

**«На Всеукраїнський конкурс авторських програм  
практичних психологів та соціальних педагогів  
«Нові технології у новій школі»»**

Номінація: *просвітницькі програми*

**«МІЙ ВИБІР – БУТИ В БЕЗПЕЦІ»**

*Просвітницька програма для закладів  
професійної (професійно-технічної) освіти*

**Автори:**

**Ірина КОРНІЙЧУК,**  
*соціальний педагог Чернівецького  
професійного ліцею сфери послуг*

**Христина БАГРІЙ,**  
*соціальний педагог Чернівецького вищого  
професійного училища радіоелектроніки*

Чернівці – 2021р.

### **Укладачі:**

Христина БАГРІЙ,  
соціальний педагог  
Чернівецького вищого  
професійного училища  
радіоелектроніки.

Ірина КОРНІЙЧУК,  
соціальний педагог  
Чернівецького професійного  
ліцею сфери послуг



### **Технічна консультація:**

*Ірина Дорімедонтівна* - кандидатка психологічних наук,  
півробітниця лабораторії прикладної психології освіти  
активної психології та соціальної роботи НАПН України  
*Ірина Кавнічук* – заступниця директора з навчально-  
виховної роботи Чернівецького вищого професійного училища  
радіоелектроніки.

*Ткач Людмила Іванівна* - заступниця директора з виховної роботи  
Чернівецького професійного ліцею сфери послуг.

### **Технічна підтримка:**

*Савелій Іванович Одайський* – директор Чернівецького вищого професійного  
училища радіоелектроніки.

*Цимбал Оріся Василівна* – директорка Чернівецького професійного ліцею  
сфери послуг.

**Анотація:**

Програма «МІЙ ВИБІР – БУТИ В БЕЗПЕЦІ» містить комплекс матеріалів для проведення просвітницьких заходів, спрямованих на набуття молоддю та дорослим знань, умінь і навичок, які допоможуть вчасно зрозуміти, що людина опинилась в ситуації насильства чи є його свідком, а також вміти швидко реагувати та діяти в таких випадках.

Під час занять, тренери наголошують на тому, що про насильство варто говорити, адже, саме завдяки тому, що проблеми домашнього насильства виносять на публічне обговорення, ми усвідомлюємо, що вони реально існують. Коли ми замовчуємо ці речі, то виходить, що ми робимо вигляд, ніби їх нема взагалі. Тому відкрито піднімати такі питання та відкрито говорити про них - дуже важливо.

Програма розрахована для просвітницької роботи соціальних педагогів, практичних психологів із здобувачами освітніх послуг ЗП(ПТ)О, педагогічними працівниками та батьками.

## ЗМІСТ

|                                                                                                              |       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| ВСТУП.....                                                                                                   | 5     |
| Пояснювальна записка.....                                                                                    | 6-9   |
| Основні вимоги до фахівця з реалізації Програми.....                                                         | 10    |
| Вимоги до матеріально-технічного оснащення закладу освіти для реалізації Програми .....                      | 11    |
| Структура просвітницької Програми та навчально-тематичний план.....                                          | 12-14 |
| <b>Тема 1. «Життя без насильства»</b>                                                                        |       |
| Заняття 1 (Частина 1).                                                                                       |       |
| Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство».....                                                   | 15-18 |
| Заняття 1 (Частина 2)                                                                                        |       |
| Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство».....                                                   | 19-26 |
| Заняття 2. Тренінг з елементами навчання для педагогів «Попередження насильства у шкільному середовищі»..... | 27-34 |
| <b>Тема 2. Протидія насильству.</b>                                                                          |       |
| Заняття 3 Частина 1                                                                                          |       |
| Тренінгове заняття для підлітків «Сексуальне насильство над дітьми-недопустиме».....                         | 35-38 |
| Заняття 3 Частина 2                                                                                          |       |
| Тренінгове заняття для підлітків «Сексуальне насильство над дітьми-недопустиме».....                         | 39-42 |
| Заняття 4. Бесіда «Скажи Ні будь-якому насильству» .....                                                     | 43-49 |
| <b>Тема 3. Цінність життя.</b>                                                                               |       |
| Тренінгове заняття 5. «Я ЦІННА. ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ».....                                                     | 50-62 |
| Тренінгове заняття 6. «ВИХОВАННЯ БЕЗ НАСИЛЬСТВА = ЩАСЛИВА ДИТИНА».....                                       | 63-69 |
| Заняття 7. «ЗНАЙ. ДІЙ. БУДЬ В БЕЗПЕЦІ».....                                                                  | 70-73 |
| Додатки до заняття 7.....                                                                                    | 74-80 |
| Використані джерела.....                                                                                     | 81    |
| Фотозвіт .....                                                                                               | 82-83 |
| Відгуки про Програму.....                                                                                    | 84-85 |



## ВСТУП

*«Один із законів життя свідчить,  
що як тільки закриваються  
одні двері, відкриваються інші...»*

*Андре Жід*

Насильство – це загальна проблема, а також одна з найбільш розповсюджених у світі форм порушення прав людини. Існують різні форми насильства: фізичне, сексуальне, психологічне, ізоляція, обмеження свободи пересування, економічне, домашнє насильство. Раніше ця проблема не привертала такої уваги, про це звикли замовчували, а підтримка постраждалим від насилля була майже повністю відсутня. Явище насилля - це не лише про порушення прав людини, воно породжує цілий комплекс соціальних, юридичних, психологічних та медичних проблем.

Досить багато людей, над якими чинять насильство, не наважуються йому протистояти. Тим часом законодавство гарантує кожній особистості широкі права та свободи й захист від їх порушення. Закон «Про попередження насильства в сім'ї» передбачає і покарання осіб, які чинять насильство в сім'ї, і заходи щодо надання допомоги потерпілим. Вважаємо, що терпимість суспільства до всякого роду насильства, в тому числі і насильства в сім'ї - це, по суті, відмова від створення сучасного цивілізованого суспільства.

Розроблена нами програма є корисною, як для здобувачів освітніх послуг, так і педагогічних працівників та батьків. Цінність таких заходів полягає у тому, що вони сприяють формуванню в осіб поваги до прав та основних свобод людини, розповсюдженню необхідної інформації серед молоді та дорослого населення.

Важливо пам'ятати, що опинитись в ситуації насильства може кожен, незалежно від статі, віку, рівня освіти чи кваліфікації!

## ***ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА***

Проблема насильства довгий час була закритою темою та й в наш час присутній ще неабиякий опір, страх суспільства щодо її розголосу. Більшість звикли «закривати очі» на подібне та абсолютно не прагнуть допомагати чи підтримувати осіб, які систематично страждають від насильства. Варто визнати, що ми всі, по суті, користуємось – свідомо чи несвідомо – насильницькими методами, які засвоюємо з дитинства та протягом всього життя. Відповідно, насильство може існувати в усіх соціальних групах незалежно від статусу людини, її освіти, расової чи релігійної приналежності. Звичайно, повністю подолати прояви насильства самотійно ми не зможемо, адже - це вибір кожного, проте, спробувати зменшити кількість його проявів потрібно. Варто пам'ятати, що яким би не було насильство, воно завжди має руйнівний вплив на особистість людини.

Запропонована нами програма містить комплекс матеріалів для просвітницьких заходів, спрямована на набуття молоддю та дорослим, знань, умінь і навичок, які допоможуть їм дещо по-новому поглянути та зрозуміти важливість того, що потрібно почати говорити про насильство задля спокійного життя.

Програма містить матеріал, за допомогою якого можна чітко та зрозуміло пояснити термін «насильство», ознайомити з усіма його видами та ознаками, навчити правильно діяти в таких ситуаціях та повідомити куди можна звернутись за допомогою. Також особливу увагу автори звернули на те, щоб кожен з учасників занять міг краще пізнати себе, визначити рівень самоцінності та самоповаги, адже, будь-яке сприйняття починається, в першу чергу, з нас самих.

Ми обрали групову форму роботи, бо вважаємо, що працюючи в колективі особистість краще поглибить свої теоретичні та практичні знання, підвищить рівень впевненості в собі та навчиться краще сприймати інших.

Апробацію програми проведено з 13.09.2021 р. по 08.11.2021 р. в Чернівецькому професійному ліцеї сфери послуг, Чернівецькому вищому професійному училищі радіоелектроніки.

**Метою Програми** є підвищення рівня обізнаності слухачів щодо загального розуміння поняття «наси́льство» та формування в них навичок стійкої поведінки у випадках, коли їхньому життю загрожує небезпека.

#### **Завдання Програми:**

- ✓ підвищити рівень обізнаності молоді та дорослого населення про важливість та наявні випадки насильства в наш час;
- ✓ підвищити рівень здатності учасників формувати мирні стосунки з однолітками, членами сім'ї, педагогами;
- ✓ подолати страх звертатись по допомогу, коли в цьому є потреба;
- ✓ засвоїти навички правильно реагувати у випадках насильства;
- ✓ формувати толерантне ставлення до себе та оточуючих;
- ✓ розвинути вміння робити правильний вибір і брати на себе відповідальність.

#### **Використовувані методи роботи:**

- ✓ мозковий штурм;
- ✓ ситуативні вправи;
- ✓ групова дискусія;
- ✓ перегляд відеороликів;
- ✓ притчі;
- ✓ обговорення отриманої інформації;
- ✓ руханки.

Слід зазначити, що кожен з обраних нами методів роботи по особливому впливає на особистість. До прикладу, **метод мозкового штурму** – форма творчої, колективної роботи для пошуку рішень поставлених проблем. Найбільше ефективно мозковий штурм працює саме в групах, при колективній роботі, тому що в цьому випадку проявляється ефект взаємодії її учасників.

**Ситуативні справи** – стимулюють мислення й збільшують інтерес учнів до засвоєння матеріалу, підвищують їхню пізнавальну активність, спрямовані на загальний розвиток особистості.

Одним з основних методів тренінгової роботи є групова дискусія. **Групова дискусія** – це спільне обговорення будь-якого спірного питання (у групі тренінгу просто питання, не обов'язково спірного), що дозволяє прояснити (можливо, змінити) думки, позиції й установки учасників групи в процесі безпосереднього спілкування.

**Перегляд відеороликів** допомагає учасникам наочно закріпити отриману інформацію, здійснити самоаналіз поведінки, дій, вчинків.

Використання **притч** в роботі теж варте неабиякої уваги, адже, їх сила полягає в тому, що вони спрямовують слухачів, пробуджують їхні емоції, стимулюють уяву і змушують замислитись над власним життям. Вони допомагають усвідомити суть незрозумілої ситуації, побачити проблему під іншим кутом зору, є прекрасним інструментом переконання.

Вважаємо, **що групове обговорення** максимально підвищує активність і внесок кожного учасника, дає змогу більше дізнатися один про одного, стимулює вільний обмін думками, допомагає краще розуміти почуття і позиції інших, більше рахуватися з ними. Групова релаксація розвиває життєві навички активного слухання, співпереживання, співробітництва, впевненої поведінки і толерантності.

**Руханки** спрямовані, перш за все, на зняття емоційної втоми та фізичного розвантаження, а також допомагають створити дружню атмосферу в колективі.

З вище зазначеного можна побачити, що кожен вдало підібраний метод впливає на досягнення результативності та ефективності проведеної роботи.

Програма складається з II блоків занять (I блок – для здобувачів освіти, II блок – для педагогічних працівників, батьків). Тривалість занять приблизно 1 год. - 1 год. 30хв.). Форма занять – групова (бесіди, тренінги), спрямовані, як на підлітків, так і на доросле населення (батьки, педагоги).

Рекомендована кількість учасників, залучених до групи, становить 15-20 осіб.

Чим меншою є група, тим ефективнішим буде результат.

### **Очікувані результати щодо реалізації Програми: Мотивувати**

#### **учасників до:**

- ✓ подолання страху говорити про проблеми;
- ✓ прагнення до самовдосконалення та саморозвитку;
- ✓ пошуків шляхів саморегуляції своєї поведінки в «кризовий» період життя.

#### **Розвивати:**

- ✓ вміння бачити та розуміти небезпеку для власного життя;
- ✓ навички контролю емоційної ситуації.

#### **Формувати:**

- ✓ усвідомлення цінності життя;
- ✓ почуття власної гідності та поваги до людей;
- ✓ вміння вчасно сказати «НІ»;
- ✓ навички відповідального прийняття рішення;
- ✓ вміння конструктивно вирішувати конфлікти.

## ОСНОВНІ ВИМОГИ ДО ФАХІВЦІВ З РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ

Якою б наповненою не була програма, зрозуміло, що надзвичайно велике значення має та особистість, яка її реалізовуватиме. Тому компетентність тренера щодо застосування ним організаційних форм і технік впровадження Програми є важливим чинником, який визначає її ефективність та результативність.

Тренер повинен спілкуватися з учасниками «на рівних», є таким самим учасником тренінгової групи, як і всі інші учасники. Але одночасно він є й каталізатором усіх процесів, що відбуваються в групі на шляху до досягнення визначеної мети тренінгу (для цього він повинен розуміти настрій кожного учасника).

Тренер відрізняється від інших учасників тим, що:

- володіє інформацією щодо означеної теми;
- знає методику проведення тренінгових занять;
- уміє працювати з аудиторією;
- володіє навичками ведення тренінгової групи (регулює групові процеси, знає, як зацікавити учасників, зняти напруження, спрямувати групу на конструктивне розв'язання проблеми тощо);
- постійно підвищує свій тренерський потенціал;
- знає методи оцінювання результатів тренінгу та вміє їх застосовувати;
- знає про відстрочені результати впливу тренінгу, як очікувані, так і неочікувані.

Варто зазначити, що кожен тренер має свій стиль ведення тренінгового заняття, який удосконалюється з досвідом. Важливо те, щоб тренер навчився прислухатися як до своїх почуттів та емоційних потреб, так і до настрою та реакцій учасників групи.

## **ВИМОГИ ДО МАТЕРІАЛЬНО-ТЕХНІЧНОГО ОСНАЩЕННЯ ЗАКЛАДУ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ**

Приміщення для проведення занять має важливе значення. Навіть унікальну Програму фахівець не зможе повністю реалізувати в непристосованому для цього приміщенні.

Матеріально-технічне оснащення закладів освіти, де впроваджувалася дана Програма в повній мірі відповідала потребам, як тренерів, так і учасників.

Заняття проходили в окремих просторах кабінетах, в яких учасники почувалися вільно та комфортно. Згідно загальноприйнятих вимог ведення тренінгових занять, в приміщенні, стільці за кількістю учасників тренінгу були поставлені в коло, зокрема, і для тренерів, а також передбачено вільне місце для різних вправ. Розташування учасників колом дозволяє усім добре чути і бачити один одного, даючи тим самим можливість сприймати широкий спектр невербальних проявів.

В кабінетах знаходяться усі необхідні інструменти для проведення занять: мультимедійний комплект, фліпчартна дошка, аркуші формату А4, ватмани, фломастери, кольорові олівці, маркери, ручки, стікери та ін. матеріали для комфортної роботи.

### Структура просвітницької Програми

| № теми         | Назва теми програми    | Тривалість |
|----------------|------------------------|------------|
| <b>І БЛОК</b>  |                        |            |
| 1              | «Життя без насильства» | 195 хв.    |
| 2              | «Протидія насильству»  | 180 хв.    |
| <b>ІІ БЛОК</b> |                        |            |
| 3              | «Цінність життя»       | 255 хв.    |

### Навчально-тематичний план просвітницької програми

#### «МІЙ ВИБІР – БУТИ В БЕЗПЕЦІ»

| Тема                                               | Види робіт                                                                               | Орієнтована тривалість |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|
| <b>І Блок<br/>Тема 1.<br/>Життя без насильства</b> | <i>Заняття 1. Частина 1</i> <i>Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство»</i> | <b>60 хв.</b>          |
|                                                    | Привітання                                                                               | 5                      |
|                                                    | Правила                                                                                  | 5                      |
|                                                    | Вступне слово                                                                            | 10                     |
|                                                    | Вправа Мозковий штурм «Що таке насильство, які його прояви»                              | 25                     |
|                                                    | Вправа «Міф чи реальність»                                                               | 5                      |
|                                                    | Слово тренера                                                                            | 5                      |
|                                                    | Вправа «Визначити вид насильства»                                                        | 10                     |
|                                                    | Підсумки, рефлексія                                                                      | 5                      |
|                                                    | <i>Заняття 1. Частина 2</i> <i>Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство»</i> | <b>65хв</b>            |
|                                                    | Вступне слово                                                                            | 10                     |
|                                                    | Вправа «Ситуація»                                                                        | 10                     |
|                                                    | Слово тренера                                                                            | 5                      |
|                                                    | Мозковий штурм                                                                           | 5                      |
|                                                    | Притча                                                                                   | 5                      |

|                                                                        |                |
|------------------------------------------------------------------------|----------------|
| Алгоритм дій                                                           | 15             |
| Пам'ятка                                                               | 5              |
| Ознайомлення з конвенцією                                              | 5              |
| Підсумки, рефлексія                                                    | 5              |
| <i>Заняття 2. (для педагогів)</i><br><i>«Попередження насильства у</i> | <b>100 хв.</b> |

|                                                        |                                                                                              |               |
|--------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|                                                        | <i>освітньому середовищі»</i>                                                                |               |
|                                                        | Привітання                                                                                   | 5             |
|                                                        | Правила                                                                                      | 5             |
|                                                        | Вступне слово                                                                                | 20            |
|                                                        | Вправа «Моя відповідальність»                                                                | 10            |
|                                                        | Вправа Мозковий штурм                                                                        | 5             |
|                                                        | Робота в групах                                                                              | 10            |
|                                                        | Вправа «Сильна сторона відповідальності»                                                     | 5             |
|                                                        | Робота в групах над ситуаціями                                                               | 20            |
|                                                        | Вправа «Я зрозумів, я буду...»                                                               | 5             |
|                                                        |                                                                                              |               |
|                                                        | Вправа «Ефект моєї роботи»                                                                   | 10            |
|                                                        | Підсумки, рефлексія                                                                          | 5             |
| <b>І Блок<br/>Тема 2.<br/>Протидія<br/>наси́льству</b> | <i>Заняття 3. Частина 1 (для підлітків) «Сексуальне насильство над дітьми - недопустиме»</i> | <b>50 хв.</b> |
|                                                        | Вступне слово                                                                                | 5             |
|                                                        | Вправа «Приємно познайомитися»                                                               | 5             |
|                                                        | Правила                                                                                      | 5             |
|                                                        | Вправа «Наші очікування»                                                                     | 5             |
|                                                        | Інформаційне повідомлення                                                                    | 10            |
|                                                        | Вправа «Ні насильству»                                                                       | 10            |
|                                                        | Слово тренера                                                                                | 5             |
|                                                        | Рефлексія                                                                                    | 5             |
|                                                        | <i>Заняття 3. Частина 2 (для підлітків) «Сексуальне насильство над дітьми - недопустиме»</i> | <b>55 хв.</b> |
|                                                        | Вступне слово                                                                                | 5             |
|                                                        | Вправа «Міф чи реальність»                                                                   | 10            |
|                                                        | Вправа «Галерея відповідальності»                                                            | 10            |
|                                                        | Вправа «Перетягни газету»                                                                    | 10            |
|                                                        | Притча                                                                                       | 10            |
|                                                        | Міні – лекція «Шлях, який                                                                    | 5             |

|                                                              |               |
|--------------------------------------------------------------|---------------|
| обираєш ти ...»                                              |               |
| Рефлексія                                                    | 5             |
| <i>Заняття 4 Бесіда «Скажи Ні<br/>будь-якому насильству»</i> | <b>80 хв.</b> |
| Привітання                                                   | 5             |
| Вступне слово                                                | 5             |
| Вправа «Мікрофон»                                            | 5             |
| Анкетування                                                  | 5             |
| Вправа «Хто може здійснювати<br>насильство»                  | 10            |

|                                         |                                                                                                             |               |
|-----------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------|
|                                         | Слово педагога                                                                                              | 10            |
|                                         | Вправа «Мозковий штурм»                                                                                     | 5             |
|                                         | Слово тренера                                                                                               | 15            |
|                                         | Вправа «Ситуація»                                                                                           | 15            |
|                                         | Рефлексія                                                                                                   | 5             |
| <b>II Блок<br/>«Цінність<br/>життя»</b> | <i>Заняття 5. (для педагогічних працівників)<br/>«Я цінна. емоційний інтелект»</i>                          | <b>120хв.</b> |
|                                         | Вступне слово                                                                                               | 5             |
|                                         | Правила                                                                                                     | 7             |
|                                         | Вправа «Я це...»                                                                                            | 7             |
|                                         | Очікування                                                                                                  | 5             |
|                                         | Інформаційне повідомлення                                                                                   | 15            |
|                                         | Вправа «У що ти віриш»                                                                                      | 7             |
|                                         | Вправа «Внутрішня дитина»                                                                                   | 10            |
|                                         | Вправа «Скло»                                                                                               | 10            |
|                                         | Інформаційне повідомлення                                                                                   | 15            |
|                                         | Вправа «Психологічне айкідо»                                                                                | 10            |
|                                         | Вправа «Мова тіла»                                                                                          | 7             |
|                                         | Вправа «Я не боюсь, я вільна»                                                                               | 10            |
|                                         | Вправа «Моя історія життя»                                                                                  | 7             |
|                                         | Заключне слово тренера                                                                                      | 5             |
|                                         | <i>Заняття 6. (для батьків)<br/>«Виховання без насильства = щаслива дитина»</i>                             | <b>90 хв.</b> |
|                                         | Вступне слово тренера.                                                                                      | 5             |
|                                         | Вправа «Знайомство + очікування».                                                                           | 10            |
|                                         | Правила роботи в групі.                                                                                     | 7             |
|                                         | Вправа «Мозковий штурм».                                                                                    | 10            |
|                                         | Інформаційне повідомлення<br>«Основні поняття. Форми домашнього насильства» + перегляд відеоролика «Що таке | 20            |

|                                                     |                                                         |               |
|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|---------------|
|                                                     | домашнє насильство?»).                                  |               |
|                                                     | Вправа-руханка «Колода карт».                           | 3             |
|                                                     | Вправа «Ефективне спілкування».                         | 15            |
|                                                     | Вправа «Виховання без насилля».                         | 10            |
|                                                     | Заключне слово тренера +<br>рефлексія.                  | 5             |
|                                                     | Перегляд відеоролика.                                   | 5             |
| <b>II Блок</b><br><b>«Цінність</b><br><b>життя»</b> | <i>Заняття 7. «ЗНАЙ. ДІЙ. БУДЬ В</i><br><i>БЕЗПЕЦІ»</i> | <b>45 хв.</b> |



**ЗМІСТ ЗАНЯТЬ ПРОГРАМИ ТА МЕТОДИЧНІ  
МАТЕРІАЛИ, НЕОБХІДНІ ДЛЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ПРОГРАМИ  
Тема 1. «Життя без насильства»**

**Заняття 1 (Частина 1)**

**Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство»**

**Мета бесіди:** ознайомити здобувачів освіти з актуальністю проблеми насильства, навчити їх розрізняти види насильства та розробити відповідну стратегію поведінки у ситуаціях ризику, аргументувати свої дії з попередження насильства на основі власної відповідальності, окреслити механізм захисту прав дітей.

**Обладнання:** ситуаційні задачі, пам'ятки, Сімейний кодекс, роздатковий матеріал, фліпчарт, Конвенція ООН захисту прав дитини.

**Хід заняття**

**Вступне слово (10хв).** Ми з вами сьогодні поговоримо на тему «Насилля». Людське суспільство дуже турбує ця тема, адже, кожна людина, незалежно від віку, має особисті права. Дехто не розуміє, цього і тому порушує їх.

Насильство в сім'ї є однією з найбільш розповсюджених форм порушення прав людини. У більшості випадків протиправні дії проти когось із членів родини супроводжуються актами агресії, приниження та жорстокої поведінки. Подібні дії з боку насильника приводять до негативного фізичного, психічного та соціального стану здоров'я постраждалої особи. Як правило, найбільше страждають від сімейного насильства жінки та діти.

Нажаль, в нашому суспільстві переважає думка, що проблеми жорстокого поводження із членами сім'ї є внутрішньою проблемою цієї сім'ї і не потребує втручання суспільства, а тим більше держави. Але саме право на захист від насильства над особою, особливо в сім'ї, є одним із

найголовніших прав громадян та дітей зокрема.

Насильство дуже часто присутнє в нашому житті і ми відіграємо в ньому певну роль. Залежно від ситуації ми є свідками, жертвами або ж кривдниками. Трагічність ситуації в тому, що свідки чи жертви насильницької діяльності переносять модель кривдницької поведінки у власне життя та продовжують чинити насильство. Власне створюється коло насильства: жертви стають кривдниками.

Що робити у випадку насильства в сім'ї? Складіть заздалегідь план своїх дій – що робити, куди піти в разі небезпеки. Якщо необхідно піти з дому – підготуйтеся: зберіть найнеобхідніші речі, ліки, одяг, ключі, особисті документи та документи, що підтверджують ваші права власності на житло, машину тощо. Визначте не одне, а декілька місць, де ви могли б сховатися, якщо підете з дому. Пам'ятайте адреси, номери телефонів людей, яким ви можете довіритися у випадку загрози вчинення насильства, або організацій, до яких маєте намір звернутися.

### **Вправа «Мозковий штурм» «Що таке насильство, які його прояви»** (25хв)

Завдання – здобувачам освіти пропонується написати, що таке насильство, його прояви на основі власних знань, особистого бачення цієї проблеми.

Здобувачі освіти зачитують свої визначення та вивішують їх на зображеному «серці»

Педагог пропонує власний варіант визначення насильства.

**Насильство** – це застосування агресивних, жорстоких дій однієї людини по відношенню до іншої, що порушують права і свободу особистості та завдають шкоди фізичному, психічному, моральному здоров'ю, а також розвитку.

Насильство є демонстрацією сили і бажанням здобути цілковитий контроль та владу над іншою стороною..

Як ми ставимося одне до одного? Близькі, дорогі люди, що змушує їх бути такими жорстокими? Чому любов, доброту, терпіння, співчуття, милосердя пускають, під укіс?.

Скажіть, а які ви знаєте слова, що характеризують насильство? - жорстокість, агресія, погроза, гвалт, силювання, примус.

### **Вправа «Міф чи реальність» (5хв)**

Завдання – здобувачам освіти пропонується прослухати факти про насильство та виявити, що являється правдою, а що ні. Для цього їм надаються дві картки з позначками «так», «ні».

Перелік запитань:

1. Чи має насильство позитивні сторони (Ні);
2. Чи є використання нецензурних слів дитиною по відношенню до іншої проявом насильства (Так).
3. Насильство – це тільки тоді, коли видно сліди на тілі жертви. (Ні).
4. Б'ють заслужено (Ні).
5. Дитина, яка потерпає від насильства повинна мовчати про це (Ні).
6. Насильство не карається законом України (Ні)
7. Насильство – це ознака мужності. (Ні)
8. Розповідати, про те, що над Вами були здійснені насильницькі дії – це ознака слабкості дитини (Ні).
9. Особи, які чинять насильство – психічнохворі (Ні).
10. Насильство – це не злочин, а нормальне явище (Ні).
11. Чи повинна поліція втручатися у вирішення проблеми насильства (Так).

### **Види насильства: (5хв)**

**Фізичне насильство** – умисне нанесення побоїв, тілесних ушкоджень, що може призвести до смерті постраждалого, порушення фізичного чи психічного здоров'я, завдання шкоди його честі і гідності.

**Психологічне насильство** - насильство, пов'язане з дією однієї особи на психіку іншої шляхом словесних образ або погроз, переслідування, залякування, якими навмисно спричиняється емоційна невпевненість, нездатність захистити себе та завдається шкода психічному здоров'ю.

**Економічне насильство** – умисне позбавлення особи житла, їжі, одягу й іншого майна чи коштів, на які постраждали й має передбачене законом право.

**Сексуальне насильство** – протиправне посягання на статеву недоторканність.

### **Вправа «Визначте який вид насильства» (10хв)**

Потрібно прокоментувати до яких видів насильства відносяться наступні тези -

1. Приниження особи, брудні лайки, образи – психологічне насильство;
  2. Побиття – фізичне насильство;
  3. Примус до сексуальних дій – сексуальне насильство;
  4. Тілесні ушкодження – фізичне насильство;
  5. Повне вилучення або обмеження коштів – економічне насильство;
  6. Спроби задушення – фізичне насильство;
  7. Проституція – сексуальне насильство;
  8. Втягнення дітей до вживання алкоголю та наркотиків – фізичне насильство;
  9. Обмеження свободи дій – психологічне насильство;
  10. Використання зброї – фізичне насильство;
  11. Жебракування – економічне насильство; Рефлексія
- Що нового ви дізналися?
  - Де можна застосувати здобуті знання?

**Тренер** На наступному занятті ми продовжимо з вами дану тему та дізнаємося ще багато нового.



## **Заняття 1 (Частина 2)**

### **Бесіда з елементами тренінгу «Поняття про насильство»**

**Мета бесіди:** ознайомити здобувачів освіти з актуальністю проблеми насильства, навчити їх розрізняти види насильства та розробити відповідну стратегію поведінки у ситуаціях ризику, аргументувати свої дії з попередження насильства на основі власної відповідальності, окреслити механізм захисту прав дітей.

**Обладнання:** ситуаційні задачі, пам'ятки, Сімейний кодекс, роздатковий матеріал, фліпчарт, Конвенція ООН захисту прав дитини.

### **Хід заняття**

#### **Вступне слово (10 хв.)**

#### **Корисні контакти з питань «домашнього насильства»:**

- Національна «гаряча лінія» з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації – **0 800 500 335** або **116 123** (короткий номер з мобільного)
- Національна дитяча «гаряча лінія» – **0 800 500 225** або **116 111** (для дзвінків з мобільного)
- Гаряча лінія з протидії торгівлі людьми, запобігання та протидії домашньому насильству, насильству за ознакою статі та насильству стосовно дітей (урядовий кол-центр) – **15-47**
- Єдиний номер системи безоплатної правової допомоги – **0 800 213 103**
- Гаряча лінія з питань насильства та складних життєвих обставин у Чернівецькому міському центрі соціальних служб – **0 800 40 64 34**

**Якщо Ви зазнали будь-якого з видів домашнього насильства або розумієте, що існує загроза його скоєння, радимо дотримуватись двох простих правил:**

1) **НЕ МОВЧАТИ** – розповісти друзям, знайомим, сусідам або родичам про такі факти та тримати постійний контакт із довіреною особою (повідомляти їй чи все гаразд);

2) **ДІЯТИ** – повідомити поліцію про такі факти; звернутись за психологічною, правовою та іншою допомогою; шукати альтернативне безпечне житло (ним може стати спеціальний притулок).

Для виклику поліції необхідно телефонувати за **номером 102**. При виклику екіпажу патрульної поліції можна зазначити, що вам потрібен саме екіпаж «**ПОЛІНА**» (поліція проти домашнього насильства).

Міністерство внутрішніх справ запустило **чат-бота з протидії домашньому насильству** в додатку Telegram. Щоб приєднатися до чат-боту, потрібно увійти у додаток і в пошуку вказати **@police\_helpbot**. За його допомогою можна викликати поліцію та швидку, зв'язатися зі спеціалістами безоплатної правової допомоги, отримати загальну інформацію та контакти інших служб.

**ПАНДЕМІЯ COVID-19 ЗНАЧНО ПІДВИЩИЛА ЗАГРОЗУ СТАТИ ЖЕРТВОЮ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА**

**1 Не мовчати**  
розповісти довіреним особам та тримати з ними постійний контакт

**2 ДІЯТИ**  
повідомити поліцію, звернутись до психолога та (чи) юриста, знайти безпечне житло

**ФІЗИЧНЕ НАСИЛЬСТВО**

**ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО**

**СЕКСУАЛЬНЕ НАСИЛЬСТВО**

**ЕКОНОМІЧНЕ НАСИЛЬСТВО**

**ЯК ПРОТИДІЯТИ ДОМАШНЬОМУ НАСИЛЬСТВУ?**

**"ПОЛІНА"**  
спеціальний екіпаж Патрульної поліції

МВС ЗАПУСТИЛО ЧАТ-БОТ ЩОДО ПРОТИДІЇ ДОМАШНЬОМУ НАСИЛЬСТВУ В УМОВАХ КАРАНТИНУ

@police\_helpbot  
Telegram



Якщо вам уже завдали тілесних ушкоджень, обов'язково розкажіть про це працівникові поліції та зверніться до медичної установи. Медичні висновки про отримані тілесні ушкодження можуть бути вагомим доказом того, що сталося.

**Вправа Ситуації: визначте який це вид насильства? (10хв)**

1. Дівчинка із сльозами на очах розповідає іншим дітям: «Мама мене уб'є, якщо дізнається, що я розірвала нову куртку» (психологічне і фізичне).
2. Хлопець Ваня боявся п'яного батька, бо той, повертаючись додому вночі, піднімав із ліжка сина й починав його «виховувати» паском (фізичне)
3. Дівчинка (їй ще немає 6-ти років) чимось образила батька. На знак покарання він не розмовляє із нею місяць. Дівчинка була вражена. Батько вважає, що це нормальна міра виховання (психологічне).
4. Більшість хлопців із 11 класу мали кишенькові гроші, якими вільно розпоряджалися, але батько Влада сказав: «Матимеш гроші тоді, коли в семестрі буде лише 10-11 балів»(економічне).

**Скажіть *будь-ласка, як назвати ту людину, яка чинить протиправні дії.* (5хв)**

-«Агресор».

- Чи погана людина агресор?

- Погані його вчинки. Можливо, він і не погана людина, і здатен на добрі вчинки, просто він не розуміє, що самостверджуватися за рахунок приниження іншого, або скидати агресію на інших жорстоко, непорядно, не по людськи.

Запитання:

- Скажіть, чи може дитина виплескувати в закладі те, що відбувається в родині?

- За будь-яких умов не можна виправдувати насильство, агресивну поведінку!

- Будь-який тип поведінки чимось обумовлений, має причини.

- Якщо дитина навчиться знаходити ці причини, міркувати над ними, можливо, вона зможе контролювати свою поведінку.

**Вправа Мозковий штурм «Хто може здійснювати насилля?» (5хв)**

(записати на плакаті (батько, мати, діти один щодо іншого, вчителі і т.д.)) Які можуть бути вчинки дітей ...

**Тренер.** Бувають ситуації, які можуть спровокувати насилля. Часто

людина сама своїми діями створює умови для виникнення таких ситуацій

- Які ситуації? Назвіть їх. (провокації, обзивання один на одного, насмішка, плітки, обмови і т.д.)

**Тренер.** Поведінку, яку може спровокувати насилля, називають «віктимною» (латинське жертва), тобто людина поводить себе як потенційна жертва, створюючи передумови до насилля. Поведінка може бути провокативною та необережною. Провокативною вважається поведінка, коли потенційна жертва спілкується з незнайомими людьми, відвідує їхні квартири, залишається наодинці з цими людьми.

Необережна поведінка не є провокативною, але створює умови для зґвалтування чи іншого насильства. Це – необачні вчинки. Наприклад, поява у темному чи безлюдному місці. Якщо дитина знає про це – її шанси стати жертвою значно меншають.

**Притча(5хв).** А зараз послухайте притчу «Про жорстокість»

- якось здобувач освіти під час бойових мистецтв запитав у майстра:

- Учителю, а як довідатися, наскільки я жорстокий? І майстер відповів йому:

- Щоразу, коли ти будеш завдавати удару своєму ворогові, уяви себе на його місці і відчуй його біль. І якщо ти одного разу не відчувеш болю, знай, жорстокість поглинула тебе.

*Проаналізуйте цю притчу.*

Народ, у 21 столітті психологи, педагоги, лікарі почали бити на сполох. Жорстокість, агресія починають зростати швидкими темпами.

- У чому ж причина цього?

Фахівці констатують, що в першу чергу агресію підлітків викликає не телебачення і комп'ютер а те, що батьки не приділяють уваги своїм дітям, вони з головою поглинули у побутові справи.

### ***Як протидіяти насильству? (15хв)***

Наступний етап роботи з дітьми – запропонувати їм подумати над тим, як зупинити насильство.

## **АЛГОРИТМИ ДІЙ ДИТИНИ В СИТУАЦІЇ ДОМАШНЬОГО НАСИЛЬСТВА В УМОВАХ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ**

***Якщо ти потрапив/потрапила в ситуацію насильства, або скоїв/скоїла насильство, або став/стала свідком, звернися до будь-кого зі списку нижче:***

- на Національну дитячу гарячу лінію за номером 0-800-500-225 або 116 111 (безкоштовно зі стаціонарного та мобільного телефонів, анонімно);
- поліція за номером 102;
- дорослих, кому ти довіряєш; працівників закладу освіти, де ти навчаєшся; старших брата/сестри, інших родичів, сусідів;
- іншим особам, кому довіряєш.

***Якщо ситуація насильства є критичною - ти відчуваєш загрозу своєму життю та здоров'ю, тобі необхідно:***

- знайти безпечне місце: або в приміщенні, де ти знаходишся, або покинути приміщення (вибігти з нього, по можливості, взяти з собою необхідні речі) та звернутись по допомогу до сусідів, родичів, друзів, просто перехожих;
- зателефонувати поліції за номером 102 та/або на Національну дитячу гарячу лінію.

***Якщо насильство ще знаходиться на початковому етапі і має незначні наслідки для тебе:***

- ти розумієш, що людина, яка вчиняє насильство до тебе, готова до спілкування і не завдасть тобі більшої шкоди, спробуй з нею поспілкуватися

за допомогою «Я-твердження». Перед тим, як спілкуватися з цією людиною, поміркуй та склади свою розмову, дотримуючись алгоритму в наведеному прикладі.

- Після того, як ти склав/склала розмову, задай питання, звертаючись до цієї людини «Чи можеш ти мене зараз вислухати?». Якщо ти отримаєш позитивну відповідь, почни розмову.

#### **ПРИКЛАД «Я-твердження»**

***Коли я ... (описати ситуацію або поведінку людини):***

*Мама. тата... коли ти/ви на мене кричите. даєте ляпаса. звертаєтесь лайливими словами, забороняєте спілкуватися з друзями/подругами тощо.*

***Я відчуваю ... (власні почуття і переживання стосовно ситуації***

*Я відчуваю біль. страх. тривогу. хвилювання. погано сплю. відчуваю занепокоєння. плачу тощо.*

***Тому що... (пояснення, чому дії співрозмовника/ці викликають такі емоції висловлення власних інтересів):***

*Тому що мені це неприємно. Я прошу вас почути мене та не вчиняти до мене такі дії".*

***Ось чому я хочу/бажаю/хотіла би ... (бажані зміни в діях співрозмовника/ці):***

*Ось чому я хотіла/хотів би виробити спільні правила спілкування. щоб ми чули одне одного та уникали неприємних ситуацій в нашій сім'ї.*

***Як зупинити насильство, що відбувається в навчальному закладі чи поза ним.***

1. Ігноруй, не відповідай емоційно, не ведися на провокації кривдника.
2. Зупини агресора (наприклад: «Якщо ти не зупинишся, я буду змушений все розповісти дорослим»).
3. Попроси допомоги. Це не ознака слабкості чи боягузтва! Ти захищаєш себе, своє здоров'я, своє життя!
- 4.Зберігай рівновагу і спокій!!! Ти маєш право захищати себе!!!

**Запитання:** - До кого звертатися у випадку насильства? **Відповідь:** - До соціального педагога (він захищає права дітей), психолога (він спробує встановити причини) чи до будь кого з дорослих, хто є поруч.

### **ПАМ'ЯТАЙТЕ!**

- Ти маєш право відмовитися робити те, до чого тебе примушують силою або образливими, злими словами.
- Ми подібні, але всі різні.
- Твоя власність належить тільки тобі.
- Ти маєш право на допомогу.
- Кожна людина має право жити вільно, у безпеці, відчуваючи тепло і любов!
- Пам'ятайте, що насильство над вами, здійснене будь-ким, не є нормою життя. Насилля – не припустима річ у стосунках людей.
- У сім'ї ви маєте право на те, щоб до вас ставилися з повагою, не ображали.
- Пам'ятайте необхідні правила безпеки: зокрема, не варто тут же кидатися на допомогу, коли тато б'є маму, особливо коли він – з небезпечними предметами в руках; ваше завдання – якомога швидше сховатися, залишити домівку взагалі – на допомогу покличете дорослих, які краще знають, як діяти за таких обставин.
- Ви маєте право на захист, якщо навіть найрідніші люди принижують вашу гідність.
- Поділіться своїми проблемами з учителем, класним керівником, психологом, зверніться до міліції.
- Не вірте у погрози з боку кривдників.
- Ви маєте право висловлювати і відстоювати свою думку. Чітко і

однозначно висловлюйте осуд щодо насильницької поведінки взагалі.

- Знайте, коли вас постійно контролюють, принижують, примушують до чогось, використовують в спілкуванні з вами лайливі слова – це насильство.

- Не вважайте, що ви заслужили на таке ставлення з боку дорослих. Ніхто, в тому числі ваші батьки, рідні, не мають права принижувати вас, поводитися жорстоко стосовно дитини – це карається законом. В Сімейному кодексі (ст.. 150, ч. 7) написано: «Забороняються фізичні покарання дітей батьками. Та інші види покарань які принижують людську гідність. Дитина може подати до суду, до громадських організацій, якщо виховання не належне».

- Навчаться розрізняти поняття «добро» і «зло». Все, що принижує людську гідність – є зло, все, що звеличує гідність людини – добро.

*Отже, для того, щоб бути захищеним ми повинні знати свої права я хочу вас ознайомити з документом, який називається Конвенція ООН захисту прав дитини:*

**Конвенція про права дітей: (5хв)**

**Рефлексія**

- Що нового ви дізналися?
- Де можна застосувати здобуті знання?

**Тренер.** Отже, я надіюсь, що у вашому житті ніколи не буде насилля. Бо це ганебно і жорстоко. Люби ближнього як самого себе і тоді все у твоєму житті буде добре.



## **Заняття 2**

### **Тренінг з елементами навчання для педагогів**

#### **«Попередження насильства у шкільному середовищі»**

**Мета:** ознайомити учасників тренінгу з актуальністю проблеми насильства у дитячому середовищі, навчити педагогів реагувати на ситуації насильницького характеру в навчальному закладі.

**Обладнання:** стікери різних форм, цукерки, Конвенція ООН про права дитини, плакати «Правила групи», маркери, роздатковий матеріал (ситуаційні завдання).

#### **Хід заняття**

##### **Вступне слово. (20 хв.)**

«Щаслива дитина – щаслива родина». Будинок символізує міцність та стійкість сім'ї. А оскільки навчальний заклад - це другий дім, у якому здобувачі освіти проводять більшу частину дня, ми сьогодні спробуємо облаштувати прилеглу до будинку територію, щоб тим, хто житиме у ньому було приємно і комфортно. Адже багато чого залежить саме від нашої з вами роботи.

Як педагог(-иня) може виявити домашнє насильство над дитиною в умовах дистанційного навчання?

У виявленні фактів домашнього насильства має значення спостережливість педагогічних працівників(-ць) закладу освіти, їхнє уважне ставлення до учасників(-ць) освітнього процесу і здатність вчасно помітити тривожні симптоми в поведінці та настроях дітей.

**Якщо під час проведення онлайн-занять педагог(-иня) бачить або чує:, що:**

*батьки або інші члени сім'ї* застосовують до дитини штовхання, хапання, ляпаси, побиття, стусани, укуси, викручування рук, смикання за волосся, словесні образи, погрози, приниження, крики, залякування тощо; перешкоджають спілкуванню з однолітками; перешкоджають участі дитини в онлайн-занятті; навмисно псують улюблені іграшки, особисті речі;

примушують виконувати непосильну для дитини роботу; змушують виконувати роботу замість відвідування онлайн-занять; сваряться, б'ються між собою, тощо.

Дитина:

Скаржиться на вище перелічені прояви до неї зі сторони батьків, родичів;

Протягом одного із занять різко змінює звичну для себе поведінку;

Уникає контакту з однолітками та педагогами, не виходить на зв'язок або змінила стиль спілкування;

Проявляє страх перед появою батьків, інших членів сім'ї;

Проявляє насильство, агресивну поведінку до інших;

Має тілесні ушкодження, синці, намагається приховати травми та обставини їх отримання під час онлайн спілкування;

Заплакана, замкнута, тривожна, боязка, відмовляється вмикати камеру та мікрофон;

Має поганий вигляд, скаржиться на погане самопочуття;

Демонструє втрату інтересу на навчання та іншої діяльності;

**Ці поведінкові прояви та видимі ознаки можуть сигналізувати, що дитина потерпає від будь якої з форм насильства або є загроза вчинення насильства.**

**Алгоритм реагування педагогічних працівників та перенаправлення дітей, постраждалих від домашнього насильства під час освітнього процесу в умовах дистанційного навчання**

***В разі отримання інформації / повідомлення чи у ситуації особистого виявлення домашнього насильства або загрози його вчинення:***

Передайте інформацію для подальшого реагування керівнику закладу або уповноваженій особі;

Зберігайте спокій, налаштуйте себе на спілкування з дитиною;

Оцініть стан дитини;

Забезпечте організацію надання медичної допомоги (у разі потреби):

- дізнайтеся адресу місцезнаходження дитини;
- викличте швидку допомогу за номером 103.

Не залишайте дитину наодинці:

- зателефонуйте до дитини або вийдіть на зв'язок через соціальні мережі;
- дізнайтеся чи є ще хтось вдома із дорослих. Якщо так, запитайте чи може дитина довіритися цій людині.

Якщо поряд тільки кривдник, запропонуйте знайти безпечне місце для спілкування:

- будьте на зв'язку до поки не впевнитесь що дитина в безпеці;
- у разі потреби зателефонуйте до поліції за номером 102.

Заспокоюйте дитину:

- запропонуйте випити склянку води, глибше подихати;
- запитайте у дитини про її емоційний та фізичний стан: «Що сталося?», «Як ти себе почуваєш?», «Що я можу для тебе зробити?».

Похваліть дитину за те, що вона до Вас звернулася та розповіла про ситуацію;

Можете провести бесіду з учасниками ситуації: спостерігачами, дитиною кривдником, **дотримуючись відповідних правил спілкування;**

Можете провести бесіду з батьками дитини.

Також у ситуації домашнього насильства можна звернутися для отримання консультацій юристів, психологів та соціальних працівників на:

Національну дитячу гарячу лінію 116 111 з мобільного або 0 800 500 225 зі стаціонарних(пн.- пт. з 12.00 до 20.00). Дзвінок є безкоштовним, анонімним та конфіденційним.

Національну гарячу лінію з попередження домашнього насильства, торгівлі людьми та гендерної дискримінації за тел.. 0 800 500 335 або 116 123

з мобільного та стаціонарного телефонів цілодобово. Дзвінок є безкоштовним, анонімним та конфіденційним.

Гарячу лінію для осіб, які постраждали від домашнього насильства що створена на базі Урядового контактного центру за номером 15 47. Сервіс цілодобово доступний, дзвінки є безкоштовними.

Особа може звернутися, окрім вище перелічених механізмів особисто до органів Національної поліції та служби у справах дітей.

Привітання, прийняття правил роботи в групі.

### **Вправа «Моя відповідальність» (10 хв.)**

Учасникам пропонується на паперових травинках продовжити речення «Бути відповідальним для мене...». Кожен по черзі коментує та ліпить свою травинку на малюнок.

### **Вправа «Мозковий штурм» (5 хв.)**

Учасники разом із тренерами обговорюють проблему насильства та його види.

Після виконання вправи учасники об'єднуються в групи шляхом вибору цукерок (з коробки обирають цукерку та шукають таких же учасників, які вибрали таку саму цукерку). Далі всі вправи учасники виконують в групах.

### **Робота в групах «Вид насильства» (10 хв.)**

Кожному учаснику роздається стікер з певною ознакою поведінки чи психіки дитини. Завдання – визначити, до якого виду насильства відноситься.

- 1) негативізм, агресивність, жорстоке ставлення до тварин (фізичне насилля);
- 2) ушкодження внутрішніх органів і кісток, які не є наслідком нещасних випадків (фізичне насилля);
- 3) синець або поріз, якому немає пояснень (фізичне насилля);
- 4) частини на голові без волосся (фізичне насилля);
- 5) сліди від зв'язування (фізичне насилля);
- 6) незвичні опіки (цигаркою або розжареним предметом, так зване «тавро» (фізичне насильство);

- 7) знання та використання термінології та жаргону сексуалізованої тематики, зазвичай не властивих дітям відповідного віку (сексуальне насильство);
- 8) інфекції ротової порожнини неявної етіології (сексуальне насильство);
- 9) брак догляду за собою (сексуальне насильство);
- 10) синдром «брудного тіла»: постійне перебування у ванній, під душем, що має настирливий характер (сексуальне насильство);
- 11) запобіжні заходи, щоб важче було знімати одяг (багато пасків, ременів, одночасно надягнені декілька пар штанців) (сексуальне насильство);
- 12) відсутність інтересу чи емоцій (психологічне насильство);
- 13) сліди укусів людиною (фізичне насильство);
- 14) висипи та/або кровотечі в ділянці паху, геніталій, анального отвору (сексуальне насильство);
- 15) примушення до дитячої проституції (сексуальне насильство);
- 16) страх перед чоловіками (сексуальне насильство);
- 17) крики, образи молодших від себе дітей (психологічне насильство);
- 18) вживання ненормативної лексики (психологічне насильство);
- 19) цькування однокласників (психологічне насильство);
- 20) приступи люті та агресивності (психологічне насильство);
- 21) нерозбірлива та/або активна сексуальна поведінка; (сексуальне насильство);
- 22) сексуальні домагання до інших дітей (сексуальне насильство);
- 23) дитина постійно голодує через брак їжі; (економічне насильство);
- 24) дитина носить брудний одяг, що має неприємний запах; (економічне насильство);
- 25) дитина виглядає занедбаною (економічне насильство);
- 26) вдома холодно, безлад і антисанітарія; (економічне насильство);
- 27) є інформація про трудову діяльність дитини (особливо

молодшого віку) (економічне насильство);

28) дитина жебракує, втікає з дому (економічне насильство);

29) у дитини немає іграшок, книжок, розваг (економічне насильство).

### **Вправа «Сильна сторона відповідальності» (5 хв.)**

Учасникам пропонується на паперових квіточках продовжити речення «Чим сильнішою є моя відповідальність, тим...». Кожен по черзі коментує та ліпить свою квіточку на малюнок

### **Робота в групах «Реакція на ситуацію насильства в школі: виявлення причин виникнення насильства та його наслідків» (20 хв.)**

Кожній групі пропонують розглянути по дві ситуації певного виду насильства. Одна із ситуацій трактується як «незначна», а інша – як виражена форма прояву насильства в дитячому середовищі.

#### **Фізичне насильство**

**Ситуація 1** У школі склалася традиція: кожного новенького учня однокласники «випробовують на міцність». Протягом перших тижнів після уроків відбувається групове побиття новенького. Зазвичай таке «посвячення» здійснюється поза школою (за шкільним спортивним майданчиком). Серйозних травм ніхто не отримував.

**Ситуація 2** Учні третього класу при виході з класу на перерву, проходячи повз однокласника Іллю, дають йому запотиличники. Таке продовжується щодня, на кожній перерві, починаючи з першого класу.

#### **Психологічне насильство**

**Ситуація 1** Учні сьомого класу оголосили бойкот однокласниці К. К. – хвороблива дівчинка, навчається посередньо, часто пропускає школу через хвороби, нічим не привертає уваги вчителів, в житті класу участі не бере.

**Ситуація 2** В школі традиція – давати прізвиська учням та вчителям.

#### **Сексуальне насильство**

**Ситуація 1** Хлопці, учні шостих-сьомих класів кидають жарти сексуального характеру на адресу своїх однокласниць і намагаються «затискати» їх у місцях, звідки важко вибратися (в роздягальнях, кутках).

**Ситуація 2** Хлопчина в навчальному закладі постійно піднімає спідницю своїй однокласниці

**Зневажливе ставлення до потреб дитини (економічне насильство)**

**Ситуація 1** В школі відбуваються крадіжки мобільних телефонів та грошей у вчителів.

**Ситуація 2** На великій перерві учні всі разом біжать у їдальню, і ті, які добігають першими, хапають налитий сік, перевертаючи водночас інші склянки, які стоять поруч, набирають стільки печива, скільки хочеться.

Учасники в групах обговорюють ситуації, намагаються з'ясувати причини таких подій та хто відповідальний за їх виникнення, а також знайти можливі способи реагування в конкретних випадках. Надалі групи презентують свої напрацювання. Тренер звертає увагу учасників на те, що у всіх ситуаціях виникнення насильства можливе лише за активного чи пасивного заохочення дорослих або ж через їхнє байдуже ставлення до «легких» форм насильства, що тягнуть за собою виникнення важких випадків, які вже неможна ігнорувати. Після закінчення презентації на новому аркуші записуються загальні етапи профілактики представлених форм насильства.

**Фізичне насильство**

**Ситуація 1** – в школі вчителями не сформоване привітне ставлення до учнів, існує силова градація серед учнів.

**Ситуація 2** – вчитель молодшої школи недбало ставиться до «легких» форм насильства. Тренер має акцентувати увагу на тому, що саме вчителі повинні допомагати учням правильно ідентифікувати свою поведінку, мають навчити їх бачити межу між фізичним контактом і фізичним насильством. Паралельно слід звернути увагу учасників на те, що, вказуючи небажані форми поведінки, обов'язково потрібно навчати своїх вихованців соціально прийнятних форм прояву агресії.

**Психологічне насильство**

**Ситуація 1** – учні переймають манеру вчителя ігнорувати нецікавого чи неугодного учня.

**Ситуація 2** – у школі панує несерйозне ставлення до ярликів, прізвиськ, штампів.

### **Сексуальне насильство**

**Ситуація 1** – в школі недостатня увага приділяється психосексуальному вихованню дітей. Наслідок – дефіцит знань та вмінь соціально прийнятними методами виражати симпатію.

**Ситуація 2** – вчителі недостатню увагу приділяють уваги поведінці

учнів **Зневажливе ставлення до потреб дитини**

**Ситуація 1** – дуже ймовірно, що на крадіжки цінних речей у дітей

дорослі не звертали уваги. І тільки коли речі та гроші почали зникати у викладачів, забили на сполох.

**Ситуація 2** – не сформована повага до потреб інших людей, недостатнє культурно-естетичне виховання.

### **Вправа «Ефективність моєї роботи» (10 хв.)**

Учасникам пропонується на паперових пташках продовжити речення «Для ефективної роботи з протидії насильства...» . Кожен по черзі коментує та ліпить свою пташку на малюнок

### **Вправа «Я зрозумів....Я буду....» (5 хв.)**

Учасникам пропонується на паперових промінчиках продовжити речення «Я зрозумів...Я буду...». Кожен по черзі коментує та ліпить свій промінчик на малюнок.

### **Рефлексія (5 хв.)**

- *Що нового ви дізналися?*
- *Де можна застосувати здобуті знання?*

Тренер дякує всім за участь та продуктивну роботу в колі під час  
нінгу.





## Тема2 Протидія насильству

### Заняття 3 Частина 1

#### Тренінгове заняття для підлітків

##### «Сексуальне насильство над дітьми - недопустиме»

**Мета:** розширити суть поняття сексуальне насильство; надати інформацію про історичні факти скоєння сексуального насильства над дітьми та ставлення до цих фактів сучасного суспільства; розвивати знання про власну роль у створенні сексуально безпечної поведінки та небезпечної поведінки.

**Обладнання:** Конвенція ООН про права дитини, Конституція України, плакати «Правила групи», маркери, стікери, роздатковий матеріал.

#### Хід заняття.

##### Вступне слово тренера ( 5 хв.)

Доброго дня! Я дуже рада, що ви сьогодні всі в гарному настрої прийшли на наше заняття. Тема нашого заняття - тренінгу є непростю та дуже актуальною в усьому світі.

В наш час суспільство переповнене насильством, що чиниться в найрізноманітніших сферах людської діяльності. Та ми сьогодні будемо говорити про насильство, тобто те, яке має місце у стосунках між людьми, а саме: сексуальне насильство над дітьми.

##### Вправа «Приємно познайомитися» ( 5 хв.)

Тренер пропонує учасникам по черзі назвати власне ім'я та своє улюблене захоплення. Наприклад: « Я- Катерина, люблю читати художні книги», а іншим учасникам підтримувати повідомлення так : у відповідь на кожен фразу інші учасники вигукують « І, це - здорово!», водночас піднімаючи великий палець.

Після завершення соціальний педагог проводить обговорення:

- Що ви відчували під час виконання вправи?

##### Вправа «Правила роботи» (5 хв.)

Тренер звертає увагу учасників на плакат «Правила групи» і говорить: щоб плідно працювати, нам потрібно виробити спільні правила роботи. Я пропоную такі ( *зачитує правила на плакаті*). Чи є в когось доповнення? Коли доповнень не має, можна вважати запропоновані правила прийнятими. Дякую. Кожен має їх дотримуватися.

1. Тут і тепер.
2. Добровільність і активність.
3. Щирість у спілкуванні.
4. Чесність і правдивість.
5. Право на власну думку.
6. Доброзичливість у ставленні до інших.
7. Відвертість.
8. Взаємопідтримка.

#### **Вправа « Наші очікування» ( 5 хв.)**

Тренер прикріплює до дошки плакат з намальованим пшеничним полем та роздає стікери в формі зерняток, на яких учні повинні прописати свої очікування та по черзі зачитати і розповісти, чому їх цікавить саме такі питання? ( *Зернятка прикріплюють до плаката*)

Після завершення соціальний педагог проводить обговорення:

- Як на вашу думку, про що свідчать наші очікування? ( *відповіді здобувачів освіти*)

#### **Інформаційне повідомлення (10 хв.)**

Тренер Ми з вами часто говоримо и чуємо про різні форми насильства над дорослими, але чомусь замовчуємо про сексуальне насильство над дітьми яке існує тисячоліття.

Сучасні джерела здебільшого замовчують про такий бік відносин із дітьми, а більшість книг і рукописів, що становлять основу такого дослідження не доступні. Однак у доступних наразі джерелах досить фактів, що сексуальні образи дітей у минулому були звичним явищем, ніж зараз.

Література і мистецтво тих часів підтверджують факти сексуального використання маленьких дітей, в античності дитина з перших років життя зростала в оточенні, яке використовувало її в сексуальних цілях. В Римі наприклад навіть були публічні будинки, де працівниками комерційного сексу були не лише малолітні дівчатка, а й хлопчики. Так, давньогрецький державний діяч Есхін визначає, що в дитинстві чимало хлопчиків, і навіть він сам, піддавалися сексуальному використанню. У Афінах за просто можна було взяти хлопчика чи дівчинку напрокат, а інколи власні батьки продавали дітей для співжиття.

Слід зазначити, що розповсюджене сексуальне насильство над дітьми неможливе без однієї умови - співучасті батьків дитини, нехай навіть неусвідомленої. У минулому діти перебували під цілковитим контролем батьків, і лише вони могли дати згоду на сексуальне використання і передати дітей в руки гвалтівника.

- Що ж змінилося зараз?

- Чи є сексуальне насильство над дітьми в наш час? *(відповіді здобувачів освіти)*

### **Вправа « Ні» насильству! (10 хв.)**

Мета: сприяти усвідомленню учасниками особливостей і небезпеки «віктимної поведінки»; формувати навички уникнення насильства.

**Тренер.** (5 хв.) Інколи стаються ситуації; які можуть спровокувати насильство. Часто ми самі своєю поведінкою, діями створюємо умови для виникнення таких ситуацій. Наприклад: грубе поводження з іншими людьми може спровокувати у відповідь агресивну поведінку.

- А які дії на вашу думку, можуть призвести до сексуального насильства? *(висловлювання здобувачів освіти записуємо на дошці).*

Тренер ( коротко коментує записані варіанти і робить висновок)  
Поведінка, яка може спровокувати насильство, зокрема й сексуальне, називається «віктимної» ( в перекладі з лат. « жертва»), тобто людина поводиться як потенційна жертва, створюючи передумови для сексуального

насилства. Вона робить необачні дії та вчинки, заводить розмову з незнайомими чи малознайомими людьми, відповідає на їхні запрошення відвідати квартиру, залишається наодинці з цими людьми в нелюдних місцях. Вона вживає з ними спиртні напої, не відхиляє натяки на сексуальне зближення, пропускає різноманітні жарти сексуального характеру, допускає дотики, тобто своєю поведінкою вона може створити умови, сама спровокувати зґвалтування.

### **Рефлексія та обговорення (5 хв.)**



## Заняття 3 Частина 2

### Тренінгове заняття для підлітків

#### «Сексуальне насильство над дітьми - недопустиме»

**Мета:** розширити суть поняття сексуальне насильство; надати інформацію про історичні факти скоєння сексуального насильства над дітьми та ставлення до цих фактів сучасного суспільства; розвивати знання про власну роль у створенні сексуально безпечної поведінки та небезпечної поведінки.

**Обладнання:** Конвенція ООН про права дитини, Конституція України, плакати «Правила групи», маркери, стікери, роздатковий матеріал.

#### Хід заняття.

**Вступне слово**(5 хв.). Ми з вами уже говорили про насильство та його види і ви напевне можете відповісти:

- Що ж таке сексуальне насильство?

**Сексуальне насильство** - це будь-який сексуальний контакт або спроба його здійснити, небажані сексуальні зауваження або загравання.

**Тренер.** Поняття сексуального насильства охоплює не лише факт фізичного проникнення, а й наміри, домагання та зґвалтування ( *Схема складових сексуального насильства*)

#### **Вправа « Міф чи реальність» (10 хв.)**

Пропонують прослухати факти про насильство та визначити, що є правдою, а що ні. Для цього їм надають дві картки з позначками « ТАК», « НІ».

**Тренер.** Гвалтівники траплялися протягом всієї історії людства: і в тих краях, де люди ходили в пов'язках на стегнах, і там, де було прийнято кутатися, щоб було видно лише одні очі людини.

Чи завжди жертва винна, що над нею вчинено сексуальне насилля?  
Зараз ми з вами спробуємо розібратися.

**МІФ 1.** «Жертвами зґвалтування є лише красиві молоді жінки».  
(НІ).

Більш ніж у 20% випадків жертвами сексуального насильства стають діти віком до 12 років і жінки старше 40 років. Провідну роль у виборі жертви зґвалтування відіграє не краса і сексуальність, а беззахисність людини та потреба гвалтівника у самоствердженні.

**МІФ 2 «Свою жертву гвалтівник обирає випадково та спонтанно»**  
(НІ)

Близько 80% жертв насилля зазначають, що знають свого нападника: від періодичних випадкових зустрічей у певних публічних місцях до дружніх стосунків.

**МІФ 3 «Жертви насилля самі провокують гвалтівника»** (НІ)

Довжина спідниці та кількість косметики не мають стосунку до сексуального насильства: воно відбувається і там, де жінка має право вийти з дому лише повністю прикрившись ( *наприклад, в арабських країнах*).

**МІФ 3 «Сексуальне насильство відбувається в небезпечних місцях, у темний час доби»** (НІ)

Насправді немає такого місця, де ви були би повністю захищені від сексуального насильства. Близько 16 % випадків насильства трапляються на вулиці, 4% - в офісних установах ( *школах, лікарнях, офісах*).

**МІФ 4 «П'яні жертви самі прагнули близькості»** (НІ)

Ступінь сп'яніння позбавляла жертву можливості чинити опір гвалтівникові, але це не скасовує факт насильства. У такому разі злочин кваліфікують, як зґвалтування людини, яка перебуває в безпорадному стані.

**МІФ 5 «Більшість почутих повідомлень про зґвалтування дітей є вигаданими.»** (НІ)

Насправді масштаб сексуальних злочинів проти дітей значно применшений. Діти є дуже привабливою мішенню для гвалтівників, оскільки вони не мають знань про сексуальність і пов'язані з нею дії, їх легко переконати, що дивні вчинки дорослих стосовно них - гра, спосіб лікування або покарання за погану поведінку.

**Вправа «Галерея відповідальності»** (10 хв.)

Здобувачі освіти об'єднуються у дві підгрупи, отримують ватмани, маркери, фломастери та картки із завданнями. С/П наголошує, що учасники можуть як прописати так і намалювати свої відповіді.

**Перша підгрупа:** прояви безвідповідальної статевої поведінки, як дорослих так і підлітків.

**Друга підгрупа:** відповідальна статеву поведінка.

Учні презентують свої напрацювання та обговорюють.

Отже, дуже часто наша поведінка є приводом як до дружніх стосунків так і до конфліктних ситуацій, які можуть мати негативні наслідки.

Знання про відповідальну статеву поведінку, віктимну поведінку допомагає уникнути насильства. ( Далі соціальний педагог роздає кожному учаснику пам'ятку « Як уникнути сексуального насильства?»)

**Вправа «Перетягни газету»** (10 хв.) ілюстрація сценарію у якому розвивається конфлікт.

Учасники об'єднуються у пари, отримують газету і згортають її в трубочку, стають у метрі одне від одного, підгинають одну ногу і притримують її рукою. Вільною рукою вони беруть трубочку з газети і починають її перетягувати, прагнучи вивести одне одного з рівноваги, проте водночас не розірвати газету.

Обговорення :

- Які відчуття виникали під час виконання вправи?
- Чи важко було себе стримувати?

**Тренер.** Конфлікти та прояви насильства в усіх його видах в сучасному суспільстві також не рідкість, але у сучасному цивілізованому світі сексуальне використання дітей є злочином і карається законом. В Україні такі дії караються за статтею 156 КК України « Розбещення неповнолітніх. Вчинення розпусних дій щодо особи, яка не досягла шістнадцятирічного віку, карається арештом на строк до 3 років. Ті самі дії, вчинені щодо малолітньої особи батьком, матір'ю чи особами, що їх заміняють, - караються обмеженням волі на строк до 5 років або позбавленням волі на

строк до 3 років. Розпусні дії можуть бути як фізичними, так й інтелектуальними. Об'єктом злочину є статева недоторканість і нормальний фізичний, психічний і соціальний розвиток неповнолітніх.

### **Притча « Усе в твоїх руках» (10 хв.)**

Тренер розповідає притчу та обговорює її із здобувачами освіти.

- Діти, як ви вважаєте, що мав на увазі мудрець, коли так відповів чоловікові?*( відповіді учнів)*

*(Що від самої людини залежить, житиме метелик чи ні).*

Проте в таких мудрих словах є ще один зміст, від самої людини залежить як вона проживе своє життя.

### **Міні - лекція « Шлях, який обираєш ти...» (5 хв.)**

Кожен із нас є найкращим експертом у своєму житті. Наше майбутнє залежить тільки від нас і нашого вибору і більше не від чого. Кожна людина творить своє майбутнє, щодня роблячи свій вибір і цей вибір повинен базуватися на розумінні, що сьогоднішні наші дії вплинуть на все наше майбутнє.

Якщо хочете прожити своє життя повноцінно, не можна покладатися лише на щасливий випадок, кожен сам творить своє щастя, і ви здатні на це. За будь-якою обставиною, стоїть цілий ланцюжок виборів, зроблених вами, які і привели до цієї чи іншої події.

### **Рефлексія та обговорення (5 хв.)**

Тренер пропонує кожному учневі висловитись, прикріплюючи до плаката з очікуваннями ще по зернятку, якщо очікування здійснилися зернятко кріпимо до стебельця пшениця, а якщо ні то на залишаємо на ґрунті.

Ось, і підійшло наше заняття до кінця. Дякую за співпрацю!



## Заняття 4

### Бесіда «Скажи Ні будь-якому насильству»

**Мета:** сформувати уявлення про проблему насилля й жорстокості, їх наслідків для дитини чи інших членів родини; вивчити права дітей, обговорити питання, як захиститися від будь-якого насильства; виховувати вміння попереджувати жорстоке поводження з людьми.

**Обладнання:** роздатковий матеріал, плакат, відеоролик «жорстокість», ситуаційні завдання, Конвенція ООН «Про права дитини».

### *Хід заняття*

Вступне слово(5 хв.)

Дитячі очі чисті, щирі

В них видно наміри й думки,

Вони хоч чорні, сині, сірі

Бувають радісні й сумні.

Мабуть, радісними є очі дітей, коли у них щасливе дитинство, коли ніщо не пригнічує і не турбує. А сумними – коли діти зазнають страждань, принижень.

Сім'я, дитинство, материнство і батьківство охороняються державою.

Конституція України, стаття 51

- Як ви вважаєте, діти, чи правильно говориться в народній приказці: за одного битого сім небитих дають. Висловіть своє ставлення до цього твердження.

**Вправа «Мікрофон»(5 хв.)**

Тренер: На жаль, ми живемо у світі де, на превеликий жаль, існує таке негативне явище, як насилля. Давайте з'ясуємо зміст поняття «насилля».

Насилля – це застосування особою чи групою осіб засобів примусу щодо іншої особи чи групи осіб.

Насилля – це дії, що принижують людську гідність, завдають шкоди здоров'ю, а іноді й життю. 2

Тренер Давайте з'ясуємо, які бувають види насилля.

### **Розгляд схеми-таблиці**

Види насилля

Психологічне: глузування, образа, приниження, пліткарство

Фізичне: побиття, тілесні ушкодження

Расове: віросповідання, колір шкіри

Статеве: сексуальне, експлуатація, дискримінація

Економічне: позбавлення житла, їжі, майна, коштів, одягу

Тренер. А чи належить до насилля торгівля людьми?

Звичайно. Бо для цього торговець людьми повинен заволодіти людиною, втертися в довіру до неї, а потім продає особу, навіть без її відома. Використовує для злочинів, для жебрацтва, роблять рабами. У дорослих відбирають паспорти.

### **Анкетування: (5 хв)**

1. Скільки вам років?

2. Ваша стать: дівчина, хлопець.

3. Як ви ставитеся до різних проявів насильства?

4. Чи допускав хто-небудь по відношенню до вас насилля?

- Так

- Ні

5. Які прояви насилля ви зазнали по відношенню до себе?

- Фізичне

- Емоційне

- Сексуальне

- Жодного

6. Допускав хто-небудь насилля в сім'ї щодо вас?

- Так

- Ні

7. Чи відчували ви жорстоке поводження з боку друзів, однолітків, дорослих?

- Так

- Ні

8. Чи намагалися ви себе захистити?

- Так

- Ні

9. Чи спостерігали ви насилля в сім'ї щодо інших членів родини?

- Так

- Ні

10. По відношенню до кого було направлене жорстоке поводження в сім'ї?

- До мами

- До батька

- До дідуся

- До бабусі

- До брата

- До сестри

- До тварин

11. Які вас огортають почуття, коли вам доводиться бачити жорстоке

насилля?

- Страху

- Ненависті

- Злості

- Незахищеності

- Жахливості

- Провини
- Сорому
- Співчуття
- Байдужості
- Жалості

**Вправа Мозковий штурм «Хто може здійснювати насилля» (10 хв.)**

(записати на плакаті (батько, мати, здобувач один щодо іншого, педагоги і т.д.))

**Вчинки дітей**

**Тренер.** Бувають ситуації, які можуть спровокувати насилля. Часто людина сама своїми діями створює умови для виникнення таких ситуацій

- Які ситуації? Назвіть їх. (провокації, обзивання один на одного, насмішка, плітки, обмови і т.д.)

**Тренер.** Поведінку, яку може спровокувати насилля, називають «віктимною» (латинське жертва), тобто людина поводить себе як потенційна жертва, створюючи передумови до насилля. Поведінка може бути провокативною та необережною. Провокативною вважається поведінка, коли потенційна жертва спілкується з незнайомими людьми, відвідує їхні квартири, залишається наодинці з цими людьми.

Необережна поведінка не є провокативною, але створює умови для зґвалтування чи іншого насильства. Це – необачні вчинки. Наприклад, поява у темному чи безлюдному місці. Якщо дитина знає про це – її шанси стати жертвою значно меншають.

**Тренер.** Народ, у 21 столітті психологи, педагоги, лікарі почали бити на сполох. Жорстокість, агресія починають зростати швидкими темпами.

- У чому ж причина цього?

Фахівці констатують, що в першу чергу агресію підлітків і дорослих викликає на телебаченні жорстокість, що батьки не приділяють уваги своїм дітям, вони з головою поглинули у побутові справи.

**Тренер.** А тепер давайте переглянемо уривок про жорстокість підлітків (відеоролик).

- Яке ваше ставлення до побаченого? Чи доводилося вам зустрічатися з такими явищами, бути свідками таких «розборок»? Якщо так, то якими були ваші дії?

- Що спричинило таку поведінку підлітків? (Діти розповідають, відповідають на запитання)

**Тренер.** Хочу зупинитися на сімейній жорстокості.

### **Вправа Мозковий штурм (5 хв.)**

1. Що ж таке сімейна жорстокість?

2. Які є види насилля в сім'ї ?

Насильство в сім'ї - це будь-які навмисні дії фізичного, сексуального, психологічного чи економічного спрямування одного члена сім'ї стосовно іншого, якщо вони порушують конституційні права й свободи члена сім'ї як людини та громадянина й завдають йому моральних страждань, шкоди фізичному чи психічному здоров'ю.

Жертва насилля в сім'ї – член сім'ї, який постраждав від фізичного, сексуального, психологічного чи економічного насильства з боку іншого члена сім'ї.

**Тренер.** Сімейна жорстокість – це застосування щодо дітей різних видів сімейного насильства.

- Зanedбання дітей

- Сексуальне насильство

- Недоїдання

- Психічний тиск і погрози

- Приниження

- Економічні утиски

- Побиття та інші види фізичного насильства  
Розгляд ситуативних завдань:

Який вид сімейного насильства наявний у даних ситуаціях?

**Тренер.**

1. Школярка із сльозами на очах розповідає іншим дітям: «Мама мене уб'є, якщо дізнається, що я розірвала нову куртку» (психологічне і фізичне).
2. Восьмикласник Ваня боявся п'яного батька, бо той, повертаючись додому вночі, піднімав із ліжка сина й починав його «виховувати» паском (фізичне)
3. Дівчинка (їй ще немає 6-ти років) чимось образила батька. На знак покарання він не розмовляє із нею місяць. Дівчинка була вражена. Батько вважає, що це нормальна міра виховання (психологічне).
4. Більшість хлопців із 11 класу мали кишенькові гроші, якими вільно розпоряджалися, але батько Влада сказав: «Матимеш гроші тоді, коли в семестрі буде лише 10-11 балів»(економічне).

**Тренер.** Основним правовим документом, що захищає дитину від жорстокої поведінки з боку інших осіб, є Конвенція ООН «Про права дитини», яка передбачає в своїх статтях захист від свавільної поведінки, визначає права кожної дитини на рівень життя, необхідний для фізичного, розумового, духовного розвитку, захист від сексуального домагання та від інших форм жорстокої поведінки. Отже, навчіться діти, розрізняти поняття «добро» і «зло». Все, що принижує людську гідність людини – є зло, а все, що звеличує гідність людини – добро.

Дитина і насильство. Любов і жорстокість. Надія і відчай. Ми всі інтуїтивно тягнемось до світлого в цьому світі.

**Завдання: визначити вид насильства, вказати агресора і жертву ситуації. (15 хв.)**

**Ситуація 1** Петрик, зайшовши у їдальню, і, як завжди, сів не на своє місце. До нього підійшла Оленка і попросила звільнити її стілець. Він відштовхнув дівчинку з такою силою, що вона впала на підлогу.

**Ситуація 2** Під час перерви Юрко бігав по класу і штовхнув Іринку.

Дівчинка, падаючи, ненароком розбила вазу на столі вчителя. В клас зайшла

вчителька і побачила розбиту вазу. Іринка намагалась пояснити, що трапилось на перерві, але вчителька не вислухала оправдань і нагримала на неї.

**Ситуація 3** Десятирічні Оля і Леся відпочивали на березі моря. До них підійшли незнайомі чоловіки і запропонували навчити їх плавати. Коли вони опинились у воді, незнайомці дозволили собі брутальну поведінку.

**Ситуація 4** Після закінчення школи-інтернату Іван повернувся до рідного села. З'ясувалось, що у його будинку проживає співмешканка померлого батька. Вона прогнала його з рідної хати.

**Ситуація 5** Дмитрик взяв без дозволу ручку Олега. Коли Олег це побачив, вдарив Дмитрика.

**Ситуація 6** Дівчинка Юля гуляла в парку із своєю собакою. Поруч на лавці незнайомі хлопці вживали алкоголь. Вони вперто пропонували Юлі до них приєднатися.

Рефлексія (5 хв.)

- Що нового ви дізналися на виховній годині?
- Де можна застосувати здобуті знання?
- Чи досягнуті очікувані результати?

**Тренер.** Отже, я надіюсь, що у вашому житті ніколи не буде насилля. І що ви ніколи не будете його застосовувати по відношенню до інших людей. Бо це ганебно і жорстоко. Люби ближнього як самого себе і тоді все у твоєму житті буде добре.





### Тема 3: Цінність життя

#### ТРЕНІНГОВЕ ЗАНЯТТЯ 5

#### «Я ЦІННА. ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ»

(для педагогічних працівників)

**Мета:** усвідомлення своєї унікальності кожною учасницею, пошук своїх сильних сторін; розвиток вміння відстежувати свій емоційний стан, аналізувати його та справлятися з ним.

**Завдання:**

- підвищити рівень психологічної компетентності жінок щодо питань внутрішнього стану;
- виявити та розвинути сильні сторони кожної учасниці;
- зосередити увагу учасниць на важливості розуміння своєї цінності та унікальності.

**Обладнання:** фліпчарт, стікери, ручки, фото учасниць в дитячому віці, листи формату А4.

**Загальна тривалість заняття:** 2 год.

**Хід заняття:**

**Вступне слово (5 хв.)**

**Тренер :** шановні дівчата, рада вітати всіх нас на нашому занятті. Щиро надіюсь на вашу відкритість, активність та позитив. Сьогодні, пропоную кожній з нас пригнутись до себе, зазирнути трішки в минуле (але не надовго), щоб з впевненістю зробити ще один крок вперед, в майбутнє. Кожна наша думка створює наше майбутнє. Хай які переконання ви маєте про світ і про себе, пам'ятайте, що це лише думки, а думки можна змінювати.

Можливо, на сьогоднішньому занятті вам буде здаватись, що ці вправи, які я буду вам пропонувати, надто прості або взагалі «ні про що» і вони ніяким чином вам не допоможуть і ви маєте право так думати, але я лише

прошу вас спробувати. Отож, починаємо!

### **Вправа «Правила» (7 хв.)**

Перед тим, як ми приступимо до роботи, хочу ознайомити вас з такими основними правилами роботи в нашій групі:

1. **Відкритість!** Будьте відкритими для нових вражень і нового досвіду: аналізуйте власні почуття, думки, ставлення до того, що відбувається на занятті.
2. **Щирість!** Будьте доброзичливими і щирими, немає потреби кривити душою, говорячи про те, з чим ви не згодні.
3. **«Я-висловлювання»!** Ви маєте власну думку, вона цінна для нас, висловлюйте її в конкретній формі, говоріть від власного імені, оскільки інші можуть мати протилежні погляди.
4. **«Ти не один!»** Ви маєте право отримувати підтримку, допомогу з боку групи.
5. **Особистий вклад!** чим більше учасник проявляє свою активність, чим більше він приймає участь у груповій роботі, тим більше зворотного зв'язку він отримає, а, отже, тим більше у нього з'явиться можливостей для особистісного зростання.
6. **Бути «включеним»!** На занятті немає спостерігачів, оцінювачів, а є рівні учасники, які активно працюють.
7. **«Стоп!».** Кожний має право сказати: «У мене є почуття, але я не хочу про нього говорити, мені це болісно». Це переживання також стає частиною групового досвіду, що викликає нові почуття і нові перспективи групової роботи.

**Тренер:** Чи згодні ви та чи приймаєте ці правила роботи? Можливо хочете додати свої правила? Обговоривши наші правила, можемо повертатись до теми тренінгу.

Пропоную нам виконати вправу на знайомство. Так, як ми вже знайомі, то зробимо це незвичайним для нас способом.

### **Вправа "Я – це..." (7 хв.)**

**Хід:** кожний учасник протягом **5 хв. вигадує 3-5 слів або фраз**, які характеризують його, починаючи зі слів **«Я – це...»**. Свої характеристики кожний записує на папірці й прикріплює на груди. Після закінчення часу учасниці починають переміщатися по аудиторії й читати один в одного характеристики.

**Обговорення:** Коли всі прочитають написи, сідають у коло й починають обговорювати, що найбільше запам'яталося в кожному з учасників, що викликало подив.

**Тренер:** на сьогоднішнє заняття ви прийшли з якимось очікуваннями, напевно?! Пропоную виконати наступну вправу та для себе, дати відповідь на запитання, які ви бачити на екрані.

### **Вправа «Очікування. Незакінчені речення» (5 хв.)**

**Хід:** тренер роздає кожному учаснику аркуш паперу, на якому написані такі незакінчені речення:

- а) від тренера я очікую...;
- б) від інших учасників я очікую...;
- в) від себе я очікую...;
- г) мета, яку я маю намір досягнути –... .

Тренер пропонує кожному відповісти на запитання, після короткого обговорення в парах, малих групах, всією групою, потім збирає заповнені аркуші. Коли тренінг завершиться, ці аркуші будуть роздані учасникам знов, щоб вони могли вирішити, якою мірою тренінг задовольнив їхні очікування. Це допоможе учасникам у виробленні підсумкової оцінки тренінгу.

### **Інформаційне повідомлення «Самооцінка. Самоцінність» (15 хв.)**

**Тренер:** від любові до себе формується самооцінка («В чому я хороша?», «В чому я гірша?». Самооцінка – це про оцінку себе; самоцінність – про ставлення до себе. Давайте спочатку поговоримо про самооцінку.

**Самооцінка – це завжди про оцінку себе**, своїх якостей, рис характеру, здібностей тощо. Здорова самооцінка має бути адекватною та автономною:

- **Адекватність** означає, що здорова самооцінка завжди прив'язана до зворотного зв'язку. Тобто ви оцінюєте себе приблизно так, як оцінює вас оточення.

- **Автономність** – це про те, що оцінку про себе все ж таки складаємо ми особисто.

В ідеалі, щоб уникнути занадто низької та занадто високої самооцінки, **ці два критерії мають працювати в парі.**

**Самоцінність зовсім не прив'язана до думки оточення**, у будь-якій критичній ситуації ви залишаєтесь цінною собі. Мова йде лише про те, що я сприймаю себе і ставлюсь до себе, тобто я собі цінна і я для себе на першому місці.

Коли вам щось цінне, ви не надаєте цьому оцінку, і часто буває навіть важко пояснити, чому ця річ настільки вам важлива. Подібні відчуття виникають до себе, коли у вас розвинена самоцінність.

З позиції самоцінності, **ви не можете не поважати себе, не любити себе, не жаліти, не проявляти піклування до себе.** Ви легко відстоюєте власні кордони, вас не можна образити, підвищити голос, кричати, принижувати. Якою б ви не були, які б риси характеру не мали, ви цінна собі просто тому, що ви – це ви.

**Чому самооцінка відрізняється від самоцінності?**

**Самооцінка може змінюватися у різні періоди вашого життя, самоцінність же залишається незмінною.**

Життя різне і в складних ситуаціях ваша самооцінка може падати, а в щасливі моменти – підніматися.

Наприклад, якщо ви тільки розійшлися з партнером, ви можете засумніватися у власній привабливості для чоловіків, у здатності будувати стосунки. Або навпаки, коли стосунки тільки почалися, ви починаєте відчувати себе більш впевненою, гарнішою, менше звертати уваги на свої недоліки.

При здоровій адекватній самооцінці – ці періоди тимчасові і швидко компенсуються, проте вони є.

**Самоцінність же залишається стабільною завжди.** У складні періоди з позиції самоцінності жінка попіклується про себе і дасть собі саме те, що їй зараз найбільше необхідно, правильно розставить пріоритети. І насправді самоцінність дозволить проходити важкі періоди більш екологічно по відношенню до себе.

**Для формування здорової самооцінки необхідно чітко розуміти хто і яка ви; самоцінність – це лише про відчуття.**

Найкраще це ілюструється, якщо замінитися здоровою самооцінкою на її синонім **«впевненість в собі»**.

Впевненість в собі – це, по суті, віра в себе. А вірити в себе я можу, лише якщо я добре знаю себе.

Візьмемо довіру до партнера, вона є лише тоді, коли ви знаєте: що від нього очікувати; до якої поведінки він схильний; наскільки він вміє приймати вірні рішення; наскільки вміє вирішувати проблеми; що ці рішення будуть в інтересах вас та ваших стосунків тощо. Саме знання є основою віри, а отже і впевненості в собі.

Самоцінність розвивається **незалежно від того, знаєте ви себе чи ні.** Кожна людина народжується такою, якою вона є, з набором унікальних якостей, талантів, навиків, зі своєю місією. Не потрібно порівнювати себе з іншими, щось доводити собі та іншим. Що б ви про себе не дізнавалися, як би себе не проявляли, які б помилки ви не робили, ви для себе номер один, найцінніша і найважливіша людина у світі.

Це не руйнує вас, не заставляє думати, що з вами щось не так, не викликає почуття провини, ви не починаєте критикувати і засуджувати себе. Ви можете мислити раціонально, приймати рішення зі зрілої позиції, а не з почуття провини. Ви важливіша за почуття провини та сорому.

**Самоцінність – це рівень поваги до себе, рівень гідності.**

Пам'ятайте, що ми маємо справу з думками, а думки можна змінювати. У нас є необмежений вибір думок 24/7, а точка сили завжди перебуває в цьому моменті. Якусь частинку ситуацій ми несвідомо підсилюємо. Чи чули ви про такий термін як «самозбувальне пророцтво?». Чи були у вас такі ситуації?

Скажіть, будь ласка, про що ви думаєте в цей момент? Про щось негативне чи позитивне? Чи впливає ця думка на вас та ваше майбутнє? Дякую за відповіді.

Зараз я б хотіла, щоб ми уважніше придивились до нас та наших переконань. Кожен з нас має багато позитивних, приємних речей, в які ми віримо, але є й негативні, які призводять до неприємних переживань.

Пропоную виконати наступну вправу.

#### **Вправа « У що ти віриш?» (7 хв.)**

**Хід:** перегляньте перелік слів: чоловіки, жінки, секс, робота, успіх, невдача. Запишіть, що вони для вас означають. Наприклад, чи вважаєте ви, що ЧОЛОВІКИ – владні, ЖІНКИ – лагідні і т.д.

**Обговорення:** тепер зверніть увагу на сфери, які для вас є складними або негативними. Краще визнавати: «Так, я боюсь, мені незручно!», визнавати той рівень страху, той рівень невпевненості, який ви відчуваєте на даний момент. Потрібно розуміти, що не у всіх ситуаціях ви можете бути на висоті. Це не означає, що ви гірша за інших, просто ось тут так склалось. Намагайтесь помічати ті місця, в яких ви не задоволені собою, своїми рисами характеру, знайомтесь з цими рисами. Як тільки ми познайомимось із справжньою собою, а не з тією картинкою, якій ми не відповідаємо, стане набагато простіше прийняти себе.

Чи була корисною для вас ця вправа? Чим?

**Тренер:** зараз пропоную нам зануритись в дитинство. Коли ми були дітьми, то напевно, дізнавались про себе і про життя з реакції людей, які нас оточували. Так? Значить, в більшості з нас є уявлення про себе, що нам не належать, і ще більше правил про те, як треба жити.

Коли ми стаємо дорослими, то, як правило, відтворюємо емоційне середовище батьків. Також в особистих стосунках ми зазвичай відтворюємо стосунки, які в нас були з батьком і матір'ю. Хтось помічав за собою таке?

У кожному з нас живе внутрішня дитина. Чи задумувались ви над цим? Чи помічаєте ви її в собі? Яка вона? Зазвичай, вона самотня і розгублена, яка нікому не потрібна. Можливо, ми контактуємо з нею лише тоді, коли критикуємо себе чи сваримо за щось. Є таке? А потім дивуємось, чому ми нещасливі. Давайте зараз приділимо час нашій внутрішній дитині і поспілкуємося з нею поспілкуватись.

### **Вправа «Внутрішня дитина» (10 хв.)**

**Хід:** візьміть, будь ласка своє фото, де ви маленька. Придивіться до себе самої і дайте відповідь на запитання: **Що ви бачите?** Можливо, радість, щастя, біль, смуток. **Чи любите ви цю дитину? Чи відчуваєте ви з нею зв'язок?** Поспілкуйтесь з нею та напишіть, будь ласка, кілька слів про свою внутрішню дитину:

1. Що тобі подобається?
2. Що тобі не подобається?
3. Що тебе лякає?
4. Як ти відчуваєшся?
5. Що я можу зробити, щоб тобі було комфортно?
6. Що ти хочеш в цей момент?

**Обговорення:** чи вдалось вам встановити контакт з собою «маленькою»? Чи важко було виконувати вправу? Що для себе особисто відмітили?

**Тренер:** дозволяйте собі хоч інколи бути поряд з цією маленькою дитиною. Приймайте її, любіть та якомога старанніше дбайте про її потреби. Дайте їй зрозуміти: хай що станеться, ви завжди будете поруч.

Зараз пропоную нам трішки відволіктись та виконати наступну вправу.

### **Вправа «Скло» (10 хв.)**

**Хід:** Група об'єднується в пари. Всім пропонується уявити, що між парами знаходиться звуконепроникне скло. **Завдання одних** - домовитися про щось з стоячою людиною за склом. Оскільки вона нічого не чує, домовлятися потрібно використовуючи жести, міміку. Той, хто стоїть за склом у разі нерозуміння теж повинен відреагувати не вербально. Пари виконують вправу по черзі. Решта спостерігають. Після завершення вправи кожною парою того, хто стояв за склом, тренер запитує, що він зрозумів. Потім запитують того, хто передавав повідомлення, що він хотів передати. Порівнюють ці повідомлення. Дивляться, де стався збій. Потім ролі в парах міняються.

**Обговорення:** у кого добре вийшло виконати вправу, а у кого комунікація була спотвореною, неточною.

**Тренер:** Дякую всім за участь та позитив. Ми продовжуємо далі.

### **Інформаційне повідомлення «Емоційний інтелект» (15 хв.)**

**Тренер:** наступну частину нашого заняття хочу поговорити про **емоційний інтелект**. Часто мене запитують: «Як дати собі раду з своїми негативними емоціями та переживаннями?», «Як не зриватись на близьких?», «Я істеричка, бо вічно кричу!» - люди тікають від тривоги, забороняють собі злитися та витрачають неймовірні зусилля, щоб інші не помітили їхнього пригнічення та переживань, а це часто може перерости в депресію та тривожні розлади.

### **Що ж таке емоційний інтелект і чому необхідно його розвивати?**

Нумо розбиратися. Термін «інтелект» у широкому розумінні – **це здатність вирішувати певні завдання**. Так, наприклад, якщо ми добре вміємо вирішувати логічні завдання, про нас скажуть, що у нас добре розвинений логічний інтелект, якщо легко оперуємо словами – **вербальний**, якщо ж нам легко вдається музикувати – **музичний інтелект**. Те ж саме стосується і емоційного інтелекту – по суті, це здатність вирішувати будь-які виклики пов'язані з емоціями. Його визначення звучить так: **«Емоційний інтелект – це вміння усвідомлювати, розуміти та управляти власними**

**емоціями, а також вміння розуміти емоції інших людей та управляти емоціями інших».**

Проте, якщо правил математики чи граматики нас навчали більше 10 років школи, то науки емоційного інтелекту раніше не навчали ніде. Адже вважалося, що емоційна сфера є ірраціональною, такою, що не піддається жодним правилам і тому її неможливо вивчити. Але сучасні дослідження довели, що це не так, емоційний інтелект можна розвинути, більш того, за даними Гарвардського університету професійна успішність людини на 85% залежить від soft skills (так званих м'яких людських навичок, які належать до сфери емоційного інтелекту) і лише на 15% від hard skills (технічних чи професійних навичок)!

### **Як розвивати емоційний інтелект самостійно?**

Для самостійного розвитку емоційного інтелекту, я пропоную спершу ознайомитися з інформацією про базові емоції. Найновіші наукові дослідження стверджують, що вродженими у нас є лише **чотири емоції – гнів, страх, сум та радість**. Кожна з цих базових емоцій покликана допомогти нам вижити у цьому складному світі та сигналізує про щось важливе для нашого організму: **гнів** – про те, що наші межі порушують, **страх** – що ми не відчуваємось у безпеці та потребуємо більше підтримки, **сум** говорить, що ми переживаємо втрату чогось важливого, **а радість** – що у нас усе йде добре. Як бачите негативних емоцій у нас більше і як би це дивно не звучало, вони, як добрі друзі, підказують нам надзвичайно важливу інформацію, щоб ми могли впоратись зі ситуацією. Адже тільки добрий друг скаже вам правду, якою б неприємною вона не була.

### **Коли емоції шкодять?**

А тепер розглянемо ситуації, коли емоції стають некорисними на прикладі такої емоції як **гнів/злість**. Зазвичай проблеми починаються тоді, коли людина намагається уникнути злості, не розуміючи її біологічної суті. Тоді людина думає щось на кшталт: «Якщо я злюся, це означає, що я зла людина». Але ж тепер ви знаєте, що це зовсім не так! Якщо емоція гніву

вроджена, то усі люди інколи гніваються чи зляться. Просто хтось вміє поводитись зі своїми емоціями, управляти ними, а хтось – ні.

Навпаки, забороняючи собі відчувати злість, ми замість того, щоб вирішити проблему, на яку вказала нам ця емоція, починаємо злитися на себе за свою злість, і так по колу.

Як бачите, не емоції самі по собі викликають проблеми, проблеми виникають, коли ми не вміємо з емоціями поводитися та накопичуємо їх у собі. Адже у нас є лише два варіанти поведінки з нагромадженими емоціями – якщо ми змушені постійно стримуватись, то нам загрожують психосоматичні захворювання, а якщо не стримуємось і «вибухаємо» – проблеми у стосунках.

**Кілька ефективних вправ, які можна виконувати самостійно для розвитку емоційного інтелекту**

### **РОЗВИВАЙТЕ УСВІДОМЛЕНІСТЬ**

Адже лише усвідомивши емоцію та її причину, ви можете вирішити що з нею робити: виразити, відтермінувати, стримати, висловити, трансформувати чи взяти до уваги.

Для цього навчіться відслідковувати та називати свої емоції:

«Я відчуваю X, у зв'язку з Y». Так ви з часом навчитеся вчасно помічати свої емоції та їхні причини.

### **НАВЧІТЬСЯ ТЕХНІКИ 6 СЕКУНД**

Згідно наукових досліджень, саме 6 секунд необхідно для того, щоб минула перша, найсильніша хвиля емоцій і включилась кора мозку, яка відповідає за усвідомленість.

Отже візьміть собі за правило – щойно ви помітите, що переживаєте бурю емоцій, відрахуйте 6 секунд перед тим як відповідати чи починати діяти.

Не повірите, але ця надзвичайно проста техніка дозволяє запобігти великій кількості конфліктів.

### **ВЕДІТЬ ЩОДЕННИК СВОЇХ ТРИГЕРІВ**

Привчіть себе записувати ситуації, які вас зачепили чи збентежили, та емоції, які у вас у зв'язку з цим виникли. З часом ви матимете список власних ситуацій-тригерів, які виводять вас з рівноваги, а отже зможете допомогти собі заздалегідь до них підготуватись.

**Тренер:** пропоную вам виконати наступну вправу:

**Вправа «Психологічне айкідо» (10 хв.)**

**Мета:** формування навичок впевненої поведінки у ситуації вербальної агресії.

**Інструкція:** Технологія «психологічне айкідо» побудована за принципом японської боротьби. Айкідо - перемога з використанням енергії і сили противника. На першому етапі необхідно зупинитися, щоб не дозволити емоціям взяти гору над розумом.

1. **Глибоко вдихніть.** Скажіть «стоп» агресії. Скажіть опонентові: «я продовжу з тобою розмову, коли ти будеш шанобливо говорити зі мною».

2. **Погодьтеся з «нападками суперника»** і простежте за реакцією нападника.

У відповідь на «напад» із звинуваченням використовуйте прийом «угоду». Не виправдовуючись, не відповідаючи агресією, спокійно і впевнено, гідно погодьтеся з претензією. наприклад:

- Ти знову запізнився?

- Так, дійсно, я сьогодні запізнився.

Перенесіть енергію опонента на свій бік, використовуйте прийом «уточнення».

3. **Уточніть претензію з перенесенням відповідальності на опонента.**

Наприклад: Що ви мені порадите зробити, щоб надалі не запізнюватися?

**Хід вправи:** Робота здійснюється у парах. Перший учасник нападає, а другий відпрацьовує прийоми «психологічного айкідо»: «пауза» або «стоп», «угода», «уточнення». Через кілька хвилин учасники міняються ролями.

**Рефлексія:**

- Висловіть свою думку про технології впевненої поведінки у ситуації вербальної агресії?

- Чи вдалося вам виконати запропоновані правила?

**Тренер:** ви плідно попрацювали. Тепер пропоную розім'ятись!

**Вправа «Мова тіла» (7 хв.)**

**Тренер:** Інколи мова тіла не лише говорить про наш емоційний стан, але здатна створити його! Давайте дізнаємося, як пози і рухи надають нам упевненості.

**Хід:**

1. Понуро опустіть голову та плечі. Дивлячись у підлогу, сумним голосом проговоріть: «Я успішний, у мене все виходить».

2. Розведіть руки у сторони, а потім підніміть їх догори. Підніміть підборіддя, подивіться у небо, розправте спину та скажіть гучно і впевнено: «Я лузер, я нічого не можу, у мене нічого не виходить!».

3. Нехай учасники спробують зжатися у «комок» та сказати: «Зараз я тебе переможу, в тебе немає жодних шансів».

4. Ноги на ширині плечей, руки у боки. Постава рівна. Гучно і впевнено скажіть: «Я нічого не можу зробити, він мене перебере!».

**Обговорення:** Чи помітили учні різницю між вербальним посланням та реальним самопочуттям?

**Тренер:** Міміка і жести надсилають сигнали до нервової системи, завдяки чому ми і починаємо відчувати те, що транслює наше тіло. Тобто така імітація запускає програму, що з часом здатна перетворити імітацію на дійсність.

**Тренер:** на початку заняття я говорила, що сьогодні ми будете зазирати в самих себе. Наступна вправа не з легких та можливо навіє на вас сум, але вона є досить дієвою. Для того, щоб ми вийшли з цього заняття сьогодні «вільні», пропоную вам написати листа.

**Вправа «Я не боюсь. Я вільна!» (10 хв.)**

**Хід:** подумайте про людину, на яку ви досі сердитеся. Можливо, це давній гнів. Напишіть цій людині листа. Розкажіть їй про всі ваші образи і почуття. Не стримуйте себе. Висловіть все, що маєте на душі. Написавши листа перечитайте його раз. Потім складіть аркуш навпіл і напишіть на зовнішньому боці: «Насправді мені від тебе потрібні або були потрібні любов і схвалення». Відтак розірвіть листа й відпустіть свій гнів.

**Обговорення:**

1. Які почуття у вас виникали, коли ви писали лист?
2. Що було найважче?
3. Чи відпустили ви свій гнів?

**Тренер:** дякую вам за виконання цієї вправи. Наше заняття підходить до завершення. Тому виконаємо ще останню вправу.

**Вправа «Моя історія життя!» (7 хв.)**

**Хід:** попросіть учасників написати свої ініціали в правому верхньому кутку листка. Кожен учасник пише короткий рядок, з якого буде починатися промова, передає свій листок сусідові зліва, і той дописує свій рядок, який продовжує розповідь про ту людину, чії ініціали записані на листку, і так по колу. Після того як кожен напише по одному рядку на всіх листках, закінчена розповідь повертається автору першого рядка. Той сідає навпроти дзеркала і голосно зачитує все те, що написали учасники.

**Заключне слово тренера (5 хв.)**

**Тренер:** ось і підійшло до завершення наше заняття. Щиро вдячна кожному з Вас за активність, позитивні емоції, щирість, допитливість, повагу...і просто за те, що Ви є! Хочу, щоб отримані Вами знання залишились у Вас назавжди. Пам'ятайте, що кожен з Вас унікальний і неповторний! Любіть себе! Бережіть себе! Поважайте інших! Дякую! ☺



## **ЗАНЯТТЯ 6**

**(для батьків)**

### **«ВИХОВАННЯ БЕЗ НАСИЛЬСТВА = ЩАСЛИВА ДИТИНА»**

**Мета:** запобігання жорстокому поводженню з дітьми; усвідомлення відповідальності батьків за життя та виховання дітей; формування ефективних методів спілкування з дітьми задля збереження їх психологічного комфорту.

#### **Завдання:**

- обговорити з учасниками тренінгу основні поняття з теми: «насильство», «жорстоке поводження», види насильства;
- підвищити рівень психологічної компетентності батьків щодо толерантного виховання дітей;
- розвинути навички конструктивного ставлення до дітей;
- створити сприятливу та комфортну атмосферу для роботи.

**Обладнання:** фліпчарт, стікери, ручки, листи формату А4, фломастери.

**Загальна тривалість заняття:** 1 год. 30 хв.

#### **Хід заняття:**

##### **Вступне слово (5 хв.)**

**Тренер :** добрий день, шановні батьки! Наша сьогоднішня зустріч пройде у вигляді тренінгу. Тренінг – це чудове поєднання теоретичних знань з практичними навичками, іншими слова – це навчання досвідом.

Тема нашого заняття «Виховання без насильства = щаслива дитина». Питання насильства та жорстокого поводження є надзвичайно важливим на сьогоднішній день. Адже, випадки прояву насилля щодо дітей з боку дорослих та однолітків набули колосального поширення. Ви – батьки, кожен з різним характером, різними цінностями та поглядами на життя, але все ж таки є дещо те, що вас об'єднує – діти. Тому, сьогодні ми з вами разом постараємось знайти найбільш ефективні методи спілкування з дітьми, адже, саме через спілкування ми зможемо пізнати внутрішній світ дитини,

зрозуміти, що її хвилює та тривожить. Отож, пропоную розпочати нашу роботу із знайомства!

### **Вправа «Знайомство + очікування»**

**Хід:** тренер роздає вирізані з паперу фігурки. На фігурці протягом 5 хв. учасник пише своє ім'я, сімейну роль (тато, мама, тьотя, дядя, брат ін.) та очікування від тренінгу. Під час само презентацій вони прикріплюють фігурки на великий аркуш паперу.

**Тренер:** дякую всім виконання вправи. Для того, щоб ми злагоджено працювали сьогодні, нам потрібно скласти основні правила роботи в групі.

### **Вправа «Правила» (7 хв.)**

1. **Говорити по черзі.**
2. **«STOP»** (можна відмовитись від виконання вправи, якщо відчули певний дискомфорт).
3. **«Тут і тепер»** (все обговорюємо зараз і з відчуттями, які переповнюють в цю хвилину).
4. **«Ти не один!»** Ви маєте право отримувати підтримку, допомогу з боку групи.
5. **Бути активним!** Чим більше учасник проявляє свою активність, тим більше у нього з'явиться можливостей для особистісного зростання.
6. **Говорити тільки від свого імені.**

**Тренер:** Чи згодні ви та чи приймаєте ці правила роботи? Можливо хочете додати свої правила? Обговоривши наші правила, можемо повертатись до теми тренінгу.

### **Вправа «Мозковий штурм» (10 хв.)**

**Тренер:** тема нашої зустрічі складна, адже, стосується прояву жорстокості та насильства до дітей. Для того, щоб краще зрозуміти на що мені, як тренеру треба звернути особливу увагу під час нашого тренінгу пропоную вам виконати наступну вправу.

**Хід:** тренер об'єднує учасників в 2 групи. Кожній групі роздає заздалегідь підготовлені твердження кожне з яких, вони мають обговорити та оцінити чи є в них ознаки жорстокого поводження з дитиною.

**Приклади тверджень:**

- З дитиною неможливо ні про що домовитись, поки не проявиш суворості або фізичної сили.
- Дитині не слід ні в чому відмовляти. Хай робить те, що хоче, адже так вона проявляє себе, як особистість.
- Дитина повинна завжди слухатись дорослих і робити те, що їй кажуть.
- Батьки не повинні повідомляти свої рішення дитині навіть, якщо вони безпосередньо стосуються її життя.
- Дитина стає слухнянішою, якщо її в чомусь обмежити чи забрати улюблену річ.
- Батьки повинні контролювати дії своєї дитини.
- Страх – це хороший інструмент виховання. Добре, коли дитина чогось боїться.
- Дитина має свої обов'язки, які вона повинна дотримуватись не зважаючи ні на що.
- Дитина має самотійно відповідати за свої вчинки, а не ховатись за спиною в батьків.
- Дитина повинна мати певні обмеження.

**Обговорення:** після опрацювання тверджень, батьки разом з тренером обговорюють їх та вирішують чи це жорстоке поводження, чи метод виховання.

**Тренер:** зараз хочу, щоб ми з вами детальніше розглянули поняття:

«жорстоке поводження з дітьми», «насильство», «домашнє насильство», «фізичне насильство», «психологічне», «економічне насильство», «сексуальне насильство».

**Вправа «Інформаційне повідомлення «Основні поняття. Форми домашнього насильства» + перегляд відеоролика «Що таке домашнє насильство?» (15 - 20 хв.)**

**Тренер:** ЗУ «Про запобігання та протидію домашньому насильству» та ЗУ «Про охорону дитинства» визначають основні поняття та види домашнього насильства, жорстокого поводження з дітьми, а саме:

**Домашнє насильство** - діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає (проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь (ст.1 ЗУ «Про запобігання та протидію домашньому насильству»).

**Жорстоке поводження з дитиною** - будь-які форми фізичного, психологічного, сексуального або економічного насильства над дитиною, зокрема домашнього насильства, а також будь-які незаконні угоди стосовно дитини, зокрема вербування, переміщення, переховування, передача або одержання дитини, вчинені з метою експлуатації, з використанням обману, шантажу чи уразливого стану дитини (ст.1 ЗУ «Про охорону дитинства»).

**Економічне насильство** - форма домашнього насильства, що включає умисне позбавлення житла, їжі, одягу, іншого майна, коштів чи документів або можливості користуватися ними, залишення без догляду чи піклування, перешкоджання в отриманні необхідних послуг з лікування чи реабілітації, заборону працювати, примушування до праці, заборону навчатися та інші правопорушення економічного характеру.

**Психологічне насильство** - форма домашнього насильства, що включає словесні образи, погрози, у тому числі щодо третіх осіб,

припинення, переслідування, залякування, інші діяння, спрямовані на обмеження волевиявлення особи, контроль у репродуктивній сфері, якщо такі дії або бездіяльність викликали у постраждалої особи побоювання за свою безпеку чи безпеку третіх осіб, спричинили емоційну невпевненість, нездатність захистити себе або завдали шкоди психічному здоров'ю особи.

**Сексуальне насильство** - форма домашнього насильства, що включає будь-які діяння сексуального характеру, вчинені стосовно повнолітньої особи без її згоди або стосовно дитини незалежно від її згоди, або в присутності дитини, примушування до акту сексуального характеру з третьою особою, а також інші правопорушення проти статевої свободи чи статевої недоторканості особи, у тому числі вчинені стосовно дитини або в її присутності.

**Фізичне насильство** - форма домашнього насильства, що включає ляпаси, стусани, штовхання, щипання, шмагання, кусання, а також незаконне позбавлення волі, нанесення побоїв, мордування, заподіяння тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості, залишення в небезпеці, ненадання допомоги особі, яка перебуває в небезпечному для життя стані, заподіяння смерті, вчинення інших правопорушень насильницького характеру.

### **Перегляд відеоролика «Наслідки домашнього насильства»:**

Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=sIHVy3s7uQ0>

Обговорення відеоролика.

**Тренер:** ми з вами послухали важливу інформацію і для того, щоб трішки відволіктись, пропоную виконати вправу-руханку «Колода карт»

### **Вправа «Колода карт» (3 хв.)**

**Хід:** тренер пропонує помінятися місцями тим, хто:

- Полюбляє дивитись комедії.
- Має в своєму імені літеру

«А». • Пив каву зранку.

- Любить зиму.

- Кожного ранку цілує та обіймає свою дитину.

- Жодного разу не сварив свою дитину.
- Тим, хто зараз знаходиться на тренінгу.

**Тренер:** ми трішки порухались, відпочили, тому пропоную продовжити нашу роботу.

Скажіть, будь ласка, в якому стилі ви спілкуєтесь зі своїми дітьми?! Ви знаєте, що для встановлення контакту з будь-якою людиною потрібно вибрати правильну поведінку, підібрати потрібну інтонацію, навіть положення тіла, використовувати необхідні жести, міміку, тобто визначити стиль спілкування. Особливо важливо це при спілкуванні з дітьми. Чому? Тому що неправильно обраний стиль спілкування може:

- придушити найкращі душевні і творчі пориви дитини;
- зупинити розвиток її унікальних здібностей;
- заглушити прояви індивідуальності;
- привести до неправильного вибору в житті.

Давайте зараз разом спробуємо визначити, що допомагає/заважає ефективному спілкуванню з дітьми. Для цього ми об'єднуємось у 2 групи.

### **Вправа «Ефективне спілкування» (15 хв.)**

**Хід:** свої ідеї учасники схематично зображають на папері формату А-2, А-3 за допомогою фломастерів. Потім свої ідеї презентують, а схеми приклеюються на дошку

### **Завдання для роботи в групах:**

I група – «Що, на вашу думку, допомагає ефективному спілкуванню з дитиною?».

II група – «Що, на вашу думку, заважає ефективному спілкуванню з дитиною?».

### **Обговорення:**

1. Чи складно було виконувати цю вправу?
2. Що нового дізнались для себе?

**Тренер:** ефективний діалог з дитиною залежить від 3-х факторів:

- *Що говорити?*

- **Як говорити?**
- **Коли говорити?**

Якщо батьки розуміють потребу дитини в спілкуванні з ними, вони обов'язково знайдуть час, місце і потрібні слова.

**Тренер:** хочу запропонувати вам виконати ще одну вправу та поділитись своїм досвідом виховання дітей.

### **Вправа «Виховання без насилля» (10 хв.)**

**Хід:** тренер на дошці записує всі конструктивні методи виховання, які називають батьки з власного досвіду. Потім разом підсумовують їх та визначають основні. До прикладу, конструктивними методами виховання можуть бути: *компроміси, вибачення, складання правил, умовних договорів, вміння слухати дитину, не тільки слухати, а чути дитину, проявляти терпіння, вчитись бути батьками.*

### **Заключне слово тренера + рефлексія (10 хв.)**

**Тренер:** наше тренінгове заняття підійшло до завершення. Прошу висловити свої почуття та враження від нашої роботи.

### **Перегляд відеоролика «Лист батькам».**

Режим доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=9iDh1VKOmzI> Дякую всім вам за активну участь та бажання дізнаватись щось нове.

Вірю те, що кожен з вас почерпнув для себе щось нове та особливе. Бережіть себе та своїх дітей ☺.



## **ЗАНЯТТЯ 7**

**(для педагогічних працівників, батьків)**

### **«ЗНАЙ. ДІЙ. БУДЬ В БЕЗПЕЦІ»**

**Мета:** підвищення рівня обізнаності дорослого населення щодо дієвої поведінки у випадках насильства.

**Завдання:**

- обговорити з учасниками заняття алгоритм дій у випадку домашнього насильства;
- підвищити рівень обізнаності дорослих щодо відповідних структур, де можна отримати невідкладну допомогу в ситуаціях насильства.

**Обладнання:** фліпчарт, ручки, листи формату А4, роздатковий матеріал (1) пам'ятка про насильство в сім'ї «Це має знати кожен»; 2) положення міжнародного та національного законодавства про протидію насильству в сім'ї; 3) повноваження органів, які можуть допомогти у протидії насильству в сім'ї; 4) правова ситуація про фізичне насильство в сім'ї (роздрукувати, вирізати та роздати один примірник кожній групі);

**Загальна тривалість заняття:** 45 хв.

### **Хід проведення:**

**Тренер:** Доброго дня, всім присутнім! Сьогодні в нас з вами буде інформаційне заняття з елементами тренінгових вправ «ЗНАЙ. ДІЙ. БУДЬ В БЕЗПЕЦІ». Поговоримо про те, що ж робити, якщо в твоїй сім'ї відбувається насильство і до кого можна звернутись за захистом?!

З проблемою домашнього насильства може зустрітись кожен з нас. Передумовою цього явища, зазвичай, є конфлікт, який тягне за собою реальну загрозу вчинення насильства в сім'ї, а далі – сам факт його вчинення.

**Запитання до аудиторії:**

- Як діяти в таких ситуаціях?

*Примітка:* відповідають всі бажаючі, а тренер доповнює та фіксує відповіді на фліпчарті.

**Тренер:** Погодьтеся, що головне – це вміти вчасно відреагувати та знати, що робити далі. Тому, зараз кожен з вас отримає пам'ятку «Це має знати кожен» (Додаток 1). Тепер, по черзі, прочитаємо як діяти: якщо у сім'ї виник конфлікт, якщо є загроза вчиненню насильства у сім'ї та якщо у сім'ї вчиняється насильство. Якщо виникнуть запитання – ми їх також обговоримо.

*Примітка:* тренер обирає бажаючих осіб, які по черзі зачитують кожний пункт пам'ятки та відповідає на запитання.

**Тренер:** думаю, що кожен з нас чув не раз такі фрази: «Закон повинен бути один для всіх», «Незнання закону не звільняє від відповідальності» і т.д.

#### **Запитання до аудиторії:**

- Чи захищає нас закон від домашнього насильства?

*Примітка:* відповідають бажаючі.

**Тренер:** Вірно, у законах як нашої держави, так і інших країн, передбачено чимало положень, що забороняють вчиняти домашнє насильство. Окрім цього, той хто таке вчиняє, порушує чимало прав інших осіб. Для того, щоб краще розібратися як закон протидіє домашньому насильству та які саме права інших членів сім'ї порушує кривдник.

Тому, пропоную вам зараз попрацювати у парах. Так, кожна пара отримає матеріал – це Положення міжнародного та національного законодавства про протидію насильству в сім'ї (Додаток 2). Ваше завдання опрацювати отриманий матеріал та обговорити його між собою в парі.

*Примітка:* на виконання завдання в пар є 10 хв.

**Тренер:** Отже, ми з'ясували якими саме законами передбачено право на захист від насильства у сім'ї, а також вивчили положення права як міжнародного, так і національного законодавства, які порушує кривдник

вчиняючи домашнє насильство. Таким чином, закон захищає від насильства у сім'ї, а відповідно кожен має право на захист.

**Запитання до аудиторії:**

- А чи достатньо нам лише переглянутих законів для захисту?
- Чи зупиниться кривдник, якщо ви скажете йому, що він порушує ваші права?

**Тренер:** звичайно, для нашого захисту знання законів є недостатнім.

Окрім цього, нам потрібно знати, куди можна звернутись за захистом. Зараз будемо знову працювати в групах. Для цього ви об'єднаєтесь у 5 малих груп (за розрахунком «Працівники поліції», «Управління сім'ї, молоді та спорту», «Органи опіки та піклування», «Спеціалізовані установи», Громадські організації»), де кожна група – це лише один з органів, що може допомогти у протидії домашньому насильству. Також, кожна група отримує інформацію про повноваження, якими наділені працівники органу-групи (Додаток 3).

Завдання кожної групи:

1. Скласти ситуацію домашнього насильства.
2. Уважно прочитати свої повноваження .
3. На ватмані запропонувати алгоритм допомоги жертвам домашнього насильства відповідно до своїх повноважень.

*Примітка:* на виконання завдання у вас є 15 хв. Один представник з групи зачитує їхню ситуацію та той алгоритм дій, які вони можуть запропонувати. Тренер уважно слухає та корегує відповіді за потреби.

**Тренер:** також хочу вам повідомити про те, що з 2013 року Громадська організація «Ла Страда-Україна» забезпечує роботу єдиної в Україні Національної гарячої лінії для дітей та молоді. Діти, підлітки та студентська молодь мають можливість анонімно і конфіденційно отримати підтримку в будь-яких складних життєвих ситуаціях, а дорослі – проконсультуватися з психологами, юристами, соціальними працівниками та соціальними педагогами щодо ситуацій, які стосуються дітей та порушення їхніх прав. Підтримка поруч!

Звертайтеся за консультацією:

**0 800 500 225** (з мобільного або стаціонарного) ; **116 111 або 116 123** (з мобільного).

**А також можна звернутись і в соціальних мережах:**

- childhotline\_ua (Instagram).
- CHL116111 (Telegram).

**Тренер:** пропоную нам зараз зателефонувати за номером **116 123** та перевірити чи справді ми можемо отримати невідкладну допомогу.

*Примітка:* тренер обирає одного з бажаючих та телефонує з ним.

**Запитання до аудиторії:**

- На вашу думку, як повідомляти про насильство: усно чи письмово?

**Тренер:** Насправді, способи звернення до усіх розглянутих нами органів визначено законом. По-перше – **можна написати заяву** про допомогу у захисті порушеного права до працівників поліції, управлінь (відділів) у справах сім'ї, молоді та спорту місцевих державних адміністрацій. По-друге – **у будь-якій формі повідомити про насильство в сім'ї** до будь-яких з вивчених сьогодні органів та організацій.

Отже, сьогодні ми з вами дізнались багато корисної інформації та закріпили наші знання на практиці. Дякую кожному з вас за участь та плідну роботу. До зустрічі!



**Пам'ятка про насильство в сім'ї**  
**«Це має знати кожен»**

**Якщо у сім'ї виник конфлікт:**

1. Ігноруйте, не відповідайте емоційно. Не втрачайте емоційної рівноваги, не показуйте агресору свого страху чи люті. Залишайтеся спокійними. Дуже часто кривдник прагне побачити саме таку реакцію жертви.
2. Не думайте про помсту, адже помста може призвести до замкненого кола безперервної агресії.
3. Дайте агресору шанс зупинитися (наприклад: «Якщо ти не зупинишся, я буду змушений зателефонувати у поліцію»).
4. Залиште цю ситуацію, підіть від неї в інше місце. Це не втеча, це — самозахист.
5. Якщо залишаєтеся у квартирі, уникайте замкненого простору (наприклад, ванної кімнати чи кухні).
6. Якщо знущання не припиняються, оберіть момент, щоб порозмовляти з кривдником. Дивлячись йому в очі, говоріть впевнено та спокійно. Скажіть, що вам не подобаються його вчинки, що вони не лише не смішні, а й завдають болю. При цьому не вдавайтеся до образ або погроз.

**Якщо є загроза вчиненню насильства у сім'ї:**

1. Завжди тримайте при собі додаткову зв'язку ключів від квартири, щоб у вас була можливість в будь-який момент вибігти з неї.
2. Домовтеся з рідними або друзями про те, щоб вони могли надати притулок у випадку якщо виникне домашнє насильство.
3. Пам'ятайте, що ви можете зателефонувати на гарячу лінію: 116 111.

**Якщо у сім'ї вчиняється насильство:**

1. Необхідно негайно викликати поліцію: набирайте «102».
2. Якщо можливості викликати поліцію немає, то стукайте по батареях, кричіть у вікно, просіть перехожих і сусідів викликати поліцію на вашу адресу.
3. Завчасно поговоріть із сусідами про те, що, якщо з вашої квартири вони почують шум і крики, нехай відразу ж викликають поліцію.
4. Якщо насильство все ж таки скоєно, постарайтеся розповісти про нього як можна більшій кількості людей: сусідам, друзям, родичам, колегам – згодом, вони можуть стати вашими свідками в суді.
5. У разі заподіяння фізичної шкоди необхідно обов'язково пройти огляд у медичному закладі (зверніться до найближчої поліклініки).

**Положення міжнародного та національного законодавства  
про протидію насильству в сім'ї**

**а) положення міжнародного законодавства**

- ☐ усі люди рівні перед законом і мають право, без будь-якої відмінності, на рівний захист законом (Загальна декларація прав людини),
- ☐ ніхто не повинен піддаватися катуванню чи іншим жорстоким, нелюдям та принижуючим гідність видам поведження та покарання (Конвенція ООН проти катувань та інших жорстоких, нелюдських та принижуючих гідність видів поведження та покарання),
- ☐ дискримінація щодо жінок засуджується в усіх її формах (Конвенція ООН про викорінення всіх форм дискримінації щодо жінок),
- ☐ дитині для повного і гармонійного розвитку її особи необхідно зростати в сімейному оточенні, в атмосфері щастя, любові і розуміння (Конвенція ООН про права дитини),
- ☐ жодна дитина не може бути об'єктом свавільного або незаконного втручання в здійснення її права на особисте і сімейне життя, незаконного посягання на її честь і гідність тощо (Конвенція ООН про права дитини),
- ☐ домашнє насильство повинно бути ліквідовано (Конвенції Ради Європи №210 про боротьбу та попередження насильства щодо жінок та домашнього насильства) тощо.

**б) положення національного законодавства**

☐ кожен має право захищати своє життя і здоров'я, життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань (Конституція України).

☐ нікого не може бути піддано катуванню, жорстокому, нелюдському або такому, що принижує його гідність, поводженню чи покаранню (Конституція України).

☐ кожен із подружжя має рівні права і обов'язки у шлюбі (Конституція України).

☐ сім'я, дитинство, материнство і батьківство та сім'ї тьківство (Конституція України).

☐ сім'я, дитинство, материнство і батьківство охороняються державою

☐ заборонено будь-які види експлуатації батьками своєї дитини, фізичні покарання дитини батьками, а також застосування ними інших видів покарань, які принижують людську гідність дитини (Сімейний кодекс України).

☐ право на захист дитини від усіх форм фізичного чи психологічного насильства, образи, недбалого і жорстокого поводження з нею тощо (Закон України «Про охорону дитинства»).

☐ право на попередження та захист від насильства в сім'ї гарантується державою (Закон України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»).

**Повноваження органів, які можуть допомогти  
у протидії насильству в сім'ї**

**Повноваження для групи «Працівники поліції»  
(відповідні підрозділи органів внутрішніх справ)**

☐ приймають та розглядають заяви і повідомлення про насильство в сім'ї або про реальну загрозу його вчинення;

ленам сім'ї про  
вчинення насильства в сім'ї; ☐ неприпустимість  
☐ виносять офіційні попередження

☐ беруть на профілактичний облік осіб  
на насильства в

сім'ї, та проводять виховну роботу з ними тощо;

☐ відвідують сім'ї, члени яких перебувають  
на профілактичному обліку, за  
місцем їх проживання і проводять з ними профілактичні бесіди;

☐ направляють жертв насильства в сім'ї до спеціалізованих устан  
нов;

☐ виносять захисні приписи (заборони особистих контактів кривдника з  
жертвою домашнього насильства) та контролюють виконання їх вимог;

☐ притягають до адміністративної відповідальності.

*(на основі Закону України «Про запобігання та протидію домашньому  
насильству»)*

**Повноваження для групи «Управління (відділи) у справах сім'ї, молоді  
та спорту місцевих державних адміністрацій»**

☐ приймають і розглядають заяви (повідомлення) про вчинення або загрозу  
вчинення насильства в сім'ї;

☐ повідомляють про ці випадки працівників поліції;

☐ відвідують заявника і складають відповідний акт обстеження;

☐ проводять роз'яснювальну роботу серед населення;

інших послуг;

направляють при необхідності в сім'ї до спеціалізованих

установ для жертв насильства в сім'ї.

*(на основі Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»)*

### **Повноваження для групи «Органи опіки і піклування»**

☐ за наявності інформації надають допомогу у відновленні порушених прав для дітей (які мають батьків і проживають у сім'ях та дітям-сиротам), а також членам сім'ї, яких в судовому порядку визнано недієздатними;

☐ за наявності інформації надають допомогу у захисті законних інтересів дітям (які мають батьків і проживають у сім'ях та дітям-сиротам), а також членам сім'ї, яких в судовому порядку визнано недієздатними;

☐ представляють в суді інтереси дітей та недієздатних членів сім'ї, які стали жертвами насильства в сім'ї.

*(на основі Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»)*

### **Повноваження для групи**

#### **«Спеціалізовані установи для осіб,**

**які вчинили насильство в сім'ї та жертв такого насильства»**

#### **Кризові центри:**

можуть стати або стали  
насильства в сім'ї;

☐ здійснюють прийом членів сім'ї

бі спеціалізованої психологічної, медичної,

юридичної допомоги членам сім'ї, які можуть стати або стали жертвами

насилъства в сім'ї;

☐ відповідно до можливостей надають притулок для тимчасового перебування членам сім'ї, які можуть стати або стали жертвами насильства в сім'ї;

☐ розробляють корекційні програми та організовують їх проходження особами, які вчинили насильство в сім'ї;

☐ повідомляють уповноважені підрозділи поліції про виявлені факти реальної загрози домашнього насильства чи його вчинення.

*(на основі Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»)*

### **Центри медико-соціальної реабілітації жертв насильства в сім'ї:**

☐ організовують надання жертвам насильства в сім'ї послуг медико-соціальної реабілітації на своїх базах (з їхньої згоди або на їхнє прохання)

*(на основі Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству»)*

**Повноваження  
для  
групи іншими  
«Грома**

**дські організації»**

☐ проводять кримінальні програми по роботі з кривдниками спільно з **приватними організаціями, благодійні організаціями)**

організаціями,

насильству в сім'ї;

протидії сімейному насильству;

щодо боротьби з насильством у  
сім'ї;

арячих ліній" з питань протидії  
нь, у тому числі по

□ проводять просвітницьку діяльність, у тому числі за участю громадських організацій, у тому числі по

пошті, психологічні консультації потерпілим від насильства. (на основі

Закону України «Про запобігання та протидію домашньому насильству») правових

### Використані джерела:

1 Інформаційне повідомлення «Самооцінка. Самоцінність». Режим доступу: <http://luxtopfit.com/ua/krasota-i-zdorove/psihologiya/ukrayinska-samootsinka-ta-samotsinnist-dvi-vazhlyvi-skladovi-lyubovi-do-sebe/>

2Інформаційне повідомлення «Емоційний інтелект»      Режим доступу:  
[https://life.24tv.ua/yak-rozvinuti-emotsiyniy-intelekt\\_n1691611](https://life.24tv.ua/yak-rozvinuti-emotsiyniy-intelekt_n1691611)

3Луїза Хей "Зціли своє життя"/ Hay L. Love Your life. Workbook/Louise L. Hay.- California: Hay House, Inc., 1990. – 176 p.

43У «Про охорону дитинства» Режим доступу:  
<https://wiki.legalaid.gov.ua/index.php>

5      ЗУ «Про запобігання та протидію домашньому насильству

Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-19#Text>

6Відеоролик «Лист батькам». Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=9iDh1VKOmzI>

7Відеоролик «Наслідки домашнього насильства» Режим доступу:  
<https://www.youtube.com/watch?v=sIHVy3s7uQ0>

8 Інформаційні матеріали. Режим доступу: <https://naurok.com.ua/trening-dlya-batkiv-protidi-mo-nasilstvu-razom-104058.html>

9 Інформаційне повідомлення: <http://kor-rada.gov.ua/mij-ulyublenyj-svit-bez-nasylstva>

10 КОНВЕНЦІЯ Ради Європи про запобігання насильству стосовно жінок і домашньому насильству та боротьбу із цими явищами:  
<https://ips.ligazakon.net/document/mu11251>

11. Небезпечні квести для дітей: профілактика залучення / Методичні рекомендації. – К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2017. – 76 с.

Электронный ресурс:  
[file:///C:/Users/Kristi/Downloads/20170809123359\\_%D0%AE%D0%9D%D0%9](file:///C:/Users/Kristi/Downloads/20170809123359_%D0%AE%D0%9D%D0%9)





