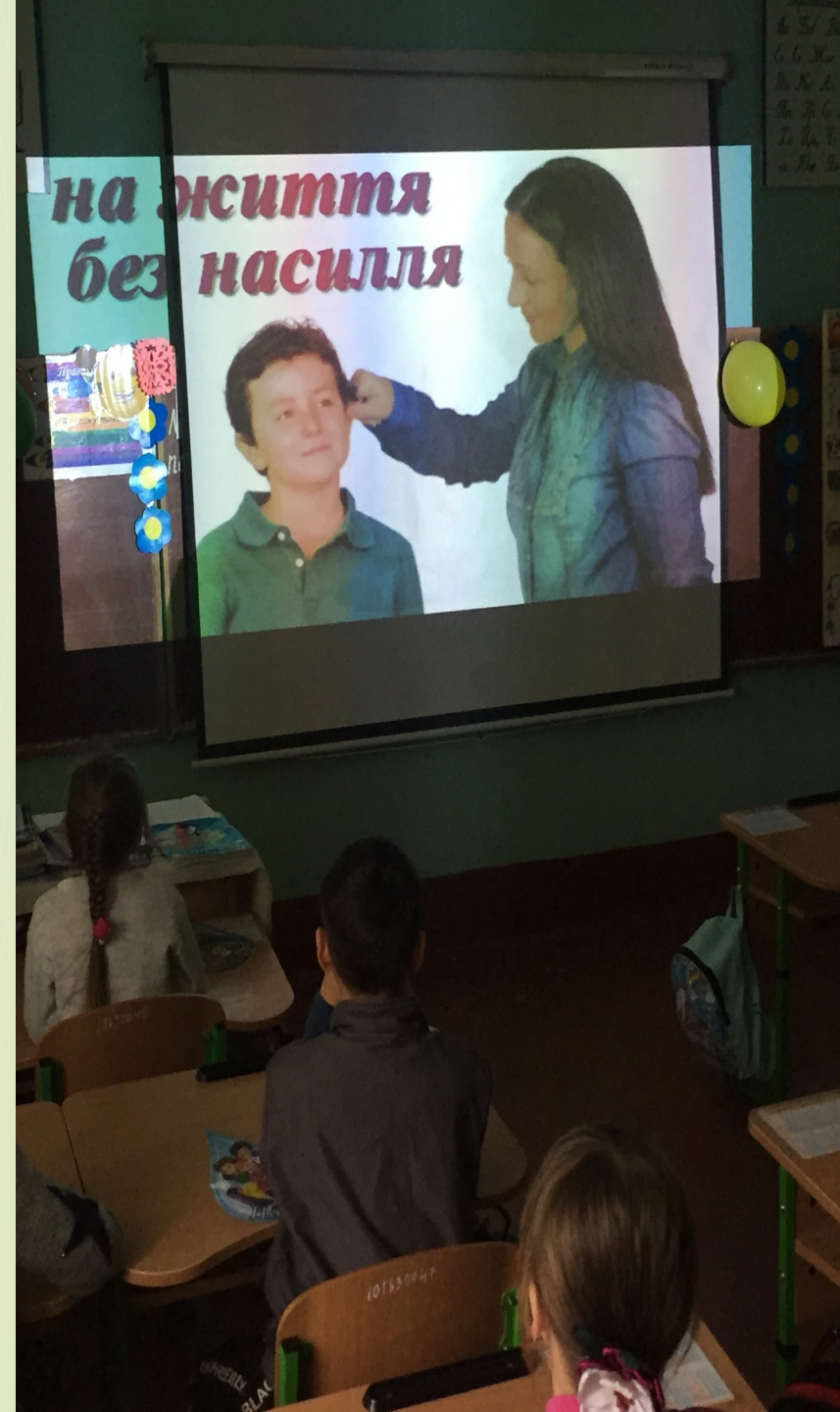
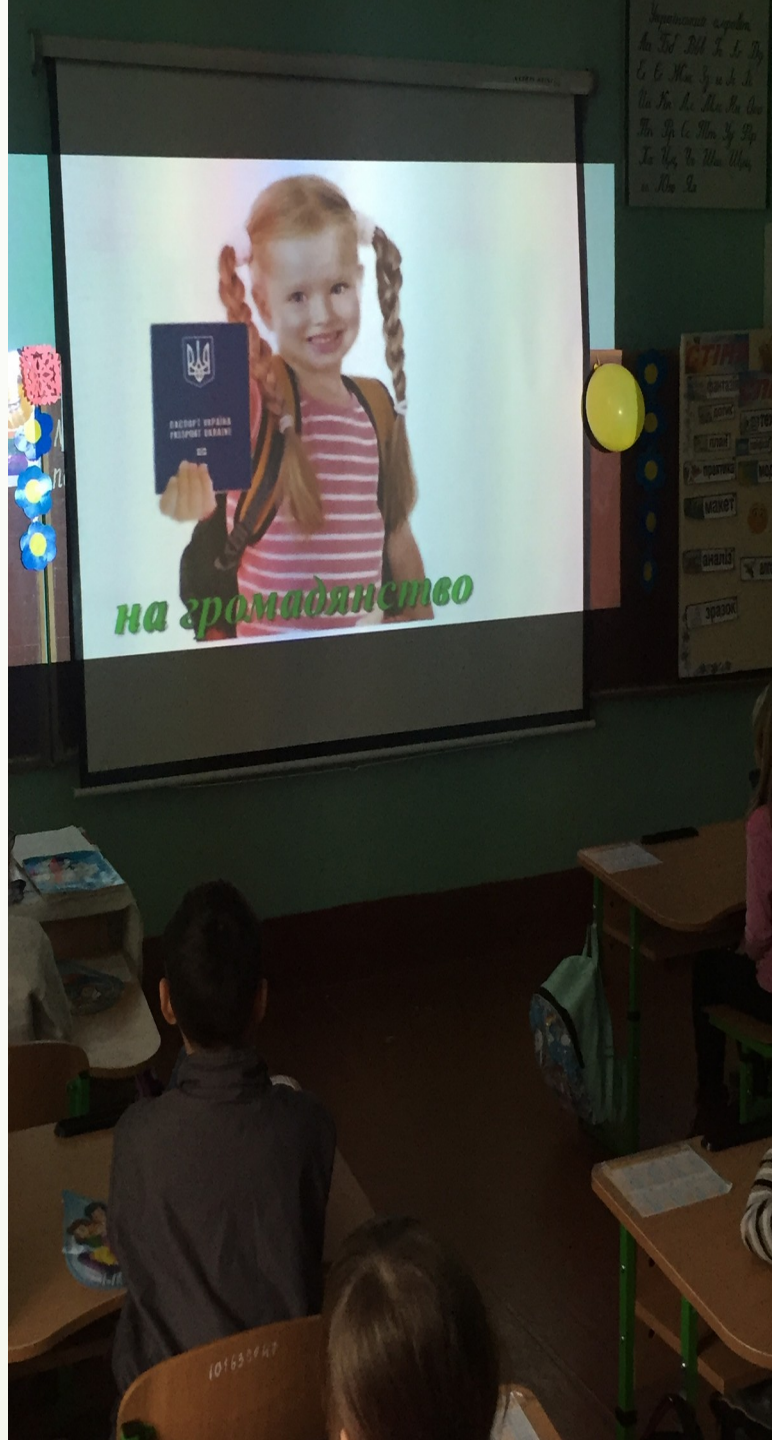
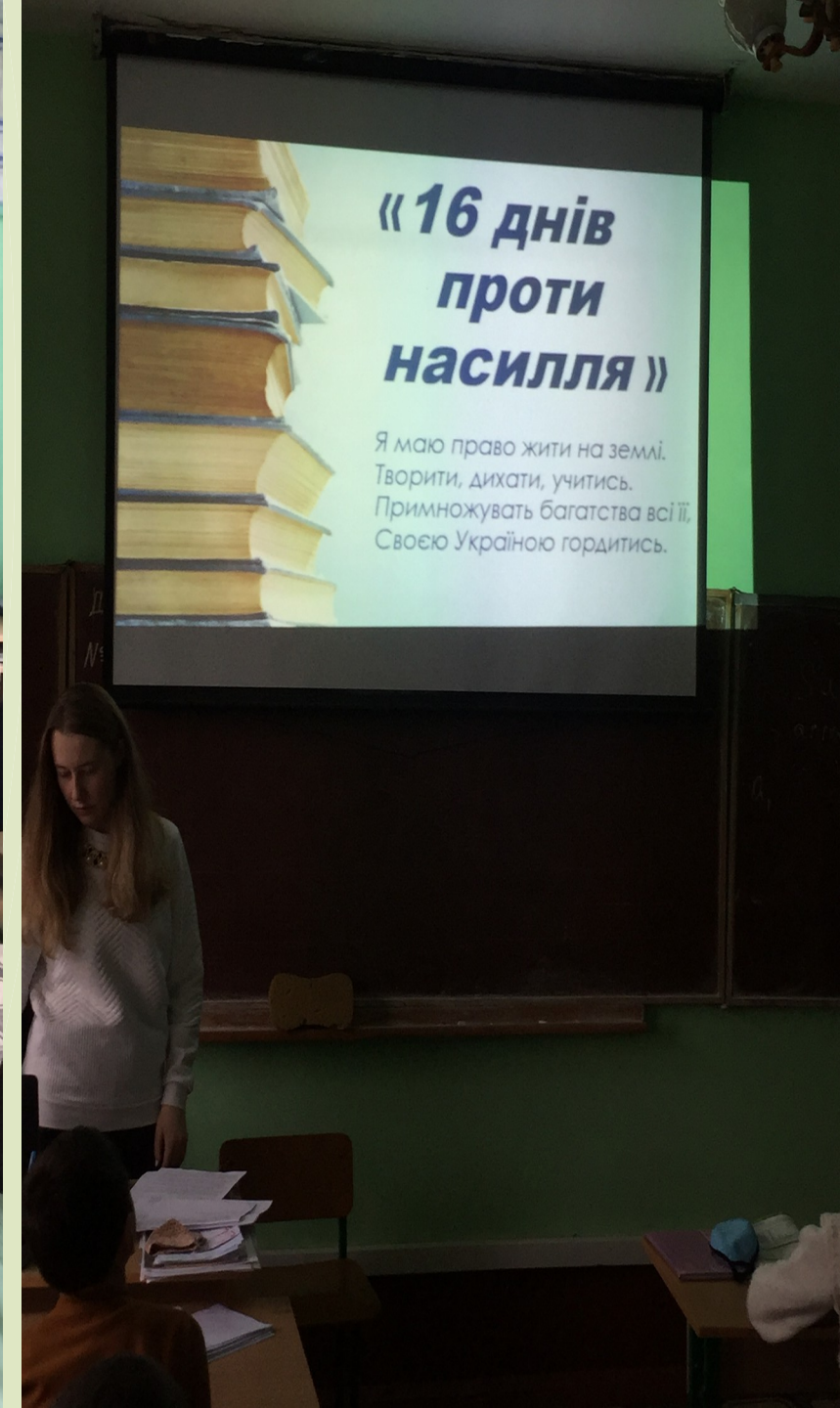


« 16 днів проти насильства. Система заходів Завадівського НВК »

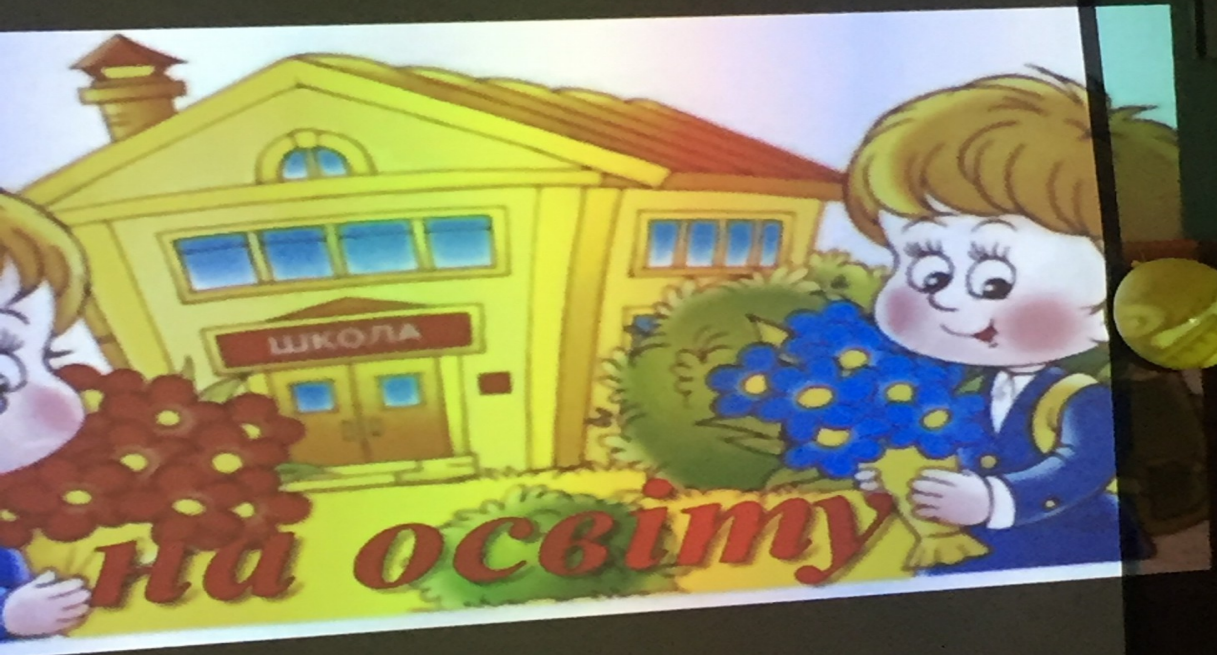


Гавяк О.С.
заступник директора Завадівського
НВК

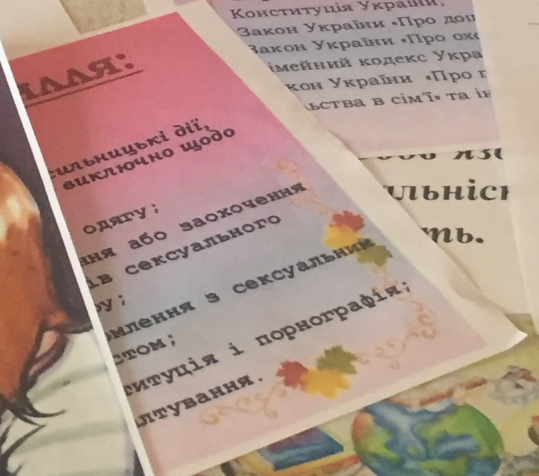
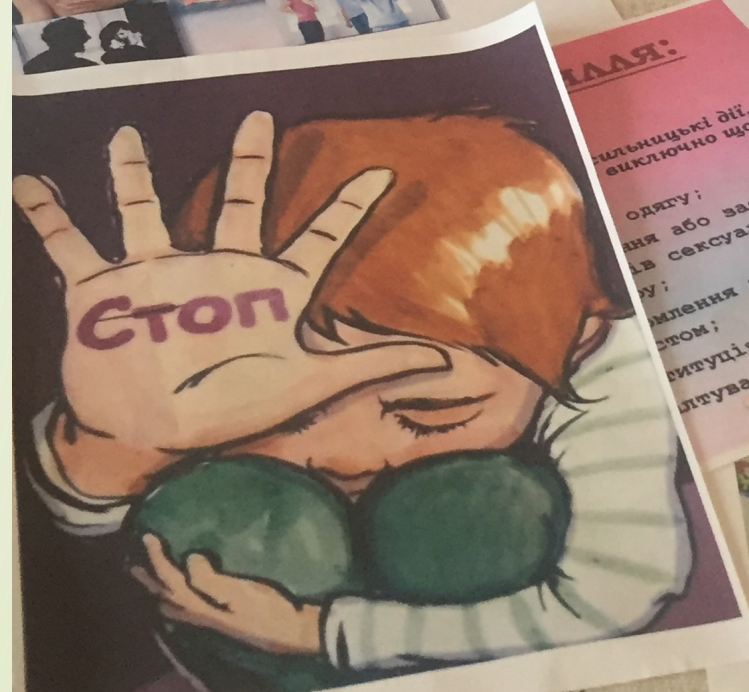
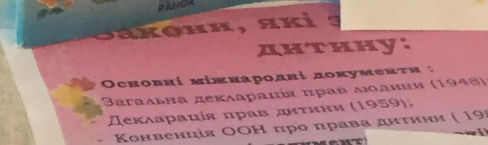
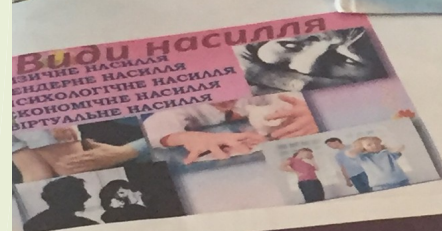








РАЇНИ



Хто може бути потерпілим/потерпілою від булінгу:

- діти, які не можуть захистити себе, фізично слабші за своїх однолітків;
- невпевнені в собі діти, замкнуті, мовчазні;
- діти, які мають руде волосся, повні чи худі;
- діти, які уникають певних місць у школі (наприклад, на перерві сидять у класі);
- діти, які часто не мають ні одного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками;
- діти, які відрізняються від інших будь-чим.



Хто може бути кривдником/кривдницею (булером):

- дитина, що має ознаки лідера, схильна до домінування;
- зазвичай фізично сильніша за інших;
- виділяється зовнішністю, манерою поведінки, одягом;
- часто зухвала та агресивна в ставленні до дітей та дорослих;
- має досить велике коло друзів або однодумців;
- батьки якої займають високі посади, та мають певний матеріальний рівень, що відрізняє її/його від інших;
- дитина, яка зазнає агресії, насильства від дорослих;
- знущається над тваринами, людьми похилого віку, людьми з інвалідністю тощо.



Хто може бути спостерігачами:

- діти з кола кривдника/кривдниці;
- однокласники/однокласниці;
- випадкові учні/учениці;
- всі, хто бачать ситуацію булінгу.





На що варто звернути увагу:

- Раптова зміна поведінки
- Небажання відвідувати школу
- Дитина стала засмученою, постійно плаче, чи скаржиться на здоров'я
- Небажання брати участь у загальношкільних, класних заходах
- Погіршення уваги, працездатності, зосередженості, успішності
- Зіпсований одяг, синці або подряпини на видимих частинах тіла, поламані речі тощо
- Усамітнення
- Бажання перейти до іншого закладу освіти
- Селфхарм (самопошкоджувальна поведінка, порізи і роздряпування шкіри за допомогою гострих предметів)
- Інші ознаки

Поради дітям: Як впоратися з булінгом?

Поговори з дорослим, якому ти довіряєш.

Це можуть бути батьки, вчитель/ка, шкільний психолог, старший брат/сестра, інший/а родич/ка.

Якщо важко говорити, напиши та надішли комусь із дорослих повідомлення в месенджері.

Якщо ситуація не дозволяє піти, зберігаючи самовладання, використовуй гумор

Ігноруй глузування та йди від кривдників. Змусь їх думати, що тобі цілком байдуже. Часто глузування закінчуються, коли агресори не отримують уваги або реакції.

Керуй своїми емоціями. Відчувати гнів та засмучуватись – нормально, але це надає більшої сили кривдникові. ! Домагає рахувати до десяти, глибоко дихати або виписувати гнівні слова на папір.

Не застосовуй силу або булінг у відповідь. Це лише погіршить ситуацію та може призвести до серйозніших наслідків.

Якщо ти бачиш, що хтось інший страждає від булінгу. Пропонуй допомогу та клич дорослих.

Поради щодо дитини-булера

Дитина, яка булить інших, потребує неменшої уваги, ніж та, яка страждає від булінгу

- 1. Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, як вона ставиться до своїх дій і як реагують інші діти.**
- 2. Уважно вислухайте дитину і зосередьтеся на пошуку фактів, а не на своїх припущеннях.**
- 3. Не применшуйте ситуації такими стереотипними формами як «хлопчики, це хлопчики, їм властиво битися» або «глузування, бійки тощо – це просто дитячі жарти і цілком природна частина дорослішання».**
- 4. Поясніть, які дії Ви вважаєте цькуванням інших. До них відносяться: образливі слова, прізвиська, загрози фізичного насильства, залякування, висміювання, коментарі з сексуальним підтекстом, бойкот, підбурювання, ігнорування, плітки, публічні приниження, штовхання, плювки, псування особистих речей, принизливі висловлювання або жести тощо.**
- 5. Уникайте слів жертва або агресор, булер – це призводить до стигматизації.**
- 6. Не вимагайте публічних вибачень, це може загострити ситуацію.**
- 7. Заохочуйте дитину робити те, що вона любить. Інтереси та хобі можуть відволікти дитину, попередити схильність до булінгу. Знайдіть для дитини безпечне заняття, через яке можна сублімувати агресивну поведінку.**
- 8. Показуйте приклад ставлення до інших із добротою та повагою.**

Якщо ви потрапили в ситуацію насильства, або скоїли насильство, або стали свідком

- на Національну дитячу «гарячу лінію» за номером 0-800-500-225 або 116 111 (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного, анонімно) через: ➔ Messenger

@childhotline.ukraine

➔ Instagram @childhotline_ua

➔ Telegram @CHL116111;

- На Національну «гарячу» лінію з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації за тел. 0 800 500 335 або 116 123 з мобільних або стаціонарних цілодобово (безкоштовно, анонімно, конфіденційно);

- до поліції за номером «102»;

- до дорослих, кому ти довіряєш: працівників закладу освіти, де навчаєшся; старший брат/сестра, інший/інша родич/родичка, сусіди;

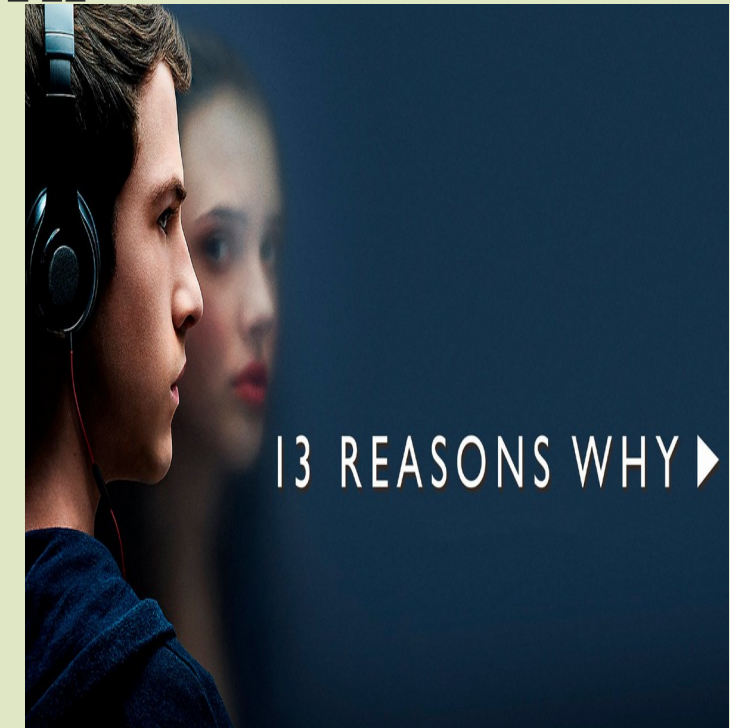
- до громадських, державних організацій тощо.

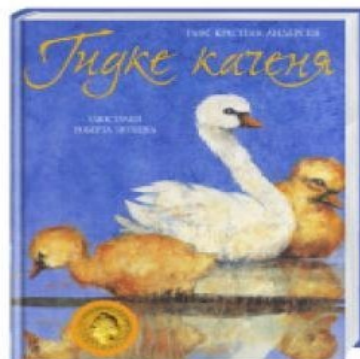
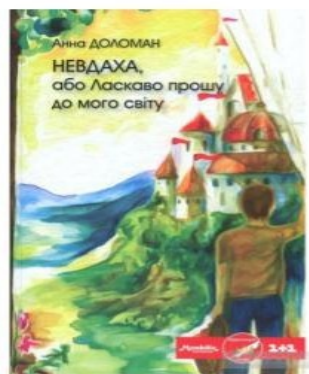


Куди звернутися за допомогою у разі кібербулінгу

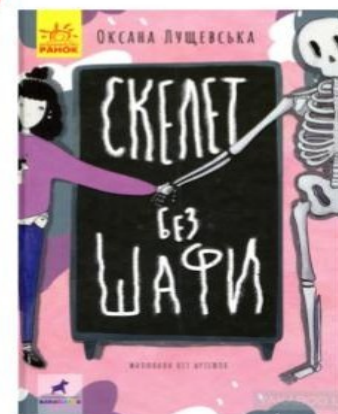
- Якщо ви або ваші друзі зіткнулися з загрозовою ситуацією в Інтернеті, то для отримання інформаційних, психологічних, правових консультацій ви можете безкоштовно звернутися на Національну дитячу «гарячу лінію» за номерами 0 800 500 225 або 116 111
- поліції (кіберполіції) за номером 102 та повідомити про кібербулінг
- до дорослого/дорослої кому довіряєш (це можуть бути батьки, вчитель/ка, брат/сестра, психолог/ня, класний керівник/ця)
- чат-бот Stop Sexting (якщо шантажують в інтернеті і вимагають контент сексуального характеру)
- Youtube.com/Stop Sexting Ukraine
- інтернет-платформа «Бийся як дівчина»
https://www.instagram.com/flg_ua/
- База даних жіночих організацій: <http://portal.uwf.org.ua/>
- Організація ЮрФем (доступна та якісна правова допомога в Україні):
<http://jurfem.com.ua/en/home-page-2/>
- 15 вересня в Україні почала діяти Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті – 1545 (далі обрати «3»).

Фільми про булінг, які можна дивитися з дітьми та обговорювати





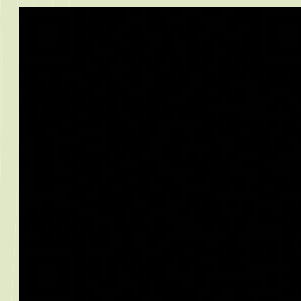
10 книг про булінг



АНТИБУЛІНГОВІ КУРСИ

- Якщо ти детальніше хочеш дізнатися про булінг, його прояви, наслідки та багато іншого, проходь курси на сайті «Prometheus» (відскануй код і перейди за посиланням на сайт). Курс проходить в онлайн формі, тобто доступний у будь-який зручний для тебе час. Складається із 5 модулів, які складаються із відеолекцій та тестів. Після успішного завершення курсу отримаєте приємний бонус – безцінні знання та сертифікат.

- 28 вересня 2020 року стартував перший в Україні онлайн-курс з цифрових прав і безпеки для дітей. Цей курс про безпечну поведінку в соцмережах, цифрові права критичне мислення.



Промо курсу:

https://www.youtube.com/watch?v=1J3UnRfVkqQ&t=5s&ab_channel=%D0%9C%D0%86%D0%9D%D0%97%D0%9C%D0%86%D0%9



ТІЛЬКИ НІКОМУ
НЕ КАЖИ

Анонімний онлайн-щоденник дає можливість написати листа тому, з ким важко поділитися своїми переживаннями в реальному житті про булінг у школі, нерозділене кохання чи непорозуміння з батьками: <https://secrets.1plus1.ua/>

Корисні посилання

1. Корисні посилання щодо теми антибулінгу:
<https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/protidiya-bulingu/korisni-posilannya-shodo-temi-antibulingu>
2. Інформаційно-освітня кампанія #Stop_sexтинг з метою захисту українських дітей від сексуального насильства в Інтернеті: <https://stop-sexting.in.ua/about/>
Чатбот проекту #stop_sexтинг, який знає багато про сексуальні ризики онлайн, і допоможе знайти відповіді на всі запитання, що стосуються безпечного користування Інтернетом;
3. Освітній проєкт «Цифрова освіта «Дія» - освітній серіал «Про кібербулінг для підлітків» (Анна Трінчер+Настя Каменських):
<https://osvita.diia.gov.ua/courses/cyberbullying?fbclid=iwar2gwffegexqd8laoj3jj32dtcdtp8i67byy623qvqonh8jyojczpw4i5k0>
4. Чат-бот інструмент «Кіберпес» у Telegram: https://t.me/kiberpes_bot
у Viber : <https://viber.com/kiberpes>, де можна знайти інформацію про: «кібербулінг»? Які бувають його форми? Як визначити контент, що містить кібербулінг? Що робити, якщо Вас кібербулять? Як повідомити платформу та видалити контент, що містить кібербулінг? Як попередити кібербулінг? Як не бути кібербулером?
5. Сайт Стоп-булінг: <https://stopbullying.com.ua>
6. Міністерство юстиції України Я маю право: <https://pravo.minjust.gov.ua/ua>
7. Акція «16 днів проти насильства»: МОН рекомендує провести урок щодо питань проблем у сім'ї:
<https://mon.gov.ua/ua/news/akciya-16-dniv-proti-nasilstva-mon-rekomenduye-provesti-urok-shodo-pitan-problem-u-simy>
8. Безпечна школа – мотивуючі відео Ніка Вуйчича про боротьбу з булінгом, довіру, вдячність, цінності і любов:
https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/protidiya-bulingu/bezpechna-shkola-nik-vujchich-video?fbclid=IwAR2L3XtMEjmJerqfPI1N7Z7A3WwG_a-vzJlfn8_D1O_fEwUG-xxmkCDDG78
9. Stop_sexтинг розробив освітній контент для дітей у соціальній мережі ТікТок, де можна отримати знання про безпечне користування Інтернетом:
<https://www.tiktok.com/@stopsexting>

КОРИСНІ РЕСУРСИ

- Навчально-методичний посібник «Розбудова миру. Профілактика і вирішення конфлікту з використанням медіації: соціально-педагогічний аспект» http://www.la-strada.org.ua/ucp_mod_library_showcategory_65.html
- Комплект освітніх програм «Вирішення конфліктів мирним шляхом. Базові навички медіації» <https://bit.ly/32AKTTK>
- Створення системи служб порозуміння для впровадження медіації за принципом «рівний-рівному/рівна-рівній» та вирішення конфліктів мирним шляхом у закладах освіти. <https://bit.ly/37XOBrr>
- Серія ліфлетів з протидії булінгу для дітей, педагогів та батьків/Інфографіки https://drive.google.com/drive/folders/1B2az9u89S29_jszKskI5p5lvVHp9TlOP?usp=sharing
- Як подолати стрес та попередити емоційне вигорання https://www.unicef.org/ukraine/media/5421/file/managing_stress_ua.pdf
- Як гармонійно та екологічно виховувати дитину http://knowledge.org.ua/wp-content/uploads/2019/10/%D0%AF%D0%BA-%D0%B3%D0%B0%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%BE-%D0%B2%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%B2%D1%83%D0%B2%D0%B0%D1%82%D0%B8_UA.pdf
- Як допомогти дитині, яка перебуває в стресі http://8.zosh.zt.ua/wp-content/uploads/2020/04/yak-dopomogty-dytyni_ua-1-1.pdf
- Онлайн-курс «Дім (не)безпеки» <https://nonviolence.ed-era.com/>
- Методичний посібник «Кодекс безпечного освітнього середовища» <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/protidia-bulingu/21kbos.pdf>
- Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник: <https://drive.google.com/file/d/1yviEhhOBW1In9EiuWtNeJnnYKOSCfp2U/view>
- Індикатори фізичного, сексуального, психологічного насильства щодо дитини, а також нехтування потребами дитини: <https://don.kyivcity.gov.ua/files/2020/6/11/2.pdf>
- Про булінг для дітей: <https://don.kyivcity.gov.ua/files/2020/6/11/3.pdf>
- Про кібербулінг для дітей: <https://don.kyivcity.gov.ua/files/2020/6/11/4.pdf>
- Подолання насильства щодо дитини: координація дій: <https://don.kyivcity.gov.ua/files/2020/6/11/5.pdf>
- Урок для 3-4 класів «Не ведусь: ми – герої безпеки в Інтернеті»: file:///C:/Users/204/Downloads/ne_vedus_3_4_klas.pdf
- Рекомендації щодо онлайн-безпеки для педагогічних працівників: https://stop-sexting.in.ua/wp-content/uploads/2020/09/dovidnyk_dlya_pedagogichnyh_praczivnykiv.pdf

**ДЯКУЮ
ЗА УВАГУ!**

