

Без_страха

Пять реальных историй
для тех, кому от 14 до 17



Без ____ страха

Гид по выживанию для тех, кому от 14 до 17

Неужели взрослые всемогущи и всегда правы? Что делать, если тебя травят? Какая связь между шутками и Уголовным кодексом? Как поступить, если ты - свидетель жестокого обращения? Как быть, если твой друг говорит, что не хочет жить? Что делать, если к тебе пристают?

Эти вопросы задавали себе герои и героини наших историй. Все события реальны. Имена и фамилии участников изменены. Эти ребята смогли справиться со сложными ситуациями и поделились с нами своим опытом. Мы рассказываем, как они смогли помочь себе и другим. Конечно, эти решения не универсальны, ведь жизненные ситуации бывают самые разные. Именно поэтому в конце этой книжки есть краткие инструкции и список организаций для детей и подростков, в которых выслушают, поверят и подскажут выход. Мы надеемся, что с тобой никогда ничего подобного не произойдёт, но есть неплохой принцип - “предупрежден - значит вооружен”.

Помни, если с тобой случилось что-то подобное - в этом нет твоей вины. Когда страшно и кажется, что выхода нет, он все же есть, и ты обязательно справишься!



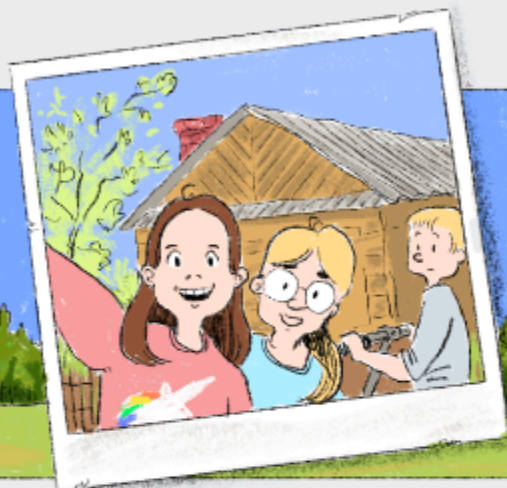
В «Переходе»

6 мая 18:59

Меня зовут Настя, мне 21. Я админ нашей группы "В переходе", учусь на факультете журналистики. Вчера случайно наткнулась на видео о травле в школе и вспомнила школу, одноклассников и то, что со мной было, то, что я пыталась забыть. Я решила поделиться с вами. Может быть, эта история кому-то поможет.

Автор: Анастасия Белкина

До 5 класса я училась в сельской школе. Там было хорошо, легко. Училась на одни пятерки, была лидером в классе.



Потом мы переехали в город.
И я прошла конкурсы в гимназию.
Новая школа.
Новый класс. В классе не дружили,
так сосуществовали рядом.

Классный руководитель – учитель математики, уставшая от школы женщина. Говорят, она очень не хотела брать «мелких», но ее уговорили. Зачем? Сил у нее на нас не было. Поддерживала порядок, более-менее.

А у меня с математикой было так себе. Гуманитарий. Литературу и русский любила. Английский в началке сама выучила. Репетитор, так, чуть помогла: буквы, звуки, произношение. К 5 классу уже легко говорила на английском, слушала песни, смотрела фильмы. А вот с математикой – все наоборот. Хоть 10 репетиторов. Не помогает.



В 5 классе пыталась стать как все. С девочками подружилась, в гости ходила. С классом – в походы выходного дня, в конкурсах принимала участие.



Я всегда умела сочинять истории. Сказку написать или эссе – с радостью! Знала, что у меня будет лучшее. Так и было.



А с математикой не шло. Одни тройки, двойки. Светлана Васильевна, учитель математики и наш классный руководитель, любила разбирать работы учеников вслух, и мне всегда доставалось: «Настя, как можно не понимать такие элементарные вещи? Чем ты думала, когда решала?»

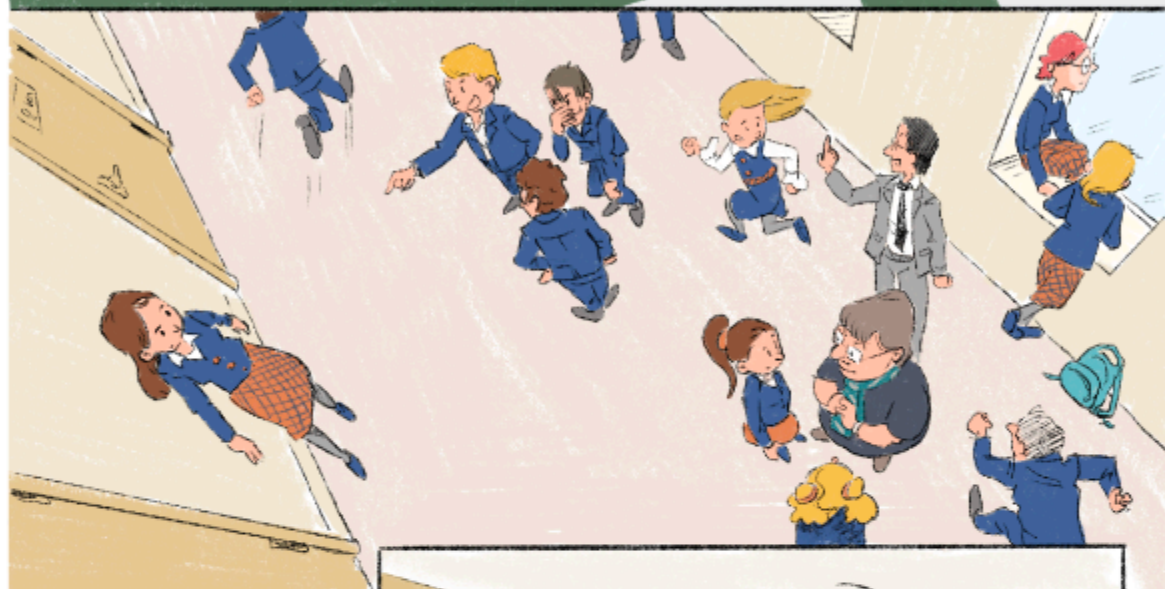


И вроде бы не страшно все это. Но, когда меня ругали перед всем классом, я не могла сдерживать слез. Не хотела реветь, а слезы катились сами. Тогда был популярен «Гарри Поттер», и ко мне привязалась кличка «Туалетная Миртл».





Я в 8 классе. Когда же это всё закончится?



У дочери вот уже вторая неделя – утром, как в школу идти, давление под 140. В школу не идет и давление в течение дня становится нормальным.



Понравилось Верочке, Юлии Казариной и ещё 268 людям

659





Понравилось Верочке, Юлии Казариной и ещё 268 людям

659



Серж: Зачем столько лет терпела? Надо было повышать самооценку, научиться держать себя в руках, прекратить реветь. Ну и взять репетиторов, подтянуть предметы. И они отстали бы от тебя.

6 мая в 19:14 Ответить



Бывалый перец: Да уж, нежная какая! Подумаешь училка там что-то сказала, надо было послать ее куда подальше, надо уметь за себя постоять!

6 мая в 19:15 Ответить



Верочка: К сожалению, классы, в которых кого-то травят, встречаются чаще, чем классы, где все дружат. Только взрослый человек, учительница, могла остановить травлю. А в Настином случае, она не то, что не остановила...Она ее и начала!

6 мая в 19:17 Ответить



Юлия Казарина: Да **Верочка**, плюсю. **Серж**, **Бывалый перец** чего это Настя виновата? Что учитель агрессивная и одноклассники неадекватные? Я вас уверяю, не Настя была бы Маша или Петя – таким как эта училка все равно на ком срываться, сто раз такое наблюдала.

6 мая в 19:21 Ответить



Серж: Ну, кстати да, у нас русичка гнобила девочку - та сразу пожаловалась маме. Мама собрала подписи со всех родителей класса, только вот русичку не уволили, а просто дали ей параллельный класс. Так она там быстро нашла себе новую жертву...

6 мая в 19:24 Ответить



Бывалый перец Верочке

Верочка: Конечно, можно пойти юридическим путем – собирать подписи, писать жалобы. Это сработает, скорее всего. Но потребуется время и крепкие нервы. Иногда, если школа не на стороне ребенка, единственным верным решением будет поменять эту школу на другую. По-моему, Настя правильно поступила.

6 мая в 19:27 Ответить





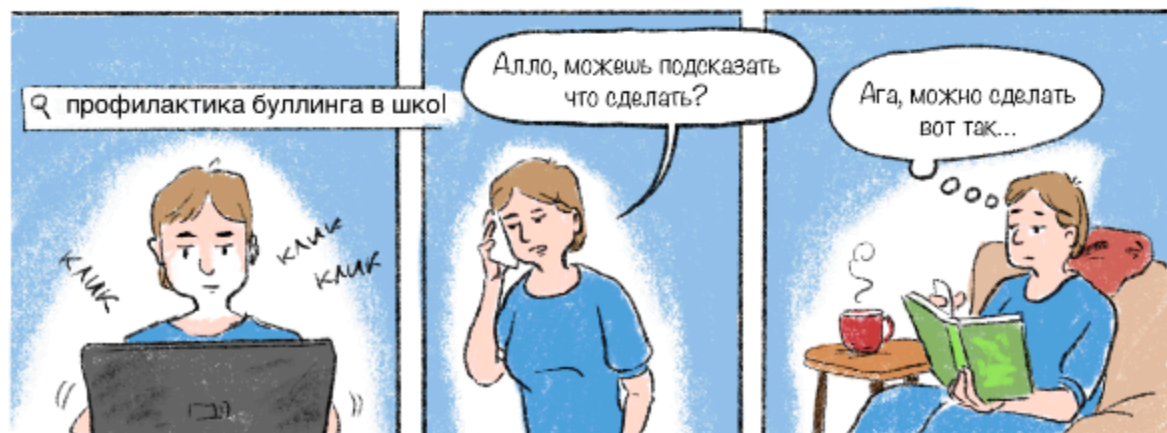
Сергей Кауров: А мне до сих пор стыдно. Я был одним из тех, кто травил. Уже 11 лет прошло, забыть не могу.

К нам в 7 классе парень пришел. У него левой руки не было. Ну и сам такой, мелкий. Все время в стороне держался. Он уже несколько школ сменил.

6 мая 19:54 Ответить







Через неделю.
Классный час.





Сергей Кауров: Больше мы к Илье не лезли. Не сказать, что дружили... Он оказался хорошим парнем – давал списывать домашку по физике. То видео я помню до сих пор... Мне даже в голову не приходило, как отвратительно выглядит со стороны то, что мы делали. Ольга Витальевна тогда придумала хитрую систему с правилами классной жизни, мы все подписались под ними ... А потом она еще организовала всякие игры и тренинги, это было весело. И все попытки травли в классе постепенно сошли на нет. А Оля – до сих пор моя героиня. Благодаря ей я получил прививку на всю жизнь – «не будь в стае».



Бывалый перец: А чего этот Илья-то нормально не рассказал что с ним случилось. Героя из себя, наверное, хотел сделать, а сам небось экспериментировал с наркотой вот руку и отфигачили))))

6 мая в 21:40 Ответить



Эдуард Коммисаров Бывалому перцу:

Бывалый перец. И много ты знаешь «экспериментаторов» с отрезанными руками, молчал бы уж.

6 мая в 21:41 Ответить



Никифор: А учителя такие – в реальности бывают? Или этому Сереге так повезло?

6 мая в 21:56 Ответить



Эдуард Коммисаров: Да уже, редкость. Но бывают – факт. У нас классная была – огонь. Нам все завидовали. Пришла к нас в старших классах. Лучшие годы.

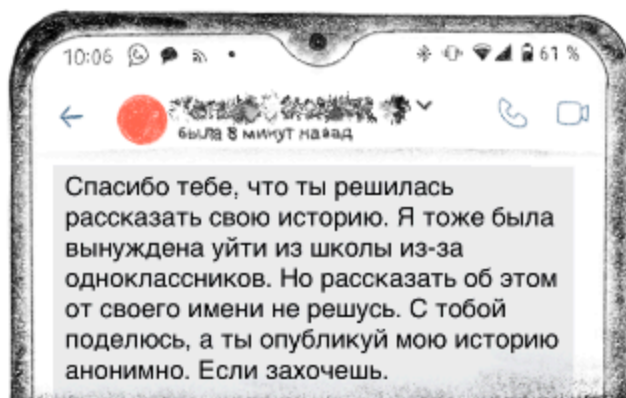
6 мая в 21:57 Ответить



Никифор: Вот и я завидую. От классного руководителя все и зависит. Будет буллинг или нет. Если человеку не все равно, если ученики – не чужие.

6 мая в 21:58 Ответить



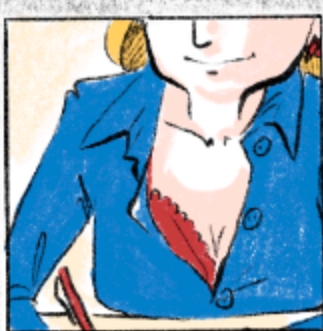
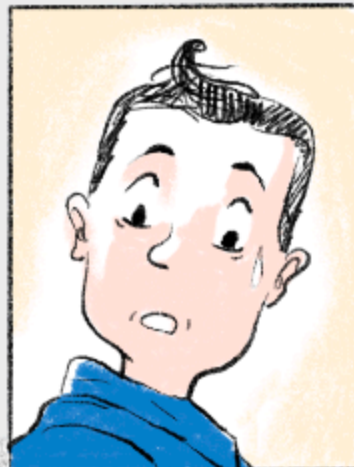


В «Переходе»

7 мая 11:05

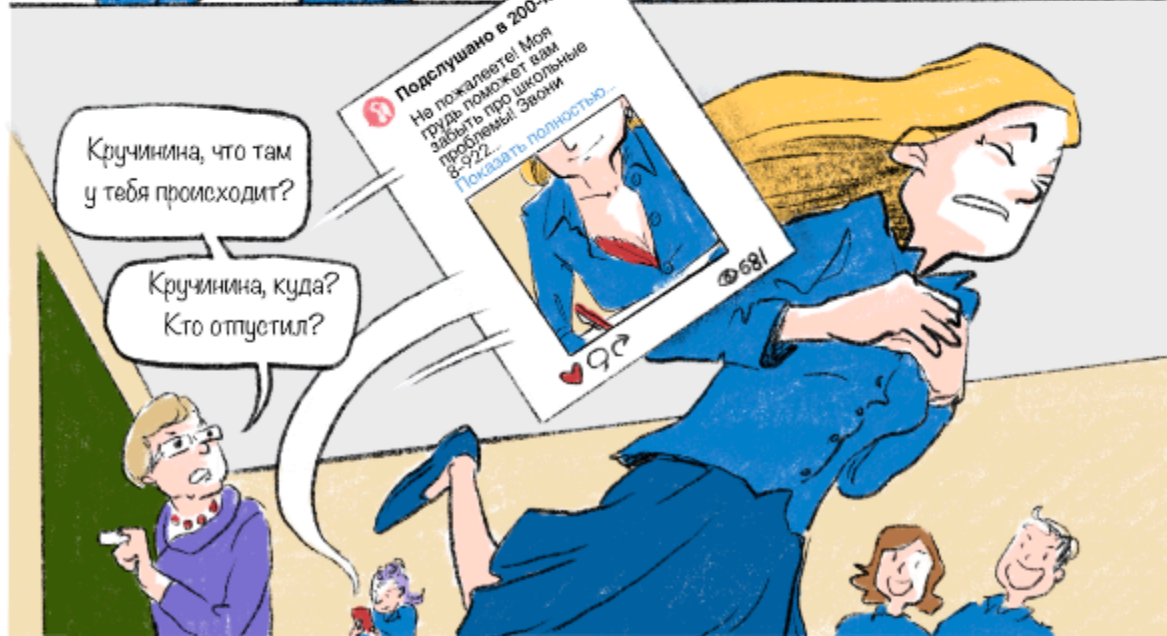
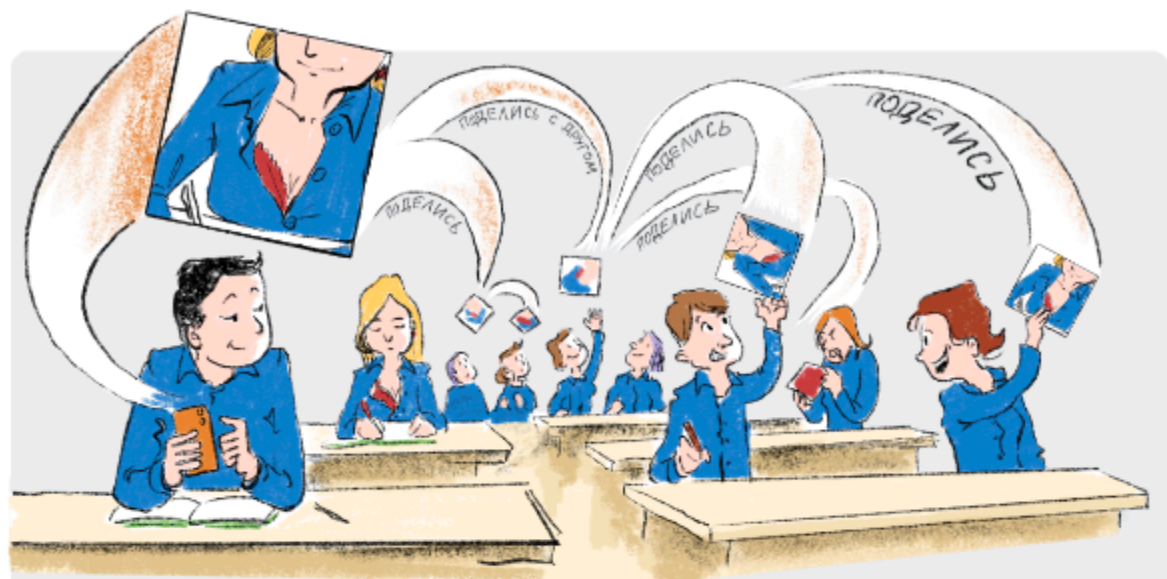
Этой ужасной историей со мной поделилась девушка, назовем ее Аня, в личном сообщении и попросила опубликовать историю анонимно. Публикую. Почему мы бываем такими жестокими? Ведь всего один человек мог прервать эту цепочку, остановить травлю, просто ничего не сделав. Остановить не участием.

Автор: Анастасия Белкина



УДАЛИТЬ

ОТПРАВИТЬ



Аня.
Ужинать.



Не пойду.

Не хочу.

Как, не хочешь?
Я приготовила твои любимые
блинчики, ты же сама утром
просила...



Сколько стоят
твои услуги? 🤔

Когда встретимся,
детка? 😍🍑

300 р. устроит?
Больше не могу
заплатить, 🧑 на
завтрак не
хватит. Да и не
за что пока. 🙄
Проверить надо.
🍑🍑🍑🍑🍑

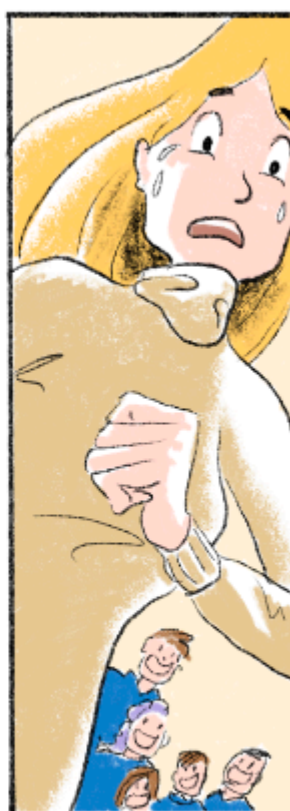
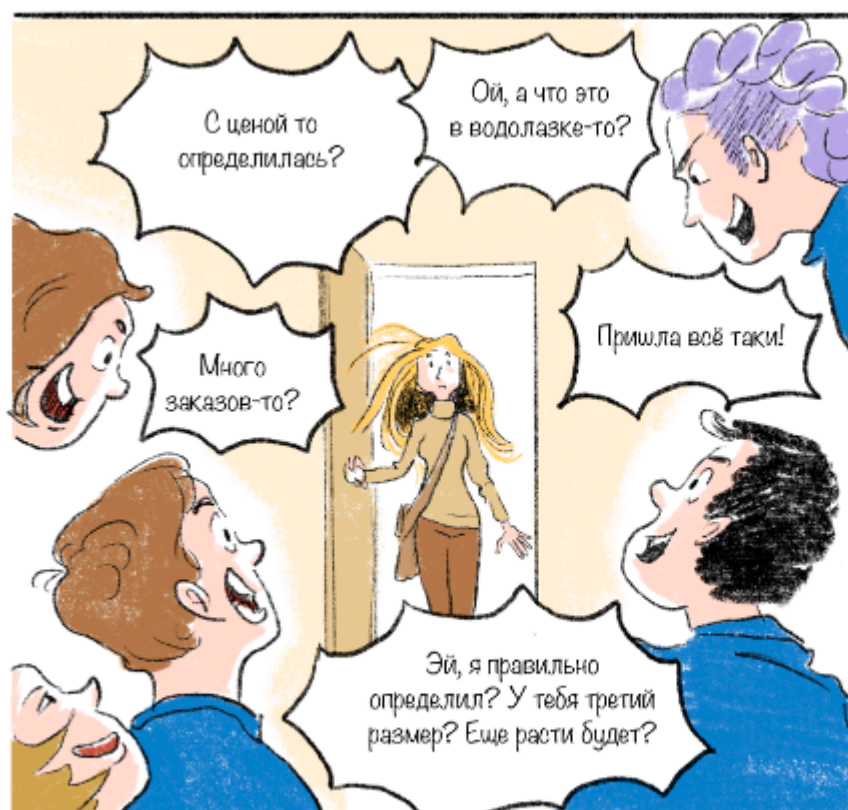
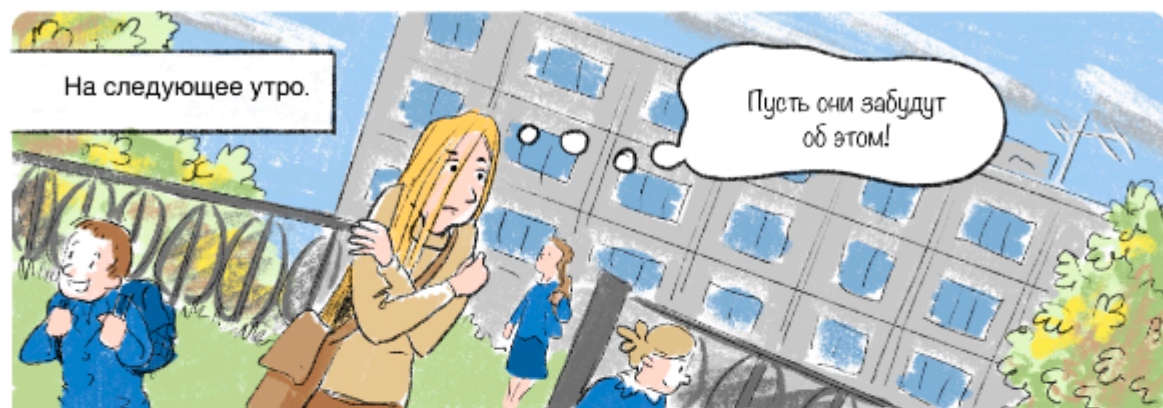
Ты шкура. 🤬
Завтра в школе
разберемся. 🤬

У тебя что-то
случилось?

Нет.
Просто голова
болит.



ха-ха. Вот ты дура и
попала! 🤔 В школу лучше
не ходи. Хуже будет. 🤩🤩





Что делать если одноклассники травят? X 🔍

Телефон доверия
для подростков

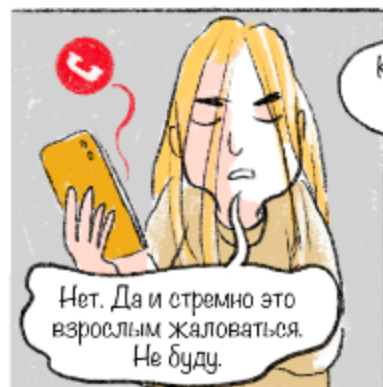
8-800-2000-122



Здравствуйте, телефон
доверия. Я слушаю вас.



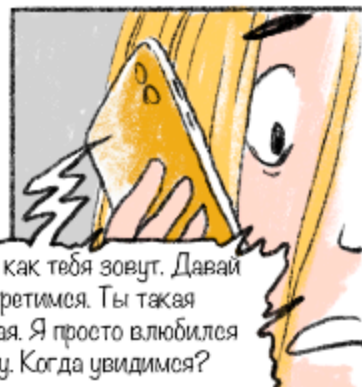
А вы обсуждали эту ситуацию с родителями, с учителями?
Есть у вас взрослый, которому вы доверяете?



Кто там ещё
звонит?



Милая, как тебя зовут. Давай
встретимся. Ты такая
красивая. Я просто влюбился
сразу. Когда увидимся?



Вечер того же дня.
Дома.



8-800-2000-122



Аня, это надо остановить. И вы не
справитесь без взрослых, без родителей
или учителей. Сейчас это угрожает вашей
жизни. К кому вам проще обратиться за
помощью?

К маме.



Елена Сергеевна, вы знаете,
что у вас в классе происходит?

На следующий день.
В школе.

Вы думаете, вы просто фоточку
разместили? То, что вы сделали
называется
КИБЕРБУЛЛИНГ.



Кибербуллинг – это запугивание и травля в интернете.
Он может проходить в социальных сетях, в
мессенджерах, на игровых платформах. Это
повторяющиеся эпизоды, цель которых – напугать,
разозлить или опозорить тех, кого преследуют.

Заявление о преступлении

10 апреля 2021 г. в 12 час.20 мин. моя дочь Анна, ученица школы №200 Петроградского района, была сфотографирована одноклассником Матвеем Ивановым без ее разрешения. Свидетели – одноклассница Маша Петрова и Софья Дуброва. Фотография была размещена в социальной сети ВКонтакте на странице «Подслушано» по адресу <https://vk.com/club200345>. С 14 час 15 мин. того же дня Анна начала получать оскорбительные сообщения и предложения сексуального характера в комментариях в группе «Подслушано в 200-ке» <https://vk.com/125852> и в личных сообщениях (скриншоты прилагаются). 11 апреля

в устный насмешкам в после 1-го урока домог дочери была нанесен момент она находится состоянии, не может в то психолога Семенов

То, что ты сделал называется кибербуллинг. Ты организовал травлю одноклассницы. Зачем ты это сделал? Чем ты руководствовался?

Конечно, вызывать надо весь класс. Что это за отношения, когда все, какстая, травят одного человека.

Вадим, то, что ты сделал, тянет на уголовное преступление. Если бы не твой юный возраст...

Я не знаю.
Я не думал.

Вадим, в этот раз ты отделался штрафом. Его заплатят твои родители, потому что именно они отвечают за твои ошибки, пока ты несовершеннолетний. В твоей школе проследят, чтобы ты и твои приятели удалили все посты и комментарии, принесли Ане извинения и компенсировали ущерб. А ты, надеюсь, запомнил этот урок! Фото или видео с другим человеком можно постить только с разрешения этого человека - тогда точно не нарушишь никаких законов. И никогда не пересылай чужие изображения, если не знаешь наверняка, что этот человек не против такой пересылки.



Посоветуй хорошего психолога. Я не смогу Ане помочь. Она замкнулась, никуда не ходит. В школу настроен отказалась идти. Боюсь за нее очень.



Понравилось Верочке, Марте Фогелевич и ещё 761 человеку



Верочка: Треш какой-то. Зачем так над девочкой издеваться? У меня в школе вообще такого не было никогда подобного. Дети злые пошли сейчас...

7 мая в 11:24 Ответить



Марта Фогелевич: Это не "дети злые". Это проблема отношения к женщинам и девочкам в нашем обществе. Как будто бы девочку можно использовать – фотографировать, кому-то отправлять фотки, деньги предлагать... Нужно с пеленок учить детей уважать личные границы друг друга. И бороться с гендерными стереотипами. Тогда им даже в голову не придет так поступить.

7 мая в 11:25 Ответить



Ксения Миронова: Блин, ну народ, как вы так рассуждаете? Злые... волки... Всегда травля была, просто «спасибо» интернету теперь обо всех твоих косяках известно быстро и всей школе, а то и всему миру.

7 мая в 11:27 Ответить



Верочка: Да. только вот у Ани этой не ее косяк. Подумаешь кофта расстегнулась она здесь при чем? Это вопрос к производителю пуговиц скорее)))

7 мая в 11:28 Ответить



Марта Фогелевич: ахха, иск можно в суд на них подать. Потом в новостях «Некачественные пуговицы стали причиной жестких разборок»))))))))))

7 мая в 11:31 Ответить



Ксения Миронова: на них может и нельзя подать, а вот на тех кто буллит в интернете очень просто. Скриншотики делаешь, все-все фиксируешь и вперед в полицию с распечатками и заявлением. Они потом и в школу придут и такое поднимут мало не покажется, на учет поставят. Можно и срок получить, условный скорее, но биографию и твое будущее резюме подпортит точно. Сто раз думать нужно, прежде чем коммент писать или что-то репостить

7 мая в 11:32 Ответить





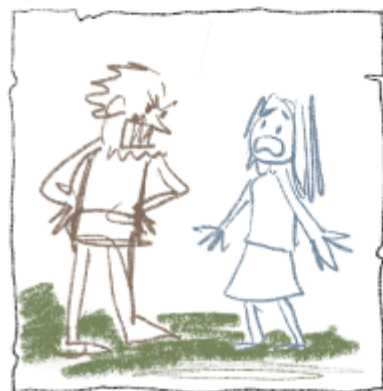
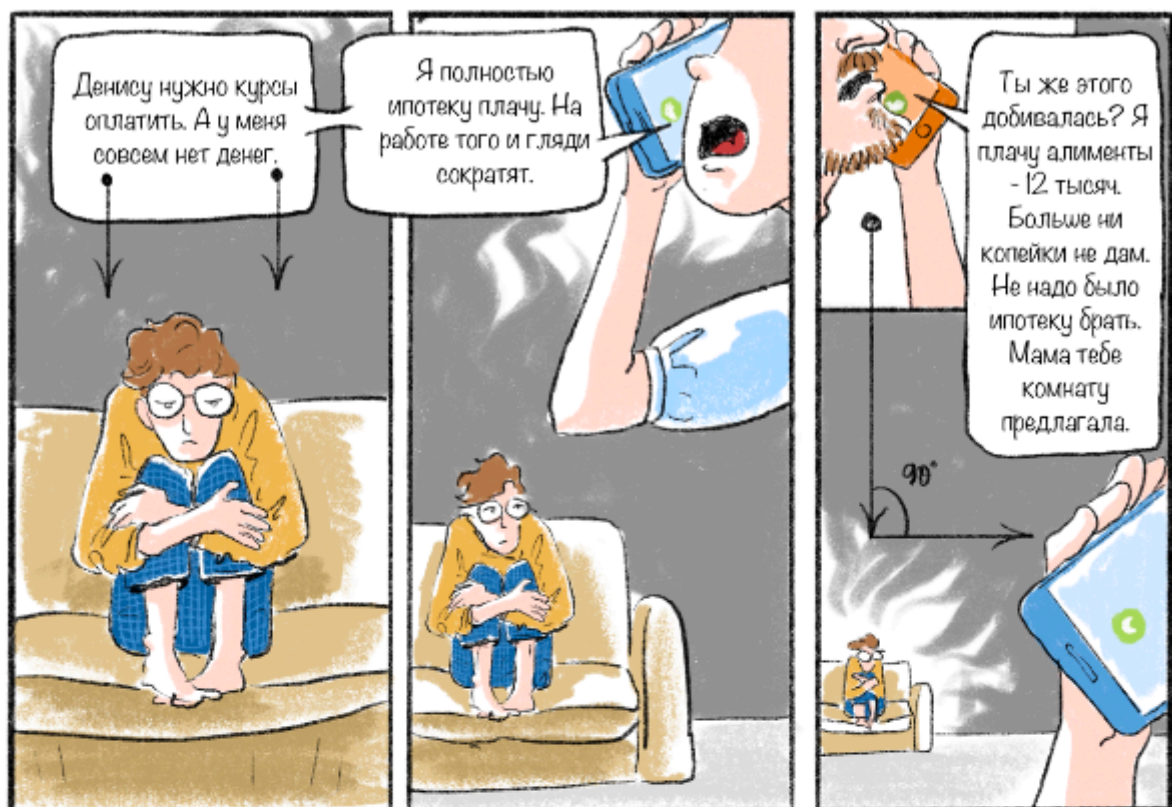
В «Переходе»

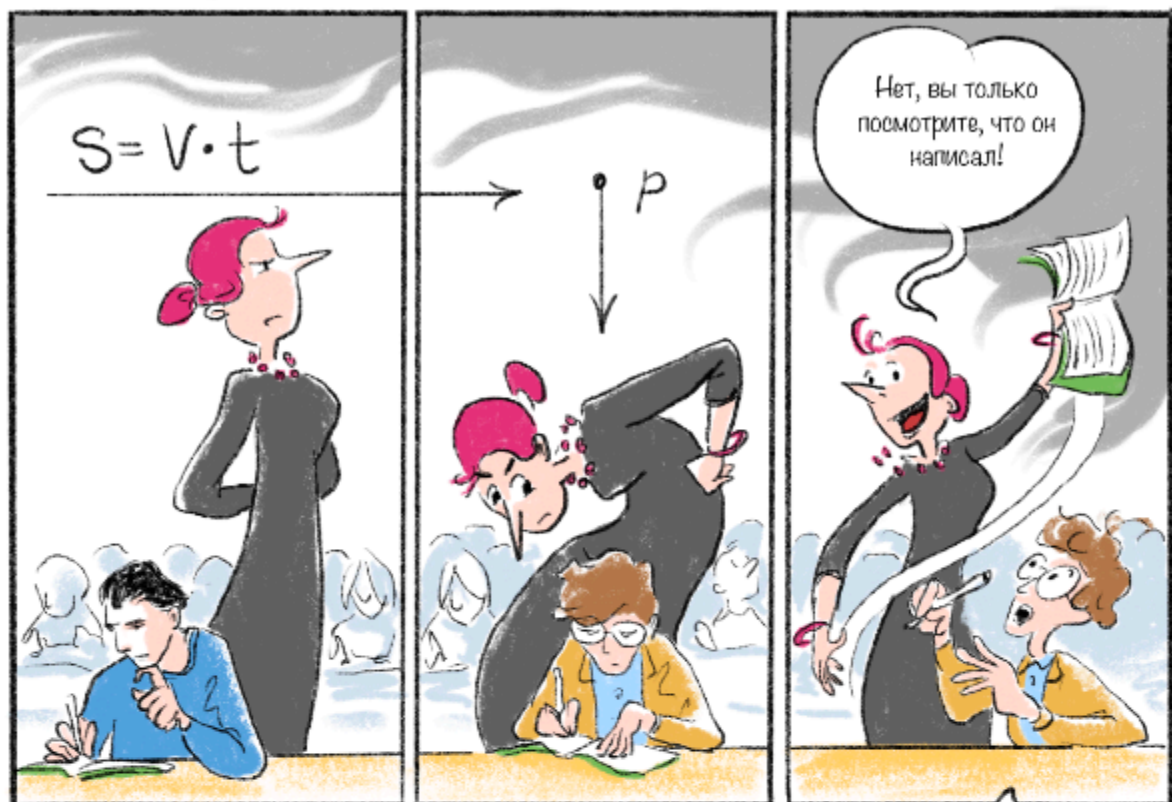
9 мая 20:45

Мне эту историю рассказал мой старший брат. Когда он учился в 9 классе у него был друг – Денис. Он и сейчас друг, просто они живут в разных городах. Где-то в середине учебного года у Дениса развелись родители. Он очень переживал. Это отразилось на учебе. Сразу скатился на тройки. Учителя, которые знали, о его ситуации, понимали, кто-то даже поддерживал. Но вот учительница физики как с цепи сорвалась. До развода родителей у Дениса были только пятёрки по физике. Он готовился к олимпиаде. Учительница по физике была уверена в его победе. А тут он скатился на двойки, перестал заниматься и отказался от участия в олимпиаде.

Автор: Светлана Решетникова









Что-то меня все задолбало.
Физичка. Родители. Настроение –
капец.

18:30



Забей. Не парься. Вот у меня прыщ
на щеке вскочил. Что делать то????
Со Софьей сегодня встречаемся...

18:31 ✓✓

Жить не хочется.
18:32

Не придумывай. Лучше скажи, что
мне с прыщом делать.

18:35 ✓✓

Ну, ладно. Давай. Чтоб никто не
страдал и не позорился. Пусть прыщ
у тебя пройдет и со Софьей все
хорошо будет. Забери себе мой
скейт. Ты давно хотел. Прощай. 18:36

Да что сразу «прощай»? Куда
собрался?

18:51 ✓✓

Эй! Ты чего не отвечаешь???

18:59 ✓✓





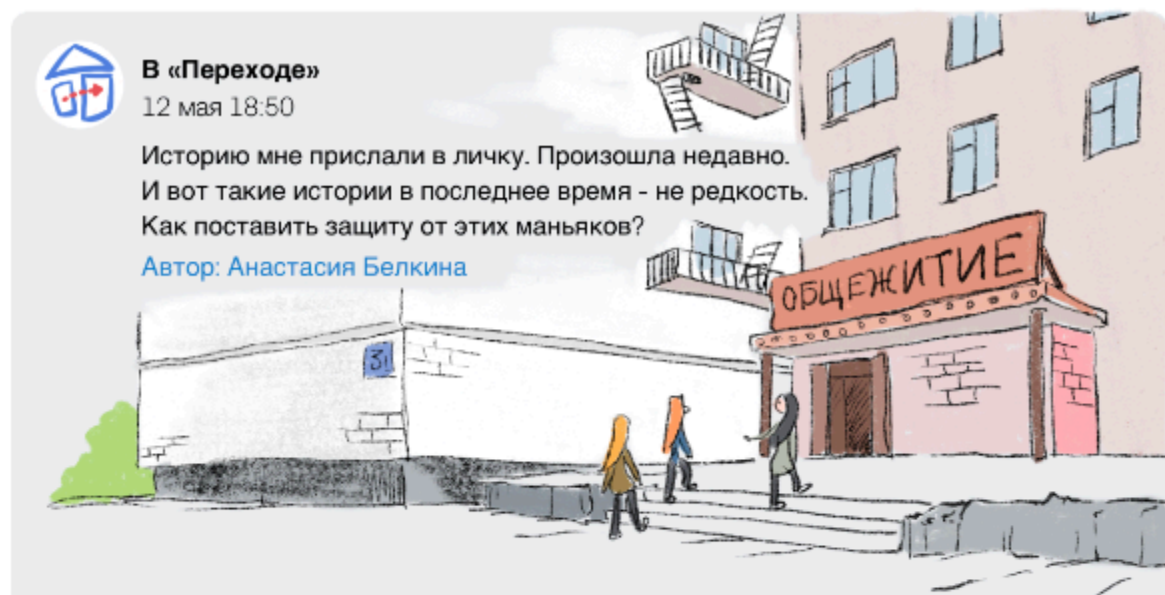


В «Переходе»

12 мая 18:50

Историю мне прислали в личку. Произошла недавно. И вот такие истории в последнее время - не редкость. Как поставить защиту от этих маньяков?

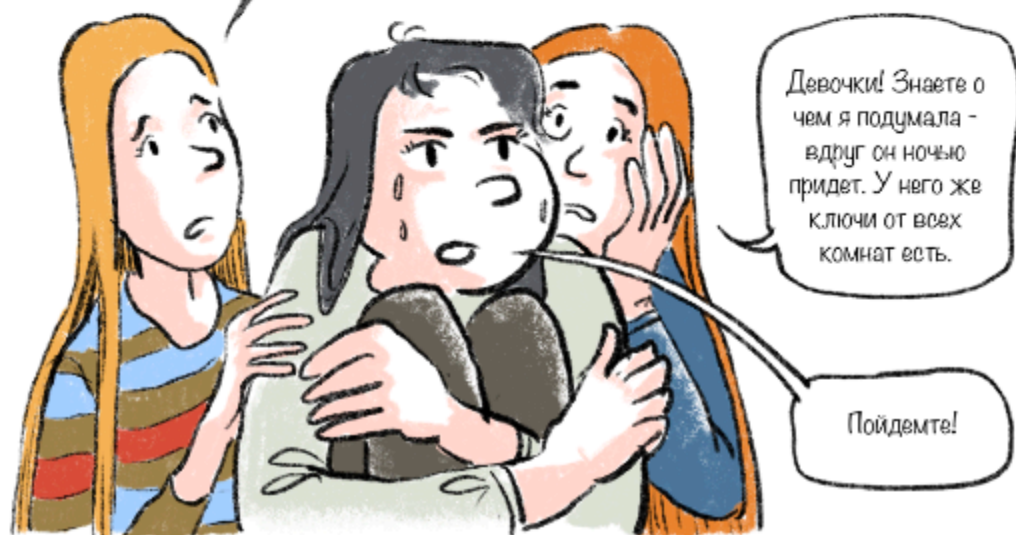
Автор: Анастасия Белкина















Лиза Пестова: Капец! 🤬. Мерзкий какой. В душу влезает, главное. Вот как отличить хорошего человека от такого козла?

12 мая в 19:11 Ответить

Евгений Воронов: Ничего себе, человек ничего не сделал, а его посадят. У него, может, дети, жена.

12 мая в 19:12 Ответить

Арсений Никитский: Вот именно. Она сама его впустила, флиртвала. Ой тяжелый рюкзак помогите, ой папа пьет пожалуйста, ой сейчас чаёк вам..... А потом давай кричать. Я не понял, что ей не понравилось то...

12 мая в 19:13 Ответить

Лиза Шаповалова: Да уж, скромнее надо быть, не показывать мужчине что он тебе интересен. Зачем конфеты брала? Зачем вообще разговаривала с охранником? Что ровесников нет поговорить?! 🙄

12 мая в 19:14 Ответить

Анжелика Варламова: Ну ничего себе «ничего не было»! Все что было тянет на хороший такой срок! Все эти потрогал, погладил – это сексуальные домогательства, это преступление против половой неприкосновенности! И еще какое.

12 мая в 19:16 Ответить

Анна Любимова: Вы народ реально с ума посходили? То, что вы делаете называется виктимблейминг – гугл в помощь, хоть почитайте, что это! Охранник не имел права даже приближаться к девушке...Это уголовное преступление!

12 мая в 19:19 Ответить

Настя Задорнова: А у нас похожая история была в колледже. Девушка рассказала воспитателю и директору, но ей никто не поверил. Она сама пошла и заявление в полицию написала. Так вот, в ходе расследования выяснилось, что тот человек еще к четверым девушкам приставал! Уважаемый деятель, кстати. А они молчали – боялись, что им не поверят. Хорошо, что все раскрылось!

12 мая в 19:21 Ответить

Александра Иванова: Главное, воспитательница и директор заняли сторону Даши... Часто ли так бывает, что те, кто должны, помогают? Она могла сказать: "Не придумывайте! Игорь Иванович заслуженный охранник!" Он мог спустить на тормозах: уволить по-тихому, да и все. В такой ситуации так важно, чтобы тебе поверили! Где взять таких взрослых?

12 мая в 19:22 Ответить

Александр Феоктистов: Саша, они есть! Главное не молчать, говорить о том, что случилось.

12 мая в 19:24 Ответить



Что делать, если...? Инструкция для подростков.

Это, конечно, не все истории, их гораздо больше. Но я надеюсь, что они помогут тебе постоять за себя и тех, кто тебе дорог.

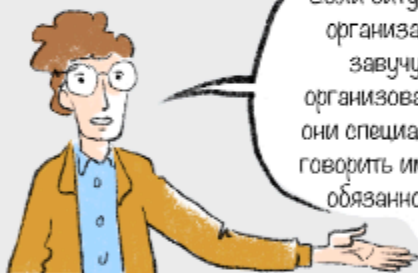


Если с тобой случилось что-то похожее на одну из историй из этого комикса, – не терпи, не жди и не молчи. В одиночку справиться сложно. Расскажи о ситуации кому-то из родителей или другим взрослым людям, которым ты доверяешь.

Если похожая история происходит с кем-то другим – не оставайся в стороне, поддержи того, кто в беде и, самое главное, расскажи о ситуации взрослым. Это не стукачество – это ответственное поведение. Во время разговора опиши ситуацию: где, когда, с кем и что произошло, кто был свидетелем произошедшего. Если взрослый отнесся к твоим словам без должного внимания – найди того, кто тебе поверит и займет твою сторону.



Если ситуация произошла в школе, лагере, в секции или другой организации – ты можешь обратиться к педагогу, психологу, завучу или директору. В твоей школе также может быть организована Служба медиации или Согласительная комиссия – они специально создаются для разрешения конфликтов. Не бойся говорить им о том, что знаешь и чувствуешь – это твое право. А их обязанность – внимательно выслушать и реагировать на твое обращение, этого от них требует закон.



Если случай достаточно серьезный, и тебе причинен психологический или физический вред – к этому должна быть привлечена полиция. Обязательно собери все доказательства, например, скриншоты переписок или оскорбительных постов, показания свидетелей, справки о травмах, фотографии испорченных вещей, аудиозаписи оскорблений, заключение психолога о твоём состоянии.



Если ты не можешь рассказать о случившемся родителям или другим взрослым, если они игнорируют твоё обращение, или если их нет рядом – воспользуйся службами для детей и подростков. Они выслушают тебя, поддержат, помогут разработать план действий по выходу из трудной ситуации.



Мы подготовили для тебя список проверенных служб помощи, в которые ты можешь обратиться из любого уголка России. Все они анонимны и бесплатны. Там не будут спрашивать твои личные данные, определять твой адрес или телефон, звонить твоим родителям. Кроме того, ты можешь выбрать, как тебе удобнее обратиться - по телефону или в чате.

Единый детский телефон доверия 8-800-2000-122. Помощь оказывается круглосуточно, анонимно и бесплатно. Позвонить на телефон может ребенок и родитель.

Помощь Рядом pomoschryadom.ru. Здесь ты можешь анонимно поделиться с психологом в онлайн-чате тем, что тебя волнует. Для подростков до 18-ти лет. Чат работает ежедневно с 11:00 до 23:00

Твоя территория. Онлайн www.tvojaterritoriya.online. Чат психологической помощи для подростков и молодежи до 23 лет. Работает с 15.00 дня до 22.00 вечера, ежедневно (время московское).

«Тебе поверят» teen.verimtebe.ru Здесь могут получить бесплатную психологическую поддержку люди до 20 лет, столкнувшиеся с сексуализированным насилием.

Линия помощи «Дети онлайн» detionline.com – это служба телефонного и онлайн-консультирования по вопросам безопасного использования Интернета. Обратиться на Линию помощи можно по телефону или в онлайн-чате. Линия работает с 9 до 18 часов в будние дни (перерыв с 13 до 14 часов), звонок на горячую линию 8-800-25-000-15 по России бесплатный.

В любой ситуации, которая угрожает жизни и здоровью, звони 112. Это единый номер для мобильных телефонов всех операторов. Звонок бесплатный и возможен, даже если номер заблокирован за неуплату и в телефон не вставлена сим-карта. Позвонить может человек любого возраста. Во время звонка сохраняй спокойствие и отвечай на вопросы оператора. Не отключайся. Службы экстренного реагирования отправятся на помощь.

Примечание для родителей, педагогов и руководителей детских организаций

Обсуждение ситуаций жестокого обращения с подростками может быть очень трудным. Но одна из самых важных вещей, которые вы можете сделать для предотвращения ситуаций, о которых рассказывается в комиксах, - это открыто общаться с подростками на эти темы. Наша книжка поможет вам начать этот разговор.

Используйте сюжеты из комиксов для того, чтобы поговорить о том, какие ситуации могут произойти в детских организациях, как обезопасить себя и других, куда обратиться за помощью. Варианты выхода из трудных ситуаций, представленные в брошюре, не являются единственно возможными. Вы можете обсудить с подростками другие способы их решения. Поощряйте их задавать вопросы и выражать свое мнение. Имея опыт обсуждения подобных историй со взрослыми, они будут увереннее действовать, если столкнутся с ситуацией насилия или неприемлемого поведения в реальности.

Помните, что в вашем классе или учебной группе с большой вероятностью есть те, для кого подобные истории - часть их собственного жизненного опыта. А возможно, они проживают эту ситуацию прямо сейчас. Обсуждая ситуации, ни в коем случае нельзя обвинять пострадавших, даже косвенно. Им будет важно услышать от вас, что их положение - не безвыходно, что вы поверите им и будете готовы помочь. Участие подростков таких беседах может быть только добровольным. Публичное обсуждение случаев может оказаться травмирующим для тех, кто пережил подобное. Будьте чутки к эмоциональным реакциям подростков, и при необходимости предложите свою поддержку в частном разговоре.

И последнее. Пожалуйста, не забывайте, что во многих ситуациях подростки не способны защитить себя или преодолеть чувство безысходности, а взрослые своим бездействием или непризнанием проблемы загоняют их в тупик. Создание безопасной и комфортной среды в детских организациях и своевременное реагирование на насилие - это прежде всего ответственность и воля взрослых.

Для того, чтобы помочь организациям создавать именно такую среду, Благотворительный фонд «Галактика» разработал «Политику безопасности детей». Политика безопасности - это система практических мер и правил, которая помогает детским организациям предотвращать, выявлять и ответственно реагировать на неприемлемое поведение и насилие в отношении детей. Подробнее о том, что такое Политика безопасности детей и как ее разработать для своей организации, читайте на сайте galaxyfond.com и в соцсетях фонда vk.com/galaxy_fund

Художник

Константин Дубков

Сценарий

Мария Костарева, PR-специалист

Консультанты

Вероника Одинокова, социальный психолог, руководитель проекта

«В надежных руках: поддержка организаций в разработке и внедрении политики обеспечения безопасности детей», Благотворительный фонд «Галактика»

Юлия Захарова, социолог, Благотворительный фонд «Галактика»

Благодарим

Социологическую клинику прикладных исследований СПбГУ и исследовательскую группу проекта «Представления родителей и детей о неприемлемом поведении и насилии в российских организациях, работающих с детьми»

Учащихся школ и вузов Санкт-Петербурга, которые вычитывали различные версии комикса и делились своими рекомендациями - Марию, Сергея, Таисию, Марию С., Ксению, Алину



Издание подготовлено в рамках проекта Благотворительного фонда «Галактика» «В надежных руках: поддержка организаций в разработке и внедрении политики обеспечения безопасности детей» при поддержке гранта Президента Российской Федерации на развитие гражданского общества.



© Благотворительный фонд «Галактика», 2021 год

Копирование и распространение материалов без ссылки на источник запрещено.

© Благотворительный фонд «Галактика», 2021



Екатеринбург Санкт-Петербург
2021