КЛАСНА ГОДИНА ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Віктимблеймінг

Класна година на 45 хвилин: діти вчаться помічати, коли провину перекладають на постраждалого, і підтримувати замість звинувачувати.

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

Після уроку діти

- пояснюють, що таке віктимблеймінг і хто насправді відповідає за шкоду;
- називають три ознаки звинувачення постраждалого;
- знають три фрази підтримки 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

Найчастіше постраждалого звинувачують не злі люди, а турботливі дорослі: «навіщо ж ти...» здається їм уроком обережності. Дітям треба почути від вас просте правило без винятків: за шкоду відповідає той, хто її завдав, а не той, кому боляче.

Віктимблеймінг

Що це. Коли відповідальність за шкоду перекладають на того, кому її завдали. Українською — звинувачення постраждалого. Розмова тоді йде про те, що «не так» зробив постраждалий, а не про те, хто скривдив.

> ЯК СКАЗАТИ ДІТЯМ
>
> **Віктимблеймінг — це коли людину скривдили, а винною роблять її саму. Їй кажуть: «Сама винна», «Не треба було...», «Навіщо ти це зробила?». Але відповідає той, хто кривдить. Одяг, зовнішність чи помилка не дають нікому права принижувати.**

ПРИКЛАДИ: ЦЕ ВОНО

- Таїне фото розіслали в чат класу, а Дарина каже їй: «Сама винна. Навіщо надсилала?»
- Учителька питає Таю: «А навіщо ти це надсилала? Думати треба». Ніхто не питає, хто розіслав фото і хто сміявся.
- В учня з рюкзака взяли телефон, а йому кажуть: «Сам винен, нічого було лишати рюкзак у роздягальні».

СХОЖЕ, АЛЕ НЕ ТЕ

- Данило перекинув воду на Софіїн малюнок і каже: «Це я зачепив. Вибач». Це не віктимблеймінг, бо він відповідає за власний вчинок, а не за чужий.
- Психологиня питає Таю: «Хто розіслав фото?» Це не звинувачення, бо питання про того, хто зробив погано, а не про те, «навіщо ти».
- На уроці, коли нічого не сталося, учителька пояснює, як налаштувати, хто бачить твої фото. Це турбота про безпеку, бо провину ні на кого не перекладають.

Обережно. Навіть розумна порада про безпеку, сказана постраждалому одразу після шкоди замість підтримки, теж перекладає провину, хоч би з якою турботою її сказали.

СПЕРШУ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ

Підтримка постраждалого

Що це. Коли людині, якій завдали шкоди, прямо кажуть, що вона не винна, вислуховують її без «навіщо ти» і допомагають отримати допомогу. Про відповідальність говорять лише щодо того, хто скривдив.

> **ЯК СКАЗАТИ ДІТЯМ**
>
> **Підтримати — це сказати тому, кому боляче: «У цьому немає твоєї провини» і «Я поруч». Не питати «навіщо ти...», а вислухати. Можна запропонувати піти разом до дорослого, якому довіряєш.**

ПРИКЛАДИ: ЦЕ ВОНО

- Марта сідає поруч із Таєю: «Ти надіслала одній людині. А розіслала ВОНА!» — і пропонує піти до психологині разом.
- Психологиня дякує Таї, що прийшла, каже, що відповідають ті, хто розіслав і сміявся, і питає: «Чого ти зараз хочеш найбільше?»
- Марта пише, що з неї знову сміялися, а Софія відповідає: «У цьому немає твоєї провини. Хочеш, підемо до психологині разом?»

СХОЖЕ, АЛЕ НЕ ТЕ

- «Я тебе підтримую, але сама подумай, навіщо надсилала» — після «але» знову шукають провину в постраждалій.
- «Не переймайся, це дрібниці, забудь» — так людині кажуть, що її біль не важить, і вона лишається з ним сама.
- Однокласник при всіх вимагає: «Розкажи, що там у тебе було» — розпитування при інших тільки посилює сором, навіть якщо хочуть допомогти.

Обережно. Підтримка не вимагає спершу розібратися, чи людина «зовсім ні в чому не помилилася»: сказати «ти не винна» можна й треба одразу.

Де дорослі найчастіше помиляються

ЗДАЄТЬСЯ, ЩО...	НАСПРАВДІ
«Якщо постраждалий справді вчинив необачно, то частина провини таки на ньому».	Необачність не дає нікому права кривдити. Відповідальність не ділиться навпіл: її несе той, хто розіслав, висміяв чи забрав.
«Якщо дитина колись сама кривдила інших, то тепер отримала по заслузі».	Минула помилка не робить людину винною в тому, що скривдили її. Марта в серії каже Таї саме це: «Знаю. І все одно ти не винна».
«Якщо дитина сама каже, що винна, то, мабуть, так і є».	Коли провину довго перекладають, людина починає в неї вірити, як Тая: «Може, я справді сама винна...». Скажіть їй прямо, що це не так, і питайте про тих, хто скривдив.
«Підтримати — значить одразу самому все владнати й покарати винних».	Спершу вислухайте і спитайте, чого дитина хоче зараз, як психологиня в серії. А розбиратися далі мають ті, хто за це відповідає в школі, без очних ставок.

1 · ПЛАН УРОКУ

45 хвилин, хвилина за хвилиною

Мета. Діти розуміють, що за шкоду відповідає той, хто кривдить, впізнають звинувачення постраждалого за трьома ознаками й знають, як підтримати і до кого звернутися.

ХВИЛИНИ	ЩО РОБИМО	5–6 КЛАСИ	СТАРШІ КЛАСИ
0–4	**Початок і домовленості** Назвіть тему. Покажіть три домовленості й коротко поясніть кожну.	Прочитайте домовленості вголос разом.	Спитайте, чи хоче клас щось додати.
4–8	**Розминка** Запитання до класу: що можна сказати другові, якому зараз прикро або боляче? Збирайте приклади без імен і без історій про себе. Висновок: є слова, після яких стає легше, і слова, після яких стає ще гірше.	Два-три приклади усно.	Запишіть приклади на дошці: до них повернетеся, коли говоритимете про фрази підтримки.
8–11	**Серія «Нашого класу»** Покажіть серію 4 «Сама винна?». Вона триває 1 хв 37 с. Перед показом попросіть помітити, кого в серії звинувачують і хто насправді зробив погано.	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 слова Марти «І все одно ти не винна».
19–24	**Віктимблеймінг: три ознаки** Поясніть за слайдами, що таке віктимблеймінг і хто відповідає насправді. Назвіть три ознаки: «сам винен», «не треба було...», провину шукають у постраждалому. Наголосіть: одяг, зовнішність чи помилка не дають нікому права принижувати.	Попросіть знайти кожну ознаку в історії Таї.	Порівняйте з першою сценою: Данило сам перекинув воду й відповів за це. Чим це відрізняється від того, що сталося з Таєю?
24–34	**Ситуації «Що це?»** Роздайте картки. Діти обирають відповідь і пояснюють, де тут шукають провину в постраждалому, а де підтримують. 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.
34–40	**Що сказати і до кого звернутися** Прочитайте три фрази зі слайда. Покажіть, до кого можна звернутися: дорослий, якому довіряєш; гаряча лінія 116 111; 102, якщо небезпека просто зараз. Наголосіть: якщо перший дорослий не почув, можна звернутися до іншого.	Промовте фрази хором, спокійним голосом.	Поверніться до прикладів із розминки: які з них звучать як підтримка, а які — як пошук провини?
40–45	**Підсумок** Одне речення на завершення: «Відповідає той, хто кривдить. Завжди». 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.

Що сталося з фото Таї? Хто зробив погано?

Орієнтир: Тая надіслала фото одній людині: «Я це надсилала одній людині...». Марта каже: «Ти надіслала одній людині. А розіслала ВОНА!» Фото переслали в чат класу, а там із нього сміялися.

Що сказали Таї Дарина й учителька? Що після цього подумала сама Тая?

Орієнтир: Дарина: «Сама винна. Навіщо надсилала?» Учителька: «А навіщо ти це надсилала? Думати треба». Тая: «Може, я справді сама винна...» Коли провину перекладають, постраждала людина починає в це вірити.

Данило з першої сцени теж каже про свою провину: «Це я зачепив. Вибач». Чим його ситуація відрізняється від Таїної?

Орієнтир: Данило сам перекинув воду й відповідає за власний вчинок. Тая нічого поганого не зробила: фото розіслали й сміялися інші.

Як психологиня допомогла Таї?

Орієнтир: Подякувала: «Дякую, що прийшла». Спитала, хто розіслав фото і хто вирішив сміятися: «Тоді й відповідають вони». Спитала, чого Тая хоче найбільше, пообіцяла попросити прибрати фото сьогодні й сама поговорити з учителькою.

Додатково для старших класів

Тая каже Марті: «Я ж сміялася, коли сміялися з тебе». Марта відповідає: «Знаю. І все одно ти не винна». Чому Марта так каже?

Орієнтир: Те, що людина колись помилялася, не робить її винною в тому, що її скривдили. Відповідають ті, хто розіслав фото й сміявся.

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.**
2. **Кожен може пропустити запитання.**
3. **Говоримо про те, хто що зробив, а не про те, хто «сам винен».**

Розминка

Що можна сказати другові, якому зараз прикро або боляче? 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.
«А навіщо ти це надсилала? Думати треба»	Так провину перекладають на постраждалу. Спершу питають, хто розіслав і хто сміявся.
«Сама винна, наступного разу будеш розумніша»	Дитина почує лише «сама винна» і наступного разу не прийде по допомогу.
«Не носив би такого — не чіпали б»	Одяг чи зовнішність не дають нікому права принижувати.
«Неправильно»	Відповіді не оцінюйте. Разом шукайте деталь, якої дитина не помітила.

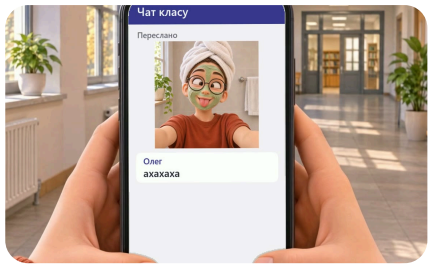
Якщо дитина розповіла про реальний випадок

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



Хтось у чаті
Сама винна, навіщо надсилала?

Що це?

☐ Звинувачення постраждалої ☐ Слушна порада

СИТУАЦІЯ 2 З 3

Перерва



З Данила сміються через светр. Хтось із дорослих каже: «Не носив би такого — не чіпали б».

Що це?

☐ Звинувачення постраждалого ☐ Підтримка

СИТУАЦІЯ 3 З 3

Дорогою додому



Марта
З мене знову сміялися.

Софія
У цьому немає твоєї провини. Хочеш, підемо до психологині разом?

Що це?

☐ **Звинувачення** ☐ **Підтримка**

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

Звинувачення постраждалої

Фото поширив той, хто його розіслав. Відповідальність на ньому, а не на Софії.

Що можна зробити: Софії можна написати особисто: «У цьому немає твоєї провини. Я з тобою».

СИТУАЦІЯ 2 · ПЕРЕРВА

Звинувачення постраждалого

Светр не дає права принижувати. Ці слова перекладають провину на Данила.

Що можна зробити: Якщо дорослий не почув — зверніся до іншого дорослого.

СИТУАЦІЯ 3 · ДОРОГОЮ ДОДОМУ

Підтримка

Так звучить підтримка: без пошуку провини й із пропозицією бути поруч.

Що можна зробити: Ці слова можна забрати собі й сказати тому, кому зараз важко.

ПАМ'ЯТКА ДЛЯ УЧНЯ

Віктимблеймінг



Віктимблеймінг

Це коли відповідальність за шкоду перекладають на того, кому її завдали. Українською — звинувачення постраждалого.

Хто відповідає насправді

Той, хто кривдить. Одяг, оцінки, зовнішність чи помилка не дають нікому права принижувати.

Як впізнати віктимблеймінг

«сам винен»

«не треба було...»

провину шукають у постраждалому

Помилка, одяг чи довіра до подруги не роблять людину винною. Відповідає той, хто кривдить.

Що можна сказати

«У цьому немає твоєї провини.»

«Відповідає той, хто кривдить.»

«Я поруч.»

До кого звернутися

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

Якщо тебе скривдили, у цьому немає твоєї провини. Відповідає той, хто кривдить, а не той, кому боляче.

Відповідає той, хто кривдить. Завжди.