**Пам’ятка для здобувачів освіти , основні поняття про боулінг та способи боротьби з ним.**

* **Булінг**- це агресивна поведінка щодо окремої особи або групи, з метою приниження, домінування, фізичного чи психологічного самоствердження.

 **Булінг може проявлятися у вигляді :**

 - психологічного тиску (образи, приниження, погрози, ігнорування тощо);

 -фізичних знущань (удари,поштовхи,принизливий фізичний контакт, побиття та інше).

 Не рідко фізичний і психологічний тиск об’єднуються.

 **Основні причини булінгу:**

* помилкове уявлення про те,що агресивна поведінка допустима;
* бажання завоювати авторитет в очах друзів та однолітків, стати “популярним”;
* бажання привернути увагу дорослих;
* заздрість,злість,жорстокість,підлість;
* компенсація за особисті невдачі;
* нудьга;
* тиск на жорстоке поводження батьків.

 **Характеристика булінгу:**

* нерівність сил;
* навмисність та регулярність;
* чіткий розподіл ролей;
* булінг не закінчується сам по собі.

 **Як зрозуміти, що учень є жертвою булінгу:**

* учні, які страждають від булінгу, часто пригнічені , можуть вигадувати хворобу у дні занять;
* вони не беруть участь у спільній навчальній діяльності,соціальних заходах;
* часто у учня змінюється поведінка: він усамітнюється, поводить себе незвично;
* може почати говорити про те, що кине вчитися, пропускає заходи, в яких приймають участь інші учні;
* відсутність контакту з однолітками;
* обмальовані руки або специфічні малюнки на полях у зошиті.

 **Чому учні стають жертвами булінгу.**

*Основні причини:*

* **занижена самооцінка.** Навіть якщо дитина виявляє її через нарцисизм ,надмірну відкритість,зверхність;
* **домашня атмосфера.** Дуже часто жертвами булінгу стають учні, яких вдома принижують, знецінюють ображають. Або родини, де дитину звикли жаліти(нещасна,хвора,росте без батька…) ПТНЗ і школа,садок каталізатор домашніх проблем. Тож, якщо учень звик отримувати більше уваги до себе, поблажливість батьків, то він буде створювати навколо себе таку ж атмосферу і в закладі.
* **атмосфера в групі.** Бувають колективи, створені самостійно або руками педагога, в яких є учень агресор. Він свідомо шукає слабшого,використовує його для самоствердження.

**Кібербулінг**

Кібербулінг – це булінг із застосуванням цифрових технологій. Він може відбуватися в соціальних мережах, платформах обміну повідомленнями (месенджерах), ігрових платформах та мобільних телефонах. Це неодноразова поведінка, спрямована на залякування, провокування гніву чи приниження тих, проти кого він спрямований. Приклади включають:

* поширення брехні про когось або розміщення фотографій, які компрометують когось, у соціальних мережах;
* надсилання повідомлень або погроз, які ображають когось або можуть завдати комусь шкоди, через платформи обміну повідомленнями;
* видання себе за когось іншого/іншу і надсилання повідомлень іншим людям від його/її імені.

Особистий булінг та кібербулінг часто пов’язані між собою. Але кібербулінг залишає цифровий слід – записи, який може слугувати доказами, що дозволять зупинити цькування.

 **Відповідальність за вчинення булінгу (цькування):**

**Стаття 173-4**. 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.

Якщо ви стали свідком , або учасником булінгу (цькування), потрібно написати заяву до навчального закладу, за для подальшого вирішення проблеми. (Приклад заяви Додаток 2)

**ТЕЛЕФОНИ ДОВІРИ**

* – Дитяча лінія 116 111 або 0 800 500 225 (з 12.00 до 16.00);
* – Гаряча телефонна лінія щодо булінгу 116 000;
* – Гаряча лінія з питань запобігання насильству 116 123 або 0 800 500 335;
* – Уповноважений Верховної Ради з прав людини 0 800 50 17 20;
* – Уповноважений Президента України з прав дитини 044 255 76 76;
* – Центр надання безоплатної правової допомоги 0 800 213 103;
* – Національна поліція України 102.

**Приклад заяви:**

 Директору ДЗП(ПТ)О ХВПУ

Швейного виробництва та побуту

 Нінель БАТРАЧЕНКО

 (прізвище,ім’я,по батькові)

 який(яка) проживає за адресою:

 (адреса)

 (телефон)

ЗАЯВА

           Я, \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, повідомляю про випадок булінгу (цькування), учасником (свідком) якого я є, що стався (потрібне підкреслити)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ у (на) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_, а саме: (дата, час, місце)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

(розгорнутий виклад фактів щодо виявлених випадків боулінгу (цькування)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_                  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_             \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   (дата)                                     (ПІП)                                (підпис)