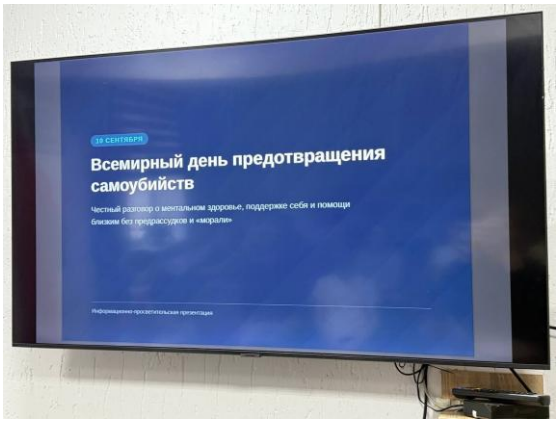
Всемирный день предотвращения самоубийств

10 сентября в стенах нашего общежития прошла встреча, приуроченная ко Всемирному дню предотвращения самоубийств. Мы затронули темы, о которых не всегда легко говорить вслух, но которые жизненно важно обсуждать открыто и честно.







Основной нитью беседы стала мысль о том, что психологическое здоровье — это фундамент нашей жизни. Мы говорили о том, как научиться слышать не только себя, но и тех, кто рядом, как распознать «крик о помощи», когда он звучит почти бесшумно, и почему так важно протянуть руку поддержки вовремя. Главный посыл встречи: никто не должен оставаться один на один со своей бедой.

Особый отклик вызвала заключительная часть мероприятия, где ребята могли задать вопросы и поделиться своими мыслями. Живая дискуссия и искреннее неравнодушие участников показали, насколько эта тема важна для каждого из нас. Было ценно видеть, что в нашем коллективе царит атмосфера доверия и взаимопонимания.

Мы хотим напомнить каждому: какой бы темной ни казалась ночь, рассвет неизбежен. Любой жизненный шторм рано или поздно заканчивается. Берегите себя, будьте внимательны к своим близким и помните, что просить о помощи — это не слабость, а проявление силы.

Если вам трудно, вы всегда можете обратиться к социальным педагогам и психологам нашего колледжа или просто прийти к совету общежития — мы всегда готовы выслушать и поддержать.