

СХВАЛЕНО
Педагогічною радою
Грунського ліцею
Протокол № 1 від 31.08.2023 року

ЗАТВЕРДЖЕНО
Директор Грунського ліцею
_____ Алла ХОМЕНКО
Наказ №81-ОД від 31.08.2023

Антибулінгова програма
Грунського ліцею
Грунської сільської ради

ЗМІСТ

I. Вступ

3

II. Нормативна база

5

III. Алгоритм реалізації програми

6

IV. Дії керівника закладу

10

V. Процедура/послідовність кроків і реагування на зафіксовані прояви насильницької поведінки щодо учнів/дорослого у школі різними сторонами

15

VI. ПОРЯДОК подання та розгляду (з дотриманням конфіденційності) заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі

19

VII. Алгоритм щодо попередження булінгу

25

I. Вступ

Метою даної програми є: ознайомити учасників освітнього процесу з причинами виникнення булінгу, впливу цього явища на окрему особистість і учнівський колектив в цілому, опрацювати практичні методи виявлення постраждалих та булерів, методи роботи з ними та профілактики даного явища.

Програма складається з теоретичного матеріалу і практичної складової – виявлення жертв боулінгу або булерів, побудові стратегічних рішень та конкретних методів впливу на учасників булінгу, організації системної роботи в учнівському колективі.

Завдання:

- профілактика булінгу в освітньому середовищі;

- попередження і подолання наслідків булінгу серед учнів;
- систематизувати знання щодо взаємостосунків дітей та молоді у навчальному закладі;
- навчитися визначати групи ризику (жертв та булерів);
- ознайомитися з принципами організації системного протистояння булінгу у молодіжному колективі;
- набути умінь асертивної поведінки.

Очікувані результати: запобігання виникненню булінгу в освітньому середовищі.

Теоретичні засади

Проблема насильства в освітньому середовищі є досить розповсюдженою проблемою. Дуже важливо, щоб учні, батьки та вчителі були проінформовані про це негативне явище, як його виявити, та як його уникнути. Образливі прізвиська, глузування, піддражнювання, стусани з боку одного або групи учнів щодо однокласника або однокласниці – є ознаками нездорових стосунків, які можуть привести до цькування – регулярного, повторюваного день у день знущання.

Регулярне та цілеспрямоване нанесення фізичної й душевної шкоди стало об'єктом уваги науковців та педагогів, починаючи з 70-х років минулого століття, й отримало спеціальну назву – булінг.

Булінг (від англ. bully – хуліган, задирака, грубіян, «to bully» – задиратися, знущатися) – тривалий процес свідомого жорстокого ставлення, агресивної поведінки з метою заподіяти шкоду, викликати страх, тривогу або ж створити негативне середовище для людини.

За даними різних досліджень, майже кожен третій учень в Україні так чи інакше зазнавав булінгу в школі, потерпав від принижень і насміхань: 10% – регулярно (раз на тиждень і частіше); 55% – частково піддаються знущанню зі сторони однокласників; 26% – батьків вважають своїх дітей жертвами булінгу.

Згідно із Законом України «Про освіту», Конвенцією ООН про права дитини, Законом України «Про охорону дитинства», Державної цільової програми «Національний план дій з реалізації Конвенції про права інвалідів», Законом України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькування)» активізовано роботу щодо профілактики булінгу в освітньому середовищі.

II. Нормативна база

- Постанова КМ України в «Про затвердження порядку взаємодії суб'єктів, що здійснюють заходи у сфері запобігання та протидії домашньому насильству та насильству за ознакою статі» від 22.08.2018 №658.

- Наказ МОН України від 02.10.2018 № 1047 «Про затвердження Методичних рекомендацій щодо виявлення, реагування на випадки домашнього насильства і взаємодії педагогічних працівників із іншими органами та службами».

- Лист МОН України від 18.05.2018 № 1/11-5480 «Методичні рекомендації щодо запобігання та протидії насильству».

- Лист МОН України від 29.12.2018 № 1/9-790 «Щодо організації роботи у закладах освіти з питань запобігання і протидії домашньому насильству та булінгу».

- Закон України від 18.12.2019 року № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)».

- Наказ Міністерства соціальної політики України, Міністерства внутрішніх справ України, Міністерства освіти і науки України, Міністерства охорони здоров'я України від 19.08.2014 №564/836/945/577 «Про затвердження Порядку розгляду звернень та повідомлень з приводу жорстокого поводження з дітьми або реальної загрози його вчинення».

- Наказ МОН України від 28.12.2019 р. № 1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» (порядок дій).

- Наказ МОН України від 26.02. 2020 р. № 1646 «Про затвердження плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти».

●Лист Міністерства освіти і науки України від 28.10.2014 № 1/9-557 «Методичні рекомендації щодо взаємодії педагогічних працівників у навчальних закладах та взаємодії з іншими органами і службами щодо захисту прав дітей».

●Закон України "Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)".

●Лист МОН України від 29.01.2019 №1/11-881 "Рекомендації для закладів освіти щодо застосувань норм Закону України щодо протидії булінгу".

●Лист МОНУ від 29.12.2018 №1/9-790 "Щодо організації роботи в закладах освіти з питань запобігання і протидії домашньому насильству та булінгу".

III. Алгоритм реалізації програми

Найчастіше жертвами булінгу стають діти, які мають:

✓ фізичні вади – носять окуляри, поганочують, мають порушення рухового апарату фізично слабкі.

✓ особливості поведінки – замкнуті чи імпульсивні, невпевнені, тривожні.

✓ особливості зовнішності – руде волосся, веснянки, мають надмірну худорлявість чи повноту.

✓ недостатньо розвинені соціальні навички: часто не мають жодного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками.

✓ страх перед школою: неуспішність у навчанні часто формує у дітей негативне ставлення до школи, страх відвідування певних предметів, що сприймається оточуючими як підвищена тривожність, невпевненість, провокуючи агресію.

✓ відсутність досвіду життя в колективі (так звані «домашні» діти).

✓ деякі захворювання: заїкання, дислалія (порушення мовлення), дисграфія (порушення письма), дислексія (порушення читання).

✓ знижений рівень інтелекту, труднощі у навчанні.

✓ високий інтелект, обдарованість, видатні досягнення.

Форми та види булінгу

Людину, яку вибрали жертвою і яка не може захистити себе, прагнуть принизити, залякати, ізолювати від інших різними способами.

Найпоширенішими формами булінгу є:

●словесні образи, глузування, обзивання, погрози;

●образливі жести або дії;

●залякування за допомогою слів, загрозливих інтонацій, щоб змусити жертву щось зробити чи не зробити;

●ігнорування, відмова від спілкування, виключення з гри, бойкот;

●вимагання грошей, їжі, речей, умисного пошкодження особистого майна жертви;

●фізичне насилля (удари, щипки, штовхання, підніжки, викручування рук, будь-які інші дії, які заподіюють біль і навіть тілесні ушкодження);

●приниження за допомогою мобільних телефонів та Інтернету (СМС-повідомлення, електронні листи, образливі репліки і коментарі в чатах тощо), розпускання чуток і пліток.

Види булінгу можна об'єднати в групи словесного (вербального), фізичного, соціального (емоційного) та електронного (кібербулінг) знущання, які часто поєднуються для більш сильного впливу.

70% знущання відбувається словесно: принизливі обзивання, глузування, жорстока критика, висміювання. На жаль, кривдник часто залишається непоміченим та непокараним, однак образи не залишаються безслідними для «об'єкта» приниження.

Фізичне насильство найбільш помітне, однак складає менше третини випадків булінгу (нанесення ударів, штовхання, підніжки, пошкодження або крадіжка особистих речей жертви тощо).

Найскладніше зовні помітити соціальне знущання – систематичне приниження почуття гідності потерпілого шляхом ігнорування, ізоляції, уникання, виключення.

Сьогодні набирає обертів кібербулінг. Це приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету. Діти реєструються в соціальних мережах, створюють сайти, де можуть вільно спілкуватися, ображаючи інших, поширювати плітки, особисті фотографії.

Наслідки шкільного насилля

Жертви булінгу переживають важкі емоції – почуття приниження та сором, страх, розпач і злість. Булінг вкрай негативно впливає на соціалізацію жертви, спричиняючи:

неадекватне сприйняття себе – занижену самооцінку, комплекс неповноцінності, беззахисність;

негативне сприйняття однолітків – відсторонення від спілкування, самотність,

часті прогули в школі;

неадекватне сприйняття реальності – підвищену тривожність, різноманітні фобії, неврози;

девіантну поведінку – схильність до правопорушень, суїцидальні наміри, формування алкогольної, тютюнової чи наркотичної залежності.

Відповідальність, яка чекає на булера.

Булінг, тобто моральне або фізичне насильство, агресія у будь-якій формі або будь-які інші дії, вчинені з метою викликати страх, тривогу, підпорядкувати особу своїм інтересам, що мають ознаки свідомого жорстокого ставлення - тягне за собою накладення штрафу від двадцяти до п'ятдесяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян.

Ті самі дії, вчинені повторно упродовж року після накладення адміністративного стягнення, або вчинені відносно неповнолітнього, або вчинені з особливою жорстокістю - тягнуть за собою накладення штрафу від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян.

Учинення малолітніми або неповнолітніми особами віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, правопорушення, відповідальність за яке передбачено цією статтею, тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від двадцяти до п'ятдесяти неоподатковуваних мінімумів доходів громадян.

Приховування випадків булінгу педагогічним, науково-педагогічним, науковим працівником, керівником або засновником закладу освіти, тягне за собою накладення штрафу від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян.

IV. Дії керівника закладу

Керівник закладу освіти повинен довести до відома здобувачів освіти, педагогічних, науково-педагогічних, працівників, батьків та інших учасників освітнього процесу щодо їх обов'язку повідомляти керівника закладу про випадки булінгу (цькування), учасниками або свідками якого вони стали, або підозрюють про його вчинення по відношенню до інших осіб за зовнішніми ознаками, або про які отримали достовірну інформацію від інших осіб. Відповідно до такої заяви керівник закладу видає рішення про проведення розслідування із визначенням уповноважених осіб. Для прийняття рішення за результатами розслідування керівник закладу освіти створює наказом комісію з розгляду випадків булінгу (цькування) (далі – Комісія) та скликає засідання.

До складу такої Комісії можуть входити педагогічні працівники, (у тому числі психолог, соціальний педагог), батьки постраждалого та булера, керівник закладу та інші зацікавлені особи. Якщо Комісія визнала, що це був булінг (цькування), а не одноразовий конфлікт чи сварка, тобто відповідні дії носять систематичний характер, то керівник закладу освіти зобов'язаний повідомити уповноважені підрозділи органів Національної поліції України (ювенальна поліція) та Службу у справах дітей. У разі, якщо Комісія не кваліфікує випадок як булінг (цькування), а постраждалий не згодний з цим, то він може одразу звернутись до органів Національної поліції України із заявою, про що керівник закладу освіти має повідомити постраждалого. Рішення Комісії реєструються в окремому журналі, зберігаються в паперовому вигляді з оригіналами підписів всіх членів Комісії. Потерпілий чи його/ї представник також можуть звертатися відразу до уповноважених підрозділів органів Національної поліції України (ювенальна поліція) та Служб у справах дітей з повідомленням про випадки булінгу (цькування).

V. Процедура/послідовність кроків і реагування на зафіксовані прояви насильницької поведінки щодо учнів/дорослого у школі різними сторонами.

Дитина, яка стала свідком булінгу або акту насильницької поведінки:

1. Миттєво звернутися до будь-якого дорослого, який перебуває поблизу, з проханням допомогти зупинити ситуацію.

2. Невідкладно повідомити свого класного керівника про випадок, що стався, якщо інцидент зафіксований серед однокласників.

3. Брати участь у загальних подіях класу за участі класного керівника та психолога щодо врегулювання психологічно-емоційного клімату.

Працівник школи (вчитель, класний керівник та ін.), який став свідком булінгу або акту насильницької поведінки повинен:

1. Миттєво зупинити неприйнятні дії.

2. Дізнатися імена та прізвища учасників події. Невідкладно повідомити класного керівника класу про зафіксований акт насилля, надати детальну інформацію про обставини ситуації.

3. Вжити невідкладних дисциплінарних превентивних заходів: нагадати правила школи та наслідки їх порушення.

Класний керівник, який дізнався про випадок булінгу з дитиною свого класу:

1. Заспокоїти, розрадити, нормалізувати поведінку всіх учасників акту насильницької поведінки.

2. Визначити, чи цей випадок підпадає під визначення «булінг». Якщо цей акт насильницької поведінки не класифікується як булінг, провести розмову з учасниками події щодо її причин та запобігання такого в майбутньому. Якщо є проявом булінгу – тоді крок 3.

3. Провести розмову з класом з метою нагадати про Антибулінгову політику школи та неприпустимість булінгу у школі.

4. У той же день повідомити батьків суб'єкта і об'єкта булінгу про ситуацію під час особистої зустрічі.

5. У той же день повідомити про ситуацію, що сталася, в батьківській групі з обмеженим доступом, без вказування імен і прізвищ учасників.

6. У той же день повідомити психолога про випадок булінгу у класі.

7. У той же день зафіксувати випадок булінгу в Журналі щоденного обліку роботи практичного психолога.

8. У співпраці з психологом, керівником МО класних керівників розробити план індивідуальної роботи з класом для нормалізації психологічного клімату, а також провести індивідуальну роботу з учасниками акту насильницької поведінки.

9. Усі подальші дії класного керівника, психолога та директора школи регулюють нормативно-правові документи з даного питання.

V. Кроки батьків:

Батьки дитини, яка поскаржилася на булінгову поведінку щодо неї:

1. Повідомити класного керівника про скарги дитини і підозри на булінг, переконатися, що у школі зафіксований і мав місце випадок булінгу, про який розказує дитина.

2. Обговорити скарги дитини на випадок насильницької поведінки щодо неї під час особистої зустрічі з класним керівником і психологом школи.

3. Поговорити з дитиною про неможливість проявів булінгу в школі та необхідність співпрацювати зі шкільним психологом та класним керівником до нормалізації психоемоційного стану дитини і психологічного клімату в класі.

4. Зустрітися з психологом школи щодо усунення наслідків булінгу.

5. У разі рекомендацій шкільного психолога звернутися до позашкільного психолога чи психотерапевта. У цьому випадку регулярно повідомляти шкільного психолога про етапи і результати роботи.

6. Відвідати щонайменше 2 зустрічі з психологом школи задля профілактики виникнення в подальшому таких випадків.

7. Постійно надавати й отримувати від класного керівника зворотний зв'язок щодо емоційного стану дитини.

Батьки дитини, у якої зафіксували булінгову поведінку:

1. Прийти на зустріч із класним керівником, психологом та отримати детальну інформацію стосовно проявів дитини та обставин ситуації, що склалася.

2. Ознайомитись із записом у Журналі щоденного обліку роботи практичного психолога та політикою вирішення конфліктів у школі.

3. Поговорити з дитиною про неприпустимість булінгу у школі та необхідність співпрацювати зі шкільним психологом та класним керівником до нормалізації психоемоційного стану дитини і психологічного клімату в класі.

4. Співпрацювати з психологом школи щодо усунення наслідків булінгу. Відвідати щонайменше 2 зустрічі з психологом школи задля профілактики виникнення в подальшому таких випадків.

5. Звертатися до позашкільного психолога чи психотерапевта за рекомендацією шкільного психолога чи за власним бажанням. У такому разі регулярно повідомляти шкільного психолога про етапи та результати роботи.

6. Постійно надавати й отримувати від класного керівника зворотний зв'язок щодо емоційного стану дитини.

VI. Кроки шкільного психолога щодо роботи з усіма залученими учасниками булінгу:

1. У той же день зафіксувати випадок булінгу в Журналі щоденного обліку роботи практичного психолога зі слів класного керівника, дитини – об'єкту/суб'єкту булінгу, батьків, інших сторін учасників випадку булінгу.

2. У співпраці з класним керівником розробити план індивідуальної роботи з класом для нормалізації психологічного клімату, а також провести індивідуальну роботу з учасниками акту насильницької поведінки.

3. Провести щонайменше 2 зустрічі з батьками обох сторін конфлікту щодо усунення наслідків та профілактичних заходів.

4. У разі потреби, рекомендувати батькам звернутися до позашкільного психолога чи психотерапевта. У цьому випадку регулярно підтримувати контакт із позашкільними спеціалістами та обмінюватися інформацією, коригувати план індивідуальної роботи з учасниками акту насильницької поведінки.

5. Увести спостереження за всіма учасниками булінгу, акумулювати та аналізувати інформацію від класного керівника, учителів, батьків до повного відновлення сприятливого психологічного клімату у класі та емоційного стану дітей.

VII. Кроки класного керівника/шкільного психолога щодо роботи зі свідками/ пасивними учасниками булінгу:

1. Провести розмову-нагадування з класом щодо неприпустимості проявів булінгу і насильницької поведінки в школі.

2. Провести позапланові класні активності, під час яких діти проявляють себе з менш звичних сторін, мають змогу зблизитися та налагодити відносини.

IX. Кроки працівників школи:

Працівник школи, який зазнав булінгу від учня/групи учнів:

1. Назвати неприйнятну поведінку «булінгом» і нагадати про недопустимість проявів булінгу в школі.

2. Повідомити класного керівника про випадок булінгу.

3. Підтвердити письмово випадок булінгу відповідною заявою.

4. Повідомити директора школи про цей випадок.

X. Для успішного попередження та профілактики насильницької поведінки, у т.ч. булінгу у школі, виконуються такі дії:

- відеоспостереження шкільних майданчиків, коридорів школи;

- співробітники школи здійснюють регулярний нагляд (моніторинг) у шкільних коридорах і зонах спільного користування (спортивних залах, ігрових зонах, рекреаціях).;

- використання Інтернету в школі є максимально керованим. Встановлені фільтри та списки обмежених сайтів і контенту;
- учням дозволено залишати територію школи після прибуття і до закінчення уроків згідно розкладу занять можна лише за відповідної заяви батьків і за згодою класного керівника, адміністрації школи;
- школа навчає навичкам ненасильницького спілкування у вигляді лекцій, тренінгів, практичних занять;
- в освітню програму включено профілактичні тренінги, психологічно-рольові ігри за темами толерантності, профілактики конфліктів та булінгу;
- у практиці школи проведення загальношкільних заходів, до яких залучаються батьки, члени родин, громадські діячі, мешканці мікрорайону: благодійні ярмарки та волонтерські акції; День здоров'я, спортивні змагання; тощо;
- класний керівник постійно впливає на соціально-психологічний клімат класу;
- класний керівник планує та проводить командоутворюючі ігри, заняття і вправи серед учнів;
- шкільний психолог веде регулярну корекційну роботу впродовж навчального періоду з класами, окремими групами дітей, окремими дітьми щодо дотримання ними КБОС, толерантності, уникнення проявів насильницької поведінки;
- шкільний психолог, відповідно до затвердженого плану роботи, досліджує психологічний клімат у класі, групову динаміку класу, емоційний стан учнів, проводить соціометрію для отримання інформації про взаємовідносини серед дітей. Отриману інформацію використовує для формування та корегування роботи психолога з класом;
- шкільний психолог шляхом спостереження та аналізу розпізнає в учнів і працівників школи проблеми в міжособистісному спілкуванні адаптації до навчального колективу і надає їм своєчасну соціальну-психологічну допомогу;
- школа проводить просвітницьку роботу з батьками щодо уникнення та розпізнавання насильницької поведінки до дитини/дитиною, допомогти дитині в разі проявів булінгу в рамках проєкту «Школа – територія безпеки»;
- на початку навчального року кожен класний керівник проводить 2-3 заняття, присвячені профілактиці булінгу та насильству. На першому – знайомить із Антибулінговою політикою, на решті – опрацьовує з дітьми різні схеми дій у тій чи іншій ситуації;
- на початку навчального року (впродовж серпня) для працівників школи шкільний психолог і заступник директора школи з виховної роботи проводять ознайомчу зустріч щодо Антибулінгової політики школи і надають чіткі інструкції та роз'яснення стосовно протидії, реагування та профілактики насильницької поведінки у школі;
- на початку навчального року в батьківських групах класів у соціальній мережі розміщується для ознайомлення короткий витяг з Антибулінгової політики школи;
- у вересні-жовтні у школі відбувається просвітницький семінар для батьків школи для ознайомлення зі стратегіями батьківської поведінки в тих чи інших неприйнятних ситуаціях;
- психолог школи постійно цікавиться інформацією про можливі інші профілактичні заходи, а також методи роботи як із кривдниками, так і з жертвами булінгу, проводять самостійно або запрошують зовнішніх спеціалістів для навчання шкільного персоналу практикам профілактики булінгу та роботи з випадками булінгу;
- на сайті школи розміщено витяг з Антибулінгової політики школи та Кодекс Безпечного Освітнього Середовища (КБОС), який являє собою єдині правила для всіх учасників освітнього процесу.

VI. ПОРЯДОК

подання та розгляду (з дотриманням конфіденційності)

заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі

1. Цей Порядок розроблено відповідно до Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)».
2. Цей Порядок визначає процедуру подання та розгляду заяв про випадки булінгу (цькуванню).

3. Заявниками можуть бути здобувачі освіти, їх батьки/законні представники, працівники та педагогічні працівники закладу та інші особи.

4. Заявник забезпечує достовірність та повноту наданої інформації.

5. У цьому Порядку терміни вживаються у таких значеннях:

Булінг (цькування) – діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Типовими ознаками булінгу (цькування) є:

- систематичність (повторюваність) діяння;
- наявність сторін – кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);

- дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Подання заяви про випадки булінгу (цькування)

1. Учасники освітнього процесу можуть повідомити про випадок булінгу (цькування), стороною якого вони стали або підозрюють про його вчинення стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу або про який отримали достовірну інформацію, керівника закладу освіти або інших суб'єктів реагування на випадки булінгу (цькування) в закладі освіти.

У закладі освіти заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) або підозру щодо його вчинення приймає керівник закладу.

Повідомлення можуть бути в усній та (або) письмовій формі, в тому числі із застосуванням засобів електронної комунікації.

2. Керівник закладу освіти у разі отримання заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування):

- невідкладно у строк, що не перевищує однієї доби, повідомляє територіальний орган (підрозділ) Національної поліції України, принаймні одного з батьків або інших законних представників малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування);

- за потреби викликає бригаду екстреної (швидкої) медичної допомоги для надання екстреної медичної допомоги;

- повідомляє службу у справах дітей з метою вирішення питання щодо соціального захисту малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування), з'ясування причин, які призвели до випадку булінгу (цькування) та вжиття заходів для усунення таких причин;

- повідомляє центр соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді з метою здійснення оцінки потреб сторін булінгу (цькування), визначення соціальних послуг та методів соціальної роботи, забезпечення психологічної підтримки та надання соціальних послуг;

- скликає засідання комісії з розгляду випадку булінгу (цькування) (далі – комісія) не пізніше ніж упродовж трьох робочих днів з дня отримання заяви або повідомлення.

Склад комісії, права та обов'язки її членів

1. Склад комісії затверджує наказом керівник закладу освіти.

Комісія виконує свої обов'язки на постійній основі.

2. Склад комісії формується з урахуванням основних завдань комісії.

Комісія складається з голови, заступника голови, секретаря та не менше ніж п'яти її членів.

До складу комісії входять педагогічні працівники, у тому числі практичний психолог та соціальний педагог закладу освіти, представник служби у справах дітей Грунської сільської ради.

До участі в засіданні комісії за згодою залучаються батьки або інші законні представники малолітніх або неповнолітніх сторін булінгу (цькування), а також можуть залучатися сторони булінгу (цькування), представники інших суб'єктів реагування на випадки булінгу (цькування) в закладах освіти.

3. Головою комісії є керівник закладу освіти.

Голова комісії організовує її роботу і відповідає за виконання покладених на комісію завдань, головує на її засіданнях та визначає перелік питань, що підлягають розгляду.

Голова комісії визначає функціональні обов'язки кожного члена комісії. У разі відсутності голови комісії його обов'язки виконує заступник голови комісії.

У разі відсутності голови комісії та заступника голови комісії обов'язки голови комісії виконує один із членів комісії, який обирається комісією за поданням її секретаря.

У разі відсутності секретаря комісії його обов'язки виконує один із членів комісії, який обирається за поданням голови комісії або заступника голови комісії.

4. Секретар комісії забезпечує підготовку проведення засідань комісії та матеріалів, що підлягають розгляду на засіданнях комісії, ведення протоколу засідань комісії.

5. Член комісії має право:

ознайомлюватися з матеріалами, що стосуються випадку булінгу (цькування), брати участь у їх перевірці;

подавати пропозиції, висловлювати власну думку з питань, що розглядаються;

брати участь у прийнятті рішення шляхом голосування;

висловлювати окрему думку усно або письмово;

вносити пропозиції до порядку денного засідання комісії.

6. Член комісії зобов'язаний:

особисто брати участь у роботі комісії;

не розголошувати стороннім особам відомості, що стали йому відомі у зв'язку з участю у роботі комісії, і не використовувати їх у своїх інтересах або інтересах третіх осіб;

виконувати в межах, передбачених законодавством та посадовими обов'язками, доручення голови комісії;

брати участь у голосуванні.

Порядок роботи комісії

1. Метою діяльності комісії є припинення випадку булінгу (цькування) в закладі освіти; відновлення та нормалізація стосунків, створення сприятливих умов для подальшого здобуття освіти у групі (класі), де стався випадок булінгу (цькування); з'ясування причин, які призвели до випадку булінгу (цькування), та вжиття заходів для усунення таких причин; оцінка потреб сторін булінгу (цькування) в соціальних та психолого-педагогічних послугах та забезпечення таких послуг.

2. Діяльність комісії здійснюється на принципах:

законності;

верховенства права;

поваги та дотримання прав і свобод людини;

неупередженого ставлення до сторін булінгу (цькування);

відкритості та прозорості;

конфіденційності та захисту персональних даних;

невідкладного реагування;

комплексного підходу до розгляду випадку булінгу (цькування);

нетерпимості до булінгу (цькування) та визнання його суспільної небезпеки.

Комісія у своїй діяльності забезпечує дотримання вимог Законів України «Про інформацію», «Про захист персональних даних».

3. До завдань комісії належать:

збір інформації щодо обставин випадку булінгу (цькування), зокрема пояснень сторін булінгу (цькування), батьків або інших законних представників малолітніх або неповнолітніх сторін булінгу (цькування); висновків практичного психолога та соціального педагога закладу освіти; відомостей служби у справах дітей Грунської сільської ради; експертних висновків (за

наявності), якщо у результаті вчинення булінгу (цькування) була завдана шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого; інформації, збереженої на технічних засобах чи засобах електронної комунікації (Інтернет, соціальні мережі, повідомлення тощо); іншої інформації, яка має значення для об'єктивного розгляду заяви;

розгляд та аналіз зібраних матеріалів щодо обставин випадку булінгу (цькування) та прийняття рішення про наявність/відсутність обставин, що обґрунтовують інформацію, зазначену у заяві.

У разі прийняття рішення комісією про наявність обставин, що обґрунтовують інформацію, зазначену у заяві, до завдань комісії також належать:

оцінка потреб сторін булінгу (цькування) в отриманні соціальних та психолого-педагогічних послуг та забезпечення таких послуг, в тому числі із залученням фахівців служби у справах дітей та центру соціальних служб для сім'ї, дітей та молоді;

визначення причин булінгу (цькування) та необхідних заходів для усунення таких причин;

визначення заходів виховного впливу щодо сторін булінгу (цькування) у групі (класі), де стався випадок булінгу (цькування);

моніторинг ефективності соціальних та психолого-педагогічних послуг, заходів з усунення причин булінгу (цькування), заходів виховного впливу та корегування (за потреби) відповідних послуг та заходів;

надання рекомендацій для педагогічних працівників закладу освіти щодо доцільних методів здійснення освітнього процесу та інших заходів з малолітніми чи неповнолітніми сторонами булінгу (цькування), їхніми батьками або іншими законними представниками;

надання рекомендацій для батьків або інших законних представників малолітньої чи неповнолітньої особи, яка стала стороною булінгу (цькування).

4. Формою роботи комісії є засідання, які проводяться у разі потреби. Дату, час і місце проведення засідання комісії визначає її голова.

5. Засідання комісії є правомірним у разі участі в ньому не менш як двох третин її складу.

6. Секретар комісії не пізніше вісімнадцятої години дня, що передує дню засідання комісії, повідомляє членів комісії, а також заявника та інших заінтересованих осіб про порядок денний запланованого засідання, дату, час і місце його проведення, а також надає/надсилає членам комісії та зазначеним особам необхідні матеріали в електронному або паперовому вигляді.

7. Рішення з питань, що розглядаються на засіданні комісії, приймаються шляхом відкритого голосування більшістю голосів від затвердженого складу комісії. У разі рівного розподілу голосів голос голови комісії є вирішальним.

8. Під час проведення засідання комісії секретар комісії веде протокол засідання комісії, що оформлюється наказом керівника закладу освіти.

9. Особи, залучені до участі в засіданні комісії, зобов'язані дотримуватись принципів діяльності комісії, зокрема не розголошувати стороннім особам відомості, що стали їм відомі у зв'язку з участю у роботі комісії, і не використовувати їх у своїх інтересах або інтересах третіх осіб.

Особи, залучені до участі в засіданні комісії, під час засідання комісії мають право:

ознайомлюватися з матеріалами, поданими на розгляд комісії;

ставити питання по суті розгляду;

подавати пропозиції, висловлювати власну думку з питань, що розглядаються.

10. Голова комісії доводить до відома учасників освітнього процесу рішення комісії згідно з протоколом засідання та здійснює контроль за їхнім виконанням.

11. Строк розгляду комісією заяви або повідомлення про випадок булінгу (цькування) в закладі освіти та виконання нею своїх завдань не має перевищувати десяти робочих днів із дня отримання заяви або повідомлення керівником закладу освіти.

Запобігання та протидія булінгу (цькуванню) в закладі освіти

1. Діяльність щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти має бути постійним системним процесом, спрямованим на:

визначення та реалізацію необхідних заходів, способів і методів запобігання виникненню булінгу (цькування) та (або) потенційних ризиків його виникнення;

виявлення булінгу (цькування) та (або) потенційних ризиків його виникнення;
визначення та реалізацію необхідних заходів, способів і методів вирішення ситуацій булінгу (цькування) та/або усунення потенційних ризиків його виникнення.

2. Діяльність щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти ґрунтується на принципах:

- недискримінації за будь-якими ознаками;
- ненасильницької поведінки в міжособистісних стосунках;
- партнерства та підтримки між педагогічним (науково-педагогічним) колективом закладу освіти і батьками (законними представниками) малолітнього чи неповнолітнього здобувача освіти;
- особистісно-орієнтованого підходу до кожної дитини;
- розвитку соціального та емоційного інтелекту учасників освітнього процесу;
- гендерної рівності;
- участі учасників освітнього процесу в прийнятті рішень відповідно до положень законодавства та установчих документів закладу освіти.

3. Завданнями діяльності щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти є:

- створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти, що включає психологічну та фізичну безпеку учасників освітнього процесу;
- визначення стану, причин і передумов поширення булінгу (цькування) в закладі освіти;
- підвищення рівня поінформованості учасників освітнього процесу про булінг (цькування);
- формування в учасників освітнього процесу нетерпимого ставлення до насильницьких моделей поведінки, усвідомлення булінгу (цькування) як порушення прав людини;
- заохочення всіх учасників освітнього процесу до активного сприяння запобіганню булінгу (цькуванню).

4. Діяльність щодо запобігання та протидії булінгу (цькуванню) в закладі освіти відображається в плані заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти (далі - План).

Розроблення, затвердження та оприлюднення Плану забезпечує керівник закладу освіти в межах наданих йому повноважень щодо створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти, вільного від будь-яких форм насильства та дискримінації, в тому числі булінгу (цькування).

Планування відповідних заходів здійснюється за результатами моніторингу стану освітнього середовища в закладі освіти.

Заплановані заходи повинні:

спрямовуватись на задоволення потреб окремого закладу освіти у створенні безпечного освітнього середовища;

мати вимірювані показники ефективності;

залучати всіх учасників освітнього процесу.

План розробляється до початку навчального року. Протягом навчального року керівник закладу освіти забезпечує проведення моніторингу (за потреби, але не рідше одного разу на півріччя) ефективності виконання Плану та внесення (за потреби) до нього змін.

Заплановані заходи можуть відбуватись у будь-якій формі: зустрічі, бесіди, консультації, лекції, круглі столи, тренінги, тематичні заходи, конкурси, спільні перегляди та обговорення тематичних відеосюжетів, літературних творів, матеріалів ЗМІ, особистого досвіду, запрошення гостей, у формі рольових ігор та інших організаційних формах.

5. До заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти, належать заходи щодо:

організації належних заходів безпеки відповідно до законодавства (пост охорони, відеоспостереженням за місцями загального користування тощо);

організації безпечного користування мережею Інтернет під час освітнього процесу;

контролю за використанням засобів електронних комунікацій малолітніми чи неповнолітніми здобувачами освіти під час освітнього процесу;

розвитку соціального та емоційного інтелекту учасників освітнього процесу, зокрема:

- розуміння та сприйняття цінності прав та свобод людини, вміння відстоювати свої права та поважати права інших;
- розуміння та сприйняття принципів рівності та недискримінації, поваги до гідності людини, толерантності, соціальної справедливості, доброчесності, вміння втілювати їх у власні моделі поведінки;
- здатності попереджувати та розв'язувати конфлікти ненасильницьким шляхом;
- відповідального ставлення до своїх громадянських прав і обов'язків, пов'язаних з участю в суспільному житті;
- здатності визначати, формулювати та аргументовано відстоювати власну позицію, поважаючи відмінні від власних думки/позиції, якщо вони не порушують прав та гідності інших осіб;
- здатності критично аналізувати інформацію, розглядати питання з різних позицій, приймати обґрунтовані рішення;
- здатності до комунікації та вміння співпрацювати для розв'язання різних суспільних проблем, зокрема шляхом волонтерської діяльності тощо;
- підвищення рівня обізнаності учасників освітнього процесу про булінг (цькування), його причини та наслідки, порядок реагування на випадки булінгу (цькування) тощо;
- створення в закладі освіти культури, що ґрунтується на нетерпимості до будь-яких форм насильства та дискримінації, в тому числі булінгу (цькування).

Відповідальність осіб причетних до булінгу (цькування)

1. Відповідальність за булінг (цькування) встановлена статтею 173 п.4 Кодексу України про адміністративні правопорушення такого змісту:

«Стаття 173 п.4». Булінг (цькування) учасника освітнього процесу.

Булінг (цькування), тобто діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого, - тягне за собою накладення штрафу від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин.

Діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене групою осіб або повторно протягом року після накладення адміністративного стягнення, - тягне за собою накладення штрафу від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин.

Діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене малолітніми або неповнолітніми особами віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, - тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до сорока годин.

Діяння, передбачене частиною другою цієї статті, вчинене малолітньою або неповнолітньою особою віком від чотирнадцяти до шістнадцяти років, - тягне за собою накладення штрафу на батьків або осіб, які їх замінюють, від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин.

Неповідомлення директором закладу уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про випадки булінгу (цькування) учасника освітнього процесу – тягне за собою накладення штрафу від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або виправні роботи на строк до одного місяця з відрахуванням до двадцяти процентів заробітку.

VII. Алгоритм щодо попередження булінгу

1. Ознайомлення учасників освітнього процесу з нормативно-правовою базою та регулюючими документами щодо превенції проблеми насилля в освітньому середовищі.

2. Проведення зустрічей, круглих столів, семінарів, тренінгів із залученням представників правоохоронних органів, служб соціального захисту, медичних установ та інших зацікавлених організацій.
3. Запровадження програми правових знань у формі гурткової, факультативної роботи.
4. Організація роботи гуртків, факультативів із психології.
5. Створення інформаційних куточків для учнів із переліком організацій, до яких можна звернутися у ситуації насилля та правопорушень.
6. Ознайомлення учителів і дітей з інформацією про прояви насильства та його наслідки.
7. Батьківські збори – це форма організації спільної діяльності батьків, учителів, практичного психолога та соціального педагога, яка передбачає їх спілкування з метою обговорення актуальних питань навчання і виховання, ухвалення рішень.
8. Консультації - форма роботи з батьками, яка передбачає надання фахівцями психологічної служби допомоги батькам із різних проблем родинного виховання.
9. Педагогічний консиліум - форма спілкування учнів, учителів, фахівців психологічної служби навчального закладу та батьків, метою якої є цілісне, різнобічне вивчення особистості учня, вироблення єдиної педагогічної позиції; визначення головних напрямів удосконалення виховного процесу зусиллями вчителів, батьків, самого учня; тренінги спілкування, методики оволодіння аутотренінгом.
10. Для успішного попередження та протидії насильству треба проводити заняття з навчання навичок ефективного спілкування та мирного розв'язання конфліктів.

Додатки

У 2019 році набрали чинності норми закону «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)», який визначає поняття булінгу. Напередодні початку нового навчального року Міністерство юстиції України продовжує інформування в рамках кампанії #СтопБулінг.

Булінг (bullying, від англ. bully — хуліган, забіяка, цькування) — це діяння (дії або бездіяльність) учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи та (або) такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Ознаки булінгу

Типовими ознаками булінгу є:

- ☐ систематичність (повторюваність) діяння;
- ☐ наявність сторін — кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі;
- ☐ наслідки у вигляді психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страху, тривоги, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Види булінгу

Людину, яку вибрали жертвою, намагаються принизити, залякати, ізолювати від інших різними способами. Найпоширенішими видами булінгу є:

- ☐ фізичний (штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, нанесення тілесних пошкоджень);
- ☐ психологічний (принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, міміка обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, жарти, маніпуляції, шантаж);
- ☐ економічний (крадіжки, пошкодження чи знищення одягу та інших особистих речей, вимагання грошей);

□ сексуальний (принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти);

□ кібербулінг (приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету, інших електронних пристроїв).

Як відрізнити звичайний конфлікт від булінгу

Варто пам'ятати, що не кожен конфлікт є булінгом. Цькування — це тривалі, повторювані дії, а одинична сутичка між учасниками таким не може вважатися. Наприклад, якщо друзі посварилися та побилися чи діти разом весело штовхалися, але одна із них впала і забилася — це не вважається булінгом. Проте, якщо однолітки на чолі з булером регулярно насміхалися, принижували або ховали та кидали речі дитини, штовхали, не вперше нецензурно обзивали та били, викладали в соцмережі непристойні чи відфотошоплені знімки дитини — потрібно негайно діяти.

Що робити, якщо ваша дитина стала жертвою булінгу

Зберігайте спокій, будьте терплячими, не потрібно тиснути на дитину. Поговоріть з нею, дайте їй зрозуміти, що ви не звинувачуєте її в ситуації, що склалася, готові її вислухати і допомогти.

Запитайте, яка саме допомога може знадобитися дитині, запропонуйте свій варіант вирішення ситуації. Поясніть дитині, до кого вона може звернутися за допомогою у разі цькування (психолог, вчителі, керівництво школи, старші учні, батьки інших дітей, охорона, поліція).

Повідомте керівництво навчального закладу про ситуацію, що склалася, і вимагайте належного її урегулювання. Підтримайте дитину в налагодженні стосунків з однолітками та підготуйте її до того, що вирішення проблеми булінгу може потребувати певного часу.

У разі, якщо вирішити ситуацію з булінгом на рівні школи не вдається — повідомте поліцію.

Що робити, якщо ви стали свідком булінгу

Втрутитися і припинити цькування — булінг не слід ігнорувати.

Зайняти нейтральну позицію в суперечці — обидві сторони конфлікту потребують допомоги.

Пояснити, які саме дії вважаєте булінгом і чому їх варто припинити.

Уникати в спілкуванні слів «жертва» та «агресор», аби запобігти тавруванню і розподілу ролей.

Повідомити керівництво навчального закладу про ситуацію, що склалася, і вимагати вжити заходів щодо припинення цькування.

Ситуації з фізичним насильством потребують негайного втручання.

Що робити, якщо ваша дитина агресор

Відверто поговоріть з дитиною про те, що відбувається, з'ясуйте мотивацію її поведінки.

Уважно вислухайте дитину, з повагою поставтеся до її слів.

Поясніть дитині, що її дії можуть бути визнані насильством, за вчинення якого настає відповідальність.

Чітко і наполегливо попросіть дитину припинити таку поведінку, але не погрожуйте обмеженнями і покараннями. Повідомте їй, що будете спостерігати за її поведінкою.

Зверніться до шкільного психолога і проконсультуйтеся щодо поведінки своєї дитини під час занять — агресивна поведінка і прояви насильства можуть бути ознакою серйозних емоційних проблем.

Яка роль відведена педагогічним працівникам у запобіганні та протидії булінгу

Керівник закладу освіти зобов'язаний створити у закладі освіти безпечне освітнє середовище, вільне від насильства та булінгу. Крім того, керівник:

орозробляє, затверджує та оприлюднює план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти;

орозглядає заяви про випадки булінгу (цькування) та видає рішення про проведення розслідування;

о вживає відповідних заходів реагування;
о забезпечує виконання заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг учням, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждали від булінгу (цькування);
о повідомляє органам Національної поліції України та службі у справах дітей про випадки булінгу (цькування) в закладі освіти.

Також Закон зобов'язує педагогічних працівників негайно повідомляти керівників закладів освіти про виявлені факти булінгу (цькування) серед школярів.

Яка відповідальність за вчинення булінгу

До прийняття змін до законів щодо протидії булінгу (цькуванню) відповідальності за його вчинення в Україні не існувало. З прийняттям нового закону було запроваджено адміністративну відповідальність. Відтепер вчинення булінгу (цькування) стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу карається штрафом від 850 до 1700 грн або громадськими роботами від 20 до 40 годин.

Такі діяння, вчинені повторно протягом року після або групою осіб караються штрафом у розмірі від 1700 до 3400 грн або громадськими роботами на строк від 40 до 60 годин.

У разі вчинення булінгу (цькування) неповнолітніми до 16 років, відповідатимуть його батьки або особи, що їх замінюють. До них застосовуватимуть покарання у вигляді штрафу від 850 до 1700 грн або громадські роботи на строк від 20 до 40 годин.

Окремо передбачена відповідальність за приховування фактів булінгу (цькування). Якщо керівник закладу освіти не повідомить органи Національної поліції України про відомі йому випадки цькування серед учнів, до нього буде застосоване покарання у вигляді штрафу від 850 до 1700 грн або виправних робіт до одного місяця з відрахуванням до 20% заробітку.

Булінг. Види та прояви булінгу

Булінг в навчальному середовищі (цькування), тобто діяння учасників освітнього процесу, які полягають у психологічному, фізичному, економічному, сексуальному насильстві, у тому числі із застосуванням засобів електронних комунікацій, що вчиняються стосовно малолітньої чи неповнолітньої особи або такою особою стосовно інших учасників освітнього процесу, внаслідок чого могла бути чи була заподіяна шкода психічному або фізичному здоров'ю потерпілого.

Фізичний булінг – штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, небажані дотики, «сканування» тіла, нанесення тілесних ушкоджень тощо.

Економічний булінг – пошкодження, відбирання чи знищення одягу та інших особистих речей, вимагання грошей тощо.

Психологічний булінг – принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, міміки обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, жарти, маніпуляції, шантаж тощо.

Сексуальний булінг – принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у роздягальнях, поширення образливих чуток, погрози сексуального характеру, жарти тощо.

Кібербулінг – приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету, інших електронних пристроїв (пересилка неоднозначних фото, обзивання по телефону, знімання на відео бійок чи інших принижень і викладання відео в мережу Інтернет, цькування через соціальні мережі).

Типовими ознаками булінгу (цькування) є:

систематичність (повторюваність) діяння;

наявність сторін – кривдник (булер), потерпілий (жертва булінгу), спостерігачі (за наявності);

дії або бездіяльність кривдника, наслідком яких є заподіяння психічної та/або фізичної шкоди, приниження, страх, тривога, підпорядкування потерпілого інтересам кривдника, та/або спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Типові риси учнів, схильних ставати булерами (за норвезьким психологом Д. Ольвеусом):

✓ відчувають сильну потребу панувати й підпорядковувати собі інших учнів або учениць, переслідуючи власні цілі;

- ✓ імпульсивні; часто зухвалі та агресивні в ставленні до дорослих (передусім батьків і вчителів);

- ✓ не виявляють співчуття до своїх жертв;

- ✓ зазвичай фізично сильніші за інших.

Типові риси потерпілих (жертви булінгу):

- ✓ полохливі, вразливі, замкнуті, соромливі; часто тривожні, невпевнені в собі, мають низьку самооцінку; схильні до депресії;

- ✓ часто не мають жодного близького друга або близьку подругу та успішніше спілкуються з дорослими, ніж із однолітками;

- ✓ можуть бути фізично слабшими за своїх ровесників.

Типові риси спостерігачів:

- ✓ відчуття провини;

- ✓ відчуття власного безсилля;

- ✓ небажання/нерозуміння власної ролі.

Ці риси є водночас і причиною, і наслідком булінгу.

Деякі психологи фіксують увагу не стільки на індивідуальних властивостях дитини, скільки на її місці в групі. Ті діти, які активно не включені в групові процеси, тримаються особіно, менш товариські, як правило, є аутсайдерами і їх (інколи більш обдарованих і талановитих) не люблять у групі. У таких випадках знаходиться хтось, хто бере на себе роль виконавця групової волі. У результаті виникає булінг.

Хто може бути жертвою булінгу:

- ✓ діти, які не можуть захистити себе, фізично слабші за своїх однолітків;

- ✓ невпевнені в собі діти, замкнуті, мовчазні;

- ✓ діти, які уникають певних місць у школі (наприклад, на перерві сидять у класі);

- ✓ діти, які часто не мають ні одного близького друга, краще спілкуються з дорослими ніж з однолітками;

- ✓ діти, які відрізняються від інших будь-чим.

Хто може бути агресором або агресоркою:

- ✓ вони зазвичай фізично сильніші за інших;

- ✓ виділяються зовнішністю, манерою поведінки, одягом;

- ✓ вони часто зухвалі та агресивні в ставленні до дітей та дорослих;

- ✓ мають досить велике коло друзів або однодумців та ін.

Хто може бути спостерігачами:

- ✓ діти з кола кривдника або кривдниці;

- ✓ однокласники або однокласниці;

- ✓ випадкові учні або учениці;

- ✓ всі, хто бачить ситуацію булінгу.

Наслідки булінгу. Потерпілий або потерпіла (жертва булінгу)

Замкнутість

Страх

Безсоння

Низька самооцінка

Агресія

Погіршення здоров'я

Тривожність

Залежності

Потрапляння під вплив

Самотність

Суїцидальні настрої та інші негативні наслідки

Кривдник або кривдниця (Булер)

Агресивна поведінка

Прояви насильства

Скоєння правопорушення

Відторгнення колом друзів, однокласників
Байдужість до почуттів інших
Невміння спілкуватися спокійно
Сприймається оточуючими, як агресор
Постійне перебування в конфлікті
Непорозуміння з батьками/педагогами
Погіршення здоров'я та інші негативні наслідки

Несе адміністративну відповідальність:

- Якщо є 16 років:

Штраф від 50 до 200 мінімумів доходів громадян (від 850 до 3 400 грн.)

Громадські роботи від 20 до 60 годин

- Якщо до 16 років відповідальність несуть батьки, або особи які їх замінюють, а саме:

Штраф від 50 до 200 мінімумів доходів громадян (від 850 до 3 400 грн.)

Громадські роботи від 20 до 60 годин

Спостерігачі

Некомфортне оточуюче середовище

Небезпечне освітнє середовище

Втрата довіри

Втягнення в ситуацію насильства

Втягнення в ситуацію булінгу

Пригнічений стан

Погіршення здоров'я та інші негативні наслідки

Почуття провини

Депресія

Рекомендації, як протистояти булінгу

Здається, це відбувається зі мною. Що мені робити?

Поговори з дорослим, якому ти довіряєш. Це можуть бути батьки, вчитель або спортивний тренер, шкільний психолог, медіатор, старший брат/старша сестра, інші родичі. Ти не повинен/повинна протистояти наодинці.

Якщо тобі важко говорити, напиши про те, що відбувається, та надішли дорослому, якому довіряєш електронною поштою або месенджером.

Можна попросити батьків поговорити з батьками кривдника або кривдниці. Це часто допомагає вирішити проблему.

Дій сміливо, тримай голову високо, дивись кривднику або кривдниці у вічі, навіть якщо почуваєшся невпевнено. Мова твого тіла має нести інший меседж.

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

Керуй своїми емоціями. Відчувати гнів та засмучуватись – нормально, але це надає більшої сили кривдникові або кривдниці. Багатьом допомагає рахувати до десяти, глибоко дихати або виписувати гнівні слова на папір. До того ж, ці навички стануть корисними протягом всього життя.

Намагайся бути серед людей, особливо на перервах та під час обіду. Уникай відлюдних «кутків» та місць, де зазвичай відбувається цькування.

Тримайся поруч з приятелями, які можуть захистити тебе. Подумай, на кого ти можеш розраховувати, а хто може розраховувати на тебе у подібній ситуації.

Якщо тебе фотографують або глузують у роздягальнях, не заходь туди разом із кривдниками.

Якщо ситуація дійшла до фізичної розправи, крадіжок або пошкодження речей, звертайся до поліції.

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

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

А якщо це робить мій друг або подруга?

Якщо це робить друг або подруга (друзі), навіть під виглядом жартів, відмовляйся від цих стосунків. Вони самостверджується за твій рахунок. Може здаватися, що ти залишишся цілком один чи одна, але зовсім скоро у тебе з'явиться нове коло спілкування.

А якщо це відбувається в мережі Інтернет?

Неприємні повідомлення, коментарі, посилання на твій профіль у глузливих постах – це різновид булінгу (кібербулінг). Блокуй тих людей, які ображають тебе в Інтернеті або через мобільний телефон. Функція блокування є в електронній пошті, усіх соціальних мережах, смс та дзвінках мобільного. Також можна поскаржитися на сторінку кривдника або кривдниці адміністрації соцмережі. Якщо ти не знаєш, як це зробити, запитай у старших.

Не відправляй нікому інтимних зображень та повідомлень, за які ти можеш відчувати сором. Навіть якщо це твійхлопець/твоядівчина, кому ти довіряєш. Пам'ятай, все що ти робиш в Інтернеті, залишається у кіберпросторі, навіть коли ми видаляємо інформацію. Це може стати джерелом для кібербулінгу.

Як покращити самопочуття та підвищити впевненість?

Пам'ятай, це не твоя провина. Ти не повинен/повинна соромитися того, що відбувається. Ніхто не заслуговує цькувань, і ніщо не виправдовує булінгову поведінку.

За даними міжнародних організацій, в Україні з булінгом стикаються 67% дітей. Багато відомих та успішних людей страждали від цього у дитинстві. Якщо ти знаєш дорослих, які пережили булінг, обов'язково поговори з ними.

Приєднуйся до груп, які пропонують цікаві активності та дозволяють проявляти себе. Це може бути туристичний гурток, редакція газети, шкільний парламент, ансамбль тощо. Зміна діяльності та коло однодумців покращать самопочуття та підвищать самооцінку.

Займайся творчістю – танцюй, співай, малюй, фотографуй, майструй – роби все, що приносить тобі задоволення та робить щасливішим/щасливішою.

Займайся фізичними вправами. Це підвищує тонус та рівень енергії. Отже, ти неодмінно почуватимешся краще як фізично, так і морально.

Знаходь час на відпочинок та достатньо спи. Розслаблення потрібне нашому тілу, мозку та психіці. Це допоможе тобі почуватися спокійніше та впевненіше.

Будь собою! Не дозволяй думкам однієї людини чи групи людей пригнічувати твою особистість.

Не підлаштовуйся та проявляй себе.

Для взаємодії із кривдником або кривдницею можна задати наступні запитання:

«Я не розумію для чого ти це сказав/сказала (зробив/зробила і т.д.)?»

Якщо кривднику спокійно ставити це запитання, то він/вона може розгубитися і припинить свої напади. Як правило, кривдник або кривдниця не зможе чітко відповісти, для чого він/вона це робить.

«Чому ти це визначив/визначила?»

Якщо, наприклад, дитину називають «недотепою», то поставити таке запитання:

«Чому ти визначив/визначила, що я не вмію цього робити?»

«Що тобі заважає?»

Наприклад, «Що тобі заважає відійти та зайнятися своїми справами?», «Що тобі заважає вчитися так само гарно, як і я?», «Що тобі заважає звернутися до мене за допомогою замість того, щоб заздрити?» тощо.

Як розпізнати дитину, яка стала жертвою булінгу?

Дитина навряд чи розповість вам про те, що її булять. Тому уважно придивіться до її поведінки та можливих зовнішніх ознак булінгу:

- ✓ образливі або принизливі відео у соціальних мережах (кібербулінг)
- ✓ поламані іграшки і особисті речі
- ✓ брудний або розірваний одяг
- ✓ розірвані зошити та підручники

- ✓ жувальна гумка у волоссі
- ✓ забруднений крейдою одяг
- ✓ інші ознаки фізичних знущань.

П'ЯТЬ МІФІВ ПРО БУЛІНГ

Перший міф. Підлітки — це майже дорослі, і цькування загартовує їхній характер. Підлітки схожі на дорослих лише фізично, а от щодо головного мозку — все навпаки. Мозок підлітка перебуває на стадії активного розвитку, що робить його так само слабким і уразливим, як мозок новонародженої дитини. Ризик розвитку психічного розладу внаслідок такої грубої поведінки у дворічного малюка та підлітка однаково високий, бо їхній мозок функціонує однаково.

Установлено, що мозок людини, над якою відверто насміхаються, реагує точнісінько так само, як мозок людини, що отримує опік шкіри.

Другий міф. Цькування — це прояв любові, що робить дітей сильнішими. Насправді залякування спричиняє стресову реакцію, під час якої в мозку вивільняється кортизол. А цей гормон безпосередньо пов'язаний із депресією, психічним захворюванням, що також набуває масштабів епідемії серед підлітків. Булінг може залишити слід назавжди, адже він впливає на гормони, руйнує зв'язки між клітинами мозку та перешкоджає утворенню нових нейронів. Жодне з цих явищ не зробить дитину сильнішою, розумнішою, не сприятиме розвитку спортивних чи художніх талантів. Єдиним наслідком буде постійне погіршення стану мозку.

Третій міф. Емоційне насильство не таке серйозне, як фізичне або сексуальне. Цькування залишає справжні «неврологічні рубці» на мозку, які можна побачити за допомогою томографії. І науковці були просто вражені тим, наскільки ці зміни в мозку схожі на зміни в мозку дітей, які стали жертвами фізичного чи сексуального насильства в ранньому дитинстві. Тож батькам, які вважають, що вчителі просто зобов'язані кричати, лаятися, зачіпати за живе, ігнорувати та постійно засуджувати вихованців, — бо все це нібито мотивує дітей — варто пам'ятати, що підтримувати такого вчителя — все одно, що підтримувати маніяка-гвалтівника.

Четвертий міф. Булінг — невід'ємний етап дорослішання. Очевидно те, що позитивне, сприятливе середовище дозволяє підліткам розкриватися і бути щасливими, а «токсичне» середовище змушує їх страждати, сильно та постійно. Цькування не закінчується із закінченням школи. Зміни у мозку є довготривалими, а емоційні шрами можуть залишитись на все життя. Тож учені стверджують, що вкрай важливо якнайшвидше зупинити будь-які спроби цькування, де б вони не виникали — бо наслідки катастрофічно швидко стають невідворотними.

П'ятий міф. Учні та спортсмени здатні реалізовувати увесь свій потенціал лише за умов цькування. Клітини мозку, сформовані в дитинстві, працюють і в підлітковому віці, утворюють нові з'єднання, а невикористані — поступово відмирають. Отже, підлітковий вік є вирішальним для формування або руйнування інтелекту людини. Саме тому потрапляння кортизолу в мозок під час цькування є настільки руйнівним: він пошкоджує мозкові структури, які впливають на здатність навчатися, пам'ять, концентрацію і прийняття рішень.

Таким чином, режим цькування, запроваджений учителем або тренером, ніколи не дозволить дітям реалізувати свій потенціал повністю. Навпаки, він завдасть їм серйозної та тривалої шкоди. ОКРІМ МІФІВ Батьки, вчителі, шкільна адміністрація та законодавці повинні об'єднатися, щоб захистити найбільш уразливі групи населення від будь-яких видів жорстокої поведінки, зокрема, й від емоційного насильства або цькування з боку дорослих. Немає сенсу в тому, щоб захищати наших дітей від двох видів насильства й заплющувати при цьому очі на третій, не менш руйнівний вид. Але якщо цькування з боку вчителів все ще є швидше винятком, то цькування дітей однолітками нікого не дивує. Епідемія цькування не зупиниться, доки ми самі не зупинимо її. Але просто визнати проблему замало, потрібно ще й неупинно боротися з нею. Ця боротьба потребує часу, сил і справжнього бажання змінити те, що відбувається в наших школах (та часто й у родинях також). Тож що вже зараз може зробити кожен учитель, щоб, попри те, якою складною є ситуація, виховати зовсім нове покоління — людей, для яких булінг є неприйнятною, а головне — незвичною справою?