



Gyűlölködés helyett

KÖZÉPISKOLÁSOK SZÁMÁRA



OKTATÁSI SEGÉDANYAG

Gyűlölködés helyett

1. Bevezetés

A gyűlölködés, azaz a sértő, inzultáló vagy zaklató online viselkedés növekvő mértékben terjed. Sértő hozzászólások és klipek, módosított képek (úgynevezett mémek), a gyűlölködést promotáló játékok csak néhány megjelenési formáját jelentik annak a tartalomnak, amelyet a fiatalok maguk hoznak létre, és amellyel megsértik, bántják egymást. Az ilyen támadásnak kitett fiatalok sok esetben nem képesek érzelmileg feldolgozni az inzultust: a visszautasítottság és kizsájtottság érzete, búskomorság, önkritika és a védtelenség emóciói kerítik őket hatalmukba. A támadások szemtanújaként a fiatalok gyakran akaratlanul is növelik az áldozat fájdalmát azzal, hogy "lájkolják" vagy megosztják az ilyen zaklató jellegű tartalmat. Másfelől, a gúnyolódók sok esetben nincsenek is tudatában annak, mit miért tesznek – támadásuk mozgatórugója néha az irigység, az alacsony önértékelés, az online "hírnév" megszerzése, társaik elismerésének elnyerése, vagy egyszerűen csak az unalom. A (hibásan vélt) anonimitás érzete, és az, hogy nem szembesülnek az áldozatuk reakciójával gyakran olyan kijelentésekre vagy tettekre sarkallják őket, amelyeket a mindennapi életben nem tennének meg.

A "Gyűlölködés helyett" egy olyan oktatási segédanyag, amely az online zaklatás témakörét dolgozza fel. A foglalkozás lényege, hogy – egyebek mellett – tudatosítsa a gyűlölködés fogalmát, lehetséges reakció-módozatokat vázoljon, illetve a vélemény-nyilvánítás alternatív módjait mutassa fel. A segédanyag tartalmaz egy oktatási célú filmet is, amelyet az Add Friend kampány keretén belül készített a Disney Magyarország, illetve a Nemzetközi Gyermekekmentő Szolgálat.

A tanóra áttekintése

Célcsoport:

A tanóra középiskolások számára készült. Az anyag feldolgozása megtörténhet osztályfőnöki óra, informatika-óra, vagy egyéb, tanterven kívüli foglalkozás keretén belül.

A tanóra céljai:

- Megismertetni a diákokat a „gyűlölködés” és a „gyűlöletbeszéd” fogalmaival
- Az online zaklatással kapcsolatos ismeretanyagok átadása
- Lehetséges válaszreakciók bemutatása áldozatoknak és szemtanúknak
- Empátia kialakítása és formálása

A tanóra hossza:

A segédanyagot egy tanóra hosszban javasoljuk feldolgozni (45 perc).

Tanári követelmények:

A segédanyagot tanárok, pedagógusok, és minden olyan személy számára javasoljuk, akik napi szintű kapcsolatban állnak középiskolás diákokkal. A foglalkozást levezetheti pedagógia vagy pszichológia szakos hallgató is.

Szükséges tudás, tapasztalat:

A foglalkozást vezető tanárnak tisztában kell lennie azzal, hogy a fiatalok hogyan használják az internetet, beleértve a közösségi média oldalakat és a csetelésre, kommentelésre alkalmas applikációkat. A foglalkozás előkészítéseként javasoljuk a Safer Internet magyar weboldalának felkeresését.

Szükséges technikai felszerelés:

A foglalkozás levezetéséhez DVD-lemez vagy weboldaltól letöltött video lejátszására alkalmas eszközre van szükség. Ez lehet DVD-lejátszó vagy számítógép egy TV-hez, vagy multimédiás projektorhoz és hangszórókhöz csatlakoztatva.

A tanórához a következő anyagokra van szükség:

„Gyűlölködés helyett” oktatási segédanyag (szerepjáték, szpot, PPT prezentáció) DVD-n vagy számítógépre letöltve.

Értékelő kérdőív, riportolás és oklevél:

A foglalkozás végén a tanár opcionálisan anonim kérdőívet oszt ki a diákok között, és megkéri őket annak kitöltésére (a kérdőív a 9. oldalon található). A kérdőív kitöltése nem kötelező elem, de nagy segítséget nyújthat mind a tanároknak, a tekintetben, hogy a diákok hogyan értékelik a foglalkozást, illetve hogy hol vannak esetleges módosítási lehetőségek a segédanyagban.

A foglalkozás levezetését követően a tanár kérdőívet tölt ki az addfriend.hu weboldalon. A riport alapján e-mailen oklevelet küldünk a kurzus megtartásáról, melyet a tanár felhasználhat személyes szakmai fejlődésének dokumentálására.



A foglalkozás menete

A foglalkozás menete

1. RÉSZVÉTELI SZABÁLYOK (1 PERC)

A tanár üdvözlöi a diákokat anélkül, hogy elmondaná nekik a foglalkozás tematikáját. Ismerteti velük, hogy a foglalkozás alatt a következő fontos szabályokat kell betartaniuk:

- Hallgassák meg egymást.
- Ne szakítsák félbe egymást.
- Ne beszélgessenek.

A tanár módosíthatja a szabályokat vagy hozzájuk is adhat újakat belátása szerint.

2. BEVEZETÉS – MI A GYŰLÖLKÖDÉS? (9 PERC)

A tanár megkérdezi a diákokat, hogy ismerik-e az angol "hate" szó jelentését. A helyes válasz: gyűlölet. A válaszok tartalmazhatnak utalásokat az online zaklatásra is ("gyűlölködés"). Ha ilyen utalások nem történnek, a tanár megkérdezi, hogy a diákok találkoztak-e már a "gyűlölködés" fogalomkörével az internet-felhasználás kontextusában.

A tanár felírja a HATE – Gyűlölködés szavakat a táblára, és megkérdezi, mit takar az online gyűlölködés fogalma. Fontos, hogy a beszélgetés során az osztály eljusson a gyűlölködés definíciójához, mint az online sértegetés, inzultus és zaklatás összefoglaló nevéhez.

A tanár folytatja a beszélgetést, hogy az online gyűlölködést még alaposabban specifikálja. Megkérdezi a diákokat azokról az internetes helyekről, szolgáltatásokról, ahol szerintük a gyűlölködés előfordul, és hogy ott milyen formákban jelenik meg. A válaszok a szolgáltatások széles spektrumát kell, hogy érintsék, úgymint csetek, messengerek, közösségi média oldalak (Facebook, Ask.fm, Youtube stb.), online játékok, fórumok, pletykaoldalak stb. A gyűlölködés formát ölthet hozzászólásokban, képekben, mémekben, GIF-ekben, képregényekben, és gyűlölködő-oldalakban (olyan blogokban, ahol a felhasználók azért gyűlnek össze, hogy másokat megalázó, vagy támadó tartalmat állítsanak elő és osszanak meg egymással).

A tanár levezeti, hogy a gyűlölködés gyakorlatilag az internet minden olyan szegmensében előfordul, ahol felhasználók lépnek kapcsolatba egymással. Megkérdezi, hogy kik a gyűlöletkeltők, és kik az áldozatok. A beszélgetés ezen részének konklúziója, hogy nem csak a fiatalok, de a felnőttek is lehetnek gyűlölködők és áldozatok is.

A tanár a beszélgetés végén kifejti, hogy a "gyűlöletbeszéd" fogalmát sok esetben a "gyűlölködés" fogalomkörén belül értelmezik. A gyűlöletbeszéd azt jelenti, hogy másokat azért zaklatnak, mert tagjai valamely csoportnak vagy kisebbségnek, például külső megjelenésük (bőrszín), vallásuk (zsidók, muzulmánok), nemzeti hovatartozásuk (románok, szlovákok), szexuális beállítódottságuk (homoszexuálisok), fizikai korlátaik (mozgáskorlátozottak) stb. alapján.

3. FILM (4 PERC)

A tanár megkéri a diákokat, hogy közösen nézzék végig a videofilmet, Lilla és Ádám történetét.

Első rész (8 PERC)

A tanár két- vagy háromfős csoportokra osztja fel a diákokat, kiosztja nekik az 1. sz. mellékletet, és kivetíti a prezentáció 2. diáját. Arra hívja fel a diákokat, hogy válaszaikban legyenek empatikusak a szereplőkkel, és gondolják át, ők hogyan éreznék magukat egy hasonló helyzetben.

1. Hogy érzett Lilla, amikor Ádám a cseten sértegette?
2. Mit érzett Ádám, mikor kiderült, hogy Lilla az a lány, akit online inzultált? Miért okozott neki nehézséget, hogy élőszóban is megismételje az online elmondottakat?
3. A film végén látható a szlogen: "Add friend". Te hogyan értelmezed ezt?

Második rész (7 PERC)

Kijelölt csoportok válaszolnak egy-egy kérdésre. Minden egyes kérdés megválaszolása után a tanár megkérdezi a többi a csoportot, hogy kívánnak-e valamit hozzátenni. Szükség esetén ő maga tesz hozzá egy-egy válaszhoz.

1. KÉRDÉS

Fontos, hogy a válaszok között szerepeljen: szomorúság, sértettség, visszautasítás, magányosság, félreértettség, reménytelenség, negatív önkép, önkritika (miért írtam ezt, soha többet nem írok ide), düh, bosszúvágy. Konklúzióként a tanár megállapítja, hogy sok esetben nem is döbbenünk rá, hogy akár egyetlen negatív hozzászólás is milyen mértékben okozhat az áldozatban visszautasítottságot és bonyolult érzelmeket.

2. KÉRDÉS

Fontos, hogy a válaszok között szerepeljen: zavart érzett, szégyent, ostobának tarthatta magát, megbánta, hogy ilyen módon viselkedett, dühös volt magára, bűnösnek érezte magát stb.

Konklúziójában a tanár kifejti, hogy az interneten sokkal könnyebben sértünk meg másokat, mert nem láthatjuk a reakcióikat – nem szembesülünk vele, hogy a viselkedésünk mennyire bánt másokat. Továbbá az interneten névtelenek maradhatunk és emiatt olyanokat is leírunk, amiket szemtől-szembe sosem mondanánk másnak.

3. KÉRDÉS

A tanár hangsúlyozza, hogy a gyűlölködéssel rengeteget veszíthetünk: például annak a lehetőségét, hogy egy igazán érdekes, izgalmas személlyel köthessünk barátságot. Ádám Lillát egyetlen hozzászólása alapján ítélte meg, miközben mikor személyesen találkoztak, a lányról kiderült, hogy nagyon rendes és akár barátok is lehetnének. Még ha első látásra úgy is tűnik, hogy az érdeklődési körünk eltér egy bizonyos emberétől, ez nem azt jelenti, hogy a vele létrehozott kapcsolat nem lehetne érdekes. Gyűlölködés helyett – inkább szerezz egy barátot!

A tanár bemutat néhány válogatott gyűlölködéses esetet (3-6 dia). Elmondja, hogy ezek valódi esetek, melyeket a Kék-Vonal segélyszolgálatának küldtek el.

1. Eset

Lilla egy ismert sláger feldolgozását énekli, melyet felvett az iSing-el. Rengeteg pozitív, dicsérő hozzászólás mellett megjelentek ilyenek is: húzz zsákot a fejedre, mekkora szar az egész, mindjárt hányok, milyen lófejed van, szánalmas vagy.

2. Eset

Ádám megnyert egy online grafikai versenyt, és egy tabletet kapott első díjként. A gratuláló hozzászólások mellett megjelentek ilyenek is: te retardált, egy hörcsög is tehetségesebb nálad, lószart sem érsz, szánalmas, köszönjük Emese, ócska vagy te is és a firkálmányod is.

3. Eset

Az iskola weboldalára feltöltöttek néhány képet, amin az iskolai focicsapat kikap egy mérkőzésen. A hozzászólások között ilyenek voltak olvashatóak: szép volt, lúzerek!,, egy talicska majom is jobban játszott volna, hahaha, agyatlan bénák, két falábbal még szép hogy ennyit tudtak elérni, ne sírjatok csicskák!.

4. Eset

Géza belépett a kedvenc online játékának a fórumába. Nem ismert ott senkit. A következőt írta: „Helló! Van egy kérdésem! Hogy lehet egy menő csapathoz beállni?” Agresszív válaszok özönét kapta cserébe: Nincs agyad, azért kérdezősködsz?, kussolj már, újonc, kérj elnézést anyádéktól a nevemben is, éghet anyád arca hogy a világra hozott.

Ezt követően a tanár további, a diákok életéből hozott eseteket is boncolhat.

A beszélgetés tematikája:

1. Mi a véleményed a gyűlölködők viselkedéséről? Mit gondolsz, miért cselekszenek így?

Szerencsés lenne, ha a válaszok között a következők is szereplnének:

- irigység,
- a figyelem magára irányítása, népszerűség-hajhászás
- alacsony önértékelés – vágy arra, hogy másokat megalázza jobban érezze magát valaki
- képtelenség arra, hogy véleményét konstruktív módon fejezze ki
- unalom

2. Hogyan kéne az áldozatoknak viselkedniük egy ilyen helyzetben?

Szerencsés lenne, ha a válaszok között a következők is szerepelnének:

- Hagyjuk figyelmen kívül a hozzászólásokat – gyűlölködésre gyűlölködéssel válaszolni nem érdemes, mert csak eskalálja a konfliktust
- Beszéljünk egy felnőttel a történekről
- Ha van rá mód, töröljük a hozzászólást
- Húzzuk meg a vonalat és nevezzük nevén a szituációt, pl.: amit most teszel, az gyűlölködés, nem akarom, hogy ilyen stílusban írj nekem; megállítom a gyűlölködésedet, mert én ebben a stílusban nem válaszolok neked
- Jelentsük az esetet az oldal vagy portál adminjának
- Blokkoljuk a gyűlölködőt a profilunk hozzáférői közül

3. Milyen más módokon viselkedhetnének a gyűlölködők?

Fontos, hogy a válaszok között a következők is megjelenjenek:

- Fejezd ki a véleményed udvarias formában – hangsúlyozd, hogy csak a saját véleményed mondd, és fókuszálj a tárgyszerűségre, pl. játékstílus, csapatmunka, stratégia egy online játék esetén
- ne kommentálj

4. Mit kellene a szemtanúknak tenni?

- Fontos, hogy a válaszok között a következők is megjelenjenek:
- Ne lájkoljunk vagy osszuk meg sértő hozzászólásokat
- Ne válaszoljunk gyűlölködésre gyűlölködéssel
- Álljunk ellent, tehát írjunk a gyűlölködőnek, hogy amit tesz, az nem helyes
- Támogassuk az áldozatot
- Értesítsünk egy felnőttet
- Jelentsük a negatív, sértő hozzászólásokat az oldal adminisztrátorának

Összefoglalásképpen a tanár javasolhatja, hogy a diákokkal közösen készítsenek egy gyűlölködés-ellenes szabályzatot, vagy kivetítheti a gyűlölködés-elleni szabályokat és felolvashatja azokat.

GYŰLÖLKÖDÉS ELLENI SZABÁLYOK (2. sz. mellékletben is megtalálhatóak)

1. Gondolkodj, mielőtt válaszolsz egy gyűlölködő kommentre. Ne hagyd, hogy az érzelmeid felülkerekedjenek rajtad, ne a pillanat hevében válaszolj.
2. Ha tényleg dühös vagy, írd meg a választ, vegyél egy mély levegőt, és töröld ki.
3. Ne válaszolj agresszióra agresszióval – az agresszív válasz csak provokálja a gyűlölködőt, hogy folytassa a zaklatást.
4. Ne lájkolj és ossz meg gyűlölködő kommenteket – ezzel csak a terjesztésükben segítesz.
5. Ha lehetséges, töröld a gyűlölködő hozzászólásokat.
6. Ha gyűlölködést és a gyűlöletbeszédet tapasztalsz, jelentsd az oldal (fórum vagy közösségi oldal) adminisztrátorainak.
7. Nem minden kritika gyűlölködés. Tanuld meg megkülönböztetni a konstruktív kritikát a gyűlölködéstől.
8. Ha valami nem tetszik, vagy feldühít, fejezd ki érzelmeidet udvarias formában, ne gyűlölködéssel.
9. Sose hagyd fel azzal, amit teszel, gondolsz vagy mondasz a gyűlölködők miatt.
10. Ha úgy érzed, már nem tudod kezelni a gyűlölködőt, fordulj egy olyan felnőtthez, akiben megbízol, vagy keresd meg a hazai Safer Internet konzorciumot! Itt a Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány üzemeltet egy éjjel-nappal ingyen hívható telefont (116-111), illetve chat-szolgálatot (<http://www.kek-vonal.hu/index.php/hu/bejelentkezes/login>). Ezeken keresztül elmondhatod, hogy mi bánt, és ők tanácsokkal tudnak segíteni, hogy mitévő legyél!

KONKLÚZIÓ ÉS LEZÁRÁS (2 PERC)

A tanár informálja a diákokat arról, hogy gyűlölködés vagy online zaklatás esetén fordulhatnak a Nemzetközi Gyermekmentő Szolgálat által vezetett hazai Safer Internet konzorciumhoz. Online zaklatás esetén a Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány munkatársai tudnak segíteni a 116-111-es ingyen hívható telefonszámon (7-es díj). Ezután megköszöni a diákoknak a részvételt, és megkéri őket, hogy töltsenek ki egy rövid értékelő kérdőívet. (3. sz. melléklet)

1. Hogy érzett Lilla, mikor Ádám a cseten sértegette?

2. Mit érzett Ádám, mikor kiderült, hogy Lilla az a lány, akit online inzultált? Miért okozott neki nehézséget, hogy előszóban is megismételje az online elmondottakat?

3. A film végén látható a szlogen: "Add friend". Te hogyan értelmezed ezt?

GYŰLÖLKÖDÉS ELLENI SZABÁLYOK

1. Gondolkodj, mielőtt válaszolsz egy gyűlölködő kommentre. Ne hagyd, hogy az érzelmeid felülkerekedjenek rajtad, ne a pillanat hevében válaszolj.
2. Ha tényleg dühös vagy, írd egy választ, vegyél egy mély levegőt, és töröld ki.
3. Ne válaszolj agresszióra agresszióval – az agresszív válasz csak provokálja a gyűlölködőt, hogy folytassa a zaklatást.
4. Ne lájkolj és ossz meg gyűlölködő kommenteket – ezzel csak a terjesztésükben segítesz.
5. Ha lehetséges, töröld a gyűlölködő hozzászólásokat
6. Ha gyűlölködést és a gyűlöletbeszédet tapasztalsz, jelentsd az oldal (fórum vagy közösségi oldal) adminisztrátorainak
7. Nem minden kritika gyűlölködés. Tanuld meg megkülönböztetni a konstruktív kritikát a gyűlölködéstől.
8. Ha valami nem tetszik, vagy feldühít, fejezd ki érzelmeidet udvarias formában, ne gyűlölködéssel.
9. Sose hagyj fel azzal, amit teszel, gondolsz vagy mondasz a gyűlölködők miatt.
10. Ha úgy érzed, már nem tudod kezelni a gyűlölködőt, fordulj egy olyan felnőtthez, akiben megbízol, vagy keresd meg a hazai Safer Internet konzorciumot! Itt a Kék Vonal Gyermekkrízis Alapítvány üzemeltet egy éjjel-nappal ingyen hívható telefont (116-111), illetve chat-szolgálatot (<http://www.kek-vonal.hu/index.php/hu/bejelentkezes/login>). Ezeket keresztül elmondhatod, hogy mi bánt, és ők tanácsokkal tudnak segíteni, hogy mitévő legyél!

| Jelöld x-el a válaszodat | Igen | közepesen | nem |
|---|------|-----------|-----|
| Tetszett a foglalkozás? | | | |
| Tanultál valami újat? | | | |
| Fogod használni az órán elsajátítottakat? | | | |

| Jelöld x-el a válaszodat | Igen | közepesen | nem |
|---|------|-----------|-----|
| Tetszett a foglalkozás? | | | |
| Tanultál valami újat? | | | |
| Fogod használni az órán elsajátítottakat? | | | |

SAFER INTERNET PROGRAM

