

Протидія насильству

Ми живемо у світі, однією з характерних ознак якого є насильство. Нині Україна потерпає від жорстокої економічної, соціальної і моральної кризи. Цей період характеризується зростанням злочинності та падінням загальнолюдських цінностей. На такому фоні є актуальною проблема насильства в сім'ї, суспільстві.

Насильство, за визначенням світової спільноти, не лише ставить людину в залежне становище, а й принижує її гідність, завдає шкоди її психологічному та фізичному здоров'ю, стає серйозною перешкодою у подальшому житті.

Небезпека полягає в тому, що різноманітні прояви насильства та жорстокого поводження не лише руйнують стосунки в родині, стають причиною глибоких психологічних травм, а й є однією з передумов руйнації правових, моральних та духовних засад суспільства.

Водночас проблема насильства в сім'ї та поза нею залишається складною для дослідження, а отже і для визначення шляхів запобігання цьому явищу.

Підлітковий вік — це дуже складний період у житті дитини. Він пов'язаний з роздумами про життя, про своє місце в цьому світі. Ти замислюєшся про те, яка ти людина, що відчуваєш стосовно себе, своєї сім'ї, друзів і навіть людей, які тобі не подобаються.

Це час змін, сумнівів, конфліктів і відчуття небезпеки. І ти неначе стоїш на мосту між дитинством та непізнаним дорослим життям.

Є різні способи зустрітися з життям. Деякі з них призводять до задоволення від спілкування з іншими людьми, бажання пробувати щось нове. Інші — до страху та уникання стосунків, відчуття жертви, залежності від оточення.

Можливо, у твоєму житті є люди, з якими ти частіше займаєш позицію жертви, дозволяєш принижувати і використовувати себе. Здається, що немає сил протистояти цьому, але вибір є.

І ти можеш обирати — чинити й надалі з позиції приниженого або почати змінювати свою роль. Що таке приниження?

1. Слово або вислів.
2. Жест чи знак.

3. Ситуація або поведінка, які призводять до того, що людина відчуває свою неповноцінність.

Приниження — це слова чи дії, які призводять до того, що ти починаєш до себе погано ставитися.

Хто найчастіше тебе принижує?

- Батьки чи родичі;
- учителі;
- однолітки;
- старші діти.

Тебе принижують, якщо тобі кажуть:

- це дурна ідея;
- це кожен дурень може;
- ти завжди такий;
- ти ні на що не здатний.

Тебе принижують, якщо тебе ігнорують у розмові, не цікавляться твоєю думкою щодо справ, які пов'язані з тобою; ображають у присутності близьких для тебе людей.

Не тільки інші можуть принижувати тебе. Ти сам можеш це робити стосовно себе.

Ти принижуєш себе, коли:

- часто не сприймаєш компліментів і применшуєш свої досягнення («Мені просто пощастило...», «Насправді я не такий хороший»);
- не визнаєш своїх чеснот і приписуєш їх іншим («Я б нічого не зміг зробити без допомоги...»);
- часто випереджаєш особисту думку чияюсь («Наш учитель завжди каже...»);
- не хвалиш себе через те, що вважаєш, що ти не вартий цього;
- відгукуєшся на звертання «привіт, тупак»;
- приймаєш прізвиська на кшталт «дебіл»;
- уникаєш спілкування з людьми, бо остерігаєшся їхнього несприйняття; вважаєш, що якщо хтось каже чи робить щось приємне для тебе, то це тільки тому, *що ця людина ввічлива і добра, а не тому, що ти цього вартий.*

Перегляд відео

Відео створені для кампанії «Одне фото – тисяча слів», що проводив Український фонд «Благополуччя дітей» у 2016 р., спрямованої на роботу з дітьми 10 – 18 років із метою підвищення їхнього рівня обізнаності щодо

ризиків секстингу та формування навичок безпечної поведінки у віртуальному та реальному житті.

Історія Юльки

<https://www.youtube.com/watch?v=NfU9hbrLjTM&t=1s>

Історія Матеуша

<https://www.youtube.com/watch?v=o87bouFkrvU>

Мультфільм пояснює дітям правило безпечної поведінки "Добре зробиш, коли розкажеш про секрети, які Тебе турбують".

<https://www.youtube.com/watch?v=lcdsF-5uGlo&t=1s>