

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ТИ СТАВ ЖЕРТВОЮ БУЛІНГУ

Перше і найголовніше правило – **не тримати це у секреті**. Розкажи друзям, знайомим чи рідним про те, що тебе ображають у школі, цього не слід соромитись.

Також **не слід звинувачувати себе** у тому, що тебе цькують. Ми говорили раніше, що кривдникам легко знайти жертву булінгу, адже для цього слід просто якось відрізнятись від оточуючих.

Якщо цькування у школі перетворились зі словесних на фізичні – **йди до директора школи або завуча та докладно розкажи їм про це**. Також повідом про ситуацію батьків.

Якщо у школі є психолог, то можна сміливо звернутись до нього, щоб відновити відчуття впевненості у своїх силах та зрозуміти, як діяти далі.

Інтернет-джерела:

1. Булінг: поради батькам, учителям та дітям. *Подільський науково-технічний ліцей для обдарованої молоді*. 2020. URL: <https://pntl.edu.vn.ua/index.php/home>
2. Що робити, якщо є підозра про булінг – алгоритм дій. *Нова українська школа*. 2020. URL: <https://nus.org.ua/articles/shho-robyty-yakshho-ye-pidozra-pro-buling-algoritm-dij/>
3. Як діяти батькам у випадку булінгу? Поради психологів. Освітній омбудсмен України. URL: <https://eo.gov.ua/2019/12/20/yak-diiaty-bat-kam-u-vypadku-bulinhu-porady-psykholohiv/>

STOP BULLYING NOW!



БУЛІНГ – це агресивний крайній прояв неприємного поведінка однієї дитини або групи дітей по відношенню до іншої дитини, що супроводжується постійним фізичним і психологічним впливом.

Кривдники можуть знайти безліч причин щоб цькувати дитину: зовнішність, що не вписується у загальноприйняті рамки, поведінка, думки, які не збігаються з думкою більшості, тощо.

Яскравими **прикладми** булінгу є словесні образи, навмисне неприйняття дитини до колективу, шантаж та навіть побиття.



Керівник закладу освіти наказом має оформити протокол засідання комісії. Діяльність комісії не закінчується на тому, щоби визначити, що робити. Після вжитих заходів вона має далі збиратися на заплановані засідання і моніторити ефективність заходів виховного впливу, визначати, чи треба їх коригувати.



Крок 1. Необхідно повідомити директору школи про випадок булінгу або підозру щодо нього. Це можуть зробити всі учасники освітнього процесу: учні, батьки та педагоги.

Крок 2. Директор впродовж першої доби від отримання повідомлення має обов'язково повідомити про випадок: поліції, батькам учнів-учасників булінгу, службі у справах дітей, додатково – центру соціальної служби для сім'ї та молоді.

Крок 3. Директор має скликати засідання комісії з розгляду випадку булінгу впродовж 3-х робочих днів із дня отримання заяви або повідомлення.



- **Спілкуйтесь з вашою дитиною та підтримуйте її.**
- **ВЕДІТЬ ЩОДЕННИК ПОДІЙ** Фіксуйте в ньому кожен епізод булінгу, про який ви дізнаєтеся: що саме сталося, хто був присутній, хто брав безпосередню участь, хто був свідком, що казали і як діяли ті, хто був поруч.
- **ВЗАЄМОДІЙТЕ ЗІ ШКОЛОЮ.** Про проблему цькування та булінгу ви можете говорити з класним керівником дитини, іншими вчителями, соціальним педагогом, шкільним психологом, завучем з виховної роботи і директором.
- **СПІЛКУЙТЕСЯ ІЗ ВАШОЮ ДИТИНОЮ, РОЗПИТУЙТЕ ЇЇ**
- **РАЗОМ З ДИТИНОЮ ДОЛАЙТЕ НАСЛІДКИ БУЛІНГУ.** Навчіть дитину протистояти знущанню.
- **ВПЛИВАЙТЕ НА ДІЇ ШКОЛИ ЗАДЛЯ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ** Міністерство освіти і науки України розробило рекомендації для закладів освіти протидії булінгу <http://bit.ly/2pW04bd>.
- **АРГУМЕНТОВАНО СПІЛКУЙТЕСЯ ІЗ ВЧИТЕЛЯМИ, ШКІЛЬНИМ ПСИХОЛОГОМ, АДМІНІСТРАЦІЄЮ ШКОЛИ.** Звернувшись до

школи, називайте конкретні дати та час, коли відбувався булінг, розкажіть, що обіцяли зробити інші і що не вдалося зробити.

- **ДОМОВЛЯЙТЕСЯ ПРО ЗУСТРІЧ ЗАВЧАСНО.** Найбільше шансів вирішити проблему, якщо ви налаштовані на співробітництво під час обговорення ситуації. Намагайтеся зберігати самовладання і вислухати іншу точку зору.