

Привіт, студенте/ко! Рада, що тобі важливо не бути осторонь і у тебе є бажання разом протидіяти насильству.

Ти вже знаєш, що насильство може мати різні форми та види: фізичне, психологічне, економічне, сексуальне та цифрове.

Давай разом прокачаємо чуйність до кордонів і зробимо наше середовище безпечнішим.

Тож в лівій колонці напиши фразу, яка на твою думку є насиллям у спілкуванні, а в правій колонці напиши фразу, яка б допомогла не порушувати межі людини (нові рядки ти можеш додавати самостійно).

Пам'ятай! Не має правильних чи не правильних думок! Є наш досвід і він важливий!

Навчальна група	Фраза, яка може бути сигналом про насильство	Фраза, яка замість цього підтримує та поважає кордони
<i>Приклад</i>	<i>Ти нікому не потрібен/на</i>	<i>Ти важливий/важлива, і я готовий/готова бути поруч. Тільки скажи</i>
<i>Приклад</i>	<i>Якщо ти не зробиш, я тебе вдарю</i>	<i>Мені важливо, щоб ми домовилися про це спокійно</i>
<i>Приклад</i>	<i>Дай пароль, якщо тобі немає що приховувати</i>	<i>Я хочу більше довіри між нами. Давай поговоримо, що нам обом потрібно для того, що почуватися краще</i>
<i>Приклад</i>	<i>Всі нормальні люди так роблять</i>	<i>Мені хотілося б так зробити, але для мене важлива твоя думка</i>
<i>Приклад</i>	<i>Ти не можеш купити це без моєї згоди</i>	<i>Ми можемо домовитися про бюджет, але ти сам/сама вирішуєш, на що витратити свої кошти</i>

Пам'ятай! Фраза — це не доказ насильства, а можливий сигнал, що кордони порушуються або людина потребує підтримки. Це створює баланс і вчить здоровим альтернативам.

Не дозволяй порушувати свої межі і вчись висловлюватись з повагою до оточуючих!