Міжнародна акція «16 днів проти насильства»

ПРАВО БУТИ В БЕЗПЕЦІ

Інформаційна кампанія КНП «Багатопрофільна лікарня інтенсивного лікування м.Бахмут»

Gemini Notebook

Безпека — це більше, ніж відсутність фізичної загрози.



Свобода вираження
Можливість вільно висловлювати власну думку.

Автономія рішень
Право самостійно приймати рішення.

Особисті кордони
Захищений фізичний та емоційний простір.

Відчуття поваги
Впевненість у тому, що тебе цінують.

Твої почуття мають значення.

Gemini Notebook

Насильство не завжди залишає видимі сліди.



Видимі сліди
(Фізична загроза, агресія, примус)

Приховане насильство

Маніпуляції
«Ти сама винна»

Тотальний контроль
«Я краще знаю, як треба»

Виправдання шкоди
«Це все заради твого добра»

Обмеження автономії
Позбавлення права вибору та приниження

Gemini Notebook

Важливо пам’ятати:
Основи здорових стосунків

1

Насильство — не норма.

Жодна форма насильства не може бути виправдана у стосунках.

2

Нуль толерантності.

Ніхто не має права принижувати чи залякувати іншу людину.

3

Відповідальність кривдника.

Відповідальність за насильство несе виключно той, хто його вчиняє.

4

Право на захист.

Кожна людина має право на допомогу та безумовний захист.

Gemini Notebook

Наша відповідь:
Кампанія «Право бути в безпеці»

КНП «Багатопрофільна лікарня інтенсивного лікування м.Бахмут» розпочинає масштабну інформаційну кампанію. Наша мета — говорити про важливе, вчити розпізнавати приховані прояви насильства та руйнувати деструктивні міфи суспільства.

Просити про допомогу — це не є слабкістю, а перший крок до безпеки.

Gemini Notebook

План реалізації кампанії:
Три напрямки дій



ПРОСВІТА

Тематичні листівки для дорослих і підлітків, спрямовані на подолання упереджень та розуміння власних меж.



НАВЧАННЯ

Серія вебінарів для глибинного розуміння прихованого насильства та формування навичок самозахисту.



ПІДТРИМКА

Прямий доступ до мережі фахівців для психологічної, медичної та правової допомоги.

Gemini Notebook

Інформаційно-просвітницька робота: Зміна наративів

«Людині потрібна підтримка, а не осуд»

Подолання упереджень та відмова від звинувачення постраждалої людини.

«Насильство не завжди залишає синці»

Психологічні, економічні та інші приховані форми контролю.

«Мої кордони — моя безпека»

Повага до себе, право на власну думку та побудова безпечних стосунків.

Gemini Notebook

Як реагувати:
Осуд проти Підтримки

ОСУД ТА ЗВИНУВАЧЕННЯ	СПРАВЖНЯ ПІДТРИМКА
«Чому ти просто не підеш від нього?»	«Ти не винна в тому, що сталося. Відповідальність на кривднику.»
«Що ти йому сказала, щоб спровокувати це?»	«Я поруч, якщо ти захочеш поговорити, і я тобі вірю.»
«Не винось сміття з хати, у всіх бувають сварки.»	«Як я можу допомогти тобі зараз відчути себе безпечніше?»

Gemini Notebook

Тематичні вебінари: Розпізнавати та Захищати

Для дорослих (2 сесії)

Сесія 1

«Що ми називаємо насильством і чому не завжди його розпізнаємо?» (Розрізнення конфлікту та аб’юзу).

Сесія 2

«Де закінчуюся Я і починається Інший?» (Особисті кордони та право сказати «НІ»).

Для підлітків (1 інтенсивна сесія)

Інтенсив

«Знати. Розуміти. Захищати себе.» (Формування базових навичок безпеки та звернення по допомогу).

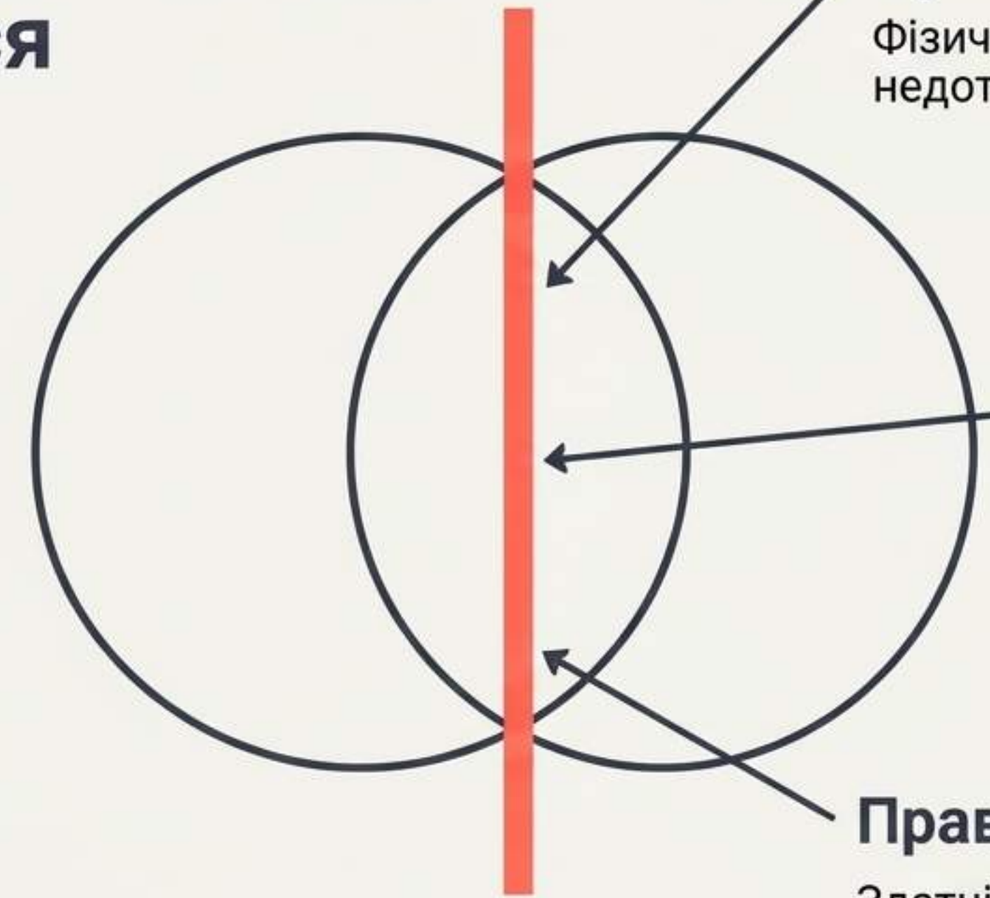
Gemini Notebook

Розпізнавання: Здоровий Конфлікт чи Насильство?

	Конфлікт	Насильство
Динаміка влади	Рівні позиції, обидві сторони можуть висловитися.	Один домінує, інший боїться наслідків.
Головна мета	Знайти рішення проблеми або компроміс.	Встановити тотальний контроль над іншим.
Наслідки	Злість чи розчарування, але збереження відчуття безпеки.	Постійний страх, приниження та втрата власної гідності.

Gemini Notebook

Особисті кордони: Де закінчуюся Я і починається Інший?



Право на простір

Фізична та емоційна недоторканність

Право на ідентичність

Власні почуття, думки та переконання, що не потребують виправдання

Право на відмову

Здатність сказати тверде «НІ» без почуття провини чи страху покарання

Gemini Notebook

Для підлітків: Знати. Розуміти. Захищати себе.

ЗАХИЩАТИ

Опанувати конкретні алгоритми дій: як, кому і де говорити про небезпеку та просити про допомогу.

РОЗУМІТИ

Навчитися розпізнавати маркери небезпечних ситуацій та маніпуляцій.

ЗНАТИ

Усвідомити свої базові права та навчитися визначати власні особисті кордони.

Gemini Notebook

Ти не сама: Мережа підтримки та допомоги



Gemini Notebook

Очікуваний результат: Еволюція Культури Безпеки

Обізнаність
Розуміння справжньої природи та всіх форм насильства.

Дія
Відповідальне ставлення та знання алгоритмів звернення по допомогу.



Навички
Здатність розпізнавати загрози та захищати особисті кордони.

Gemini Notebook

БЕЗПЕКА ПОЧИНАЄТЬСЯ З УСВІДОМЛЕННЯ.

Ти маєш невід'ємне право на повагу, гідність і захист.

Долучайтесь до акції «16 днів проти насильства» разом із КНП «Багатопрофільна лікарня інтенсивного лікування м.Бахмут».

Gemini Notebook