старт

Привет, друг! Я - бот, который расскажет тебе о том, что такое буллинг, и как с ним бороться. Ты также сможешь больше узнать о своих правах и специалистах, защищающих права детей. Интересно?

Да, круто!

Давай знакомиться! Как тебя зовут?

Алина

Очень приятно, Алина! О чем ты хочешь узнать в данный момент?

кнопки:

1)Что такое буллинг?

2)Как с ним бороться?

3)Права детей

4)Куда обратиться

1)Что такое буллинг?

**Буллинг** (bullying) – это травля, издевательства, насилие и унижение одного человека другим или группой лиц. Само слово происходит от английского bully, что значит «хулиган, драчун, грубиян, задира, насильник». Буллинг может происходить в любом месте – в школе, дома, в интернете или на улице.

кнопки:

1.Примеры

Буллинг может обозначать целый ряд действий. Например, человек точно подвергается травле, если его:

* обзывают или оскорбляют;
* распускают о нем сплетни и слухи;
* запугивают и угрожают ему и его близким;
* игнорируют его – не хотят разговаривать с ним или находиться рядом;
* унижают перед другими людьми;
* щипают, толкают или бьют;
* оказывают на него психологическое давление – вынуждают его совершать какие-либо поступки или заставляют его чувствовать себя некомфортно.

Это лишь малый список того, что входит в понятие травли или буллинга. К сожалению, существуют тысячи способов издевательств над человеком, и те, кто это совершает, придумывают оправдания себе и своим поступкам.

2.Влияние буллинга

Издевательства и травля наносят человеку не меньший вред, чем физическое насилие. Человек, подвергшийся буллингу, может:

* чувствовать себя изолированным и одиноким;
* плохо учиться;
* быть неуверенным и замкнутым в себе;
* постоянно испытывать беспокойство и тревогу;
* быть агрессивным и злым;
* пристраститься к алкоголю или наркотикам;
* наносить себе увечья;
* страдать паническими атаками и депрессией;
* думать о смерти.

3. Почему это плохо?

Оскорбления, унижения и другое психологическое насилие отрицательно сказывается на ментальном здоровье человека. Зачастую последствия таких издевательств остаются с человеком на долгие годы, а у некоторых и до конца жизни.

Если же речь идет о физическом насилии, то человек, на которого напали или избили, может скрывать это от своих близких и не обращаться за медицинской помощью, что приводит к серьезным проблемам со здоровьем.

4. Как оправдываются хулиганы?

кнопки:

* «Это ведь игра!»

Они могут притворяться, что их оскорбления – всего лишь часть игрового процесса, но в игре **всем** должно быть комфортно и весело

* «Мы же друзья!»

Настоящие друзья **никогда** не заставят тебя чувствовать себя некомфортно или плохо, а даже если они случайно пошутили и обидели тебя, они должны извиниться. Есть тонкая грань между дружбой с позволительными шутками и нездоровыми отношениями, где один из друзей оскорбляет и унижает другого.

* «Мы ведь встречаемся!»

В любви, как и в дружбе, **нет места физическому и психологическому насилию**. Твой партнер не имеет права обзывать или унижать тебя: в первую очередь ты – личность, а только потом парень/девушка в отношениях. Кроме того, не стоит закрывать глаза и прощать повторяющиеся оскорбления или насилия – в этом случае твой партнер никогда не изменится.

* «Мы – одна семья, у нас так можно»

Даже если человек, который подвергает тебя травле, это твой отец, мать, брат или дедушка, **это не оправдывает издевательства**. Попробуй объяснить это и остановить буллинг, ведь от семьи нельзя просто уйти и скрыться, а значит, нужно попытаться изменить ситуацию.

* «Она сама виновата, так ей и надо»

Бывает так, что ты где-то поступил плохо и об этом узнали в классе или на работе. Твои проступки не дают никому права подвергать тебя травле или преследованиям. Твои ошибки **никогда** не будут разрешением для угроз и унижений. Лучшим вариантом в такой ситуации будет исправление ошибок и извинения – возможно, это сможет остановить буллинг.

* «Мы только говорим правду»

Часто люди могут оскорблять из-за внешних признаков, например, цвета кожи («да он же правда черный, нигер!»). **Мы все разные, и это прекрасно** – у нас разный цвет кожи и волос, разный разрез глаз, разное телосложение, разные интересы или ориентация. Ничто из перечисленного не может быть поводом для оскорблений, ведь это то, с чем мы рождаемся и не можем стереть или изменить. А если даже и можем изменить, то мы не обязаны – только ты вправе диктовать правила для себя.

**Помни: буллинг – это плохо в любом случае, и виноваты в нем только те, кто издевается и унижают других.**

2) Что делать, если над тобой издеваются?

кнопки:

* **Расскажи об этом**

Если ты стал жертвой травли, обязательно поделись этим с близкими. Ты можешь рассказать об этом друзьям, родителям или учителям. Даже если тебе тяжело или стыдно говорить, дай им знать, что с тобой не все в порядке. С поддержкой тебе будет легче справиться с буллингом.

* **Не реагируй и избегай обидчиков**
* Заблокируй номера обидчиков в телефоне,
* не встречайся с ними один на один
* и по возможности избегай любых контактов с ними.

Это не значит, что ты должен прогуливать школу (ведь это плохо скажется на твоем учебном процессе), но ты можешь, например, не садиться рядом с буллерами. Если же встречи с ними не избежать, то не реагируй на их провокации, ведь они только и ждут твоей реакции. В случае, когда обидчики на тебя нападают или бьют, зови на помощь и убегай от них.

* **Люби себя**

Это, пожалуй, самый важный пункт. Ты должен помнить, что ты никогда не виноват в том, что подвергся травле. Часто люди, страдающие из-за буллинга, могут винить в этом себя, испытывать стыд  или даже наносить себе увечья. Никогда так не поступай, люби и цени самого себя – ведь если ты сам себя не любишь, то другим будет еще тяжелее сделать это.

Любить себя – это заботиться о своем самочувствии и здоровье, состоять только в здоровых отношениях (будь это дружба и любовь) и получать и излучать только позитивные эмоции. Будь бережен к себе и окружающим.

* **Развивай уверенность в себе**

Не стесняйся поднимать руку на уроке, участвовать во внеклассной деятельности и групповых проектах, где ты можешь показать себя с другой стороны.

Показывай себя в том, в чем ты хорош – может быть, ты силен в языках, отлично танцуешь или владеешь карате. Кроме того, ты всегда можешь найти себе еще хобби, записавшись в какие-нибудь кружки: так ты сможешь научиться чему-то новому и расширить свой круг общения.

Если тебе хочется общаться, не бойся заговорить с знакомыми и незнакомыми людьми – в худшем случае ваш разговор просто закончится, а в лучшем ты избавишься от страха и сможешь подружиться.

**3) Права детей**

**Права детей регулируются сразу несколькими законами, включая национальные и международные.**

Главный документ, защищающий права детей по всему миру — Конвенция о правах ребенка. В 1994 году Казахстан ратифицировал данный документ. Это значит, что наше  государство обязано защищать права и свободы детей, перечисленные в Конвенции.

Ссылка на [Конвенцию](https://www.unicef.org/kazakhstan/media/4036/file/%D0%9A%D0%BE%D0%BD%D1%86%D0%B5%D0%BD%D1%86%D0%B8%D1%8F%20%D0%BE%20%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%B2%D0%B0%D1%85%20%D1%80%D0%B5%D0%B1%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%B0.pdf) о правах ребенка

**Какие еще документы гарантируют детские права в Казахстане?**

кнопки:

**Конституция Республики Казахстан**

Конституция РК – это основной закон государства, в котором перечислены права, свободы и обязанности человека и гражданина.

Конституция РК провозглашает, что брак, семья, материнство, отцовство и детство находятся под защитой государства.

Ссылка на [Конституцию РК](https://drive.google.com/file/d/1qboZxm0VrswV7xbGmRTPlNGe3MemjPu5/view?usp=sharing)

**Закон Республики Казахстан «О правах ребенка в Республике Казахстан»**

<https://online.zakon.kz/document/?doc_id=1032460>

Документ определяет, что все дети имеют равные права независимо от происхождения, расовой и национальной принадлежности, социального и имущественного положения, пола, языка, образования, отношения к религии, места жительства, состояния здоровья и иных обстоятельств, касающихся ребенка и его родителей или других законных представителей. Дети, рожденные как в браке, так и вне его пользуются равной и всесторонней защитой.

Права ребенка могут быть ограничены лишь в случаях, установленных законами Республики Казахстан.

Данный документ призван способствовать физическому, интеллектуальному, духовному и нравственному развитию детей, воспитанию в них патриотизма, гражданственности и миролюбия.

Согласно Закону, государственная политика по защите прав детей является приоритетной областью деятельности государственных органов. Она основана на:

* законодательном обеспечении прав ребенка
* государственной поддержке семьи для обеспечения полноценного воспитания детей, защиты их прав, подготовки их к полноценной жизни в обществе.

**Закон Республики Казахстан «Об образовании»**

<https://online.zakon.kz/document/?doc_id=30118747>

Согласно документу, несовершеннолетние имеют права на бесплатное и обязательное начальное и среднее образование. Кроме того, гражданин имеет право на конкурсной основе получить бесплатное высшее образование в государственном высшем учебном заведении.

Кроме того, в Законе указано, что учитель обязан уважать честь и достоинство обучающихся, воспитанников и их родителей или иных законных представителей. Применение методов физического, морального и психического насилия по отношению к обучающимся и воспитанникам не допускается.

**Кодекс Республики Казахстан «О здоровье народа и системе здравоохранения»**

<https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=30479065>

Статья 89 Кодекса определяет права детей.

Каждый ребенок в Казахстане имеет право пользоваться современными и эффективными услугами системы здравоохранения. Каждому гарантируется определенный объём медицинской помощи. Он включает в себя медицинские осмотры, наблюдения, лечение, обеспечение лекарствами, оздоровление, а также образование в области охраны здоровья.

Дети с ограниченными возможностями, ВИЧ-инфицированные и больные СПИД имеют право на получение бесплатной медицинской и педагогической поддержки в организациях образования и здравоохранения.

**Кодекс Республики Казахстан «О браке (супружестве) и семье»**

<https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31102748>

В главе 10 Кодекса перечислены права ребенка в семье. Согласно документу, каждый ребенок имеет право жить и воспитываться в семье, общаться с родителями и родственниками, свободно выражать свое мнение, иметь имя, фамилию и отчество и при необходимости их изменять. Ребенок также может иметь права на имущество и рассчитывать на защиту своих прав и законных интересов. Защиту прав и законных интересов ребенка осуществляют родители или другие законные представители.

**Кодекс РК об административных правонарушениях**

<https://online.zakon.kz/document/?doc_id=31577399>

Глава 12 Особенной части Кодекса перечисляет административные правонарушения, посягающие на права несовершеннолетних.

**Закон Республики Казахстан «О государственной молодежной политике в Республике Казахстан»**

<https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31661446>

Данный документ призван создать условия для

* полноценного духовного, культурного, образовательного, профессионального и физического развития молодежи,
* для участия в процессе принятия решений,
* успешной социализации и направления ее потенциала на дальнейшее развитие страны.

Задачи Закона

* защитить права и интересы молодежи,
* вовлечь детей и молодежь в социально-экономическую и общественно-политическую жизнь страны,
* воспитать в рамках гражданского общества.

**Закон Республики Казахстан «О профилактике правонарушений среди несовершеннолетних и предупреждении детской безнадзорности и беспризорности»**

<https://online.zakon.kz/document/?doc_id=1049318>

Документ предупреждает противоправную деятельность несовершеннолетних, реализуя государственную политику в отношении соблюдения законных прав и интересов детей. Закон создает правовые и социальные гарантии для детей, материально-техническое, финансовое, научно-методическое и кадровое обеспечение органов и учреждений, составляющих систему профилактики правонарушений, безнадзорности и беспризорности среди несовершеннолетних.

**Закон Республики Казахстан «О ратификации Конвенции о защите детей и сотрудничестве в отношении иностранного усыновления»**

Конвенция о защите детей и сотрудничестве в отношении иностранного усыновления была принята в Гааге 29 мая 1993 года. <http://docs.cntd.ru/document/1902311>

Государства, подписавшие Конвенцию, признают, что ребенку для полного и гармоничного развития необходимо расти в семье, в атмосфере счастья, любви и понимания. В данном случае приоритет отдается семье, в которой родился ребенок. В случае если по определенным обстоятельствам дети не могут проживать в своей семье, или же подходящая семья не найдена в стране, иностранное усыновление может предоставить ребенку преимущества, связанные с наличием постоянной семьи. Иностранное усыновление имеет место лишь при соблюдении интересов ребенка и его основных прав, а также для предотвращения похищения, продажи детей или торговли ими.

**Закон Республики Казахстан «О социальной и медико-педагогической коррекционной поддержке детей с ограниченными возможностями»**

<http://adilet.zan.kz/rus/docs/Z020000343_>

Данный документ определяет формы и методы социальной, медико-педагогической поддержки детей с ограниченными возможностями. Он направлен на:

* создание эффективной системы помощи детям с недостатками в развитии,
* решение проблем, связанных с их воспитанием, обучением, трудовой и профессиональной подготовкой,
* профилактику детской инвалидности.

**Уголовный Кодекс Республики Казахстан**

<https://online.zakon.kz/Document/?doc_id=31575252>

Раздел 6 Кодекса посвящен уголовной ответственности несовершеннолетних. Так, ребенок может быть привлечен к уголовной ответственности с 14 лет.

Глава 2 Особенной части Кодекса перечисляет уголовные правонарушения против семьи и несовершеннолетних. Кроме того, ты сможешь узнать, какие деяния признаются уголовными правонарушениями в той или иной сфере, а также какие виды наказания могут быть применены.

# 4)Куда обратиться?

Алина, помни: если с тобой случилась беда, ты можешь обратиться за помощью к взрослым или в организации, которые смогут тебе помочь. В этом разделе ты узнаешь, куда и в каких случаях ты сможешь обратиться.

С 14 лет ребенок имеет право самостоятельно обратиться за защитой в суд. Кроме того, он может пожаловаться в правоохранительные органы или уполномоченному по правам ребенка.

До 14 лет ребенок может обратиться в органы по опеке и попечительству.

**Телефоны доверия**: 111, 150

кнопки:

**Комитет по охране прав детей**

Это государственный орган, который контролирует соблюдение законодательства по вопросам защиты прав и законных интересов детей. Он является частью Министерства образования и науки РК.

Председателем Комитета по охране прав детей является Ерсаинов Ержан Ерсаинович. Вы можете задать вопрос в личном блоге Председателя, пройдя по этой ссылке:

<http://bala.edu.gov.kz/q-and-a/>

**Телефоны доверия**: +7(7172)742-528

**Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ)**

<https://www.unicef.org/kazakhstan/>

Детский фонд ООН (ЮНИСЕФ) работает в 190 странах мира и территориях. ЮНИСЕФ наделен мандатом:

* спасать жизни детей;
* отстаивать их права;
* способствовать развитию их способностей и продвижению благополучия каждого ребенка.

Каждый ребёнок имеет право на счастливое детство, наполненное родительской заботой, безопасностью и внимательным отношением к его здоровью и развитию. ЮНИСЕФ борется за права тех детей, которые, по разным причинам, лишены возможности расти и развиваться наравне с другими.

**Представительство Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Казахстане:**

**Адрес**: г.Нур-Султан, ул. Бейбитшилик, 10а, Блок 1

**Телефон**: +7 (7172) 32 29 69, 32 28 78, 32 17 97

**Электронная почта**: [astana@unicef.org](mailto:astana@unicef.org)

**Представительство суб-регионального офиса Детского фонда ООН (ЮНИСЕФ) в Алматы**

**Адрес:** ул. Толе би 67, здание ООН, офис ЮНИСЕФ, 1 этаж

**Телефон**: +7 727 258 26 43, 258 26 37

**Уполномоченный по правам человека в Республике Казахстан**

[http://ombudsman.kz/](http://balaombudsman.kz/)

Должность Уполномоченного по правам человека в Казахстане занимает Азимова Эльвира Абилхасимовна.

Данный институт призван защищать права человека от посягательств государственных должностных лиц, обеспечивать развитие законодательства и правоприменительной практики, разрабатывать и внедрять просветительские программы.

**Телефон**: 8-7172-74-05-48

**Электронная почта**: [ombudsman-kz@mail.ru](mailto:ombudsman0kz@mail.ru)

**Адрес**: ул. Мангилик ел 8, подъезд №15

**Уполномоченный по правам ребенка в Республике Казахстан**

<http://balaombudsman.kz/>

Должность Уполномоченного по правам ребенка в Казахстане занимает Аружан Саин.

Она является известным казахстанским общественным деятелем и основателем благотворительного фонда «Милосердие».

Основными целями института Уполномоченного:

* обеспечение гарантий прав и законных интересов детей,
* восстановление их нарушенных прав и свобод во взаимодействии с государственными и общественными институтами.

Вы можете следить за деятельностью Аружан Саин на сайте или в Инстаграм @aruzhan\_sain

**Электронная почта**: [info@detdom.kz](mailto:info@detdom.kz)

**Казахстанское международное бюро по правам человека и соблюдению законности**

<https://bureau.kz/zayavleniya_i_obrasheniya/>

Миссия Бюро направлена на содействие

— соблюдению политических прав и гражданских свобод в РК и других государствах

— развитию демократии, верховенства права и гражданского общества

Головной офис КМБПЧ в Алматы

**Адрес**: 050035 г. Алматы, микрорайон 8, д. 4-а, офисы 423 и 428.

**Телефон**: (727) 249 59 62

**Электронная почта**: [Roza.Akylbekova@gmail.com](mailto:Roza.Akylbekova@gmail.com)

***Кто еще может тебе помочь?***

***кнопки:***

**Союз кризисных центров**

<http://socialservice.kz/partners/soyuz-krizisnyih-tsentrov>

Задачи Союза кризисных центров:

1. Предупреждение насилия.
2. Защита прав и интересов, пострадавших от насилия
3. Оказание помощи потерпевшим от насилия

**Адрес**: г.Алматы, ул. Жандосова 69

**Телефон**: 309-32-75

**Электронная почта**: namys@bk.ru

**Общественный фонд «Общественное движение против насилия «НеМолчи.kz»**

Деятельность Фонда направлена на предотвращение и недопущение сексуального насилия в стране. Он призывает не молчать о совершенных преступлениях, тем самым не допуская их повторного совершения.

Команда Фонда оказывает помощь пострадавшим от насилия совершенно бесплатно, а именно может представлять их интересы, писать жалобы и ходатайства, выступать с заявлениями в СМИ, работать непосредственно с жертвами насилия.

Внутри Фонда также существует направление «Общественное Движение против насилия над детьми «НеМолчиДетиKZ», деятельность которого направлена на борьбу с насилием над детьми, профилактику насилия, воспитательную и просветительскую работу с детьми.

**Адрес**: г. Есик, ул. Жаманкараева, д. 98

**Телефон горячей линии**: +7 705 151 00 00

**Электронная почта**: nemolchikz@gmail.com

**Instagram**: @nemolchi.kz

**Юридическая Клиника Университета КАЗГЮУ им. М.С.Нарикбаева**

<http://kls.kazguu.kz/ru/obuchayushhimsya-2/yuridicheskaya-klinika/>

Юридическая клиника КАЗГЮУ – это сообщество студентов, поставивших перед собой цель — оказание юридической помощи и осуществление консультаций на безвозмездной основе тем, кто в этом нуждается.

Цель юридической клиники – оказание безвозмездных правовых консультаций и юридической помощи для социально уязвимой категории населения, повышение уровня правовой грамотности и правосознания населения, а также совершенствование профессиональных навыков стажеров юридической клиники.

**Адрес**: г. Нур-Султан, Коргалжынское шоссе, дом 8

Приемные дни Юридической клиники КАЗГЮУ в Сарыаркинском районном суде города Астаны проходят каждые понедельник и пятницу с 10.00 по 18.00 ч.

**Адрес**: г. Нур-Султан, ул. Желтоксана, д. 43/1, фронт-офис суда, кабинет адвоката.

**UyatEmes.kz**

<https://uyatemes.kz/>

UyatEmes – это просветительский сайт для казахстанских подростков и их родителей. Цель данного проекта – помогать молодым людям стать более грамотными в вопросах сексуальных отношений и репродуктивного здоровья.

На этом сайте представлена полезная информация о переходном возрасте мальчиков и девочек, первых отношениях, буллинге и многом другом.

Ты также сможешь задать вопросы Автору проекта UyatEmes.kz, консультанту по сексуально-репродуктивному здоровью или психологу на сайте.