

The background is a dark blue gradient with a field of small white stars. Overlaid on this are several technical diagrams in a lighter blue color. On the right side, there is a large circular gauge with a scale from 0 to 210 and a needle pointing towards 180. Below it is another circular diagram with concentric circles and arrows. In the bottom left, there are dashed circular lines with arrows. At the top center, there is a small circular diagram with a curved line.

**ПАМ'ЯТКА**  
**«ТОЛЕРАНТНІСТЬ — У СЕРЦЯХ ЛЮДЕЙ»**

## ПАМ'ЯТКА ПРО ТОЛЕРАНТНІСТЬ

**Толерантність** — це повага, прийняття та розуміння різноманітності людей, їхніх переконань, поглядів, культури, мови, стилю життя.

Це здатність жити у злагоді з іншими, навіть якщо вони відрізняються від нас.

### Принципи толерантної поведінки:

- 1.Повага до інших** — визнавай право кожної людини бути собою.
- 2.Розуміння різниці** — не засуджуй, а намагайся зрозуміти.
- 3.Співчуття і доброзичливість** — допомагай тим, хто потребує підтримки.
- 4.Діалог замість конфлікту** — вирішуй суперечки через спілкування.
- 5.Самоконтроль** — уміння стримувати негативні емоції й не відповідати агресією.
- 6.Відповідальність за свої слова** — не допускай приниження, образ чи дискримінації.
- 7.Рівність** — усі люди мають однакову гідність і права.

### Толерантність — це НЕ:

- байдужість до несправедливості;
- відмова від власної думки;
- погодження з усім.

Бути толерантним — означає зберігати власну позицію, але поважати право іншого мати свою.

### Толерантність починається з тебе:

- Слухай** — щоб зрозуміти.
- Поважай** — щоб заслужити повагу.
- Приймай** — щоб створювати мир навколо себе.

### Пам'ятай:

*«Толерантність — це гармонія в багатоманітності».*

*(Декларація принципів толерантності ЮНЕСКО, 1995 рік)*

## Цінності толерантності

- Повага до особистості
- Розуміння і співпереживання
- Визнання права кожного бути собою
- Доброта і милосердя
- Відповідальність за власні слова і вчинки
- Культура діалогу
- Прийняття різноманіття

## Вислови, що надихають

“Ми всі різні — але ми рівні у своїй гідності.”

— *Нельсон Мандела*

“Толерантність — це вміння бачити в іншому людину.”

— *Далай-лама XIV*

“Повага — це мова, яку розуміє кожне серце.”

*Толерантність — це гармонія в різноманітті.*

(Декларація принципів толерантності, ЮНЕСКО)

### **Поради від психолога студентам**

- **Слухай уважно — не для того, щоб заперечити, а щоб зрозуміти.**
- **Не поспішай оцінювати — спробуй прийняти.**
- **Поважай межі, почуття і думки інших.**
- **Уникай ярликів і стереотипів.**
- **Шукай спільне, а не відмінне.**
- **Будь прикладом спокійного й доброзичливого спілкування.**

*Толерантність починається з тебе.*

### **Поради викладачам**

- **Формуйте атмосферу взаємоповаги в академічному середовищі.**
- **Будьте прикладом культури діалогу та підтримки.**
- **Заохочуйте прояви емпатії й командної взаємодії.**
- **Враховуйте індивідуальні особливості кожного студента.**
- **Підтримуйте ініціативи студентів щодо добрих справ та взаємодопомоги.**

## Академія — простір без бар'єрів

### Толерантність — ключ до миру, взаєморозуміння та людяності

Толерантність — це не поступка, а сила, що допомагає жити в гармонії з іншими. Вона є основою духовності, культури та соціальної зрілості кожного члена академічної спільноти. Ми навчаємось бачити у різності — можливість збагачення, у взаємоповазі — шлях до порозуміння, а у співпраці — фундамент майбутнього без бар'єрів.

### Принципи простору без бар'єрів

- 1.Рівність** — усі мають однакові права та можливості для навчання, творчості й самореалізації.
- 2.Доступність** — фізичне, інформаційне, емоційне та соціальне середовище пристосоване до потреб кожного.
- 3.Повага і прийняття** — жодних упереджень чи стереотипів. Кожен має право бути собою.
- 4.Безпечність** — недопустимі будь-які форми насильства, дискримінації чи приниження.
- 5.Підтримка** — психологічна служба завжди відкрита для допомоги, консультацій та супроводу.
- 6.Співпраця** — ми розвиваємо культуру діалогу між студентами, викладачами й адміністрацією.

*Академія — це простір, де панують доброзичливість,  
взаємоповага та віра в кожного.  
Без бар'єрів. Без упереджень. З любов'ю до людини.*