

ХТО І ЯК ВІДПОВІДАТИМЕ ЗА БУЛІНГ В УКРАЇНІ?

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.

Типові ознаки булінгу (цькування):

- **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



Відповідальність згідно статті 173-4 Кодексу України про адміністративні правопорушення

- **штраф** від 50 до 200 мінімумів доходів громадян (від 850 до 3 400 гривень)
- **громадські роботи** від 20 до 60 годин
- **виправні роботи** на строк до одного місяця з відрахуванням до 20 % заробітку

Хто несе відповідальність?

- **діти, які досягли 16 років**
- **батьки** або особи, які їх замінюють у випадку, коли дитина, яка вчинила булінг, не досягла 16 років
- **керівник закладу освіти** у разі неповідомлення уповноваженим підрозділам органів Національної поліції України про випадки булінгу (цькування)
- **учасники освітнього процесу**

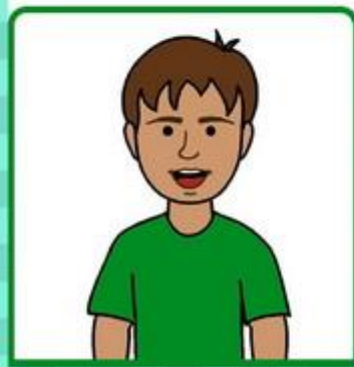


Національна дитяча «гаряча» лінія
116 111 (з мобільного) або 0 800 500 225 (зі стаціонарного)
Анонімно. Безкоштовно. Конфіденційно.

Що робити, якщо тебе булять?

Немає універсального та швидкого рішення, проте є п'ять кроків, які точно варто зробити, щоб впоратись із булінгом.

У жодному разі не тримай це в секреті. Виріши, кому ти довіряєш і можеш про це розповісти: батькам чи іншим родичам, другу або подрузі, вчителю, психологу, тренеру або навіть друзям своїх батьків.



Якщо ти у ситуації

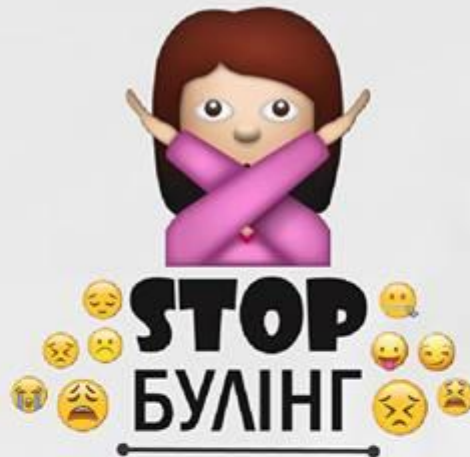
БУЛІНГУ:

Не бійся просити про допомогу — вона тобі необхідна.

Припини звинувачувати себе чи виправдовувати дії інших. Ніхто не має права порушувати твої кордони, примушувати робити щось, принижувати чи ображати тебе. Така поведінка не прийнятна.

Якщо трапилась будь-яка небезпечна для тебе ситуація, звертайся за допомогою до адміністрації школи, вчителів, старших учнів, батьків.

Проконсультуйся зі шкільним психологом, щоб відновити відчуття впевненості у своїх силах та зрозуміти, як діяти далі.



Булінг – агресивна поведінка дітей шкільного віку, яка призводить до цькування іншої дитини з метою приниження, залякування та демонстрації сили.

ПСИХОЛОГІЧНІ ОЗНАКИ БУЛІНГУ:

- 🙄 У дитини мало або взагалі немає друзів.
- 🙄 Боїться ходити до школи/брати участь у заходах з однолітками.
- 🙄 Ходить до школи довгим «нелогічним» шляхом.
- 🙄 Втрачає інтерес до навчання/починає погано вчитися.
- 🙄 Приходить додому сумна, зі сльозами.
- 🙄 Постійно відмовляється йти до школи, посилаючись на погане самопочуття.
- 🙄 Погано спить.
- 🙄 Втрачає апетит, стає тривожною, має низьку самооцінку.
- 🙄 Просить додаткові гроші на кишенькові витрати (щоб відкупитися від агресора).

ФІЗИЧНІ ОЗНАКИ БУЛІНГУ:

- 🙄 Поламані іграшки.
- 🙄 Образи в соціальних мережах.
- 🙄 Розірвані зошити та підручники.
- 🙄 Жувальна гумка у волоссі.
- 🙄 Брудний /наповнений сміттям рюкзак.
- 🙄 Зламані окуляри.
- 🙄 Відео знущання над жертвою.
- 🙄 Шкільна форма у крейді.
- 🙄 Фізичні знущання: синці, вирване волосся.
- 🙄 Одяг, зіпсований фарбою/іншою рідиною.

БУЛІНГ

67% дітей стикаються з булінгом в Україні

Впевненість у собі та висока самооцінка - важливі аспекти протистояння цькуванню.

Що тобі допоможе?



Приєднуйся до груп, які пропонують цікаві заняття та дозволяють проявити себе (туристичний гурток, редакція газети, шкільний парламент, ансамбль).

Зміна діяльності та коло однодумців покращать самопочуття та підвищать самооцінку.



Знаходь час на відпочинок та висипайся. Розслаблення потрібне нашому тілу, мозку та психіці.

Це допоможе тобі почуватися спокійніше та впевненіше.



Займайся фізичними вправами. Це підвищує тонус та рівень енергії.

Ти почуватимешся краще фізично і психічно.



Займайся творчістю - танцюй, співай, малюй, фотографуй, майструй - роби все, що приносить тобі задоволення та робить щасливіше.

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

Проявляй себе. Ми всі різні і в той же час всі рівні.

Національна дитяча "гаряча" лінія

0 800 500 225

116 111



БУЛІНГ (ЦЬКУВАННЯ) — повторюване навмисне насильство, агресія, приниження особи однією людиною або групою осіб з метою викликати страх, тривогу, підпорядкувати жертву своїм інтересам. **ВИДИ БУЛІНГУ:** фізичний, психологічний, економічний, сексуальний, кібербулінг.

**ДОПОМОГИ
ПОТРЕБУЮТЬ
УСІ УЧАСНИКИ
НАСИЛЬСТВА!**

СТОП!

БУЛІНГ

SOS

ЯКЩО ТИ ЖЕРТВА БУЛІНГУ, СВИДОК ЧИ КРИВДНИК:

ПОВІДОМ БАТЬКАМ, УЧИТЕЛЯМ, ПСИХОЛОГУ, ДИРЕКТОРУ;

ЗАТЕЛЕФОНУЙ НА «ГАРЯЧУ» ЛІНІЮ ДОПОМОГИ (БЕЗКОШТОВНО, МОЖНА АНОНІМНО)

☎ 116111 або **116000** ☎ **0 800 213 103**

ПАМ'ЯТАЙ: ЗА БУЛІНГ ПЕРЕДБАЧЕНО ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ!



www.sos.gov.ua • www.bolshojak.gov.ua

ПОРАДИ БАТЬКАМ



Як допомогти дитині, яка постраждала від булінгу?

- 1.** Зберігайте спокій. На цьому етапі почуття та емоції дитини мають бути на першому місці. Вислухайте свою дитину, не впадаючи в гнів та розпач.
- 2.** Запевніть свою дитину, що це не її провина. Це не означає, що він/вона слабкий/-ка, а той, хто кривдить – сильний/-на. Поговоріть з дитиною як поводитися впевнено, навіть якщо він/вона цього не відчуває.
- 3.** Розкажіть дитині, що ви плануєте робити задля її/його захисту. Буде краще, якщо ви попередите про намір зустрітися з вчителем/-кою або директором/-кою. Головне – не травмувати і не залякати дитину ще більше.
- 4.** Перед тим, як йти до школи, зберіть усі факти: що сталося, хто був залучений, коли це сталося, хто був свідком, що спровокувало інцидент, скільки разів це відбувалося.

Якщо у вас є питання щодо протидії булінгу, телефонуйте на Національну дитячу "гарячу" лінію
0 800 500 225 (зі стаціонарного)
116 111 (з мобільного)

ОЗНАКИ НАСИЛЬСТВА НАД ДИТИНОЮ

- пригнічений настрій
- небажання йти до школи
- агресивність
- поганий сон та апетит
- небажання вчити конкретний предмет
- тривожність



ЩО РОБИТИ БАТЬКАМ



активно захищати права дитини



поспілкуватись із однолітками, їх батьками, вчителями, адміністрацією школи



звернутись до дитячого психолога



обговорити з дитиною можливі сценарії цькування



показувати приклад, як спокійно вирішувати конфлікти



розмовляти з підлітками як з дорослими



у будь-якій ситуації залишатися на стороні підлітка



перевести дитину до іншої школи



працювати над самооцінкою дитини

ЩО РОБИТИ ДИТИНІ



несподівано збити з пантелику нападника



відповідати на образи спокійно, без лайки



при всіх повідомити вчителю



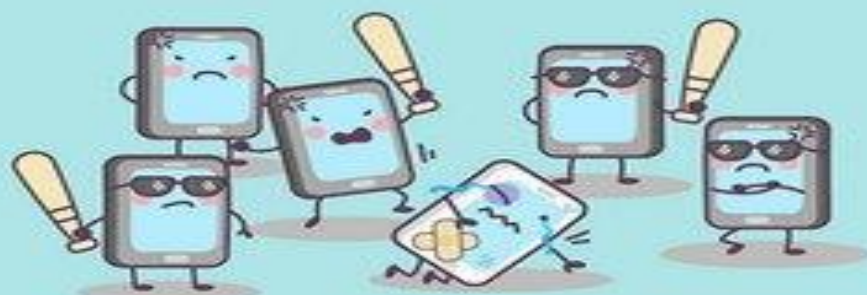
якщо б'ють - тікати або голосно кричати

ЖЕРТВАМИ СТАЮТЬ ТІ, ХТО НА ЗАГАЛЬНОМУ ФОНІ ВИГЛЯДАЮТЬ СЛАБКИМИ АБО НЕВПЕВНЕНИМИ



КІБЕРБУЛІНГ

НЕПРИЄМНІ ПОВІДОМЛЕННЯ,
КОМЕНТАРІ,
ПОСИЛАННЯ НА ТВІЙ ПРОФІЛЬ



БЛОКУЙ

тих, хто ображає тебе в інтернеті
або через мобільний телефон

ЖАЛІЙСЯ

на сторінку кривдника адміністрації
соцмережі
Не знаєш як?
Запитай дорослих

НЕ ВІДПРАВЛЯЙ

приватних та інтимних фото або
повідомлень

ПАМ'ЯТАЙ

Все, що ти робиш в інтернеті,
залишається у кіберпросторі, навіть коли
ми видаляємо інформацію.

ТЕЛЕФОНУЙ

на Національну дитячу "гарячу" лінію

0 800 500 225

або 116 111

з 12:00 до 16:00

