem unir (e ajustar) é frequentemente bem-sucedida.*

A partir das provas analisadas neste capítulo, é evidente que existem abordagens com mais chances de funcionar que têm várias investigações e teorias significativas por trás delas. Compreender os fatores de mudança de comportamento ajuda a explicar e reforçar a razão pela qual algumas abordagens têm se mostrado eficazes e outras não. Por exemplo, as descobertas sobre a relevância sociocultural e o apoio comunitário mais amplo são importantes porque as crianças e os jovens são influenciados por múltiplos fatores no seu ambiente (e a adesão da comunidade permite o reforço de mensagens com diferentes níveis de influência). As abordagens eficazes centram-se na competência social e emocional e na prática de competências que podem ser utilizadas quando confrontadas com situações difíceis. São também holísticas, multinível e consistentes ao longo do tempo, utilizam o conhecimento da comunidade, concentram-se na redução do risco, e oferecem aos jovens tanto as intervenções como as alternativas.

# Parte 5 - Educação preventiva: pontos de vista do painel sobre abordagens eficazes e formas de melhorar a nossa resposta

## 5.1 Opiniões sobre abordagens educacionais eficazes

O painel de especialistas debateu as dificuldades que os desafios perigosos apresentavam e as abordagens à educação preventiva que consideravam ser mais eficazes.

### *Abordagens que funcionam de forma eficaz*

Houve um consenso de que as abordagens que funcionam de maneira eficaz com os jovens envolvem a compreensão dos benefícios da participação nos desafios do seu ponto de vista. As intervenções devem incluir escutar os jovens e se envolver com os mesmos e, sempre que possível, criar “espaços de pensamento” para pensar nos assuntos com os jovens e orientá-los no desenvolvimento de capacidades e conhecimentos críticos. Isto inclui encorajar crianças e jovens a refletir sobre os seus sentimentos e a pensar sobre a forma como certas experiências os fazem sentir e porquê. Houve um consenso de que a informação sobre desafios perigosos precisava de ser ensinada no contexto mais amplo da educação midiática, o que inclui ajudar as crianças e os jovens a desenvolver conhecimentos críticos e a compreensão de conteúdos online de todos os tipos, incluindo toda a amplitude de conteúdos prejudiciais ou de risco com que se possam deparar online.

### *Melhor compreensão e reconhecimento das práticas dos jovens em relação aos desafios*

O painel teve a opinião de que precisamos compreender melhor a prática do envolvimento em desafios (no contexto das culturas juvenis locais) e falar com os jovens para compreender o que significam os desafios e contribuir para as suas vidas. Sentiu-se que era necessário dar uma forte ênfase ao envolvimento com as crianças e os jovens, e compreender as suas perspectivas como um ponto de partida para moldar as intervenções. Alguns membros do painel expressaram a preocupação de que deveríamos também reconhecer a racionalidade do envolvimento em desafios online para alguns jovens como uma forma de alcançar curtidas, compartilhamentos e, em última análise, procurar "fama" como um caminho para sair da pobreza em contextos em que outros caminhos tradicionais para sair da pobreza (por exemplo, os sistemas de ensino) são limitados ou fechados. Associado a este aspecto, foi salientado que as plataformas devem garantir que as suas estratégias de moderação impeçam os influenciadores nas suas plataformas de utilizarem os desafios perigosos como forma de desenvolver uma base de seguidores.

### *Trabalho sobre educação e segurança com crianças pequenas*

Houve a percepção de que os programas de educação para a segurança na Internet para crianças mais novas são muito necessários e que muitas intervenções começam tarde demais, e muito depois de as crianças e jovens serem expostos a conteúdos nocivos ou de risco. Os membros do painel notaram que a programação que existe mal chega às crianças com menos de 10 anos e não está conseguindo incutir as competências críticas de que as crianças necessitam suficientemente cedo.

### *Complexidade e tempo necessário para respostas eficazes*

Foi acordado que o funcionamento da prevenção de forma eficaz leva tempo e é mais complexo do que o fornecimento de informação pontual sobre um determinado tópico ou risco, dirigido por professores. Contudo, quando as escolas fazem qualquer trabalho sobre segurança online (e isto varia consideravelmente por país e localidade), o que frequentemente acontece é uma informação pontual solicitada por uma escola. Os especialistas compartilharam barreiras comuns para encontrar tempo e espaço de modo a trabalhar de forma consistente e programática em ambientes escolares seguindo um programa específico.

### *As escolas são os ambientes certos?*

Conforme referido acima, os especialistas concordaram com a necessidade de encontrar espaços onde possam incentivar as crianças e os jovens a pensar e a falar de forma autônoma sobre o ambiente digital. Geralmente isto implicava reunir diferentes grupos de crianças e jovens para debates - com um adulto para ouvir e orientar. Contudo, como as escolas tendem a ser ambientes de pressão com um foco acadêmico, se questionou se as escolas podiam ou deviam criar espaço para a aprendizagem social e emocional, ou se esta precisava ser separada e desenvolvida fora do ambiente escolar, por um conjunto mais amplo de agentes, assistentes sociais, cuidadores de crianças e pais. Contudo, também se reconheceu que, em alguns países e locais, as crianças não terão acesso a outro ambiente estruturado (para além da escola) onde possam participar de um programa ou intervenção específicos.

Foi também salientado que, além de trabalhar presencialmente com grupos de crianças para explorar as suas experiências online, era também importante que as próprias plataformas online reforçassem o envio de mensagens e lhes dessem credibilidade. Sentiu-se que as mensagens e ferramentas da educação preventiva precisavam ser disponibilizadas online, nos espaços (serviços online, apps e plataformas) em que as crianças e os jovens passam seu tempo, em vez de depender exclusivamente de que isto aconteça offline. Isto é considerado em maior detalhe na secção 5.4 Ideias para intervenções ao nível da plataforma.

### *Pais*

Os membros do painel identificaram uma série de questões relacionadas aos pais para os esforços de educação preventiva. Assumindo que os pais ajudarão as crianças a avaliar criticamente os riscos, isto implica uma certa abordagem parental (que pode ser culturalmente específica) e assume que os pais estão conscientes dos riscos online e reconhecem que as crianças precisam de proteção contra os mesmos. Os especialistas também descreveram grupos de pais que estão tão envolvidos digitalmente no ambiente online que é pouco provável que pensem criticamente sobre questões de segurança ou danos. Alguns especialistas salientaram que, em muitos contextos globais, pensar na segurança online ainda é considerado um luxo que se aplica a grupos de elite.

Alguns especialistas descreveram o problema oposto das estratégias parentais digitais, como sendo inconsistentes e movidas pelo pânico em determinados momentos da atenção dos meios de comunicação (por exemplo, remoção de dispositivos), com base numa má compreensão da vida digital dos seus filhos. No entanto, apesar destas barreiras e dificuldades no trabalho com os pais, os especialistas concordaram que o trabalho de prevenção tem muito mais probabilidade de sucesso quando os pais e as comunidades se empenham.

### *Quem deve liderar os esforços de prevenção?*

A discussão apresentada acima levantou questões sobre a forma como devemos realizar programas de prevenção e quem assume a responsabilidade de fazê-los avançar, dadas as pressões sobre o sistema escolar e considerando que alguns pais podem não reconhecer a necessidade desses programas. Alguns especialistas sentiram que muitas vezes confiamos demais nas escolas e que precisamos de uma abordagem mais ampla. Atualmente, as ONGs parecem estar impulsionando os esforços e as respostas de prevenção (embora tenha sido salientado que estas nem sempre se baseiam consistentemente em evidências nem são avaliadas de forma independente). Os membros do painel concordaram que, idealmente, as intervenções são multidimensionais, e envolvem crianças e jovens, pais e cuidadores, avós, assistentes sociais e profissionais da área de juventude, professores, bem como os meios de comunicação e as redes sociais. Disseram-nos que, embora as intervenções multicomponentes sejam importantes, é difícil obter financiamento e adesão para essas intervenções mais complexas e significativas com crianças. Foram manifestadas preocupações sobre os mais vulneráveis não receberem apoio na escola ou em casa, e que se depende das ONG para chegar às crianças e jovens em risco. Isto também remete à questão que foi levantada sobre as responsabilidades dos prestadores em oferecer mensagens educativas e preventivas dentro dos apps, plataformas e serviços, visto que isso é especialmente importante para os jovens que não têm apoio em nenhum ambiente offline.

### *Métodos eficazes para trabalhar com crianças*

O painel de especialistas descreveu o valor de programas e iniciativas de tutoria entre pares, envolvendo crianças e os próprios jovens, compartilhando as suas experiências com os seus pares e agindo como guia. Acreditava-se que os programas eram bem-sucedidos porque eram liderados por jovens que cresceram com um ambiente digital semelhante (e enfrentaram escolhas semelhantes) ao das pessoas que estão a orientar. Outra abordagem destacada foi a aprendizagem experimental, muitas vezes através de abordagens e projetos de gamificação que permitem aos jovens a prática de competências (incluindo competências emocionais e de regulação que lhes permitam reconhecer os seus sentimentos, estabelecer limites pessoais e utilizar competências de recusa). Os membros do painel reconheceram a complexa dinâmica social, cultural e material associada aos desafios perigosos e concordaram que não há apenas uma única abordagem a seguir, mas sim que é necessário que haja várias estratégias.

### *Em que idade se deve falar com as crianças sobre os desafios e de que forma*

Os membros do painel foram questionados sobre o que consideravam ser a forma correta de falar dos desafios e, em particular, se a falta de um consenso quanto a mencionar os desafios pelos nomes pode ou não constituir uma barreira à abordagem de desafios perigosos. A opinião majoritária foi que este deveria ser um juízo equilibrado e específico do contexto, em vez de sugerir que existe uma única abordagem certa ou errada. Houve um reconhecimento da ansiedade e relutância que pais e professores podem sentir em falar proativamente sobre desafios específicos e, assim, aumentar o interesse por parte das crianças, que de outra forma poderiam não ser expostas (uma preocupação também mostrada nos dados da TVE).

De modo geral, sentiu-se que havia valor em mencionar os desafios pelo nome quando já se sabia que havia uma exposição generalizada. Isto porque para que as intervenções sejam eficazes, precisam ser abertas e autênticas e se um desafio fez parte da vida online das crianças, os adultos precisam ser capazes de abordar diretamente a questão. Também se sentiu que os adultos precisam ser vistos



como uma fonte confiável de informação e conhecimento para que as crianças e os jovens procurem a ajuda deles. Um participante descreveu o valor de falar genericamente sobre os tipos de desafios, por exemplo, os que podem causar danos físicos graves devido ao impacto no corpo ou os que podem causar danos emocionais devido a conteúdos perturbadores e angustiantes. Sentiu-se que esta era uma abordagem mais positiva do que a de enumerar desafios específicos por nome, com o potencial de despertar o interesse pelos mesmos. Com as crianças pequenas em particular, notou-se que era útil ensinar “competências de recusa” de forma mais geral - para que as crianças pequenas sejam encorajadas a reconhecer o desconforto ou confusão, a afastarem-se de algo que as perturbe e a informar um adulto.

A maioria dos membros do painel considerou que os desafios específicos só devem ser mencionados ou nomeados quando se trabalha num contexto liderado por crianças, com as crianças mencionando-os primeiro ou tendo sido claramente expostos. O Dr. Graham aconselhou que havia valor numa abordagem de “inoculação” em que se apresenta a ideia dos desafios às crianças (em idade pré-escolar), e que esta ideia lhes fosse explicada para que estivessem preparadas para este tipo de conteúdo antes de o encontrarem.

## 5.2 Orientação e aconselhamento existentes sobre como abordar os desafios

### *Orientação do DfE sobre desafios prejudiciais online e boatos online*

Atualmente, existem exemplos limitados de orientação sobre desafios perigosos ou desafios falsos. Uma tentativa útil de desenvolver orientação para enquadrar respostas é a orientação do DfE do Reino Unido para escolas e faculdades.<sup>39</sup>

#### *Exemplo de melhor prática para orientação no Reino Unido - orientação DfE "Desafios online perigosos e boatos online"*

A orientação posiciona os desafios perigosos e as boatos como uma forma de conteúdo prejudicial, sobre a qual as crianças e os jovens deveriam ter a oportunidade de aprender:

*“As crianças e os jovens devem ter a oportunidade de aprender a identificar de forma crítica e a responder a conteúdos perigosos ou prejudiciais. É, portanto, importante que as instituições proporcionem espaços seguros e abertos para que as crianças e os jovens façam perguntas e compartilhem preocupações sobre as suas experiências online sem que os façam sentir tolos ou culpados.... Devem deixar desimpedidas as vias que as crianças e os jovens têm de percorrer para ter acesso a apoio caso estejam curiosos, preocupados ou perturbados.”*

A orientação enfatiza que as instituições devem procurar aconselhamento especializado e analisar os desafios e boatos quanto aos riscos de forma sensata. A orientação pede às instituições que façam um juízo quanto a se é provável que as crianças e os jovens tenham consciência de uma farsa antes de decidirem se devem abordá-lo ou não:

<sup>39</sup>Para produzir esta orientação, o governo britânico trabalhou em parceria com o UKCCIS (UK Council for Child Internet Safety(Conselho do Reino Unido para a Segurança Infantil na Internet)) e com a Samaritans. A orientação completa pode ser encontrada em <https://www.gov.uk/government/publications/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes/harmful-online-challenges-and-online-hoaxes>

*“Em geral, nomear uma farsa online e fornecer avisos diretos não é útil. As preocupações são frequentemente alimentadas por publicidade sem utilidade, normalmente gerada nas redes sociais, e podem não se basear em ocorrências confirmadas ou factuais ou em qualquer risco real para as crianças e jovens. Houve exemplos de boatos em que grande parte do conteúdo foi criado por aqueles que responderam à história que estava sendo relatada, aumentando desnecessariamente a exposição de crianças e jovens a conteúdos angustiantes.*

*Se estiver seguro de que as crianças e os jovens estão conscientes, e envolvidos, num desafio real que pode colocá-los em risco, então seria apropriado que este fosse abordado diretamente. Considere cuidadosamente a melhor forma de fazer isso. Pode ser apropriado oferecer apoio focado a um determinado grupo etário ou a crianças individuais em risco. Lembre-se, mesmo com desafios reais, muitas crianças e jovens podem não ter visto e podem não estar cientes do mesmo. Deve-se ponderar cuidadosamente os benefícios de chamar a atenção de toda a instituição sobre os potenciais danos relacionados a um desafio, em relação ao aumento desnecessário da exposição das crianças e dos jovens ao mesmo”.*

Outras orientações que têm sido produzidas sobre desafios compartilham temas semelhantes aos acima mencionados, sendo os conselhos dados para evitar nomear desafios específicos, para investigar o que são, para dar às crianças estratégias para lidar com conteúdos difíceis ou perturbadores ou arriscados, e para incentivar as crianças e os jovens a procurarem ajuda se precisarem. Os conselhos também incluem, de forma geral, o trabalho para ajudar a desenvolver as capacidades de pensamento crítico das crianças e ajudá-las a aprender a resistir à pressão dos colegas.<sup>40</sup>

Há também alguns exemplos úteis de orientação que foram produzidos para aconselhar e apoiar os pais e ajudá-los a descobrir mais sobre uma série de desafios diferentes e como funcionam<sup>41</sup>, bem como alguns exemplos limitados de recursos de apoio destinados às crianças, incentivando-as a bloquear e a denunciar caso elas se deparem com conteúdos sobre desafios perigosos ou desafios falsos.<sup>42</sup>

### *Exemplos de melhores práticas para enfrentar desafios perigosos - trabalho brasileiro do Instituto Dimi Cuida*

O instituto desenvolveu um programa para enfrentar desafios perigosos. Isso inclui uma gama de ferramentas e recursos educativos para os pais utilizarem em casa, de forma a ensinar às crianças como o seu corpo pode ser afetado por desafios e como estes podem ter impacto na sua saúde.

Um exemplo que o instituto apresentou foi um programa escolar completo desde o 6.º ano até ao fim do Ensino Médio. O programa incluiu a formação de todo o pessoal escolar, não só do pessoal docente, mas também de todos os adultos, incluindo zeladores e seguranças. Trabalharam com professores para providenciar as sessões às crianças em todos os anos de ensino. Também trabalharam com as famílias - explicando aos pais e cuidadores algumas das evidências baseadas em

<sup>40</sup><https://www.saferinternet.org.uk/blog/advice-schools-responding-online-challenges> or for example <https://www.webwise.ie/uncategorized/responding-to-online-challenges-and-hoaxes/>

<sup>41</sup>13 Online Challenges Your Kid Already Knows About (Common Sense Media) <http://www.common Sense Media.org/blog/viral-youtube-challenges-internet-stunts-popular-with-kids>

<sup>42</sup><https://www.bbc.com/ownit/its-personal/when-you-see-something-scary-online> see also <https://www.internetmatters.org/connecting-safely-online/advice-for-young-people/the-hard-stuff-on-social-media/scary-challenges/>

pesquisa para explicar por que razão as crianças são atraídas para os desafios/riscos. A avaliação foi muito positiva, e os pais disseram que compreendiam melhor os humores e comportamentos dos seus filhos.

A abordagem do Instituto foi inicialmente desenvolvida em torno de uma parceria com a APEAS (Agir pour la prévention des jeux dangereux) em Paris e modelada segundo o seu programa de prevenção.<sup>43</sup> À medida que se desenvolvia, foi também fortemente influenciada pelo Programa de Ciclo Aberto da Faculdade de Wesley nos EUA - que oferece currículos de aprendizagem social e emocional baseados em evidências.<sup>44</sup> O Instituto utiliza abordagens de ciclo aberto para orientar os grupos que dirige e encorajar as crianças e os jovens a abrir-se sobre as suas vidas online. O instituto recomenda a criação de um programa local de competências sociais cujo trabalho incida sobre escolhas, responsabilidades, empatia e cidadania<sup>45</sup>.

### *Exemplo de abordagens lideradas por pares, o Projeto Rockitt da Austrália, um movimento dirigido pelos jovens para combater o cyberbullying*

Durante mais de uma década, o PROJETO ROCKIT tem capacitado os estudantes para enfrentarem o bullying, o ódio e o preconceito em vez de ficarem assistindo. Através da lente do (cyber)bullying, os nossos workshops exploram temas de inclusão, relações respeitadas, liderança social, diversidade, valores e ética e empatia.

O PROJETO ROCKIT cria espaços onde todos os jovens têm acesso a respeito, aceitação, expressão criativa e capacidades reais de liderança. Enviamos apresentadores jovens, altamente treinados e apaixonados para as escolas para realizarem workshops que capacitam os estudantes a liderar mudanças positivas na escola, online e mais além.

#### *Aprendizado com base em demonstrações, não em palavras*

- Através de encenações, atividades, experiências e debates interativos, as principais percepções são conduzidas pelos estudantes e as principais mensagens são concluídas com segurança através da aprendizagem experimental.

#### *Foco baseado nos pontos fortes*

- Os nossos workshops têm um forte foco no estabelecimento de normas positivas. O nosso objetivo é elevar o nível de consciencialização social e pessoal dos estudantes e criar um ambiente onde a diversidade seja celebrada.

#### *Alinhamento de resultados*

- Os resultados do nosso workshop estão alinhados com o Currículo Australiano, com o quadro eSmart da AMF e somos oficialmente certificados pelo Gabinete Federal de Segurança Eletrónica (Federal e Safety).

#### *Estratégias proativas*

- Fornecemos aos jovens tanto estratégias para combater o cyberbullying quando este ocorre, como estratégias proativas para se manterem a si mesmos e aos outros em segurança, conectados e com apoio.

<sup>43</sup>APEAS Agir pour la prévention des jeux dangereux, ver <https://www.jeudufoulard.com/> esta organização foi criada em 2002 para educar pais e profissionais sobre desafios perigosos e para evitar que as crianças fiquem em perigo.

<sup>44</sup><https://www.open-circle.org/>

<sup>45</sup>(<http://www.institutodimicuida.org.br/en/como-prevenir/>)

### Exemplo de uma abordagem de aprendizagem através de gamificação dos EUA

The Social Institute (TSI) fornece uma plataforma de aprendizagem online, gamificada, que capacita os estudantes a navegar no seu mundo social - redes sociais e tecnologia - para alimentar a sua saúde, felicidade e sucesso futuro. Por reforçar características como empatia, integridade e trabalho em equipe e por mostrar os seus modelos (desde os líderes estudantis até aos atletas olímpicos dos EUA), o TSI utiliza uma abordagem relevante e positiva para inspirar estudantes a fazer escolhas positivas e de carácter elevado para #WinAtSocial.

A TSI oferece às comunidades escolares:

- #WinAtSocial LIVE: Um programa de aconselhamento liderado por estudantes, socioemocional, remoto ou presencial, que aborda temas oportunos toda semana.
- Currículo gamificado #WinAtSocial: Completo, do 4.º ao 12.º ano, currículo para o ano inteiro que aborda a aprendizagem socioemocional, redes sociais e tecnologia, oferecido de forma fácil e flexível durante o Aconselhamento, Sala de Estudo, Aula de Saúde, Programação da Vida na Residência ou Tempo Comunitário.
- Recursos para os Pais: Ajuda os pais a manter-se um passo à frente e a ajudar os seus filhos a fazerem escolhas positivas, com as nossas apresentações e conteúdos dedicados aos pais.
- Webinar ou Apresentações Presenciais de Estudantes, Pais e Educadores: Entusiasmar e capacitar estudantes, pais e educadores com a nossa apresentação popular sobre redes sociais, tecnologia e aprendizagem socioemocional.

## 5.3 Orientação sobre reportagem e compartilhamento dos meios de comunicação

Na Parte 1 deste relatório, abordamos o impacto prejudicial das reportagens dos meios de comunicação sobre os desafios falsos. Os membros do painel debateram as formas como a cobertura midiática pode alimentar o interesse, o conhecimento, o apelo e a participação. Vimos que, com os desafios falsos, a cobertura pode ser impulsionada por ações de sensibilização e alertas bem-intencionados, mas mal orientadas, por parte de organizações que procuram promover a segurança.

Os membros do painel sugeriram que as diretrizes para os meios de comunicação poderiam desempenhar um papel na abordagem desta questão e apontaram para as diretrizes que existem em torno das reportagens sobre suicídio. No Reino Unido, a orientação desenvolvida pela Samaritans aborda a necessidade de pensar cuidadosamente sobre a forma como o suicídio é apresentado nos meios de comunicação para evitar imitadores ou surtos de suicídios.<sup>46</sup> Seguindo as diretrizes acima referidas no Reino Unido, o National Institute for Clinical Excellence (Instituto Nacional de Excelência Clínica) desenvolveu um padrão de qualidade útil para reportagens dos meios de comunicação sobre suicí-

<sup>46</sup><https://www.samaritans.org/about-samaritans/media-guidelines/media-guidelines-reporting-suicide/>

dio<sup>47</sup> <sup>48</sup>Outros exemplos de diretrizes importantes e confiáveis para a comunicação social, em relação à prevenção do suicídio, incluem as “Recomendações quanto a relatórios sobre suicídio” nos EUA<sup>49</sup> e “Prevenir o suicídio da Organização Mundial de Saúde: um recurso para os profissionais dos meios de comunicação”.<sup>50</sup>

### *Potenciais implicações para os desafios perigosos e os desafios falsos*

Em contraste com a cobertura midiática, a Samaritans descobriu que, quando se trata de trabalho direto com indivíduos, perguntar diretamente sobre suicídio, caso pense que uma pessoa possa ter sentimentos suicidas, é a abordagem mais protetora e pode ajudar diretamente uma pessoa que tenha esses sentimentos. Isto sugere uma distinção a ser feita entre a atenção dos meios de comunicação e a amplificação da consciência geral para os desafios perigosos e os desafios falsos e, conforme foi explorado acima, falar franca e diretamente com grupos de jovens que podem estar em risco. No entanto, as orientações sobre suicídio acima referidas (e as análises do impacto dos meios de comunicação em que se baseiam) sugerem que as orientações para os meios de comunicação poderiam desempenhar um papel importante na redução do impacto adverso dos desafios perigosos e boatos.

### *Diferentes experiências sobre boatos - diretrizes dos meios de comunicação alemães*

Uma descoberta interessante da pesquisa da TVE foi que a exposição e o impacto das boatos na Alemanha são menores do que em outros países onde a pesquisa foi realizada. É possível que tenha havido uma divulgação mais limitada de boatos (e desafios falsos) na Alemanha, refletindo diferentes meios de comunicação e respostas públicas. Fomos alertados para o fato de o Código da Imprensa alemão colocar restrições à comunicação de detalhes sobre vítimas e crianças, bem como doenças, ferimentos e suicídio (seção 8)<sup>52</sup>. Pode ser válido continuar a explorar o fato de a Alemanha se destacar como tendo um impacto reduzido de boatos.

### *Diretrizes para sites e plataformas que abrigam conteúdos gerados pelos usuários*

Além da sua orientação para os principais meios de comunicação, a Samaritans também publicou orientações para sites e plataformas que abrigam conteúdos gerados pelos usuários. Esta orientação

<sup>47</sup><https://www.nice.org.uk/guidance/qs189/chapter/Quality-statement-3-Media-reporting>

<sup>48</sup>Esta norma de qualidade recorre às seguintes fontes: “Prevenir o suicídio: um recurso para os profissionais dos meios de comunicação” da Organização Mundial de Saúde; as diretrizes para meios de comunicação social da Samaritans para as reportagens sobre suicídio; o código de radiodifusão da OFCOM; e a Independent Press Standards Organisation (IPSO). As diretrizes da NICE sobre a prevenção do suicídio em ambientes comunitários e prisionais, definem os principais critérios para a comunicação. Isto inclui a utilização de linguagem sensível que não seja estigmatizante ou de qualquer outra forma angustiante para as pessoas que foram afetadas, reduzindo as reportagens especulativas, evitando apresentar detalhes sobre os métodos, e fornecendo histórias de esperança e recuperação, bem como sinalização para proporcionar apoio.

<sup>49</sup><https://www.reportingonsuicide.org/> Esta linha de orientação representa uma colaboração entre peritos em prevenção do suicídio, peritos em saúde pública, jornalistas e organizações dos meios de comunicação

<sup>50</sup>[https://www.who.int/mental\\_health/prevention/suicide/resource\\_media.pdf](https://www.who.int/mental_health/prevention/suicide/resource_media.pdf) - orientações baseadas em evidências de uma análise a investigações de suicídios imitativos

<sup>51</sup><https://www.samaritans.org/how-we-can-help/if-youre-worried-about-someone-else/supporting-someone-suicidal-thoughts/>

<sup>52</sup>Isto foi referido pelo nosso membro do painel de especialistas da Alemanha, a Dra. Jutta Croll, que sugeriu que a redução da exposição e do impacto poderia ser o resultado do cumprimento de diretrizes claras para os veículos de comunicação em relação à divulgação deste tipo de conteúdo.

<sup>53</sup><https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/> Ver também [Reducing\\_access\\_to\\_harmful\\_self-harm\\_and\\_suicide\\_content\\_online\\_FINAL.pdf](https://www.samaritans.org/about-samaritans/research-policy/internet-suicide/guidelines-tech-industry/guidelines/) (samaritans.org)

inclui boatos, desafios e pactos suicidas,<sup>53</sup> como categorias de conteúdo que devem ter prioridade nas estratégias de moderação (por exemplo, bloqueando termos de pesquisa prejudiciais relacionados com boatos suicidas). Mais orientações específicas sobre como abordar conteúdos gerados pelos usuários, onde os usuários compartilham avisos sobre boatos suicidas como se fossem verdadeiros, seriam valiosas.

## 5.4 Ideias do painel para intervenções ao nível da plataforma

O painel considerou possíveis intervenções ao nível de plataforma e destacou o papel essencial da moderação precoce e da remoção de desafios perigosos para evitar a exposição. Em termos de apoio à educação midiática, o painel considerou que existiam muitos caminhos importantes para as plataformas, incluindo mensagens claras e linhas de denúncia para os usuários relatarem este conteúdo. Além disso, o painel considerou que as plataformas poderiam empregar proativamente influenciadores das redes para produzir conteúdos que influenciem, eduquem e informem sobre estes tópicos. Estes poderiam ser promovidos na plataforma, de forma a atingir uma vasta audiência. Os membros do painel consideraram que as plataformas teriam uma melhor compreensão de como tornar os desafios perigosos menos apelativos, ou alternativas mais desejáveis, e poderiam trabalhar com jovens criadores para co-conceber (e testar) conteúdos eficazes deste tipo. Isto poderia ajudar a contrariar os influenciadores que podem ganhar seguidores ou a aprovação por fazer desafios arriscados.

Uma outra intervenção sugerida pelos membros do painel foi a imposição de pausas e o oferecimento de mais educação e informações sobre os desafios, na plataforma, no momento em que um usuário se depara com o conteúdo. Embora tenha sido acordado que era importante para os processos de moderação suprimir ativamente os desafios que são perigosos, sentiu-se que a educação e a informação podiam ser fornecidas nas plataformas em relação aos desafios que são inúteis, antissociais ou desagradáveis, em vez de perigosos. Nesse momento específico, a plataforma poderia providenciar informações adicionais (em termos neutros/factuais) sobre um desafio - potencialmente sob a forma de um pop up. As sugestões de conteúdo incluíam exemplos tais como: “outros usuários relataram que fazer isto pode causar danos” em relação a desafios, ou “outros usuários relataram isto como um boato destinado a causar angústia - compartilhar isto aumentará a popularidade do conteúdo e significa que outras pessoas verão” para desafios falsos.

O painel estava atento aos riscos das consequências não intencionais, onde os avisos sobre o conteúdo, podem servir, por exemplo, para tornar o conteúdo mais interessante e aumentar o consumo do mesmo, mas foi acordado que informações factuais de baixo nível poderiam ser úteis. Vimos nas pesquisas da TVE que os adolescentes avaliam os riscos lendo comentários e vendo vídeos de aviso, pelo que parece que os jovens são influenciados pelo conteúdo nesta fase.

Houve um debate no painel quanto a se as técnicas de incentivo à mudança de comportamento funcionam com os jovens, e houve o cuidado quanto à necessidade de serem sutis, testadas quanto ao impacto e acompanhadas ao longo do tempo (visto que podem tornar-se menos eficazes à medida que as pausas ou outras tentativas de influenciar o comportamento podem ser normalizadas para os jovens). Foi também acordado que as abordagens precisam ser coordenadas, reconhecendo que a



supressão de conteúdos numa plataforma comporta o risco de aumentar o perfil em outras plataformas, a menos que haja uma abordagem coordenada e sistêmica entre plataformas.

### *A necessidade de informações oficiais e oportunas sobre os desafios*

O painel identificou uma necessidade de informações específicas, de alta qualidade e úteis que podem ser compartilhadas de forma oportuna sobre os desafios perigosos e os desafios falsos individuais. Um único ponto central (ou um website pesquisável) poderia conter e divulgar informações baseadas em provas e reduzir a confusão e os rumores que podem aumentar a viralidade de alguns destes conteúdos, incluindo conteúdos "secundários" (por exemplo, denúncias, vídeos e publicações de advertência). As informações úteis incluiriam dados sobre a propagação, metodologia do desafio perigoso ou da farsa e informações sobre a sua origem, escala e potenciais impactos na saúde física e mental, resultantes da participação. Esta abordagem de equipe independente poderia também ajudar a preparar o caminho para uma abordagem mais coerente a este conteúdo em diferentes plataformas.

## Parte 6 - Recomendações

Os dados de que dispomos sugerem que a maioria das crianças não participa de desafios de qualquer tipo (incluindo os que são divertidos e seguros) e que apenas uma pequena minoria dos que participam de desafios o faz com os que são perigosos. Contudo, dado o impacto que os desafios perigosos podem ter sobre as crianças que são afetadas, é importante compreender como podemos melhorar a segurança e o trabalho preventivo nesta área.

Descobrimos que, quando se trata de desafios perigosos, a vulnerabilidade e as motivações dos que se envolvem podem ser complexas e incluir fatores sociais, emocionais, culturais e de desenvolvimento que desafiam intervenções simplistas ou mensagens com base na abstinência. Este relatório sugere o valor de equipar as crianças, bem como os pais e os cuidadores, professores e comunidades com informações e ferramentas para melhor avaliar, abordar e gerenciar este risco online. Nesta seção final resumimos ideias úteis e estratégias de prevenção que identificamos e debatemos no âmbito deste relatório.

As nossas recomendações abaixo estão centradas na educação preventiva eficaz e nas abordagens preventivas que visam principalmente as crianças e os jovens (e aqueles que cuidam ou trabalham com eles). No entanto, é importante salientar que a educação preventiva (embora seja o foco deste relatório) não é a solução completa e que vários agentes têm um papel fundamental na abordagem de desafios perigosos de formas que vão para além da educação e da literacia de meios de comunicação. Em particular, ficou claro da nossa exploração desta questão que as próprias plataformas têm uma responsabilidade essencial em relação à moderação eficaz do conteúdo. As plataformas devem dar prioridade à identificação e remoção deste conteúdo e devem utilizar, de forma proativa, algoritmos para expor os desafios perigosos e impedir que este conteúdo seja visto por usuários mais jovens. As plataformas também têm a responsabilidade de garantir que tenham mensagens e educação claras dentro dos seus serviços, bem como fluxos de informação de fácil utilização, de modo que os usuários sejam encorajados a denunciar conteúdos nocivos e perigosos e possam fazê-lo facilmente.

### Recomendações sobre abordagens de prevenção eficazes

Recomendações para organizações (incluindo ONGs, organizações comunitárias ou escolas) que desenvolvam programas de prevenção para reduzir os comportamentos de risco (incluindo desafios perigosos):

- Considerar o corpo de estudo existente e o forte consenso sobre o que contribui para uma educação preventiva eficaz.<sup>54</sup>
- Conceber intervenções e programas de formas que reconheçam o impulso que os jovens têm para aprender novas competências e para desenvolver e superar desafios como parte do crescimento. Fornecer formas de ajudar as crianças e os jovens a distinguir entre riscos aceitáveis e inaceitáveis (reconhecendo que assumir riscos pode criar oportunidades positivas para o crescimento pessoal, desde que os riscos sejam proporcionais e

<sup>54</sup><https://www.pshe-association.org.uk/curriculum-and-resources/resources/key-principles-effective-prevention-education>

compreendidos). Sempre que possível, oferecer escolhas e oportunidades alternativas de exploração e experimentação que sejam significativas e divertidas.

- De acordo com a CNUDC e o direito das crianças e dos jovens à participação e a ter voz nas intervenções que os afetam - envolver as crianças e os jovens na co- concepção/ criação de materiais educativos e ter pares ou jovens embaixadores participando ou a liderando.
- Considerar a utilização de uma série de estratégias que envolvam as crianças e as encorajem a pensar criticamente sobre as práticas online, num espaço sem juízos de valor. Considerar a concepção e utilização de abordagens de aprendizagem ativas e experimentais, incluindo a gamificação ou atividades experimentais onde os jovens podem praticar competências e experimentar diferentes abordagens que podem depois utilizar quando forem confrontados com conteúdos de risco.
- As intervenções terão mais sucesso se forem apoiadas e reforçadas pelas comunidades locais. As intervenções devem incluir e envolver crianças, pais e escolas (bem como, sempre que possível, quaisquer outros espaços mais informais onde as crianças passem tempo nas suas comunidades).
- Incentivar os pais a utilizar intervenções eficazes com os seus filhos, focando na comunicação aberta e no pensamento crítico. Ajudar os pais a reconhecer que remover dispositivos ou simplesmente dizer às crianças para se absterem pode ser contraproducente.
- Para as crianças mais novas, reconhecer que a educação preventiva precisa estar ligada e ser apropriada à sua capacidade de desenvolvimento. Isto pode necessitar do foco em ajudá-las a reconhecer quando encontram algo perturbador ou confuso e dar-lhes as competências e confiança para se afastarem.

Recomendações para ONGs locais, organizações comunitárias, escolas ou grupos de pais ao considerar especificamente a forma de abordar desafios perigosos:

- Incluir desafios perigosos na educação e estratégias de educação midiática que sejam baseadas em provas e avaliadas de forma independente quanto à sua eficácia.
- Quando se trabalha com um grupo específico de crianças e jovens, decidir se é apropriado citar nominalmente um desafio especificamente, caso este esteja causando preocupação. Em alguns contextos será mais autêntico e protetor nomeá-los ao invés de evitar a nomeação direta, mas isto exigirá uma avaliação equilibrada. A realização de intervenções lideradas por crianças tenderá a indicar se é ou não apropriado nomear diretamente um desafio.
- Quando se trabalha com crianças, há valor na inoculação psicológica e isto pode ser conseguido por falar de tipos de desafios, em vez de desafios específicos (por exemplo, desafios que têm impacto no corpo e que podem causar danos físicos graves).
- Descobrimos que raramente é útil simplesmente sensibilizar (por exemplo, entre os pais, ou uma comunidade escolar) numa intervenção única. As intervenções necessitam de tempo para ponderação, discussão, reflexão e estruturação da informação, incluindo a sinalização para obtenção de apoio e conselhos práticos sobre o que fazer. As abordagens

seriam combinadas de forma útil com a literacia midiática existente e intervenções de competência social e emocional.

- Reconhecer que os jovens querem intervir e ter a oportunidade de fazer uma escolha positiva - oferecer-lhes informações sobre desafios que sejam precisas, honestas e úteis e ajudá-los a avaliar os riscos. Isto remete ao fornecimento de informações melhores e mais úteis (e de confiança), tanto online como offline.
- Seguindo a investigação sobre as normas sociais, compartilhar o fato de que a maioria dos jovens realmente não participa de desafios perigosos.

Recomendações para plataformas online para melhorar as abordagens à alfabetização e educação (para uma discussão mais completa sobre as responsabilidades da indústria, incluindo a moderação essencial e estratégias de remoção, ver acima):

- Abordar a atual falta de recursos dedicados e na plataforma sobre educação midiática, relacionados a desafios perigosos para os jovens, pais e educadores. Fornecer mensagens e informações na plataforma sobre a avaliação e denúncia de desafios potencialmente nocivos e o reconhecimento de boatos e boatos.
- Colaborar com os criadores e influenciadores para fornecer orientações sobre desafios perigosos e reduzir o desejo de participação e engajamento (compartilhar, curtir e comentar).
- Apoiar o processo de tomada de decisão dos jovens, criando momentos no itinerário do usuário, nos quais os usuários são encorajados a parar e refletir quando se deparam com informações sobre desafios (incluindo desafios falsos).
- Explorar a viabilidade de apoiar uma equipe de especialistas independentes para trabalhar entre plataformas de forma a monitorar, rever e definir desafios (incluindo desafios falsos) e fornecer informações factuais e oportunas sobre aqueles que representam um risco de danos físicos ou emocionais.
- Apoiar os educadores em literacia midiática para que possam oferecer programas de prevenção eficazes que sejam abrangentes, multidimensionais e baseados em evidências.

Recomendações para as autoridades de segurança pública, saúde pública, escolas, empresas de comunicação e outras fontes confiáveis:

- Sempre que possível, oferecer mensagens públicas claras sobre o que são os desafios falsos, informadas pela ciência da prevenção, explicando como funcionam e como podemos proteger uns aos outros do impacto que têm. Isto inclui evitar alarmes e avisos sem utilidade, que direcionam tráfego para conteúdos perturbadores.
- Assegurar que as explicações dos “desafios falsos” esclareçam que as narrativas são mentiras concebidas para causar medo e pânico, e que o envolvimento em desafios falsos pode levar os jovens a entrar em contato com indivíduos que utilizam o conteúdo falso

para explorar e prejudicar.

- Desenvolver e/ou seguir as diretrizes para veículos de comunicação sobre os desafios perigosos e os desafios falsos, com base nas melhores práticas em relação às diretrizes quanto a reportagens sobre suicídio. Isso é importante para evitar aumentar a exposição a conteúdos prejudiciais, bem como para ajudar a definir respostas de educação preventiva mais construtivas (e menos movidas pelo pânico).