КЛАСНА ГОДИНА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Кібербулінг і фото без дозволу

Класна година на 45 хвилин: діти дізнаються, чому образи в чаті й фото без дозволу — теж булінг, і що робити, якщо це сталося в мережі.

45 хвилин | 5–6 класи і старші | Відео, картки, пам'ятка

Після уроку діти

- пояснюють, що таке кібербулінг і чому фото без дозволу — це не жарт;
- називають три ознаки кібербулінгу;
- знають, що робити, якщо це сталося в мережі, і до кого звернутися.

Що знадобиться

- проєктор або великий екран і звук;
- презентація до уроку (відео вже всередині, інтернет не потрібен);
- надруковані картки із ситуаціями — один комплект на групу;
- пам'ятка для кожного учня.

У цьому файлі

1. Спершу для вчителя: поняття, як пояснити дітям, приклади
2. План уроку на 45 хвилин
3. Запитання для обговорення й домовленості
4. Підказка вчителю
5. Картки із ситуаціями для друку
6. Розбір ситуацій
7. Пам'ятка для учня

Чернетка. План уроку ще не переглянув психолог або методист. Якщо помітите неточність, напишіть нам через форму «Повідомити про помилку на сайті».

Платформу «Укриття від насильства» благодійний фонд «Твоя опора» створює власними ресурсами. Проєкт «Адвокаційна кампанія „Укриття від насильства“: протидія насильству щодо дітей в умовах війни» БФ «Твоя опора» реалізує за підтримки Фонду «Аскольд і Дір», що адмініструється ICAP Єднання в межах проєкту «Сильне громадянське суспільство України — рушій реформ і демократії» за фінансування Норвегії та Швеції. Зміст платформи є відповідальністю БФ «Твоя опора» та не є відображенням поглядів урядів Норвегії, Швеції або ICAP Єднання.

СПЕРШУ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Про що цей урок

Дорослі часто сприймають чат як щось «не насправді» і бачать лише того, хто написав першим. Тоді не помічають, що кожне пересилання й кожна реакція знову принижують дитину. Діти мають винести з уроку: кібербулінг — це той самий булінг, а чуже фото чи відео без згоди не можна ні змінювати, ні розсилати.

Кібербулінг

Що це. Булінг, тобто навмисне й повторюване цькування, яке відбувається в чатах, соцмережах, іграх. Образи, меми, виключення з групи бачать багато людей, їх пересилають далі, і повністю видалити їх важко. Тому кібербулінг не закінчується після уроків: він іде за дитиною додому.

> **ЯК СКАЗАТИ ДІТЯМ**
>
> **Кібербулінг — це булінг у чатах, соцмережах та іграх. Людину знову й знову принижують: пишуть образи, роблять меми, виганяють із групи. Таке бачать багато людей, пересилають далі, і видалити це важко. Те, що в чаті, — теж насправді.**

ПРИКЛАДИ: ЦЕ ВОНО

- З фото Марка зробили мем і кинули в чат класу. Марк пише «Видаліть моє фото», а мем пересилають знову.
- У груповій онлайн-грі однокласники раз у раз виганяють одного гравця з команди й пишуть у загальному чаті: «З ним ніхто не грає».
- Створили окремий чат «без Софії», куди пересилають її повідомлення з чату класу й висміюють їх.

СХОЖЕ, АЛЕ НЕ ТЕ

- Двоє друзів посварилися в особистих повідомленнях через гру, обоє написали різкі слова, а потім помирилися — це конфлікт на рівних і без глядачів, хоч про різкі слова варто поговорити.
- Однокласниця виклала фото з екскурсії, усі на ньому погодилися його показати й самі сміються — це не цькування: згода є, і нікого не принижують.
- Учениця сама вийшла з чату класу, бо там забагато повідомлень, — її ніхто не виганяв і не висміював.

Обережно. Навіть один мем може стати кібербулінгом, коли його пересилають знову й знову, тож не чекайте, поки автор «повторить»: для дитини повтором стає кожне пересилання.

СПЕРШУ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Фото й відео без дозволу

Що це. Коли чуже зображення використовують без згоди людини: знімають, коли вона проти або не знає, монтують, роблять мем, стікер чи картинку в ШІ з її обличчям і розсилають. Згода потрібна на кожен крок: погодитися сфотографуватися — не те саме, що погодитися на мем чи розсилку. Згоду можна забрати, і тоді фото треба видалити.

> **ЯК СКАЗАТИ ДІТЯМ**
>
> **Чуже фото чи відео — не ваше. Знімати людину, робити з її фото мем, стікер чи картинку в ШІ і розсилати можна лише тоді, коли вона погодилася. Якщо людина каже «видали» — видаляйте. Навіть несправжнє фото може дуже образити.**

ПРИКЛАДИ: ЦЕ ВОНО

- Марк просить прибрати мем зі своїм фото, а його знову пересилають у чаті класу.
- Однокласник сфотографував хлопця, який заснув в автобусі на екскурсії, і зробив із цього фото стікер для чату.
- Хтось зробив у ШІ фейкове фото Марти й розіслав, а на її прохання відповів: «Та це ж не справжнє!»

СХОЖЕ, АЛЕ НЕ ТЕ

- Подруги сфотографувалися разом, одна питає: «Можна викласти?» — і друга погоджується. Це з дозволом.
- Учень зробив стікер зі свого власного обличчя й надіслав друзям — це його зображення, і він сам так вирішив.
- Учень сфотографував дошку з домашнім завданням, і на фото немає людей — тут нічиєї згоди не треба.

Обережно. Згода на фото не означає згоди на мем, стікер чи пересилання, а «це ж ШІ, воно несправжнє» не робить зображення нешкідливим.

Де дорослі найчастіше помиляються

ЗДАЄТЬСЯ, ЩО…	НАСПРАВДІ
Те, що відбувається в чаті поза уроками, — не справа школи і не такий серйозний булінг.	Це той самий булінг, тільки він іде за дитиною додому, і його бачить більше людей. Часто це продовження шкільного: Марка не беруть у гру і висміюють у чаті. Реагуйте так само, як на цькування в класі.
Винен лише той, хто зробив мем. Хто пересилав чи ставив реакції — ні до чого.	Відповідає той, хто зробив і розіслав. Але кожне пересилання й реакція додають глядачів і можуть здаватися кривднику підтримкою. З класом говоримо про те, що може зробити кожен, а не шукаємо винних серед свідків.
Фейк із ШІ не такий образливий, бо всі розуміють, що це неправда.	Фото несправжнє, а приниження справжнє, і не всі відрізнять фейк. Реагуйте так само, як на справжнє фото.
Досить видалити мем — і питання закрите.	Копії вже могли розійтися, а цькування — тривати далі. Спершу збережіть скриншоти, посилання й дати, допоможіть поскаржитися в застосунку, окремо поговоріть з учасниками й залучіть батьків.

1 · ПЛАН УРОКУ

45 хвилин, хвилина за хвилиною

Мета. Діти впізнають кібербулінг за трьома ознаками, знають, що чужі фото не можна змінювати й розсилати без згоди, і розуміють, що робити, якщо цькування почалося в мережі.

ХВИЛИНИ	ЩО РОБИМО	5–6 КЛАСИ	СТАРШІ КЛАСИ
0–4	**Початок і домовленості** Назвіть тему. Покажіть три домовленості й коротко поясніть кожну. Попросіть сьогодні не відкривати телефони й не показувати справжніх чатів.	Прочитайте домовленості вголос разом.	Спитайте, чи хоче клас щось додати.
4–8	**Розминка** Запитання до класу: навіщо класові спільний чат? Збирайте приклади без імен і без історій про себе. Висновок: чат потрібен, щоб домовлятися й допомагати одне одному, і він для всіх.	Два-три приклади усно.	Запишіть приклади на дошці: до них повернетеся, коли говоритимете, хто бачить повідомлення в чаті.
8–11	**Серія «Нашого класу»** Покажіть серію 2 «Коли мем стає кібербулінгом». Вона триває 1 хв 21 с. Перед показом попросіть помітити, що зробили з фото Марка і що він просить.	Якщо треба, покажіть серію двічі.	Одного показу достатньо.
11–19	**Розмова після відео** Поставте запитання з наступного розділу. Говоримо про героїв серії, а не про клас. Відповіді не оцінюйте: разом шукайте деталі в сюжеті.	Чотири основні запитання.	Додайте п'яте запитання — про сміх і пересилання.
19–25	**Кібербулінг: три ознаки** Поясніть обидва поняття за слайдами: кібербулінг і фото без дозволу, зокрема зображення, зроблені в ШІ. Назвіть три ознаки: бачить багато людей, пересилають далі, важко видалити. Наголосіть: кожне пересилання додає глядачів, а зупинити ланцюжок на собі — вже допомога.	Попросіть знайти кожну ознаку в історії Марка.	Поверніться до прикладів із розминки: хто бачить повідомлення в чаті класу і хто може переслати їх далі?
25–35	**Ситуації «Що це?»** Роздайте картки. Діти обирають відповідь і пояснюють її через ознаки. Після кожної ситуації покажіть слайд із розбором і читайте, що можна зробити.	Усі три ситуації — усім класом, за слайдами.	Три ситуації — у групах по троє-четверо. Кожна група пояснює свою картку класові.
35–41	**Що сказати і до кого звернутися** Прочитайте три фрази зі слайда. Покажіть кроки, якщо це сталося в мережі: не відповідати образою, не пересилати, зробити скриншоти, якщо це безпечно, заблокувати й поскаржитися в застосунку, розказати дорослому. Покажіть, до кого можна звернутися: дорослий, якому довіряєш; гаряча лінія 116 111; 102, якщо небезпека просто зараз.	Промовте фрази хором, спокійним голосом.	Спитайте, що психологиня з серії радить зберегти і чого не робити з мемом.
41–45	**Підсумок** Одне речення на завершення: «Те, що в чаті, — теж насправді». Роздайте пам'ятки. Скажіть, до кого в школі діти можуть підійти після уроку.	Попросіть показати пам'ятку вдома.	Нагадайте про розділ для дітей на платформі.

2 · РОЗМОВА ПІСЛЯ ВІДЕО

Запитання для обговорення

Запитання — про героїв серії. Вони не змушують дітей розповідати про себе.

Чим суперечка Тимура й Артема про воротаря відрізняється від того, що сталося з Марком?

Орієнтир: Тимур і Артем хочуть різного, але домовляються: «Добре, поміняємося після гола?» Марка не беруть у гру вже втретє, і це триває в чаті: «І в чаті теж висміюєте».

Данило каже: «Та це просто меми». Чому це не «просто»?

Орієнтир: Мем зробили з фото Марка без його згоди. Він просить прибрати, «а його знову пересилають». Бачить увесь чат класу.

Що зробив Артем? А чому мовчав Тимур?

Орієнтир: Артем сказав: «Марку, ходімо до психологині. Я з тобою». Тимур: «Я мовчав, бо боявся, що наступним буду я». Психологиня відповіла, що страх зрозумілий і не треба протистояти самому: «поклич дорослого й підтримай Марка».

Учитель сказав Маркові: «Це ваш конфлікт. Самі розберіться». Що в цій відповіді не так?

Орієнтир: Марка принижують знову й знову, і проти нього група. Психологиня каже: «Самої назви „конфлікт“ недостатньо». Марк має право на захист без примусового примирення.

Додатково для старших класів

Психологиня каже: «Сміх, пересилання й мовчання можуть здаватися кривднику підтримкою». Чому?

Орієнтир: Кривдник бачить реакції й пересилання і думає, що клас на його боці. Тому не пересилай мем і поклич дорослого.

2 · РОЗМОВА ПІСЛЯ ВІДЕО

Домовленості й розминка

Домовленості на цей урок

1. **Говоримо про ситуації з відео й карток, а не про однокласників. Без імен і без справжніх чатів.**
2. **Кожен може пропустити запитання.**
3. **Називаємо дію, а не людину.**

Розминка

Навіщо класові спільний чат? Назвіть кілька прикладів.

3 · ПІДКАЗКА ВЧИТЕЛЮ

Чого не казати на цьому уроці

КРАЩЕ УНИКАТИ	ЧОМУ
«Хто з вас через таке проходив?»	Не просіть дітей розповідати про себе при класі.
Розбирати реальну ситуацію з вашого класу	На уроці — лише змодельовані ситуації, без імен. Не показуйте справжніх скриншотів і мемів: так приниження поширюється ще раз.
«Це ж лише в чаті»	Дитині боляче насправді. Те, що в чаті, бачать і пересилають однокласники.
«Сам винен: не треба було викладати фото»	Відповідає той, хто взяв фото без згоди й розіслав. Після такого докору дитина перестане розповідати.
«Просто вийди з чату»	Мем пересилатимуть і без дитини. Вихід із чату не зупиняє цькування, а залишає її саму.
«Неправильно»	Відповіді не оцінюйте. Разом шукайте деталь, якої дитина не помітила.

Якщо дитина розповіла про реальний випадок

1. Зупиніть обговорення при класі: «Дякую, що розповіла. Це важливо. Поговоримо після уроку».
2. Не розпитуйте при класі й не влаштовуйте очної ставки.
3. Після уроку вислухайте дитину наодинці: «Тобі боляче, і це важливо. У цьому немає твоєї провини».
4. Повідомте директора. Це обов'язок кожного працівника закладу, який дізнався про насильство.
5. Якщо є небезпека просто зараз — спершу зупиніть насильство й телефонуйте 102.

Далі діє порядок реагування: що робить працівник школи і які строки має директор — у розділі «Вчителям» на платформі.

СИТУАЦІЯ 1 З 3

Чат класу



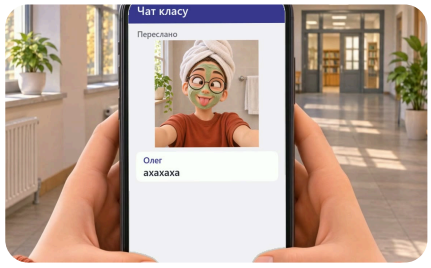
Щодня в чаті класу Тимурові пишуть образливі прізвиська. Він просив припинити — пишуть ще.

Що це?

☐ Кібербулінг ☐ Жарт у чаті

СИТУАЦІЯ 2 З 3

Телеграм



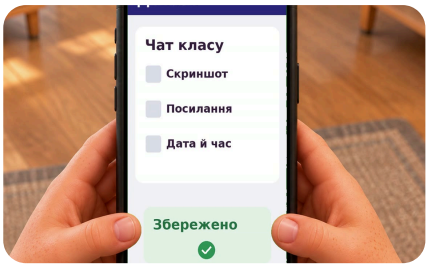
Автор
Та це ж не справжнє!

Що це?

☐ Нічого страшного, бо фейк ☐ Це шкода, хоч фото й несправжнє

СИТУАЦІЯ 3 З 3

Тобі переслали відео



На відео принижують однокласника. Що безпечно зробити?

Що це?

- [ ] Не пересилати й розповісти дорослому
- [ ] Переслати другові
- [ ] Написати авторові образу

5 · РОЗБІР СИТУАЦІЙ

Що видно в кожній ситуації

Якщо дитина обрала іншу відповідь, не кажіть «неправильно». Покажіть деталь, яку варто помітити.

СИТУАЦІЯ 1 · ЧАТ КЛАСУ

Кібербулінг

Це повторюється, бачить увесь клас, і Тимура не слухають. Це кібербулінг.

Що можна зробити: Не додавай реакцій і не пересилай. Напиши Тимурові особисто: «Я на твоєму боці».

СИТУАЦІЯ 2 · ТЕЛЕГРАМ

Це шкода, хоч фото й несправжнє

Фото несправжнє, а приниження — справжнє. Робити й розсилати такі зображення без згоди не можна.

Що можна зробити: Не пересилай. Поскаржся на зображення в застосунку й розкажи дорослому.

СИТУАЦІЯ 3 · ТОБІ ПЕРЕСЛАЛИ ВІДЕО

Не пересилати й розповісти дорослому

Кожне пересилання додає глядачів. Зупинити ланцюжок на собі — це вже допомога.

Що можна зробити: Однокласникові можна написати: «Я це бачив і я на твоєму боці».

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ УЧНЯ

Кібербулінг і фото без дозволу



Кібербулінг

Це булінг у чатах, соцмережах та іграх. Він не закінчується після уроків: повідомлення бачать багато людей і пересилають далі.

Фото й відео без дозволу

Знімати, монтувати, робити стікери чи зображення в ШІ з чужим обличчям і розсилати це без згоди — не можна.

Як впізнати кібербулінг

бачить багато людей

пересилають далі

важко видалити

Кожне пересилання додає глядачів. Зупинити ланцюжок на собі — це вже допомога.

Якщо це сталося в мережі

1. Не відповідай образою.
2. Не пересилай далі.
3. Зроби скриншоти, якщо це безпечно.
4. Заблокуй і поскаржся в застосунку.
5. Розкажи дорослому, якому довіряєш.

Що можна сказати

«Видали це. Згоди не було.»

«Я не буду це пересилати.»

«Я на твоєму боці.»

До кого звернутися

- Дорослий, якому довіряєш: мама, тато, бабуся, вчителька, шкільний психолог, тренер. Якщо перший не почув — зверніться до іншого.
- 116 111 — гаряча лінія для дітей та молоді. Цілодобово й анонімно.
- 102 — якщо небезпека просто зараз.

У цьому немає твоєї провини. Не пересилати — це вже допомога.

Те, що в чаті, — теж насправді.