



УКРАЇНА
ДОНЕЦЬКА ОБЛАСНА ДЕРЖАВНА АДМІНІСТРАЦІЯ
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ І НАУКИ
КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД «ДОНЕЦЬКИЙ ОБЛАСНИЙ НАВЧАЛЬНО-
МЕТОДИЧНИЙ ЦЕНТР ПСИХОЛОГІЧНОЇ СЛУЖБИ СИСТЕМИ ОСВІТИ»

вул. Батюка, 20, м. Слов'янськ, Донецька область, 84116 E-mail: dnmcps@ukr.net, код ЄДРПОУ 38844604

04.10.2023 № 01/03-110

Керівникам структурних підрозділів з питань
освіти міських рад та райдержадміністрацій,
військово-цивільних адміністрацій,
територіальних громад,
директорам/завідувачам центрів практичної
психології, директорам ЦПРПП, керівникам
закладів загальної середньої освіти

Методичні рекомендації
щодо профілактики та
виявлення булінгу (цькування)
в закладах освіти

З метою реалізації статті 76 Закону України «Про освіту», Положення «Про психологічну службу у системі освіти України», листа МОН України від 21.08.2023 № 1/12492-23 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2023/2024 навчальному році» – Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти надсилає **методичні рекомендації щодо профілактики та виявлення булінгу (цькування) в закладах освіти.**

Просимо керівників довести вищезазначену інформацію до фахівців психологічних служб.

Додаток на 30 арк.

З повагою в.о. директора

Виконавець:
Павлівська І.М.
(тел. 0502320420)



Н.В. Лугінець

**Методичні рекомендації
щодо профілактики та виявлення булінгу (цькування)
в закладах освіти Донецької області на 2023-2024 навчальний рік**

Зміст

Вступ.....	3
1. Аналітична інформація щодо роботи фахівців психологічної служби з профілактики та виявлення булінгу в закладах освіти у 2022-2023 н.р.....	4
2. Нормативно-правова база.....	7
3. Поняття булінгу (цькування) його типові ознаки, наслідки.....	9
3.1. Мобінг: поняття, різновиди, причини, відповідальність.....	11
4. Профілактика булінгу (цькування), як основа побудови безпечного освітнього середовища.....	14
5. Організація роботи з профілактики та виявлення булінгу (цькування) в діяльності фахівців психологічної служби.....	16
6. Поради учасникам освітнього процесу щодо протидії та реагування на випадки скоєння булінгу (цькування) в закладі освіти.....	19
7. Контакти «Гарячих ліній» та організацій щодо допомоги та підтримки у разі потрапляння в ситуації булінгу (цькування).....	26
8. Корисні джерела.....	28
9. Список використаних джерел.....	29

Вступ

Війна - надзвичайно складний час для всіх, а діти потерпають від неї найбільше. Введення в Україні воєнного стану позначилось на всіх сферах життя українського суспільства. Особливих труднощів та змін зазнає освітня галузь. Сьогодення продовжує вносити корективи в освітній процес та незмінним залишається те, що усі ми маємо працювати заради безпеки та розвитку наших дітей.

Згідно з наказом МОН України від 28.03.2022 р. № 274 «Про деякі питання організації здобуття загальної середньої освіти та освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» діти, які перемістилися в межах України, можуть продовжити навчання у школах за місцем тимчасового перебування. Цей закон дає право зараховувати здобувачів освіти до закладів освіти на місці тимчасового проживання без документів, або на підставі копій, якщо у родини немає відповідних оригіналів. Тому, у зв'язку з тим, що до вже сформованих дитячих колективів все більше можуть потрапити нові діти, **сьогодні актуальними є питання побудови безпечного, мирного освітнього середовища, яке передбачає впровадження у систему освіти технології вирішення конфліктів шляхом співробітництва. Важливими кроками в цьому напрямі є формування у здобувачів освіти здатності протистояти булінгу (цькуванню), навичок ненасильницької поведінки, побудови конструктивного діалогу, розуміння поняття «мир», усвідомлення власної значущості у миробудуванні, усвідомлення конфлікту як невід'ємної частини життя, створення особистої мирної стратегії поведінки в конфлікті.**

У стані війни діти належать до найвразливішої категорії населення. Перебуваючи в небезпеці, в тривалому стресовому стані, дитина позбавлена нормальних умов для розвитку та освіти. **Через відчуття тривоги, напруги, страху, невизначеності ускладнюється процес повноцінної соціалізації дитини.** *Діти, які вимушені бути переміщеними із зони активних бойових дій, стикаються з багатьма проблемами, перебуваючи в нових соціальних умовах, однією з таких проблем може стати цькування дитини, яка змушена була переїхати та потрапила в новий класний колектив.*

За таких умов істотно зростає роль психологічної служби у системі освіти щодо забезпечення своєчасного і систематичного надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти.

1. Аналітична інформація

щодо роботи фахівців психологічної служби з профілактики та виявлення булінгу в закладах освіти у 2022-2023 н.р.

Сьогодні вагомого значення набуває створення психологічно комфортного освітнього простору для здобувачів освіти, забезпечення безконфліктного, безпечного освітнього простору, отже саме психологічна служба є необхідним і важливим компонентом у вирішенні цих питань та побудові безпечного освітнього простору в закладі освіти, який буде комфортний для кожного його учасника.

Наразі, загальна кількість фахівців психологічної служби в закладах освіти Донецької області складає **403** фахівця (станом на 01.07.2023 року), з них:

- практичних психологів – **260** фахівців;
- соціальних педагогів – **93** фахівця;
- відповідальних за діяльність психологічної служби всіх рівнів – **50** осіб.

Фахівцями комунального закладу «Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти» проводилась систематична робота щодо **координації та навчально-методичного супроводу діяльності** працівників психологічної служби закладів освіти Донецької області щодо питань профілактики булінгу (цькування).

Для ознайомлення з нормативно-правовими документами та методичними рекомендаціями щодо профілактики булінгу фахівцям психологічної служби області рекомендовано наступні інформаційно-освітні ресурси:

1. Сайт комунального закладу «Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти» де в розділі «Профілактика булінгу (цькування) в освітніх закладах» можна ознайомитись з нормативною базою з даного питання, діагностичними методиками, та іншими корисними методичними матеріалами для роботи <https://dnmcps.com.ua/> .
2. Групу в Facebook «Психологічна служба Донеччини» <https://www.facebook.com/groups/273346713875356> .
3. Google-диск комунального закладу «Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти»;
4. Групи Viber «Керівники/координатори психологічних служб ТГ», «Практичні психологи закладів фахової передвищої освіти», «Практичні

психологи професійної (професійно-технічної) освіти», «Практичні психологи спеціальних шкіл, навчально-реабілітаційних центрів, загальноосвітніх санаторних шкіл-інтернатів, СОЦСР», «Соціальні педагоги закладів фахової передвищої освіти, професійної (професійно-технічної) освіти, СШ, НРЦ, ЗСШ, СОЦСР».

Впродовж 2022-2023 навчального року заходи з профілактики булінгу (цькування) в закладах освіти проводились з метою:

- ✓ **ознайомлення** учасників освітнього процесу з поняттями булінг/кібербулінг/мобінг, причинами їх виникнення, впливу цих явищ на окрему особистість і учнівський колектив в цілому;
- ✓ **опрацювання методів** виявлення постраждалих та булерів;
- ✓ **опановування методами профілактики й втручання;**

у вигляді:

- ✓ **вебінарів, вебконференцій, онлайн-студій та ін.;**
- ✓ **онлайн-консультацій;**
- ✓ **листування в вайбері та інших мобільних додатках, які призначені для спілкування;**
- ✓ **створення учнями власних оригінальних плакатів, буклетів щодо формування ненасильницької поведінки;**
- ✓ **заходів за участю працівників правоохоронних органів та інших організацій та служб;**
- ✓ **розповсюдження інформаційно-просвітницьких матеріалів на сайтах закладів освіти, сторінках практичного психолога/соціального педагога, у соціальних групах в мережі інтернет, та ін.**

Кількість звернень до працівників психологічної служби Донецької області щодо профілактики та виявлення булінгу (цькування) в закладах освіти в 2022-2023 навчальному році становило – 19 596 звернень, з них:

6808 – звернення з боку батьків;

5872 – звернення з боку педагогів;

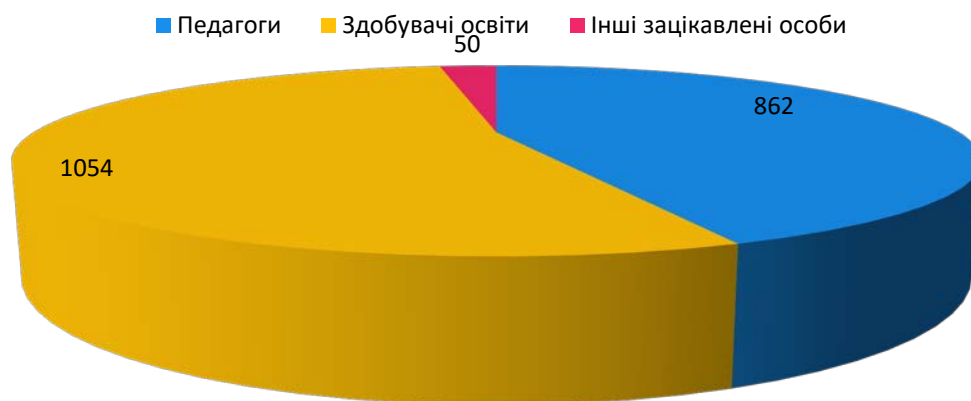
5267 – звернення з боку дітей;

1649 – звернення з боку інших зацікавлених осіб, представників громадськості.

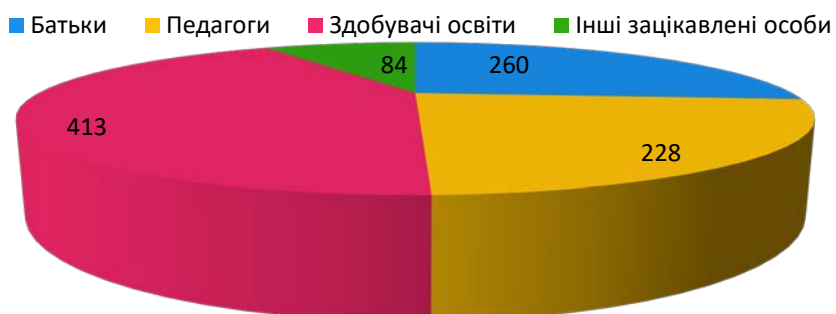


Практичні психологи та соціальні педагоги закладів освіти області активно проводили **консультаційну та просвітницько-профілактичну роботу** за даним напрямом, про що свідчить кількість звернень та різноманіття тематики, а саме:

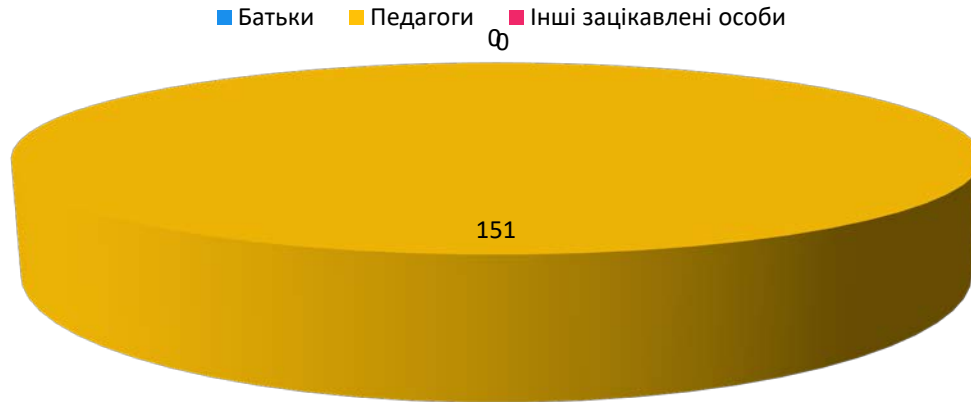
тема звернення: «Психологічний клімат учнівського колективу, міжособистісні конфлікти»



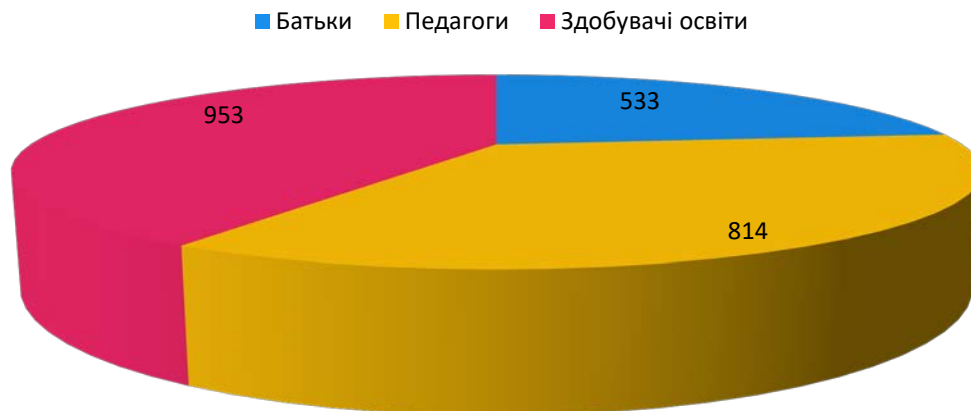
тема звернення: «Булінг»



тема звернення: «Мобінг»



тема звернення: «Взаємовідносини в системі «вчитель-учень»



За 2022-2023 навчальний рік в закладах освіти Донецької області було розглянуто – **19** заяв-звернень стосовно булінгу із них:

- ✓ **10** заяв-звернень стосовно булінгу;
- ✓ **8** з приводу кібербулінгу;
- ✓ **1** заява з приводу мобінгу.

Всі **19** випадків були вирішені на рівні закладів освіти.

2. Нормативно-правова база.

Відповідно до статті 15 Закону України «Про повну загальну середню освіту» від 16.01.2020 № 463-IX у закладах освіти виховний процес є невід’ємною складовою освітнього процесу та має ґрунтуватися на загальнолюдських цінностях, культурних цінностях Українського народу, цінностях громадянського (вільного демократичного) суспільства, принципах

верховенства права, дотримання прав і свобод людини і громадянина тощо (<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>).

Питання запобігання та виявлення випадків жорстокого поводження з дітьми регулюється Законом України «Про охорону дитинства», де статтею 10 визначено, що кожній дитині гарантується право на свободу, особисту недоторканність та захист гідності. Дисципліна і порядок у сім'ї, навчальних та інших дитячих закладах мають забезпечуватися на принципах, що ґрунтуються на взаємоповазі, справедливості та виключають приниження честі і гідності дитини

(<http://zakon3.rada.gov.ua/laws/show/2402-14/ed20120601>)

Закон України «Про освіту», зокрема стаття 53, визначає право здобувачів освіти на захист під час освітнього процесу від приниження честі та гідності, будь-яких форм насильства та експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, пропаганди та агітації, що завдають шкоди здоров'ю здобувача освіти.

(<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>)

Законом України від 18.12.2018 № 2657-VIII «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» внесено зміни до Закону України «Про освіту» щодо визначення поняття булінгу (цькування), його типових ознак.

(<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>) .

Законом України від 16.11.2022 № 2759-IX «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню)» внесено зміни до Кодексу законів про працю України щодо визначення поняття мобінгу (цькування), його типових ознак, форм та методів правового захисту.

<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2759-20#Text>

Наказом Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти», зареєстрованим у Міністерстві юстиції України 03 лютого 2020 р. за № 111/34394, затверджено Порядок реагування на випадки булінгу (цькування) та Порядок застосування заходів виховного впливу. Механізм реагування на випадки булінгу (цькування), процедури застосування заходів виховного впливу запроваджено у закладах освіти всіх типів і форм власності, крім тих, які забезпечують здобуття освіти дорослих, у тому числі післядипломної освіти

(<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0111-20#Text>).

Наголошуємо, що згідно із Законом «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18.12.2018

№ 2657-VIII, до повноважень органів управління освітою входить здійснення контролю за виконанням плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладі освіти та розгляд скарг про відмову у реагуванні на випадки булінгу (цькування) за відповідними заявами. (<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>)

3. Поняття булінгу (цькування) його типові ознаки, наслідки.

Булінг або цькування в закладі освіти — це вид насильства, довготривала агресивна поведінка однієї дитини (або групи дітей) щодо іншої дитини, яка супроводжується постійним психологічним, або навіть фізичним впливом.

Типові ознаки булінгу:

- *систематичність* (повторюваність) діяння;
- *наявність сторін:*
 - кривдник (булер);
 - потерпілий (жертва булінгу);
 - спостерігачі;
- *дії/бездіяльність кривдника*, наслідком яких є:
 - заподіяння психічної та/або фізичної шкоди;
 - приниження;
 - страх;
 - тривога;
 - підпорядкування потерпілого інтересам кривдника;
 - спричинення соціальної ізоляції потерпілого.

Важливо! Булінг *впливає на всіх, хто бере в ньому участь або навіть спостерігає, та має деструктивні наслідки в майбутньому житті на всіх його учасників.*

Постраждалі від булінгу:

- *втрачають відчуття емоційної та фізичної безпеки, довіри до місця, у якому мають перебувати щодня;*
- *відчувають безпорадність і страх* від постійної загрози. Булінг провокує тривожні та депресивні розлади, пригнічує імунітет, що підвищує вразливість до різних захворювань;
- *втрачають повагу до себе.* Страх та невпевненість руйнують здатність до формування та підтримки стосунків з однолітками, що призводить до відчуття самотності;

- *втрачають інтерес до різних форм активності та не можуть нормально навчатися. У деяких випадках простежується зв'язок між потерпанням від булінгу та розладами харчування (анорексії та булімії), емоційної сфери (депресіями та суїцидальною поведінкою).*

Булери:

- *частіше за інших потрапляють у ситуації, де проявляється насилля та порушуються закони;*
- *частіше беруть участь у бійках, причетні до вандалізму, залучаються до ранніх статевих стосунків, мають досвід вживання алкоголю та наркотичних речовин.*

Спостерігачі:

- *часто страждають від відчуття безпорадності, етичного конфлікту: втрутитись у ситуацію булінгу чи ж залишитись осторонь;*
- *потерпають від депресивних станів чи перезбудження, намагаються менше відвідувати школу.*

Наголошуємо, що особливої уваги, потребують проблеми попередження булінгу (цькування) та будь-яких проявів насильства й жорстокого поводження з дітьми в сучасному суспільстві, які зумовлені не тільки збільшенням фактів насильства та небажанням соціуму відкрито розглядати ці питання, а й проведенням в країні військових дій.

Жертвою булінгу може стати будь-хто з дітей, особливо ті, хто вирізняється із загального кола своїх однолітків. Підґрунтям для глузувань та булінгу може стати руде волосся, занадто високий або занадто низький зріст, вага тіла, особлива форма голови, носа, очей, рота, національність, соціальні або фізичні обмеження, успіхи у навчанні, матеріальні можливості або навіть особливості характеру. Крім того, жертвою булінгу може стати також той, кому складно спілкуватися з однолітками, хто поводить себе відлюдкувато чи, навпаки, провокативно.

Отже, в закладах освіти, які приймають до себе дітей з окупованих територій, або територій де ведуться бойові дії педагогічний персонал повинен не забувати, що окрім соціальної допомоги, дітям-переселенцям потрібна допомога в адаптації та соціалізації в нових для них умовах і якщо в заклад освіти до класу/групи де вже сформований колектив потрапляє така дитина, а

особливо, якщо вона якимись рисами вирізняється серед інших однолітків, то ця дитина може стати потенційною жертвою булінгу. Саме тому в класах/групах де зараховуються нові діти треба обов'язково проводити роботу з профілактики та протидії булінгу в дитячому колективі.

3.1. Мобінг: поняття, різновиди, причини, відповідальність.

В Україні все частіше можна почути про випадки мобінгу, або цькування працівника з боку його колег, підлеглих або керівництва, яке вчиняється з метою приниження гідності співробітника.

Донедавна це питання замовчувалося та не виносилося на широкий загаль, але, 1 грудня 2022 року Верховна Рада України прийняла закон №5749 про мобінг, який передбачає відповідальність за цькування і приниження на роботі.

Мобінг — це діяння роботодавця або окремих працівників трудового колективу, які спрямовані на приниження гідності та честі працівника, його професійної репутації у формі психологічного та економічного тиску, зокрема, зі застосуванням засобів електронних комунікацій, створення стосовно нього напруженої, ворожої, образливої атмосфери, зокрема, що змушує особу недооцінювати власну професійну придатність та зміни місця роботи.

Причини виникнення мобінгу можна поділити на:

- ✓ **зовнішні причини «на рівні соціуму загалом і групи зокрема»** – це причини пов'язані з життєвим циклом колективу, законами існування груп, культурою, мораллю, тобто вони не залежать від індивідуальності особистості.
- ✓ **внутрішні причини «на рівні особистості»** – це причини, які зумовлені особливостями психіки, життєвого досвіду, світогляду, переконань окремого індивіда. **Проте, основну роль в появі мобінгу відіграють внутрішні причини, а зовнішні лише сприяють процесу.**

Основними ознаками мобінгу є:

- діяння постійно повторюються;
- існування чітко визначених сторін — жертва (потерпілий), кривдник та спостерігач (за наявності);

- бездіяльність чи дії кривдника, які призводять до приниження, заподіяння моральної шкоди, страху, тривоги або навіть спричинення соціальної ізоляції потерпілого на роботі, примушування змінити місце роботи.

Форми мобінгу:

- **авторитарний мобінг** – здійснюється з боку начальника, який застосовує деструктивний стиль керування;
- **зміщений мобінг** – агресія спрямовується на третю особу, оскільки прояв її по відношенню до справжнього джерела є занадто небезпечним, а рівень розчарування ситуацією перейшов допустимі межі і рамки боротьби з проблемою, може бути реакцією на авторитарне знущання;
- **мобінг «посвяти»** – відбувається, коли в колективі з'являються нові члени;
- **дискримінаційний мобінг** – його жертвою стають особи, які відрізняються від загального колективу з точки зору цінностей важливих для його членів або особи, які не схвалюють встановлених в колективі норм;
- **десигналізаційний мобінг** – різновид дискримінаційного, застосовуваний по відношенню до особи, яка виявила негативні факти про своїх колег, інформуючи про них всередині організації, за що у формі знущань отримує «покарання» від співпрацівників;
- **сексуальний мобінг** – сексуальне домагання є особливою формою даного явища, а в випадку групи може бути різновидом дискримінаційного мобінгу;
- **відбірковий мобінг** – його метою є позбавлення даної особи з групи, дії стають щораз жорстокішими, поки мета не буде досягнута.

Відповідно до Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо запобігання та протидії мобінгу (цькуванню)»

формами прояву мобінгу є:

- психологічний утиск;
- економічний утиск.

Це може бути:

- нерівна оплата праці;
- погрози та залякування;
- висміювання;

- безпідставне позбавлення премій та бонусів;
- нерівномірний розподіл навантаження;
- зневажливі та образливі слова;
- негативне виокремлення працівника з колективу;
- зниження кваліфікації;
- наклеп;
- позбавлення перспектив кар'єрного зростання.

Варто пам'ятати, що працівникові, який став жертвою утисків під час виконання трудових обов'язків відповідно до положень статті 5-1 КзпП України гарантовано правовий захист від мобінгу (цькування), дискримінації, упередженого ставлення у сфері праці, захист честі та гідності працівника під час здійснення ним трудової діяльності, а також забезпечення особам, які зазнали таких дій та/або бездіяльності, права на звернення за захистом своїх прав.

Працівник, який відчуває приниження і цькування на роботі, має право:

1. **Звернутись з скаргою до Управління Державної служби з питань праці**, яке реалізує державну політику у сфері нагляду та контролю за додержанням законодавства про працю.
2. **Звернутись з позовною заявою до суду** щодо визнання фактів цькування та їх усунення (без подальшого припинення працівником трудової діяльності на період розгляду провадження у справі).
3. **Отримати відшкодування шкоди**, заподіяної внаслідок мобінгу у розмірі витрат, які понесла особа під час лікування (відшкодування шкоди, заподіяної внаслідок заподіяння мобінгу можливе у разі підтвердження факту його вчинення на підставі судового рішення, що набрало законної сили).
4. **Розірвати трудовий договір** у визначений ним строк за власним бажанням, якщо роботодавець не виконує законодавство про працю, умови колективного чи трудового договору та продовжує чинити мобінг.

Адміністративна відповідальність за вчинення мобінгу.

Відповідно до статті 173-5 Кодексу України про адміністративні правопорушення вчинення мобінгу (цькування) працівника – тягне за собою накладення штрафу на громадян від п'ятдесяти до ста неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від двадцяти до

тридцяти годин і накладення штрафу на фізичних осіб – підприємців, які використовують найману працю, посадових осіб – від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від тридцяти до сорока годин.

Діяння, передбачене частиною першою цієї статті, вчинене групою осіб або особою, яку протягом року було піддано адміністративному стягненню за таке ж порушення, – тягне за собою накладення штрафу на громадян від ста до двохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від тридцяти до п'ятдесяти годин і накладення штрафу на фізичних осіб – підприємців, які використовують найману працю, посадових осіб – від двохсот до чотирьохсот неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадські роботи на строк від сорока до шістдесяти годин.

4. Профілактика булінгу (цькування), як основа побудови безпечного освітнього середовища.

Нагадуємо, що Законом України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18 грудня 2018р. № 2657-VIII передбачено, що керівник закладу освіти в межах наданих йому повноважень забезпечує створення у закладі освіти безпечного освітнього середовища, вільного від насильства та булінгу (цькування) (абзац десятий частина третя статті 26 [Закону України «Про освіту»](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text)): <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2657-19#Text>

Відповідно до пункту 1 частини першої [Закону України «Про повну загальну середню освіту»](#) **безпечне освітнє середовище** – сукупність умов у закладі освіти, що унеможливають заподіяння учасникам освітнього процесу фізичної, майнової та/або моральної шкоди, зокрема внаслідок недотримання вимог санітарних, протипожежних та/або будівельних норм і правил, законодавства щодо кібербезпеки, захисту персональних даних, безпеки харчових продуктів та/або надання неякісних послуг з харчування, шляхом фізичного та/або психологічного насильства, експлуатації, дискримінації за будь-якою ознакою, приниження честі, гідності, ділової репутації (булінг (цькування), поширення неправдивих відомостей тощо), пропаганди та/або агітації, у тому числі з використанням кіберпростору, а також унеможливають вживання на території закладу освіти алкогольних напоїв, тютюнових виробів, наркотичних засобів, психотропних речовин.

Також, наказом Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 №1646 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та

застосування заходів виховного впливу в закладах освіти» зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 03.02.2020 за № 11/34394, затверджено Порядок реагування на випадки булінгу (цькування) та Порядок застосування заходів виховного впливу:

(search.ligazakon.ua/l_doc2.nsf/link1/RE34394Z.html)

Також треба брати до уваги, що під час війни батьки зазвичай зосереджені на виживанні, тому приділяють менше уваги дітям, яким доводиться самотійно шукати сенс у тому, що відбувається. Тому в умовах війни та дистанційної освіти збільшується кількість випадків небезпечної поведінки дітей в мережі інтернет, соціальних групах, що загрожує їхньому життю, здоров'ю та безпеці. Зокрема, йдеться про вплив соціальних мереж в інтернеті та залучення з їх допомогою дітей до різного виду правопорушень проти державності.

Стрімкий розвиток нових технологій відтворення сучасних інформаційно-комунікативних потоків зумовлюють принципові зміни в системі управління ризиками інформаційної безпеки. Комплексна оцінка актуальних загроз психологічній безпеці особистості в умовах інформаційного вибуху потребує нагального визначення інноваційних підходів до підвищення якості формування медіа-інформаційної культури особистості, що передбачає принципову трансформацію системи особистого захисту та протидії негативним впливам *в умовах медіакратії, інформаційних війн, наявності великої кількості сумнівних інформаційних джерел, спаму, токсичної пропаганди та реклами, інформаційного перевантаження та інформаційних ризиків у контексті сучасних суспільних викликів, зумовлених військовими діями в Україні.*

Саме тому велику увагу потрібно приділяти також питанню **профілактики кібербулінгу** в сучасному суспільстві, ознайомленню учасників освітнього процесу із загрозами, які може нести інтернет (шахрайство, спам, кібербулінг тощо), популяризації ненасильницької моделі поведінки.

Якщо дитина стала свідком булінгу, передусім вона може розказати про це батькам, вчителю, фахівцеві психологічної служби або безпосередньо директору.

Якщо педагог або інший працівник закладу освіти став свідком булінгу, або йому стало відомо про випадок цькування то він **має повідомити керівника закладу** незалежно від того, чи поскаржилась йому жертва булінгу, чи ні.

Керівник закладу розглядає таке звернення та з'ясовує усі обставини булінгу. Надалі він скликає засідання комісії з розгляду випадків булінгу та окреслює подальші дії. Якщо комісія визнала, що це був булінг, а не одноразовий конфлікт, то очільник закладу зобов'язаний повідомити уповноважені підрозділи органів Національної поліції України та Службу у справах дітей.

До складу такої комісії можуть входити педагоги, психолог, соціальний педагог, батьки постраждалого та «булера», керівник закладу та інші зацікавлені особи.

У разі, якщо комісія не кваліфікує випадок як булінг, а постраждалий не згодний з цим, то він може одразу звернутись до органів Національної поліції України.

За будь-якого рішення комісії **керівник закладу забезпечує психологічну підтримку усім учасникам випадку.**

5. Організація роботи з профілактики та виявлення булінгу (цькування) в діяльності фахівців психологічної служби.

Враховуючи вище зазначене, *працівникам психологічної служби* у 2023-2024 навчальному році при роботі за напрямком **профілактика та виявлення булінгу серед учнів та учнівської молоді** в умовах воєнного стану слід дотримуватись наступних рекомендацій:

- **вивчати та дотримуватись** нормативно-правової бази;
- **спостерігати, аналізувати** стан справ та посилювати індивідуальну роботу з дітьми, які мають ознаки девіантної, агресивної поведінки та їх батьками, законними представниками;
- **сприяти в проведенні** інформаційно-просвітницької роботи з батьками дітей;
- **розміщувати інформацію** з питань профілактики булінгу (цькуванню) на сайтах закладів освіти, «Кабінетах психолога/соціального педагога» та постійно оновлювати інформацію за даною темою для всіх учасників освітнього процесу;
- **використовувати в роботі** розміщений на сайті МОНУ під рубрикою «Антибулінг» банк методик (інструментарію) (<https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/protidiyabulingu>).

- **використовувати в профілактичній роботі** в закладах освіти матеріали, які розміщені на сайті МОНУ банк педагогічних технологій, які розміщені у рубриці «Корисні посилання щодо теми антибулінгу»;
- **розмістити на сайтах закладів освіти та доступному місці в закладі освіти** інформацію з гіперпосиланням на офіційний вебсайт системи Безоплатної правової допомоги www.legalaid.gov.ua;
- **розмістити на сайтах закладу освіти, кабінетах практичного психолога/соціального педагога та доступному місці в закладі освіти** контактну інформацію про керівників і педагогічних працівників закладу освіти до яких відповідно до посадових обов'язків, можуть звертатися учасники освітнього процесу для оперативного розв'язання питань, що стосуються збереження життя чи здоров'я, а також захисту прав та інтересів дитини;
- **систематично проводити та розміщувати на сайтах закладу освіти, кабінетах практичного психолога/соціального педагога** інформаційні та просвітницько-профілактичні заходи з учасниками освітнього процесу щодо безпечного користування інтернет-ресурсами, медіаграмотності та медіазахисту;
- **поширювати серед батьків інформацію** щодо запобігання всім формам насильства та актуальним медіазагрозам;
- **сприяти формуванню** в учасників освітнього процесу потреби набувати навичок:
 - свідомого, відповідального споживання медіапродукції, розвивати критичне мислення, здатність відокремлювати оцінювальні судження, що транслюються у медіапросторі, від реальних фактів;
 - обмежувати себе, особливо в критичних ситуаціях, споживанням інформації лише в обсягах, необхідних і достатніх для розв'язання певної життєвої проблеми;
 - виробити у себе толерантність до невизначеності, усвідомити, що від загроз та небезпек, які з'являються в сучасному світі, можна успішно захищатися навіть за умови недостатнього знання про їхні причини, якщо опанувати надійні способи захисту.
- по можливості **впроваджувати профілактичні, корекційні програми, спрямовані на профілактику булінгу (цькування) у закладах освіти.** Перелік просвітницько-профілактичних програм розміщено на вебсайті ДНУ «ІМЗО» за покликанням:

<https://imzo.gov.ua/psycholohichnyj-suprovid-ta-sotsialno-pedahohichna-robota/informatsijna-baza-psycholohiv-ta-sotsialnyh-pedahohi/najkraschi-rozrobky-metodyky-treninhy-zhurnaly/>

- **інформувати учнів щодо безпеки** під час використання інформаційно комунікаційних технологій та інших медійних засобів, **навичок безпечної поведінки в Інтернеті** на період дії воєнного стану.

У зв'язку з продовженням воєнного стану більшість закладів освіти перейшли на дистанційну форму навчання робота з профілактики та виявлення булінгу (цькування) в закладах освіти здебільшого проводиться дистанційно з використанням вебпростору.

Форми роботи онлайн:

- **проведення вебінарів, вебконференцій, онлайн-студій та ін.;**
- **онлайн-консультування** (звертаємо увагу на те, що фахівці психологічної служби можуть впроваджувати онлайн-консультування, яке можуть проєктувати через різні альтернативні комунікативні канали. Ці канали відрізняються один від одного за параметрами синхронності (синхронна або асинхронна комунікація), за способом (індивідуальна або групова комунікація), за типом комунікації (друкований текст або візуальна або/та голосова комунікація), а також за мірою залучення людини (пряма людська взаємодія, самодопомога під час використання інформації або інструкцій, опублікованих на вебсайті або онлайн інтерактивне програмне забезпечення);
- **листування в вайбері та інших мобільних додатках**, які призначені для спілкування;
- **створення учнями власних оригінальних плакатів проти знущань.** Якщо діти навчаються вдома, вони можуть розмістити роботи на сайті закладу освіти, віртуальній дошці оголошень за допомогою такого додатка, як Padlet, або створити слайд-шоу на Google Диску із відкритим доступом до файлів.
- **розповсюдження інформаційно-просвітницьких матеріалів на сайтах закладів освіти, сторінках практичного психолога/соціального педагога, у соціальних групах в мережі інтернет, та ін.**

Кожен із цих заходів розвиватиме у дітей соціальну та комунікативну компетенції, тобто здатність поважати думку інших людей і вміти пояснити свою позицію, ефективно співпрацювати в колективі.

6. Поради учасникам освітнього процесу щодо протидії та реагування на випадки скоєння булінгу (цькування) в закладі освіти.

Поради педагогічним працівникам щодо протидії булінгу:

- **поясніть учням, що люди приїхали до більш безпечних регіонів країни тому, що були змушені рятувати дітей та себе.** За інших умов вони залишилися б удома, де в них були гідні умови для життя тощо;
- **допоможіть дітям вивчити правильну термінологію.** Поясніть, що люди, які змушені були покинути свої домівки не біженці, вони – вимушено переміщені особи;
- **говоріть з учнями відверто.** Варто пояснити, що війна завжди була ґрунтом для дискримінації за будь-якими ознаками. Ті, хто опинився у вразливій ситуації, сприймаються як слабші, або навіть як винні у тому, що сталося. А від цього до булінгу та дискримінації лишається лише крок. Так, теперішня ситуація неймовірно складна, але в будь-якому разі потрібно лишатися людьми та підтримувати одне одного;
- **поясніть дітям основні принципи недискримінації, толерантного ставлення до інших людей.** Розкажіть про дискримінацію, якою вона буває та чому виникає;
- **аналізуйте ситуацію: приділяйте особливу увагу особам, які можуть стати потенційними жертвами булінгу.** Стежте за ситуацією, а якщо побачите перші ознаки цькування - неодмінно втручайтеся;
- **завжди враховуйте лише факти,** а не припущення або побоювання однієї зі сторін (або власні);
- **розробіть план дій та варіанти розв'язання проблем** (навіть гіпотетичних). Так ви будете готові та не витратите час дарма;
- **об'єднайтеся із колегами.** Дискримінація – глобальне явище, із яким складно впоратися самотужки. Тож діяти разом – найкраще рішення;
- **оберіть стратегію дій.** Є різні алгоритми дій учителя, який бачить дискримінацію чи булінг. Але одне відомо точно: залишатися осторонь просто неприпустимо. Явище не зникне саме по собі;
- **встановіть правила, створіть разом із дітьми статут для протидії дискримінації, булінгу.** Учні мають розуміти, чому та чи інша поведінка буде неприйнятною та знати, що порушення правил обов'язково призведе до негативних наслідків. Проводьте тематичні виховні години, не бійтеся говорити про війну, її причини та наслідки.

***Поради для батьків та педагогічних працівників.
Як реагувати на випадок булінгу?***

Швидка та доречна реакція дорослих (батьків і вчителів) на ситуацію булінгу повертає дітям відчуття безпеки та захищеності, демонструє, що насилля не прийнятне. Саме тому, як тільки ви побачили або дізналися 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 та хобі можуть допомогти дітям здружитися і попередити схильність до булінгу;**
- **показуйте приклад ставлення до інших із добротою та повагою.**

Як захистити себе та дітей в інформаційному просторі під час війни?

Інформаційний простір дозволяє бути на зв'язку з рідними, дізнаватись останні новини з фронту, хоч якось контролювати те, що відбувається навколо. Для дітей та підлітків інтернет залишається світом розваг та спілкування з друзями. *Але важливо пам'ятати, що за позначкою геолокації на пості чи фотографії, веселим відео в соціальній мережі чи одним повідомленням може ховатися справжня небезпека. Особливо під час війни, коли інфопростір використовують окупанти для військових нападів на українські міста.*

Дотримуючись наступних правил можна захистити та вберегти дитину від необачних дій:

- **якщо хтось із користувачів у мережі просить приватну інформацію** (особистий номер телефону чи номер батьків, де батьки працюють, де родина зараз перебуває, яка ситуація в місті, де розміщується військова техніка в місті чи військові об'єкти) - **таку інформацію в жодному разі не можна передавати**. Навіть якщо це онлайн-друг, якого дитина знає в реальному житті. Адже зараз дуже часто особисті профілі зламують для отримання інформації або створюють фейкові профілі;
- **не можна знімати розміщення та пересування військової техніки та військових у місті, де перебуває дитина**. Оскільки окупанти можуть переглядати відкриті профілі українців для визначення місця розташування військових для подальшого нападу. А також злочинці можуть намагатися вести листування з дитиною для шантажу чи примушування до отримання інформації про розміщення техніки в місті;
- **не знімати місця вибухів та потрапляння снарядів**, оскільки окупанти можуть використовувати фото та відеодані, які потрапили в мережу, для коригування подальшого нанесення вогню по місту;
- **не переходити за невідомими посиланнями**, які були надіслані в приватні повідомлення в будь-якій соціальній мережі чи месенджері. Адже за ними можуть ховатися хакерські атаки;
- **якщо ви переглядаєте та обговорюєте новини з дитиною, варто переконатися в їхній правдивості**. Усі новини, заяви високопосадовців та обмеження в містах краще повторно перевірити в офіційних каналах комунікації, на офіційних сайтах державних установ, в офіційних Telegram-каналах посадовців;
- **якщо дитину автоматично додали до невідомих груп, важливо відписатися від них та заблокувати їх**. А також розповісти про це дорослим;
- **якщо до дитини хтось пише з проханням допомоги або виконати спеціальне завдання, важливо, щоб дитина повідомила про це дорослим**. Варто разом зробити скриншот групи, повідомлень та через онлайн-форму звернутися до кіберполіції
<https://ticket.cyberpolice.gov.ua/>.

Якщо ви побачили принизливе фото чи відео з дитиною у соціальних мережах, вам слід спокійно та поступово зробити наступні кроки:

- **поговоріть з дитиною**. Скажіть, що ви не звинувачуєте її у тому, що фото/відео потрапило до мережі (формування культури користування

кіберпростором тема, якій слід приділяти багато уваги, але не в кризовій ситуації);

- **запевніть дитину, що вона може вам довіритись і показати всі образливі відео та фото, як соромно б їй не було.** Часто такий контент інтимного характеру, через що дитині важко про це говорити;
- **підкресліть, що вас зараз цікавить не їх вміст, а як їх вилучити з мережі;**
- **напишіть особистого листа до сервісу технічної підтримки соціальних мереж про те, що контент (вказіть посилання) принижує права дитини, і ви вимагаєте його вилучити;**
- **покажіть дитині, що ви на її боці у цій складній ситуації;**
- **поясніть дитині правила безпечного користування соціальними мережами.**

Як зрозуміти, що дитина піддається булінгу/кібербулінгу?

- **у дитини мало або взагалі немає друзів, з якими вона проводить час.** Боїться ходити до школи або брати участь у заходах з однолітками (гуртки, спорт);
- **ходить до школи довгим, незвичним шляхом;**
- **втрачає інтерес до навчання або раптом починає погано вчитися;**
- **приходить додому сумна, похмура, зі сльозами.** Постійно відмовляється йти до школи, посиляючись на головний біль, біль у животі, погане самопочуття;
- **має розлади сну або часті погані сни;**
- **втрачає апетит, проявляє тривожність, страждає від низької самооцінки;**
- **якщо дитину шантажують у школі, вона може почати просити додаткові гроші на кишенькові витрати, щоб відкупитися від агресора.**

Як допомогти дитині, якщо вона піддається булінгу?

Коли діти стають жертвами булінгу вони соромляться про це говорити та часто звинувачують себе в тому, що сталося. Придивіться до поведінки та настрою своєї дитини. Якщо ви маєте підозри, що вона стала жертвою булінгу:

- **у першу чергу заспокойтесь, і тільки після цього починайте розмову з дитиною;**

- **дайте відчути, що ви поруч**, готові підтримати та допомогти, вислухати та захистити;
- **запевніть дитину, що ви не звинувачуєте її** у тому, що відбувається, і вона може говорити відверто;
- 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 (наприклад, бути певний час ближче до дорослих, не залишатися після уроків тощо);
- **розкажіть дитині, що немає нічого поганого у тому, щоб повідомити про агресивну поведінку щодо когось учителю або принаймні друзям**. Поясніть різницю між «пліткуванням» та «підкукуванням» про своє життя чи життя друга/однокласника;
- **спитайте, яка саме ваша допомога буде корисна дитині, вислухайте уважно**. Можливо ви запропонуєте свій варіант. Це допоможе розробити спільну стратегію змін;
- пам'ятайте, що **ситуації фізичного насилля потребують негайного втручання з боку батьків та візит до школи**;
- **спільно з дитиною шукайте нові способи реагування на ситуацію булінгу**.

Як допомогти дитині, якщо вона виявилась агресором?

Для того, щоб надати допомогу дитині-булеру, треба **перш за все зрозуміти причину такої поведінки**. На жаль, вони не до кінця розуміють, якої шкоди та страждань завдають. Булери вважають смішними знущання зі слабшої дитини, а коли зустрічають схвалення зі сторони однолітків, відчують себе сильними лідерами. Причини того, що діти починають цькувати інших можуть бути самими різноманітними. Одні булять, тому що **самі страждають від насильства** (будь-то вдома, у спортивній секції, наслідки військової агресії тощо). Таким чином вони виміщують свій біль та злість через знущання і приниження слабших за себе.

Інші діти булять, **задля встановлення свого авторитету** в колективі однолітків, а відчуття переваги над іншими приносить їм задоволення.

Важливо те, що дитині, яка булить інших, увага та допомога потрібна не менше, ніж тій, яка страждає від булінгу.

Тому працюючи з дитиною-булером треба дотримуватись наступних правил:

- **відверто поговоріть з дитиною** про те, що відбувається, з'ясуйте як вона ставиться до своїх дій і як реагують інші діти. Ви можете почути, що «всі так роблять», або «він заслуговує на це»;
- **уважно вислухайте дитину** і зосередьтеся на пошуку фактів, а не на своїх припущеннях;
- **не применшуйте серйозність ситуації** - глузування, бійки та інші форми агресивної поведінки це не просто дитячі жарти та цілком природна частина дитинства;
- **ретельно поясніть**, які дії ви вважаєте переслідуванням інших:
 - цькування,
 - образливі прізвиська,
 - загрози фізичного насильства,
 - залякування,
 - висміювання,
 - коментарі з сексуальним підтекстом,
 - бойкот іншої дитини або підбурювання до ігнорування,
 - плітки,
 - публічні приниження,
 - штовхання,
 - плювки,
 - псування особистих речей,
 - принизливі висловлювання або жести.
- діти, які булять, заперечують це так довго, як тільки можуть. **Спокійно поясніть дитині, що її поведінка може завдати шкоди не тільки жертві, а й усім оточуючим.** І щодалі це заходитиме, тим гірше булінг впливатиме на всіх учасників;
- **дайте зрозуміти дитині, що агресивна поведінка є дуже серйозною проблемою**, і ви не будете терпіти це в майбутньому. Чітко і наполегливо, але без гніву, попросіть дитину зупинити насильство;
- **скажіть дитині, що їй потрібна допомога, а тому ви тимчасово триматимете зв'язок з учителями**, щоб упевнитись що дитина намагається змінити ситуацію;
- **загрози та покарання не спрацюють.** Можливо, на якийсь час це припинить булінг, та в перспективі це може тільки посилити агресію і невдоволення;

- **буде зайвим концентрувати увагу на відчуттях дитини, яку булять.** Той, хто виявляє агресію, як правило відсторонюється від почуттів іншої людини;
- **агресивна поведінка та прояви насильства можуть вказувати на емоційні проблеми дитини та розлади поведінки.**

Що робити якщо ви опинилися в ситуації мобінгу?

Якщо такі нападки відбуваються регулярно і вже визначилися «кривдник», «жертва» і «спостерігачі», ситуація потребує негайного вирішення.

1. **Проаналізуйте конфлікт, з'ясувавши причини.** Не зробивши цього, можна і на іншому місці роботи знову зіткнутися з таким же явищем.
2. **Проявіть свою компетенцію у робочому процесі.** Будьте чемним, ігноруйте плітки. Доведіть свій професіоналізм не тільки керівнику, а ще й іншим колегам.
3. **Запросіть колег до відвертої розмови,** аби прояснити ситуацію.

Як протистояти мобінгу?

Якщо мета мобів – вижити вас із робочого місця, доведеться застосувати іншу стратегію. Якщо ви не плануєте піти з ворожо налаштованої до вас організації і це дійсно того варте, доведеться протистояти:

1. **Будьте завжди наготові.** Не варто проявляти слабкість, це спонукатиме моберів до ще більшої агресії.
2. **Скористуйтеся гаджетами:** записи протиправних дій з відеокамери та диктофону завжди стримують агресорів загрозою оприлюднення. Отримавши достойну відсіч, мобер, швидше за все, не захоче продовжувати.
3. **Визначте лідера мобінгу та дискредитуйте його.** Вже сама ваша спроба дискредитування дозволить припинити цькування через соціальне самозбереження.
4. **Спробуйте продемонструвати байдужість до дій моберів,** навіть, якщо це не так: така ілюзія ігнорування тиску, нівелює психологічний ефект пресингу, який прагнуть відчувати агресори й вони швидко втрачають цікавість до продовження.

7. Контакти «Гарячих ліній» та організацій щодо допомоги та підтримки у разі потрапляння в ситуації булінгу (цькування).

Важливо знати, що навіть в умовах проведення воєнних дій, держава гарантує кожному громадянину право на отримання безоплатної правової допомоги за номером Єдиного контакт-центру: **0800 213 103** (цілодобово та безплатно у межах України зі стаціонарних та мобільних телефонів).

Важливо! Діти мають право безоплатно отримати послуги адвоката (складання заяв, представництво в суді).

Вважаємо за доцільне **розмістити на сайтах органів управління освіти та на сайтах закладів освіти банер з гіперпосиланням на офіційний веб-сайт системи Безоплатної правової допомоги** (<https://legalaid.gov.ua/>) та сприяти розміщенню згаданого банера системи Безоплатної правової допомоги з гіперпосиланням на веб-сайтах органів управління освіти та закладів освіти. Банери для розміщення знаходяться за посиланням (<http://bit.do/legalaid.>)

З квітня 2020 року безоплатна правова допомога (БПД) створила в месенджері Telegram чат «Правова допомога протидії насильству», де постраждалі від домашнього насильства та свідки можуть отримати консультацію юристів щодо захисту своїх прав. За правовою консультацією можна також звернутися, написавши повідомлення у месенджер Facebook-сторінки системи БПД, у публічний чат Telegram-каналу «Безоплатна правова допомога», у приватний чат системи БПД у Telegram або Viber, а також через мобільний застосунок «Безоплатна правова допомога».

Важливим аспектом в роботі за даним напрямом є також **інформування учасників освітнього процесу щодо діяльності гарячих ліній, громадських та державних організацій та доступу до їх послуг**, телефонні номери Національної «гарячої» лінії: **0800 500 225** або **116 111**(цей номер розповсюджено у 26 європейських країнах). Основними принципами роботи Національної дитячої «гарячої лінії» є анонімність і конфіденційність.

[Messenger @childhotline.ukraine](https://www.facebook.com/childhotline.ukraine),

[Instagram @childhotline_ua](https://www.instagram.com/childhotline_ua),

[Telegram @CHL116111](https://www.telegram.me/CHL116111).

На Національній дитячій «гарячій лінії» консультують психологи, юристи, соціальні працівники, соціальні педагоги та залучені експерти. Коло питань, з яких надаються консультації формується на основі отримуваних запитів від абонентів. Актуальні теми, з яких консультують на Національній дитячій «гарячій лінії», – насильство над дітьми та жорстоке поводження з ними у сім'ї та з боку оточення, психологічні проблеми, негаразди у стосунках з

дорослими та однолітками, статеве життя, сімейні відносини, правосуддя щодо дітей, майнові права дітей, питання встановлення опіки, а також булінг і безпека в Інтернеті. «Гаряча лінія» приймає дзвінки від дітей та від дорослих, чиї запити стосуються дітей.

Окрім цього, дитина може звернутись:

- на гарячу лінію ГО «Ла Страда - Україна» з протидії насильству в сім'ї або із захисту прав дітей;
- до соціальної служби з питань сім'ї, дітей та молоді;
- Національної поліції України;
- Центру надання безоплатної правової допомоги;
- Анонімний онлайн-щоденник «Тільки нікому не кажи» дає можливість написати листа тому, з ким складно поділитися своїми переживаннями в реальному житті про булінг у школі, нерозділене кохання чи непорозуміння з батьками (<https://secrets.1plus1.ua/>);
- «Гаряча лінія» Уповноваженого Президента України з прав дитини: **(044) 255 76 75**;
- Освітній омбудсмен України: **(095)1438726** (ez@eo.gov.ua, <https://eo.gov.ua/>);
- Гаряча лінія Міністерства закордонних справ України для громадян України, які опинилися в надзвичайних ситуаціях за кордоном: **(044) 238 16 57**.
- Уповноважений Президента України з прав дитини: **(044) 255 76 75** та ін.

Корисні посилання щодо допомоги у разі кібербулінгу:

- Національна «гаряча лінія» для дітей та молоді за номерами: **0 800 500 225 або 116 111**.
- Поліція (кіберполіція) за номером **102** (повідомити про кібербулінг).
- Чат-бот Stop Sexting (якщо шантажують в Інтернеті і вимагають контент сексуального характеру). [Youtube.com/Stop Sexting Ukraine](https://www.youtube.com/watch?v=StopSextingUkraine).
- База даних жіночих організацій (<http://portal.uwf.org.ua/>).
- Організація ЮрФем (доступна та якісна правова допомога в Україні) (<http://jurfem.com.ua/en/home-page-2/>).
- Організація Teenergizer – консультації за принципом «рівний-рівному» або з психологом безкоштовно і конфіденційно (<https://teenergizer.org/consultations>).
- Урядова консультаційна лінія з питань безпеки дітей в Інтернеті: **1545** (далі обрати «3»).

8. Корисні джерела:

- Сайт Міністерства освіти і науки України розділ «Безпека дітей в Інтернеті» <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti> .
- Сайт Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти». Рубрика «Корисні посилання щодо теми антибулінгу»: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/protidiya-bulingu/korisni-posilannya-shodo-temi-antibulingu>
- Ресурси з медіаосвіти та медіаграмотності Безпека дітей в інтернеті: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/vihovna-robota-ta-zahist-prav-ditini/bezpeka-ditej-v-interneti>.
- Безпека в інтернеті: <https://imzo.gov.ua/diyalnist/bezpeka-v-interneti/>.
- Електронна бібліотека Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>.
- Портал медіаосвіти та медіаграмотності: <https://medialiteracy.org.ua/category/library/resources-library/>.
- Підбірка актуальних ресурсів з медіаграмотності: <https://gurt.org.ua/articles/42722/>.
- Центр протидії дезінформації при РНБО України: <https://cpd.gov.ua/category/events/>
- Все про медіаосвіту й багато корисних ресурсів для педагогів: <https://www.aup.com.ua/> <http://medialiteracy.org.ua/>
- Добірка онлайн-ресурсів про медіаграмотність від освітнього омбудсмена: <https://nus.org.ua/news/dobirka-onlajn-resursiv-pro-mediagramotnist-vid-osvitnogo-ombudsmena/> .
- Добірка матеріалів про медіаграмотність: <https://msu.edu.ua/library/mediahramotnist-korysni-materialy/> .
- Цифрова освіта: <https://osvita.diia.gov.ua/> .
- Цифрова гігієна: яких правил варто дотримуватися в інтернеті?: <https://thedigital.gov.ua/news/tsifrova-gigiena-yakikh-pravil-varto-dotrimuvatisya-v-interneti> .
- Цифрова гігієна: як користуватися соцмережами, аби вони не використовували вас?: <http://surl.li/xgju> .
- Сайт ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» <https://imzo.gov.ua/>
- Сайт Міністерства освіти і науки України <https://mon.gov.ua/>

- Сторінка у Facebook «Донецький обласний навчально-методичний центр психологічної служби системи освіти»
<https://www.facebook.com/groups/273346713875356>
- Сайт Донецького обласного навчально-методичного центру психологічної служби системи освіти <https://dnmcps.com.ua/> та ін.

9. Список використаних джерел:

- Закон України «Про освіту»;
- Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)»;
- Закон України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії мобінгу (цькуванню)»;
- лист МОН України від 29.01.2019 №1/11-881 «Рекомендації для закладів освіти щодо застосувань норм Закону України щодо протидії булінгу»;
- наказ МОН України від 28.12.2019 №1646, зареєстровано в Міністерстві юстиції України 03.02.2020 за №111/343994 «Деякі питання реагування на випадки булінгу (цькування) та застосування заходів виховного впливу в закладах освіти»;
- лист МОН України від 13.04.2020 № 1/9-207 «Роз'яснення щодо застосування наказу Міністерства освіти і науки України від 28.12.2019 № 1646»;
- наказ МОН України від 26.02.2020 № 293 «Про затвердження плану заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти»;
- наказ МОН України від 28.03.2022 р. № 274 «Про деякі питання організації здобуття загальної середньої освіти та освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні»
- лист МОН України від 20.03.2020 року № 6/480-20 «Про план заходів, спрямованих на запобігання та протидію булінгу (цькуванню) в закладах освіти»;
- лист МОН України від 14.08.2020 № 1/9-436 «Про створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та попередження і протидії булінгу (цькуванню)»;

- лист МОН України від 24. 08. 2023 р. № 1/12702-23 «Щодо організації виховного процесу в закладах освіти у 2023-2024 н.р. »;
- лист МОН України від 21.08.2023 № 1/12492-23 «Про пріоритетні напрями роботи психологічної служби у системі освіти у 2023/2024 навчальному році»;
- сайт Міністерства освіти і науки України:
<https://mon.gov.ua/ua/osvita/inklyuzivne-navchannya/statistichni-dani>,
<https://mon.gov.ua/ua/osvita/inklyuzivne-navchannya/dlya-fahivciv/onlajn-navchannya>.
- сайт освітнього проекту «На урок» <https://naurok.com.ua/>
- сайт Інформаційно-освітньої кампанії Безпека дитини в інтернеті | #stop_sexting <https://stop-sexting.in.ua/> та ін.