



Атмосферна
Школа

Антибулінгова політика



Антибулінгова політика **ТОВ «АМОСФЕРНА ШКОЛА»** розроблена з метою створення освітнього середовища, де кожен учень почувається захищеним і почутим. Це політика, яка прагне побудувати атмосферу взаємоповаги, де агресія та знущання не мають місця. Вона допомагає не лише запобігати проявам кібербулінгу, а й навчати учнів етичної поведінки у цифровому світі, розвивати в них чуйність та емпатію, а також розвиває розуміння того, що підтримка завжди поруч, а справедливість — невід'ємна частина навчального процесу. Політика застосовується до всіх учасників навчального процесу: учнів, учителів, батьків та адміністрації.



Булінг -

це форма небажаної або образливої поведінки, яка виявляється в систематичному приниженні, агресії або спробах завдати шкоди іншій людині. Булінг може відбуватися в різних контекстах, таких як школа, робоче місце, онлайн-середовища, а також в міжособистісних відносинах. Цькування на роботі або булінг у школі може призвести до довготривалих наслідків, таких як психологічні проблеми, фізичні травми, соціальна ізоляція та негативний вплив на загальне самопочуття та якість життя.

фізичний булінг: включає прямі фізичні дії, такі як лупцювання, побої, кидання предметами або спроби завдати будь-яких фізичних травм;

вербальний булінг: це використання образливих слів, наклепів, погроз, зневажливих коментарів, знущань або насмішок;

психологічний булінг: це створення стресу, тривоги, страху, почуття неповноцінності, залякування, маніпулювання або ізоляції людини від інших;

соціальний булінг: це виключення з групи, поширення чуток, ігнорування, відмова від спілкування, де людина відчувається виключеною або непотрібною;

кібербулінг: це форма булінгу в інтернеті, що відбувається через електронні засоби комунікації.

Алгоритм дій

(коли є підозра чи факт булінгу в освітньому закладі)

Насамперед, необхідно повідомити дирекцію школи про випадок булінгу або підозру щодо нього. Це можуть зробити всі учасники освітнього процесу: учні, батьки та педагоги. Повідомлення мають прийматись усно або письмово, особисто або засобами електронної комунікації.

1

Керівництво закладу освіти

- розглядає заяви про випадки булінгу (цькування) здобувачів освіти, їхніх батьків, законних представників, інших осіб та видає рішення про проведення розслідування;
- скликає засідання комісії з розгляду випадків булінгу (цькування) не пізніше ніж упродовж трьох робочих днів з дня отримання заяви або повідомлення для ухвалення рішення за результатами проведеного розслідування та вживає відповідних заходів реагування;
- повідомляє службу у справах дітей з метою розв'язання 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;
- забезпечує виконання заходів для надання соціальних та психолого-педагогічних послуг здобувачам освіти, які вчинили булінг, стали його свідками або постраждали від булінгу (цькування).

2

Практичний психолог

- Вживає невідкладних заходів для припинення булінгу
- Спілкується з учасниками ситуації: жертвою, кривдником, свідками
- Забезпечує профілактику та запобігання булінгу
- Забезпечує надання консультативної допомоги батькам з питань булінгу
- Здійснює психологічний супровід здобувачів освіти, які постраждали від булінгу

3

Ментор

- Вживає невідкладних заходів для припинення булінгу
- За рішенням керівництва закладу бере участь у проведенні розслідування та засіданні комісії з розгляду випадків булінгу
- Проводить роботу з інформування, роз'яснення з метою формування навичок толерантної поведінки

4

Батьки

- Подають керівництву або засновнику закладу освіти заяву про випадки булінгу
- Можуть вимагати повного та неупередженого розслідування випадків булінгу
- Звертаються до уповноважених органів Національної поліції України та служби у справах дітей для повідомлення про випадок булінгу, в тому числі
- Виконують рішення та рекомендації комісії з розгляду випадків булінгу в закладі освіти

5

**Учні, які
стали
свідками
булінгу**

- Повідомляють керівництво або працівників закладу освіти про факти булінгу

6

**Учні, які
постражд
али від
булінгу**

- Звертається для подальшого реагування до керівництва закладу або до уповноваженої особи, або до працівника закладу освіти, якому довіряє
- Та/або батьків чи інших законних представників, органів Національної поліції т.ін.
- Може брати участь у засіданні комісії з розслідування випадку булінгу

Для учнів: корисні поради для профілактики і подолання кібербулінгу

1. Не поспішай

Не поспішай, не виплескуй свій негатив у кіберпростір.

Перед тим, як писати і відправляти повідомлення, потрібно заспокоїтись, притишити роздратування, злість, образу, гнів.

Емоції – погані порадники, вони минають, а написане і відправлене в Інтернет продовжує нести і помножувати негатив уже без твоєї волі і контролю.

2. Будуй свою репутацію

Будуй власну онлайн-репутацію, не провокуйся ілюзією анонімності. Інтернет – це особливе середовище із своїми правилами поведінки - «нетикетом» (новоутворення від англ. net –мережа і «етикет»). Хоча кіберпростір і надає додаткові можливості відчувати свободу і розкутість завдяки анонімності, тобі потрібно зрозуміти, що існують різноманітні способи довідатись, хто саме відправив повідомлення, хто стоїть за певним ніком (анонімним псевдонімом). І якщо некоректні дії у віртуальному просторі призводять до реальної шкоди – від анонімності залишається лише ілюзія: все таємне стає явним. У віртуальному просторі, як і в реальному, діє золоте правило: стався і дій стосовно інших так, як хотів би, щоб ставились до тебе. Крім того, Інтернет фіксує історію, яка складається із публічних дій учасників і визначає його онлайн-репутацію – накопичений образ особистості в очах інших учасників: запламувати її легко, виправити – важко.

Для учнів: корисні поради для профілактики і подолання кібербулінгу

Якщо тебе неприємно вразило якесь повідомлення чи картинка на сайті (фото, відео, будь-що), правильна реакція – вимкнути екран (щоб зупинити негативний вплив, але не комп'ютер!) і негайно звернутись до батьків за порадою. Також ти можеш зберегти чи роздрукувати сторінку самостійно, щоб порадитись з батьками в зручний час.

Що ігнорувати?

Доречно ігнорувати поодинокий негатив. Одноразові образливі повідомлення найкраще ігнорувати, часто в результаті цього кібербулінг на початковій стадії і зупиниться. «Найкращий спосіб боротьби з неадеквататами – ігнорування». Якщо ж реагувати на негативні коментарі, комунікація продовжується.

Коли ігнорувати не варто?

Не дивлячись на те, що відправник тобі не відомий, якщо листи систематично містять загрози життю і здоров'ю, або порнографічні сюжети, варто поставити до відома телефонного або Інтернет-провайдера, інспектора місцевого відділку поліції із роботи з неповнолітніми (для цього й важливо копіювати повідомлення із загрозами). Якщо образлива інформація розміщена на сайті, варто зробити запит адміністратору щодо видалення цієї інформації.

Для батьків: корисні поради, як допомогти дитині, якщо вона піддається булінгу

- Насамперед, заспокойтесь - і тільки після цього починайте розмову з дитиною.
- Дайте відчути, що ви поруч, готові підтримати та допомогти, вислухати та захистити.
- Пам'ятайте, що дитині може бути неприємно говорити на цю тему, вона вразлива у цей момент. Будьте терплячими та делікатними.
- Спробуйте з'ясувати все, що зможете, проте не повторюйте ті ж самі запитання по декілька разів, допитуючись.
- Запропонуйте подумати, які дії допоможуть дитині почуватися у більшій безпеці зараз.
- Розкажіть дитині, що немає нічого поганого у тому, щоб повідомити про агресивну поведінку щодо когось учителю або принаймні друзям. Поясніть різницю між "пліткуванням" та "підслуванням" про своє життя чи життя друга/однокласника.
- Пам'ятайте, що ситуації морального насилля потребують негайного втручання з боку батьків. Обговоріть, до кого по допомогу дитина може звертатися у школі: до шкільного психолога, вчителів, адміністрації, дорослих учнів, батьків інших дітей.
- Важливо усвідомити, чому саме дитина потрапила у ситуацію булінгу. Рекомендуємо з цим звернутися до психолога.
- Підтримайте свою дитину у налагодженні дружніх стосунків з однолітками.
- Поясніть дитині, що зміни будуть відбуватися поступово, проте весь цей час вона може розраховувати на вашу підтримку.

Як удома та в школі говорити про булінг

- Негайно втручайтесь та зупиняйте насилля — булінг не можна ігнорувати.
- Зберігайте спокій та будьте делікатними, не примушуйте дітей публічно говорити на важкі для них теми. Краще вести розмову наодинці, або в малих групах.
- Уникайте слів жертва чи агресор — це призводить до стигматизації.
- Не намагайтеся ставати на чийсь бік або викликати відчуття провини до того, хто потерпає від булінгу. Так ви закріплюєте поведінку жертви.
- Пояснюйте, які саме дії є насиллям і чому їх необхідно припинити.
- Не вимагайте публічних вибачень. Це може загострити ситуацію.
- Допоможіть дітям зрозуміти, що таке булінг і як протистояти йому безпечно.
- Спілкуйтеся з дітьми. Прислухайтесь до них. Знайте їхніх друзів, запитуйте про школу, розумійте їхні проблеми.
- Заохочуйте дітей робити те, що вони люблять. Інтереси і хобі можуть підвищити довіру, допомогти дітям здружитися і попередити схильність до булінгу.
- Показуйте приклад ставлення до інших із добротою та повагою.



План заходів щодо профілактики та протидії булінгу

№	Заходи	Очікуваний результат
1	Проведення онлайн-лекцій про булінг та його наслідки	Підвищення обізнаності учнів щодо булінгу
2	Інтерактивні вебінари щодо ненасильницького спілкування	Розвиток навичок вирішення конфліктів мирним шляхом
3	Створення анонімної онлайн-скриньки довіри для учнів	Забезпечення конфіденційного повідомлення про булінг
4	Розробка і розповсюдження пам'яток для батьків щодо булінгу	Залучення батьків до профілактики булінгу
5	Навчання персоналу щодо виявлення та реагування на випадки булінгу	Підвищення професійної підготовки вчителів
6	Перегляд шкільної політики щодо булінгу та її оновлення	Забезпечення відповідності актуальним вимогам
7	Оперативне реагування на випадки булінгу через онлайн-інструменти	Швидке втручання та допомога постраждалим