

РЕКОМЕНДАЦІЇ ДЛЯ БАТЬКІВ

ЯК ВБЕРЕГТИ ДИТИНУ ВІД НАСИЛЬСТВА?

ЯК МОЖНА РОЗПІЗНАТИ, ЩО ДИТИНА СТРАЖДАЄ ВІД НАСИЛЬСТВА?

Якщо Ваша дитина:

- проявляє протягом кількох днів різку зміну звичної для неї поведінки;
- уникає контактів з однолітками;
- уникає контактів з дорослими, зокрема й з родинного кола чи друзів сім'ї;
- має агресивну реакцію щодо конкретних людей або людей певної статі, віку тощо;
- не має бажання йти додому;
- проявляє насильство, агресивну поведінку до інших;
- має тілесні ушкодження;
- намагається приховати травми та обставини їх отримання;
- замкнута, тривожна, боязка;
- проявляє занижену самооцінку, має почуття провини;
- відмовляється з будь-яких причин йти до закладу освіти;
- має фото-, відео-, аудіоматеріали фізичних, психологічних знущань;

- скаржиться на пошкодження, зникнення чи вимагання особистих речей;
- скаржиться на вимагання грошей, їжі тощо;
- скаржиться на образливі висловлювання, прізвиська, жарти, жести, погрози, поширення чуток тощо;
- має мало друзів, або зовсім їх не має;
- швидко втомлюється, має низьку концентрацію уваги;
- відмовляється від гігієнічного догляду за собою; тощо.

ПОРАДИ У СПІЛКУВАННІ З ДИТИНОЮ, З МЕТОЮ ПРОФІЛАКТИКИ ПОТРАПЛЯННЯ АБО СКОЄННЯ СИТУАЦІЇ НАСИЛЬСТВА:

- Дитина має почуватися з вами на рівних. Це дозволить встановити довірливі, чесні стосунки. Тоді вона/він зможе розповісти вам про свої проблеми та труднощі;
- Дозвольте розповісти про свої почуття, переживання;
- Виявляйте щире співчуття й інтерес до дитини, не перетворюйте розмови з нею на допит, ставте прості, щирі запитання («Що трапилося?»),
«Що відбулося?»);
- Вислухайте дитину, побачте ситуацію її очима;

- Допоможіть дитині знайти власний вихід із ситуації;
- Ваша роль полягає в тому, щоб надати дружню підтримку, вислухати, бути з дитиною, коли та страждає, навіть якщо вирішення проблеми начебто не існує;
- Сприймайте дитину, як особистість з її цінностями, переконаннями, бажаннями; якщо ви не знаєте що говорити, просто будьте поруч;
- Звертайте увагу на коло спілкування дитини в реальному житті. Цікавтесь хто її друзі, чим вони займаються;
- Цікавтесь, в яких соціальних мережах та групах вона спілкується. Контролюйте перебування та спілкування вашої дитини в Інтернеті, використовуючи сучасні технології.

Корисні посилання щодо допомоги у разі кібербулінгу.

1. Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді за номерами: 0 800 500 225 або 116 111.
2. Поліція (кіберполіція) за номером 102 (повідомити про кібербулінг).
3. Чат-бот Stop Sexting (якщо шантажують в Інтернеті і вимагають контент сексуального характеру).
4. Youtube.com/Stop Sexting Ukraine.
5. Інтернет-платформа «Бийся як дівчина» (https://www.instagram.com/flg_ua/).

6. База даних жіночих організацій (<http://portal.uwf.org.ua/>).
7. Організація ЮрФем (доступна та якісна правова допомога в Україні) (<http://jurfem.com.ua/en/home-page-2/>).
8. Організація Teenenergizer – консультації за принципом «рівний-рівному» або з психологом безкоштовно і конфіденційно (<https://teenenergizer.org/consultations>).
9. Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті: 15 45 (далі обрати «3»).

Профілактика булінгу в учнівському середовищі, або як швидко стати своїм серед чужих. Корисні поради.

Найчастіше діти, підлітки та молодь стають жертвами булінгу, коли опиняються у новому колективі. Координатор Національної гарячої лінії «Ла Страда-Україна» Альона Кривуляк зібрала основні поради, які допоможуть освоїтися у малознайомому соціальному середовищі та швидко стати «своїм серед чужих»:

- Знайти спільну мову з усіма майже неможливо. До новеньких часто ставляться підозріло. Тож краще перший час поспостерігати за всіма, тому що і вони спостерігають за тобою;

- Налаштуй себе на позитив. У гарному настрої швидше вдасться сподобатися більшості;
- Краще зайняти позицію очікування та стримано реагувати на будь-які провокації з боку «стареньких»;
- Спробуй визначити, хто в колективі неформальний лідер – саме він або вона впливатимуть на формування стосунків з тобою;
- З'ясуй, які правила є в групі, та намагайся їх дотримуватися. Твоя повага до оточуючих допоможе знайти однодумців і уникнути негативних ситуацій, зокрема й булінгу.

Якщо ти все ж таки став(ла) жертвою булінгу або відчуваєш, що можеш потрапити в подібну ситуацію, не мовчи. Щоб отримати реальну допомогу, можна звернутися до:

- будь-якого працівника закладу освіти, де ти навчаєшся (вчитель, класний керівник, практичний психолог, заступник директора тощо) ;
- поліції за номером «102»;
- дорослих, яким ти довіряєш;
- працівників ювенальної превенції; працівників медичного закладу;
- громадських організацій, які працюють у сфері захисту прав та інтересів дітей.

Крім того, звернутися по допомогу можна на Національну гарячу лінію для дітей та молоді «Ла Страда-Україна» за номерами: 0-800-500-225 (безкоштовно з мобільних та стаціонарних номерів телефонів по всій території України) або 116111 (безкоштовно з усіх мобільних телефонів по всій території України). Лінія працює по буднях з 12:00 до 20:00.

Алгоритм дій при виявленні випадків булінгу

- Заява
- Наказ про створення комісії
- Протокол з рішенням
- Заходи реагування
- Надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждалими від булінгу.
- Інформування органів поліції.

Алгоритм подання учасниками освітнього процесу заяв та процедура розгляду заяв про випадки булінгу (цькування) в закладі освіти

1. У разі виникнення такої ситуації **учень** повинен звернутися до дорослого (батьків, класного керівника, практичного психолога школи, соціального педагога школи, вчителя, заступника директора з навчально-виховної роботи, директора гімназії).
2. **Дорослі** (батьки, або особи, які їх замінюють) надають заяву за відповідною формою директору освітнього закладу (зразок

форми заяви) або повідомляють відповідального за виконання заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в освітньому закладі, заступника директора з виховної роботи Тимошицька В.А.

3. Педагогічні працівники по факту, виявленого правопорушення, чи інших негативних проявів учнями освітнього закладу, оперативно інформують адміністрацію гімназії.

4. Видається наказ про проведення розслідування.

5. Затверджується склад комісії з розгляду даного випадку. До складу комісії входять педагогічні працівники, практичний психолог, соціальний педагог, батьки постраждалого та винного (за їх згодою).

6. Проводяться засідання комісії з розгляду даного випадку.

7. Результати розслідування оголошуються на засіданні комісії батькам (чи їх представникам) потерпілого та винного.

8. За результатами висновку комісії з розслідування у разі необхідності повідомляються уповноважені підрозділи органів Національної поліції України (ювенальна поліція) та Служба у справах дітей про випадки булінгу (цькування) у закладі освіти.