



МІЖНАРОДНИЙ ДЕНЬ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ

4 травня відзначають Міжнародний день протидії булінгу (International Stand Up to Bullying Day) – день, коли весь світ об'єднується, щоб протистояти цькуванню та заступитися за тих, хто наразі зазнає насильства.

З цієї нагоди практичний психолог коледжу Руслана ХОЛЯВКО 7 травня провела інтерактивне заняття на тему булінгу для здобувачів освіти Л12 групи. Студенти познайомилися з інформацією про види та прояви булінгу; вчилися розвивати навички конструктивного вирішення конфліктних ситуацій і толерантного спілкування.

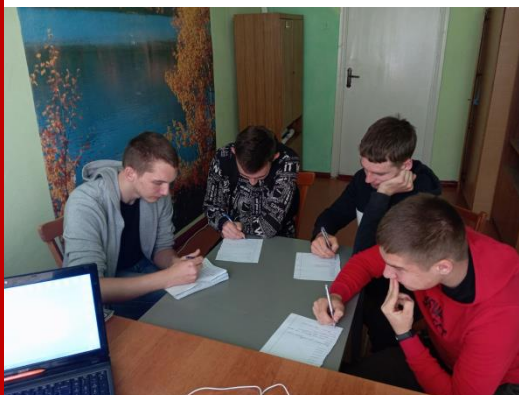
Піклування про свій стан та психологічне здоров'я – це життєво необхідна навичка для кожної людини, особливо в період стресу та війни. Вчилися знаходити внутрішній баланс, що дозволяє ефективно приймати зважені рішення, відчувати впевненість у власних діях та готовність до непередбачуваних змін. Отримані знання та навички стануть корисними не лише у професійній та навчальній діяльності, але і у повсякденному житті.

Ідея Дня протидії булінгу виникла в Канаді у 2007 році. Цей день ще називають Днем рожевої сорочки. Усе розпочалося з того, що люди стали на захист хлопчика, над яким знущалися лише тому, що він носив рожеву сорочку до школи. Ось чому існує ще один день, який називається Міжнародний день рожевого кольору.

4 травня відзначається Міжнародний день протидії булінгу, який має на меті підвищення усвідомлення про проблему цькування та сприяння створенню безпечного та доброзичливого оточення для кожного. Булінг, або цькування, є серйозною проблемою, з якою стикаються як діти, так і дорослі у різних соціальних середовищах. Він може приймати різні форми, від вербальних образ до фізичного насильства, і має негативний вплив на психічне та емоційне здоров'я людини.

За останні роки світ став свідком росту уваги до проблеми булінгу та розвитку різноманітних програм та ініціатив щодо протидії цькуванню. Проте, ще багато потрібно зробити для того, щоб кожна людина могла відчувати себе безпечно, комфортно та захищено у суспільстві.

Тому важливо пам'ятати про Міжнародний день протидії булінгу не лише 4 травня, а й усі інші дні року. Давайте разом працювати над створенням теплої та дружньої атмосфери, де кожна людина може розкривати свій потенціал і відчувати себе важливою!



НЕ ВДАВАЙ, ЩО НЕ БАЧИШ. ЗУПИНИ БУЛІНГ!

БУЛІНГ – це агресивна і екстремно неприємна свідомо поведінка однієї дитини або групи дітей щодо іншої дитини, яка супроводжується регулярним фізичним і психологічним тиском.

Що робити батькам?

- Зберігайте спокій, будьте терплячими, не тисніть на дитину.
- Поговоріть з дитиною, не звинувачуйте її в ситуації, що склалася, вислухайте і допоможіть.
- Запитайте, яка допомога потрібна дитині, запропонуйте свій варіант вирішення ситуації.
- Поясніть дитині, до кого вона може звернутися за допомогою у разі цькування – психолог, вчитель, керівництво школи, старші учні, батьки інших дітей, охорона.

Що робити дитині?

- Повідомити своїм батькам або вчителю.
- Зберігати будь-які докази агресії.
- Намагатися не вступати у жодні перепалки, в тому числі онлайн.
- Якщо б'ють – тикати або голосно кричати.
- Припинити відповідати чи спілкуватися зі зловмисником.

Пам'ятайте: ваша мета припинити насильство, а не покарати винних!

БЕЗКОШТОВНА ГАРЯЧА ЛІНІЯ З ПИТАНЬ ПРОТИДІЇ БУЛІНГУ 116 000

Цькування неповнолітнього буде каратися штрафом від 50 до 100 неоподатковуваних мінімумів доходів громадян або громадськими роботами від 20 до 40 годин.

Департамент суспільних комунікацій КНД