



szanuj, nie hejtuj.

Hejt to zjawisko, które bardzo szybko rozpowszechnia się zarówno w sieci, jak i w realnej rzeczywistości. Lekcja w szkole to dobry czas, żeby porozmawiać o podłożu hejtu, o jego konsekwencjach, zarówno dla ofiar, jak i sprawców. Profilaktyka może ochronić wielu młodych ludzi przed hejtem, a kogoś, kto zechce wziąć udział w takiej machinie - powstrzyma. Zachęcamy do przeprowadzenia takiej lekcji w swojej klasie na podstawie scenariusza stworzonego przez **psychoterapeutkę, terapeutkę traumy Patrycję Osman**.

Propozycja dyskusji podczas lekcji po obejrzeniu spotu kampanii

Spot podzielony jest na trzy obszary tematyczne:

1. HEJT

Rozmowa na temat uczuć i emocji.

Czym jest hejt i jakie ma formy? Czy hejt jest prawdą? Jak Ci/Wam się wydaje co może czuć osoba, która słyszy takie słowa? A jakbyś/jakbyście się czuł/czuli gdyby te słowa były skierowane do Ciebie/Was? Czy doświadczyłaś/eś hejtu i chcesz o tym porozmawiać?/ Czy doświadczyliście hejtu i chcecie o tym porozmawiać?

Rozmowa ma na celu poszerzenie wiedzy na temat hejtu, jego form i istnienia w przestrzeni życia uczestników oraz zatrzymać ich na chwilę na przeżywanych emocjach i uczuciach. Proponowane metody: Rozmowa, debata, burza mózgu, dzielenie się swoim doświadczeniem.

2. PRZYCZYNA

Czy hejter musi być złym człowiekiem? Czy zaburzone relacje mogą być przyczyną hejtu?

Zwrócenie uwagi uczestników na relacje i ich wagę oraz aspekt przenoszenia doświadczeń przemocy (hejt to przemoc) na innych. Wskazanie na poprawne budowanie relacji. Proponowane metody pracy: Rozmowa moderowana, plakat.

3. KONSEKWENCJE

Do czego może doprowadzić hejt? W jaki sposób zapobiec konsekwencjom hejtu? Co możesz zrobić żeby zatrzymać hejt? Jakie konsekwencje prawne mogą spotkać hejtera? Czy hejt możemy zgłosić na policję? Gdzie szukać pomocy i jak pomagać?

Celem jest wskazanie uczestnikom rozmowy możliwości uzyskania pomocy oraz miejsc, w których można o pomoc poprosić oraz jakie są możliwości prawne i konsekwencje prawne stosowania przemocy. Uczestnicy poszerzą również wiedzę jak rozmawiać z osobami, które doświadczają hejtu - co mówić a czego nie mówić. Proponowane formy pracy: plakat, rozmowa, pogadanka.

[Propozycja dyskusji podczas lekcji \(plik PDF\)](#)

Wskazówki dla nauczycieli

___ Rozmawiaj z uczniami o wartościach. Ucz szacunku do każdego człowieka, sztuki kulturalnej dyskusji i radzenia sobie z emocjami.

___ Uwrażliwiał na drugiego człowieka poprzez wprowadzanie w sztukę empatii.

___ Pokazuj, na czym polega przekazywanie konstruktywnej krytyki oraz odróżnianie krytyki od hejtu.

___ Przekazuj, jak reagować na hejt w internecie i jak wspierać ofiarę obraźliwych komentarzy.

___ Bądź odpowiedzialny i ucz odpowiedzialności. Jeśli masz konta w serwisach społecznościowych, dzieci i młodzież mogą je obserwować. Wpisy i zdjęcia, jakie tam zamieszczasz nie powinny być rozbieżne z wartościami, jakich uczysz.

___ Rozmawiaj z rodzicami swoich uczniów na temat cyberprzemocy (w tym hejtu) profilaktycznie, a nie tylko w odpowiedzi na zaistniałą trudną sytuację.

Wskazówki dla rodziców

___ To od Ciebie dziecko uczy się, jak komentować rzeczywistość. Rób to z kulturą i przekonaniem, że jesteś dla swojego dziecka wzorem do naśladowania.

___ Bądź uważnym rodzicem, ciekawym dziecka i jego świata.

___ Często rozmawiaj ze swoim dzieckiem i słuchaj, co mówi.

___ Towarzysz dziecku w czasie pierwszych kontaktów z internetem. Bądź przewodnikiem i źródłem wiedzy na temat bezpieczeństwa w sieci. Wskazuj pozytywne zastosowania sieci.

___ Pomóż dziecku znaleźć hobby niezwiązane z internetem i pomagaj w regularnym dbaniu o zainteresowania.

___ Interesuj się bieżącą aktywnością swojego dziecka w sieci. Poznaj portale internetowe najczęściej odwiedzane przez Twoje dziecko.

___ W kontakcie z nastolatkiem zbuduj bezpieczną więź. Nie zabraniaj korzystania z internetu, ale ucz dobrych praktyk i stosowania netykiety.

___ Porozmawiaj z dzieckiem o wybranej kampanii przeciw hejtowi.

___ Jeśli Twoje dziecko padło ofiarą hejtu: zabezpiecz dowody (zrób zrzuty ekranu), zgłoś sprawę administratorowi, zaakceptuj emocje dziecka. Możesz skorzystać z pomocy wychowawcy klasy lub specjalistów (psychologa, pedagoga).

___ Jeśli Twoje dziecko jest autorem nienawistnych komentarzy, porozmawiaj z nim, żeby poznać przyczynę. Wspólnie ustalcie, jak można naprawić wyrządzoną krzywdę.

___ Pomoc znajdziesz także pod numerem telefonu Fundacji Dajemy Dzieciom Siłę 800 100 100. Jest to telefon dla Rodziców i Nauczycieli w sprawie Bezpieczeństwa Dzieci.

