



Cyberhistorie

O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci

Materiały dla młodzieży



Cyberhistorie

O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci



Materiały dla młodzieży

Tytuł oryginału angielskiego: *Cybersense. Training Booklet*

Program *CyberSense* jest dziełem Ariel Trust.

© Ariel Trust 2018

Koncepcja i realizacja: Ariel Trust

Cyberhistorie. O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci.

Materiały dla młodzieży

Koncepcja na podstawie oryginału angielskiego

i realizacja: Towarzystwo Edukacji Antydyskryminacyjnej

Redakcja merytoryczna i adaptacja programu do wersji

polskiej: Natalia Sarata

Współpraca adaptacyjna i redakcyjna: Hanna Zielińska

Tłumaczenie z języka angielskiego: Agnieszka

Modzelewska

Adaptacja tłumaczenia: Natalia Sarata

Redakcja techniczna i korekta: Ewa Furgał

Ilustracje i projekt okładki: Marta Zabłocka

Opracowanie graficzne i skład: Marianna Wybieralska

Opieka realizacyjna: Joanna Krawczyk, Fundacja Evens

Koordynacja: Hanna Zielińska, Towarzystwo Edukacji
Antydyskryminacyjnej

Materiały nieodpłatne, nie mogą być sprzedawane.

Materiały zostały wydane na licencji Creative Commons

„Uznanie autorstwa – Na tych samych warunkach 4.0
Międzynarodowe”.



Program edukacyjny *Cyberhistorie. O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci* jest adaptacją programu *CyberSense* Ariel Trust i został opracowany przez Towarzystwo Edukacji Antydyskryminacyjnej w ramach projektu *CyberSense.eu* realizowanego we współpracy z Ariel Trust i Fundacją Evens.

Projekt finansowany przez Fundację Evens.

www.cybersense.pl

www.tea.org.pl

Warszawa 2018

Spis treści

SCENARIUSZE I MATERIAŁY

Moduł 1 Selfie 18

Lekcja 1 Selfie. Animacja

- MATERIAŁ 1.1 Pytania do animacji – test 23
- MATERIAŁ 1.2 Nowe pojęcia 24
- MATERIAŁ 1.3 Emotikony 25

Lekcja 2 Selfie. Komiks

- MATERIAŁ 2.1 Komiks 30
- MATERIAŁ 2.2 Tabela do komiksu 31
- MATERIAŁ 2.3 Opisy postaci 32
- MATERIAŁ 2.4 Postać – kontur 33

Lekcja 3 Selfie. Scenki

- MATERIAŁ 3.1 Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała 37
- MATERIAŁ 3.2 Opis do scenek 39
- MATERIAŁ 3.3 Krzyżówka 40
- MATERIAŁ 3.4 Krzyżówka – rozwiązanie 41

Moduł 2 Flejmy 42

Lekcja 4 Flejmy. Animacja

- MATERIAŁ 4.1 Pytania do animacji – test 47
- MATERIAŁ 4.2 Nowe pojęcia 48
- MATERIAŁ 4.3 Pytania do animacji – otwarte 49

Lekcja 5 Flejmy. Komiks

- MATERIAŁ 5.1 Komiks 54
- MATERIAŁ 5.2 Tabela do komiksu 55
- MATERIAŁ 5.3 Opisy postaci 56
- MATERIAŁ 5.4 Postać – kontur 57

Lekcja 6 Flejmy. Scenki

- MATERIAŁ 6.1 Zasady dobrej komunikacji – FUKO 62
- MATERIAŁ 6.2 Opis do scenek 63
- MATERIAŁ 6.3 Krzyżówka 64
- MATERIAŁ 6.4 Krzyżówka – rozwiązanie 65

Moduł 3 Hejt 66

Lekcja 7 Hejt. Animacja

MATERIAŁ 7.1	Pytania do animacji – test	71
MATERIAŁ 7.2	Nowe pojęcia	72
MATERIAŁ 7.3	Emotikony	73

Lekcja 8 Hejt. Komiks

MATERIAŁ 8.1	Komiks	78
MATERIAŁ 8.2	Tabela do komiksu	79
MATERIAŁ 8.3	Opisy postaci	80
MATERIAŁ 8.4	Postać – kontur	81

Lekcja 9 Hejt. Scenki

MATERIAŁ 9.1	Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała	85
MATERIAŁ 9.2	Opis do scenek	87
MATERIAŁ 9.3	Wykreślanka	88
MATERIAŁ 9.4	Wykreślanka – rozwiązanie	89

Moduł 4 Bójki na niby 90

Lekcja 10 Bójki na niby. Animacja

MATERIAŁ 10.1	Pytania do animacji – test	95
MATERIAŁ 10.2	Emocje postaci	96
MATERIAŁ 10.3	Pytania do animacji – otwarte	97

Lekcja 11 Bójki na niby. Komiks

MATERIAŁ 11.1	Komiks	101
MATERIAŁ 11.2	Tabela do komiksu	102
MATERIAŁ 11.3	Opisy postaci	103
MATERIAŁ 11.4	Postać – kontur	104

Lekcja 12 Bójki na niby. Scenki

MATERIAŁ 12.1	Zasady dobrej komunikacji – FUKO	108
MATERIAŁ 12.2	Opis do scenek	109
MATERIAŁ 12.3	Krzyżówka z hasłem	110
MATERIAŁ 12.4	Krzyżówka z hasłem – rozwiązanie	111

Moduł 5 Włamanie 112

Lekcja 13 Włamanie. Animacja

- MATERIAŁ 13.1 Pytania do animacji – test 116
MATERIAŁ 13.2 Nowe pojęcia 117
MATERIAŁ 13.3 Pytania do animacji – otwarte 118

Lekcja 14 Włamanie. Komiks

- MATERIAŁ 14.1 Komiks 123
MATERIAŁ 14.2 Tabela do komiksu 124
MATERIAŁ 14.3 Opisy postaci 125
MATERIAŁ 14.3 Postać – kontur 126

Lekcja 15 Włamanie. Scenki

- MATERIAŁ 15.1 Zasady dobrej komunikacji – FUKO 131
MATERIAŁ 15.2 Opis do scenek 132
MATERIAŁ 15.3 Mam inne zdanie! 133
MATERIAŁ 15.4 Zszyfrowane słowa 134
MATERIAŁ 15.5 Zszyfrowane słowa – odpowiedzi 135

Moduł 6 Poza grupą 136

Lekcja 16 Poza grupą. Animacja

- MATERIAŁ 16.1 Pytania do animacji – test 141
MATERIAŁ 16.2 Pytania do animacji – otwarte 142
MATERIAŁ 16.3 Emotikony 143

Lekcja 17 Poza grupą. Komiks

- MATERIAŁ 17.1 Komiks 148
MATERIAŁ 17.2 Tabela do komiksu 149
MATERIAŁ 17.3 Opisy postaci 150
MATERIAŁ 17.4 Postać – kontur 151

Lekcja 18 Poza grupą. Scenki

- MATERIAŁ 18.1 Zasady dobrej komunikacji – FUKO 156
MATERIAŁ 18.2 Opis do scenek 157
MATERIAŁ 18.3 Megawykreślanka 158
MATERIAŁ 18.4 Megawykreślanka – rozwiązanie 159



Moduł 1

Selfie

Lekcja 1 **Selfie. Animacja**

Lekcja 2 **Selfie. Komiks**

Lekcja 3 **Selfie. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterów i bohaterów animacji „Selfie”. Jaka odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Krzysiek i Magda dopiero zaczęli ze sobą czatować. Czy Magda powinna wysłać Krzyśkowi selfie?

a.

Tak, nie ma w tym nic złego, Krzysiek chce tylko zobaczyć jej zdjęcie.

b.

Nie, ponieważ Krzysiek pokaże je swoim kolegom i wszyscy będą z niej żartować.

c.

Nie, ponieważ jeszcze nie wie, czy może mu zaufać.

2.

Sylwia pyta, dlaczego właściwie Magda miałaby wysłać Krzyśkowi selfie. Co myślisz o jej zachowaniu?

a.

Jest zbyt ostrożna. Nie ma nic złego w wysłaniu selfie.

b.

Sylwia ma rację. Przecież nie ma pewności, czy Magda może zaufać Krzyśkowi.

c.

Sylwia to nudziara. Krzysiek wcale nie ma złych zamiarów.

3.

Kiedy mama przyszła do jej pokoju, Magda mogła poprosić ją o radę, ale tego nie zrobiła. Dlaczego?

a.

Magda nie potrzebuje żadnej rady, bo w takiej sytuacji łatwo jest podjąć dobrą decyzję.

b.

Magda zmarnowała szansę, żeby zapytać mamę. Mama mogła mieć jakiś pomysł, który Magdzie nie przyszedł do głowy.

c.

Magda obawia się, że mama jej nie zrozumie.

4.

Kuba namawia Krzyśka, żeby ten poprosił Magdę o selfie. Mówi: „Jeśli cię lubi, to przysłać”. Czy Kuba zachowuje się jak dobry kolega?

a.

Przecież to nie ma znaczenia, to tylko czat.

b.

Tak, bo dziewczyny zawsze powinny wysłać chłopcom zdjęcia, jeśli chłopcy o to proszą.

c.

Kuba wywiera na Krzyśku presję, choć może sam nie zdaje sobie z tego sprawy.

Nowe pojęcia

Kuba naciskał na Krzyśka, by ten poprosił Magdę o selfie. Przeczytaj definicje zjawisk występujących między ludźmi w internecie i nie tylko. Zastanów się, które z nich najlepiej opisuje działanie Kuby.



Nękanie	Uparte i regularne dokuczanie komuś, które ma sprawić przykrość, przestraszyć, zaniepokoić. Może odbywać się także za pośrednictwem internetu.
Cyberprzemoc	Używanie internetu albo smartfona po to, by kogoś nękać, nastraszyć lub zdenerwować.
Trollowanie	Komentowanie czyichś postów lub zdjęć w taki sposób, by wprowadzić zamieszanie i zrobić przykrość. Trollowanie najczęściej ma miejsce na forach dyskusyjnych lub czatach grupowych. Osoba trollująca – troll – udaje, że dyskutuje, ale jej celem jest obrażenie osób, do których pisze, a także skupienie całej uwagi na sobie.
Wykluczanie	Celowe niewłączenie kogoś do grupy lub wyłączenie kogoś z już istniejącej grupy. Może mieć miejsce w internecie lub poza nim.
Dodanie do znajomych	Wysłanie komuś zaproszenia do dołączenia do grona znajomych na Facebooku lub w innym medium społecznościowym.
Selfie	Zdjęcie, które można sobie wykonać samodzielnie telefonem albo kamerą komputerową i udostępnić innym osobom przez internet.
Presja rówieśnicza	Wywieranie nacisku na kogoś, by zrobił coś, czego nie jest pewien lub z czym się nie zgadza. Presję może wywierać jedna osoba lub cała grupa rówieśników.
Zablokowanie	Uniemożliwienie innej osobie kontaktowania się z tobą online. Większość portali społecznościowych pozwala „blokować” użytkowników, co sprawia, że nie mogą oni widzieć twoich wiadomości ani komentować twoich postów.

Emotikony

Połącz portrety Magdy, Sylwii, Krzyśka i Kuby z emotikonami, które najlepiej opisują ich uczucia w animacji „Selfie”.

**zachwycona/
zachwycony**



**niepewna/
niepewny**



**przestraszona/
przestraszony**



**rozbawiona/
rozbawiony**



**rozczarowana/
rozczarowany**



**smutna/
smutny**



**wściekła/
wściekły**



**radosna/
radosny**



**zadowolona/
zadowolony**



Magda



Sylwia



Krzyśiek



Kuba



**zrozpaczona/
zrozpaczony**



**zła/
zły**



**obojętny/
obojętna**



**znudzona/
znudzony**



**zmęczona/
zmęczony**



**zaniepokojona/
zaniepokojony**



**zaskoczona/
zaskoczony**



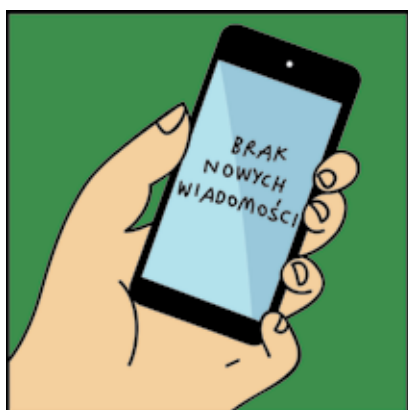
**rozżalona/
rozżalony**



**zawstydzona/
zawstydzony**

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



1. Magda nie odpisuje na wiadomość od Krzyska.



2. Krzysiek zdaje sobie sprawę, że naruszył granice i Magda mogła poczuć się niekomfortowo.



3. Kuba ignoruje obawy Krzyska i próbuje zbagatelizować sprawę.



4. Krzysiek wyjaśnia Kubie, że Magda naprawdę mu się podoba.



5. Krzysiek stwierdza, że zachował się niewłaściwie.

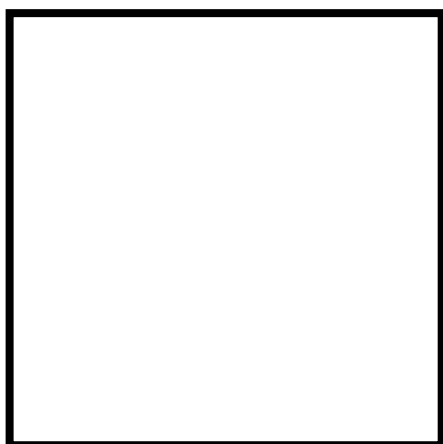


6. Jak Krzysiek może porozmawiać z Kubą o ich zachowaniu?

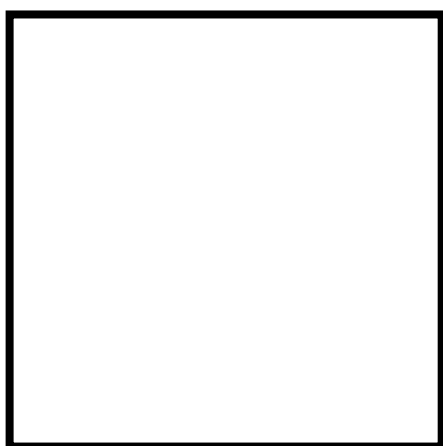
Tabela do komiksu

Krzysiek zdał sobie sprawę, że postąpił źle. Naleganie, aby Magda wysłała mu selfie, nie było w porządku. Jakie pytania Krzysiek może zadać Kubie, żeby lepiej zrozumieć, dlaczego poddał się jego presji?

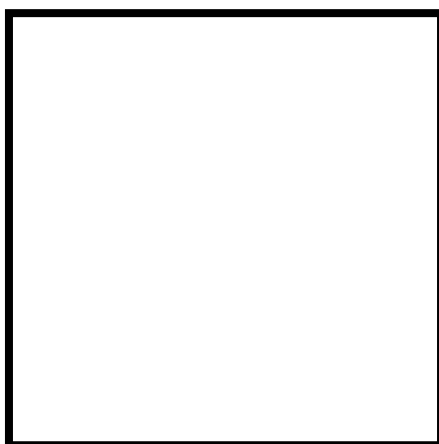
Wykorzystaj poniższą ramkę, aby pokazać przebieg rozmowy Krzyśka z Kubą.



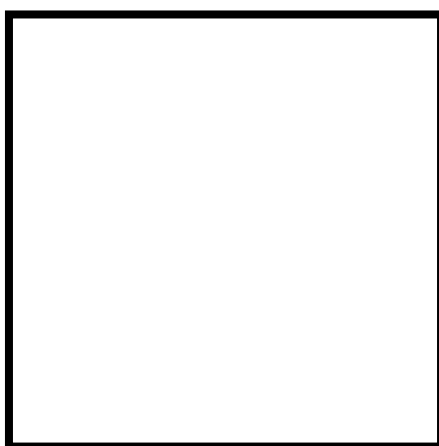
1. _____



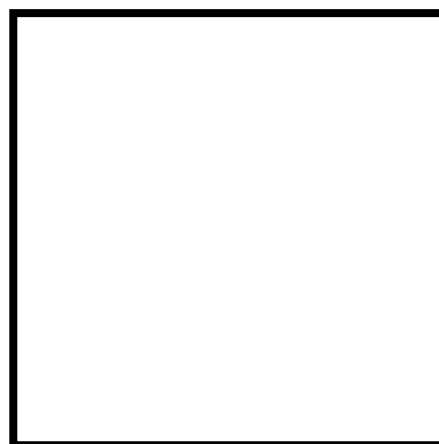
4. _____



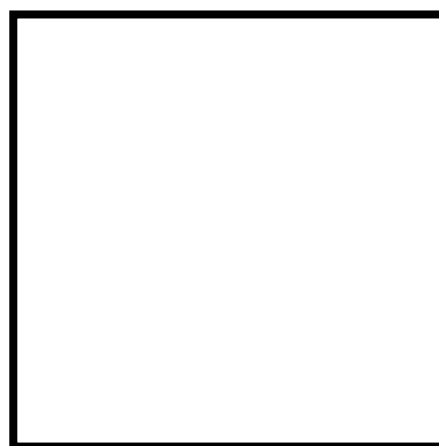
2. _____



5. _____



3. _____



6. _____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Selfie”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Magda

Ma 14 lat. Chodzi na lekcje baletu.



Krzysiek

Ma 15 lat. Lubi grać na gitarze.



Sylwia

Ma 15 lat. Chce zawodowo grać w tenisa.



Kuba

Ma 15 lat. Lubi grać w piłkę nożną.



Mama Magdy

Ma 45 lat. Jest nauczycielką.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

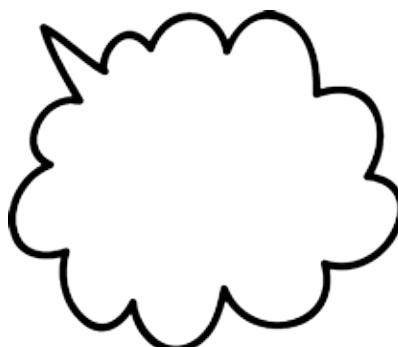
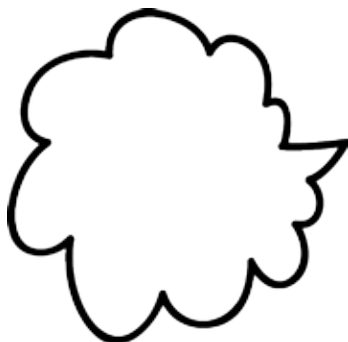
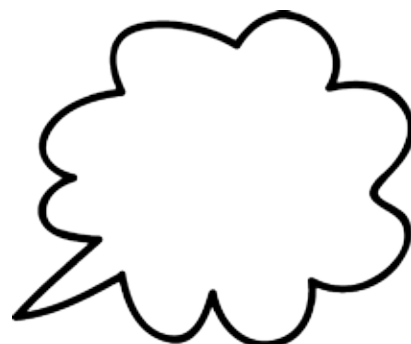
Interesuję się _____

_____.

lubię _____

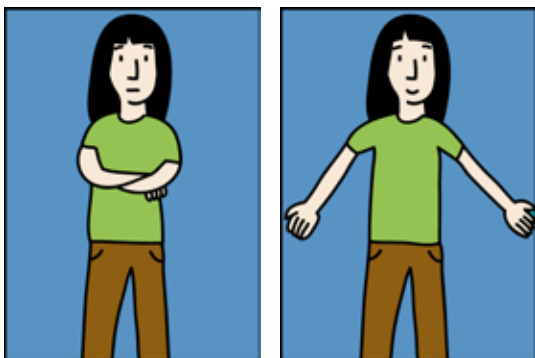
_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała 1/2

Ludzie w rozmowie używają nie tylko słów (komunikacja werbalna), ale także sygnałów ciała, czyli komunikacji niewerbalnej. Narzędziami takiej komunikacji są np. oczy, postawa ciała i głos, a także tempo mówienia czy poruszania się w trakcie rozmowy.



Postawa zamknięta

Kiedy w rozmowie z drugą osobą masz skrzyżowane lub założone ręce albo skrzyżowane lub założone nogi, twoja postawa ciała może sygnalizować obawę lub wrogość. Może też sygnalizować, że jesteś zamknięta/zamknięty na argumenty i zdanie drugiej osoby.

Postawa otwarta

Kiedy w rozmowie z drugą osobą twoje ręce umieszczone są swobodnie wzdłuż ciała, a nogi nieskrzyżowane, twoja postawa ciała może sygnalizować, że masz gotowość słuchania drugiej osoby i jesteś ciekawa/ciekawy jej zdania.



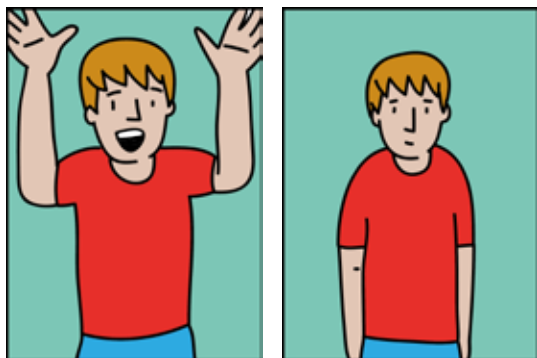
Brak kontaktu wzrokowego

Kiedy w rozmowie z drugą osobą unikasz patrzenia jej w oczy i ciągle kierujesz wzrok gdzieś indziej, może to sprawiać wrażenie, że nie jesteś zainteresowana/zainteresowany rozmową lub nie słuchasz tego, co mówi twoja rozmówczyni / twój rozmówca.

Utrzymywanie kontaktu wzrokowego

Kiedy w rozmowie starasz się często patrzeć na twarz drugiej osoby albo w jej oczy, może to sprawiać wrażenie, że jesteś bardzo zainteresowana/zainteresowany tym, co ta osoba mówi, a także daje sygnał, że słuchasz jej uważnie. Uwaga: jeśli utrzymujesz kontakt wzrokowy bez przerwy, mówiąc i słuchając, to może także niepokoić osobę, z którą rozmawiasz.

Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała 2/2

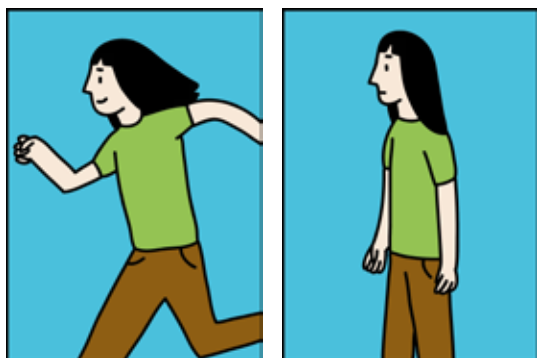


Podniesiony głos

Używanie w zwykłej rozmowie podniesionego głosu może wbrew twoim intencjom komunikować złość, frustrację i wywoływać u osoby, z którą rozmawiasz, obawę przed krzykiem i poczucie zagrożenia.

Łagodny ton głosu

Łagodny ton głosu komunikuje drugiej osobie bezpieczeństwo w rozmowie, a także twoją gotowość do spokojnej wymiany zdań. **Uwaga:** jeśli ton głosu jest sztucznie łagodny, może to sprawiać wrażenie nieszczerości w kontakcie. Jeśli mówisz zbyt cicho, twój rozmówca / twoja rozmówczyni może cię nie usłyszeć.



Szybkie tempo lub wolne tempo

Jeśli mówisz bardzo szybko, możesz nie być rozumiana/rozumiany przez drugą osobę. Może to też robić wrażenie pośpiechu i braku czasu na rozmowę. Jeśli zbyt szybko i intensywnie gestykulujesz, może to powodować, że twój rozmówca / twoja rozmówczyni skupi się na tempie, w jakim porusza się twoje ciało, a nie na tym, co mówisz. Jeśli mówisz lub gestykulujesz bardzo wolno, może to odwracać uwagę od tego, co masz do powiedzenia.

Umiarkowane tempo

Jeśli rozmawiasz z drugą osobą w swobodnym tempie i gestykulujesz z umiarem, zwiększasz szanse, że to, co chcesz wyrazić, zostanie bez przeszkód zrozumiane. Sygnalizujesz też w ten sposób drugiej osobie, że nigdzie się nie spieszysz i że masz na tę rozmowę tyle czasu, ile potrzeba, by skutecznie się porozumieć.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj wybraną scenkę.



Scenka 1

Magda podoba się Krzyškowi, dlatego chłopak zaczyna z nią czatować. Jego kolega Kuba naciska, żeby Krzysiek poprosił Magdę o wysłanie selfie. Kiedy Krzysiek to robi, Magda przestaje odpowiadać na jego wiadomości. Kuba uznaje, że Magda jest sztywna. Jak Krzysiek może przeciwstawić się presji Kuby?

Odegrajcie scenki, w których Krzysiek przeciwstawia się naciskom kolegi. W jaki sposób może nie zgodzić się z kolegą i przedstawić swoje zdanie? Jak może wytłumaczyć Kubie, że jego presja nie jest w porządku?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 3.1).



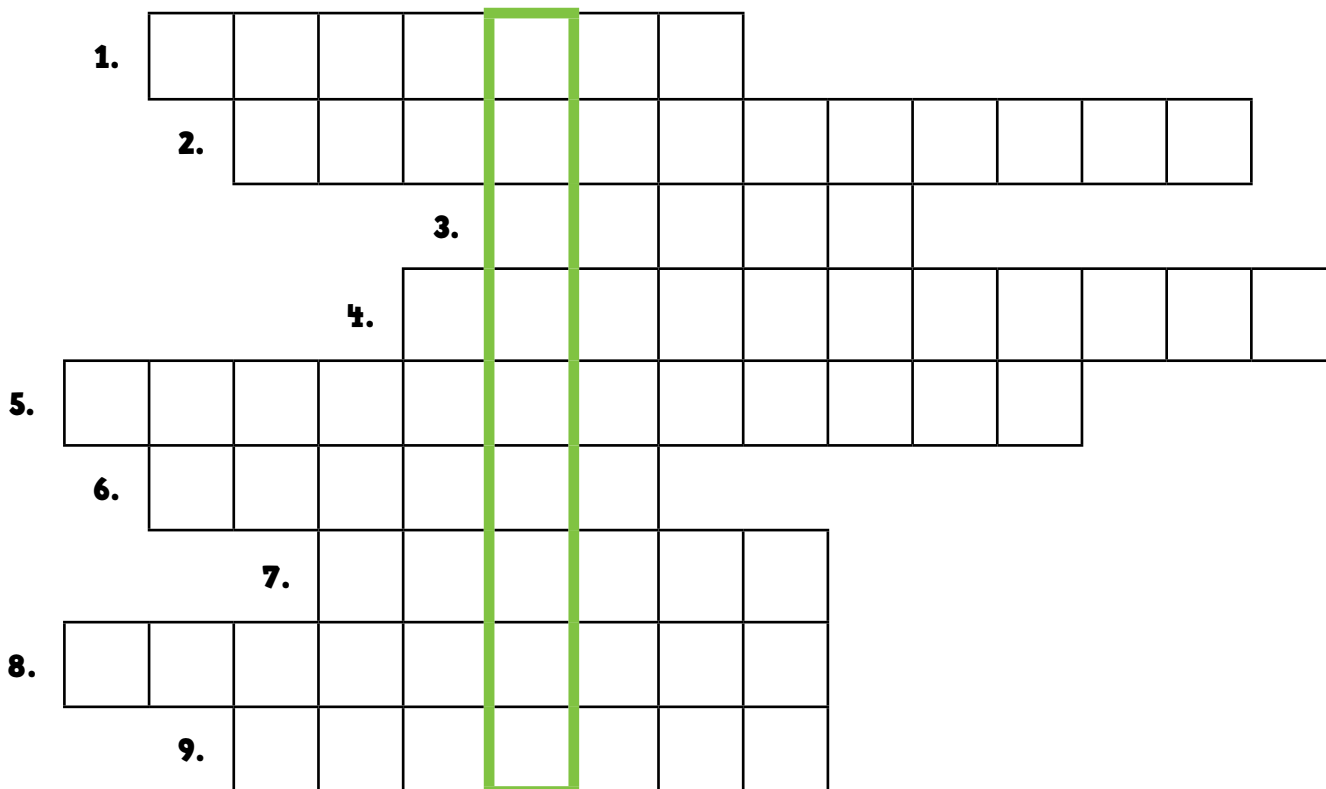
Scenka 2

Krzysiek podoba się Magdzie, dlatego Magda odpowiada na jego wiadomości na czacie. Jednak Krzysiek naciska, by Magda wysłała mu swoje selfie. Magda nie wie, co ma zrobić. Czuje, że ta prośba nie jest całkiem w porządku, dlatego nie mówi o niej swojej mamie. Jednak obawia się, że jeśli nie wyśle selfie, Krzysiek przestanie do niej pisać. Jak Magda może oprzeć się presji wywieranej przez Krzyśka?

Odegrajcie scenki, w których Magda przeciwstawia się naciskowi Krzyśka. W jaki sposób może odmówić koleździe i uzasadnić swoją odmowę? Jak może wytłumaczyć Krzyškowi, że jego presja nie jest w porządku?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 3.1).

Krzyżówka



1. ... do znajomych.
2. Używanie internetu albo smartfona po to, by kogoś nękać, nastraszyć lub zdenerwować.
3. Osoba zamieszczająca nieprzyjemne komentarze, która tak naprawdę nie chce dyskutować, ale przeszkadzać.
4. Celowe niewłączenie kogoś do grupy lub wyłączenie kogoś z już istniejącej grupy.
5. Uniemożliwienie innej osobie kontaktowania się z tobą online.
6. Zdjęcie, które można sobie wykonać samodzielnie telefonem.
7. Naciskanie, naleganie, wymuszanie.
8. Pod twoim postem.
9. Uparte i regularne dokuczanie komuś, które ma sprawić przykrość lub przestraszyć.

Krzyżówka - rozwiązanie

1.	D	O	D	A	N	I	E											
2.	C	Y	B	E	R	P	R	Z	E	M	O	C						
				3.	T	R	O	L	L									
				4.	W	Y	K	L	U	C	Z	A	N	I	E			
5.	Z	A	B	L	O	K	O	W	A	N	I	E						
6.	S	E	L	F	I	E												
				7.	P	R	E	S	J	A								
8.	K	O	M	E	N	T	A	R	Z									
				9.	N	Ę	K	A	N	I	E							



Moduł 2

Flejmy

Lekcja 4 **Flejmy. Animacja**

Lekcja 5 **Flejmy. Komiks**

Lekcja 6 **Flejmy. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterki animacji „Flejmy”. Która odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Czy Patrycja powinna zachęcać Sonię do opublikowania nastawliwego komentarza w odpowiedzi na niemiły komentarz Ani?

a.

Tak, Patrycja ma rację. Jeśli Sonia teraz się nie postawi, to w przyszłości wszyscy będą mogli na nią napadać.

b.

Nie, ponieważ taki komentarz tylko pogorszy sprawę.

c.

Tak, ponieważ sama Ania zaczęła to komentowanie.

2.

Ania napisała nieprzyjemny komentarz do posta Soni i wszyscy mogą go teraz zobaczyć. Czy to zachowanie jest w porządku?

a.

Tak, ponieważ Ania tylko żartowała – Soni wina, że bierze to do siebie.

b.

Nie, to nie jest w porządku. Ania wie, że wszyscy zobaczą jej komentarz. Wie, że Sonia będzie zmartwiona i zdenerwowana.

c.

Ania nie była złośliwa. Chciała sobie tylko pożartować, a poza tym ten komentarz i tak w każdej chwili można skasować.

3.

Czy zgadzasz się z mamą Soni, że Sonia wyolbrzymiała sprawę?

a.

Nie. Ani też by się to nie podobało, gdyby to Sonia napisała o niej w ten sposób.

b.

Nie. Mama Soni nie zdaje sobie sprawy, że ten komentarz Ani zobaczyła cała szkoła.

c.

Tak. Sonia powinna porozmawiać z Anią twarzą w twarz, bo w internecie łatwo o nieporozumienia.

4.

Czy Sonia powinna odpisać na komentarz Ani?

a.

Nie. Sonia powinna posłuchać rady mamy i porozmawiać z Anią osobiście.

b.

Tak, bo inaczej Ania być może znów napisze coś nieprzyjemnego i to jeszcze pogorszy sprawę.

c.

Tak. Ania sprawiła Soni przykrość swoim komentarzem, więc teraz Sonia ma prawo odpowiedzieć jej tym samym.

Nowe pojęcia

Ania opublikowała nieprzyjemny komentarz na temat Soni. Przeczytaj definicje pojęć, które dotyczą zachowania w internecie i zastanów się, które z nich najlepiej opisują działanie Ani.



Netykieta Lista niepisanych zasad „dobrego wychowania”, które regulują poruszanie się i komunikowanie w sieci. Pojęcie pochodzi od połączenia słów *net* (ang. „sieć”) i „etykieta” – zasady zachowania.

Flejm Kłótnia internetowa, nazywana czasem „wojną na obelgi”, która rozpoczyna się od jednego obraźliwego komentarza i przeobraża w wymianę obraźliwych wiadomości między dwiema osobami w sieci. Wiadomości są widoczne publicznie, zawierają oceniające komentarze i ataki osobiste. Wiele forów internetowych zabrania prowadzenia wymian tego rodzaju wiadomości.

Zbanowanie Uniemożliwienie komuś dostępu do danych forów, grup dyskusyjnych, stron internetowych w związku z naruszeniem netykiety danej strony.

Cyberprzemoc Używanie internetu albo smartfona po to, by kogoś nękać, nastraszyć lub zdenerwować.

Wykluczanie Celowe niewłączenie kogoś do grupy lub wyłączenie kogoś z już istniejącej grupy. Może mieć miejsce w internecie lub poza nim.

Włamanie/ fraping Wykorzystanie sytuacji, w której ktoś nie wylogował się ze swojego profilu na Facebooku lub w innym medium społecznościowym i zamieszczenie upokarzających zdjęć, ironicznych lub obraźliwych komentarzy, zmiana danych tej osoby w jej profilu. Dzieje się to bez wiedzy i zgody tej osoby i często jest uważane za żart, jednak stanowi naruszenie prywatności. Nazwa angielska pochodzi od „F” jak Facebook i *rape* (czyt. rej), co po angielsku znaczy „napaść”, „gwałt”.

Nękanie Uparte i regularne dokuczanie komuś, które ma sprawić przykrość, przestraszyć, zaniepokoić. Może odbywać się także za pośrednictwem internetu.

Hejtowanie Negatywne, mające sprawić przykrość komentowanie wyglądu i zachowania danej osoby, prowadzone w internecie. Słowo pochodzi od angielskiego wyrazu *hate* (czyt. hejt), który oznacza „nienawiść”, „nienawidzić”.

Hejter Osoba, która uprawia hejtowanie w internecie, a swoim zachowaniem krzywdzi i sprawia przykrość innym osobom.

Pytania do animacji – otwarte

Odpowiedz na pytania.



Co mama Soni uważa na temat reakcji Soni na obraźliwy komentarz Ani?



Jakimi słowami można opisać zachowanie Patrycji?



Co poradzisz Soni, która nie wie, jaką decyzję podjąć w sprawie odpowiedzi Ani?

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



1. Mama mówi Soni, że Ania jest zdenerwowana jej komentarzem na Facebooku.



2. Sonia nie pomyślała, że ten komentarz może Anię aż tak dotknąć.



3. Sonia kontaktuje się z Patrycją, która go wymyśliła. Ale Patrycja zrzuca na Sonię winę za opublikowanie komentarza.



4. Sonia i Patrycja wspólnie opublikowały komentarz, ale zrobiły to z profilu Soni.



5. Załamana Sonia rozmawia z mamą. Mama miała rację, a ona wyolbrzymiła sprawę.



6. Co Sonia mogła zrobić inaczej?

Tabela do komiksu

Sonia zdecydowała się nieprzyjemnie odpowiedzieć na obraźliwy komentarz Ani. Jednak mama uświadomiła jej, że to działanie sprawiło Ani przykrość i sytuacja stała się tylko gorsza. Sonia zastanawia się, co może zrobić: obwinić o wszystko Anię i Patrycję? A może przyznać się do błędu i spróbować go naprawić? Przedstaw rozwiązanie tej sytuacji w formie komiksu, wykorzystując poniższą ramkę.

--	--	--

1. _____

2. _____

3. _____

--	--	--

4. _____

5. _____

6. _____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Flejmy”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Patrycja

Ma 15 lat. Chodzi na treningi karate.



Sonia

Ma 14 lat. Potrzebuje czasu, żeby się z kimś zaprzyjaźnić.



Ania

Ma 14 lat. Lubi wycieczki po górach.



Mama Soni

42 lata. Wychowuje Sonię sama.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

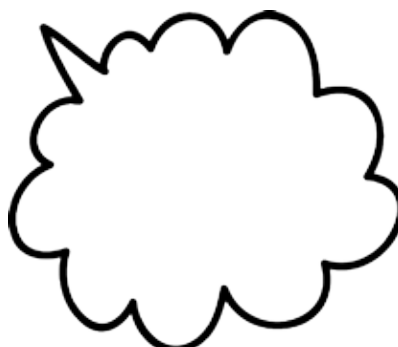
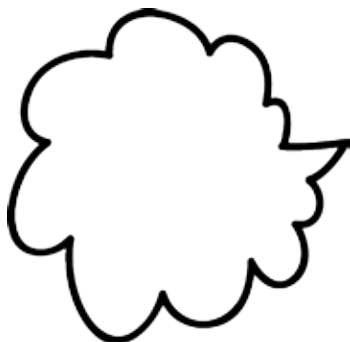
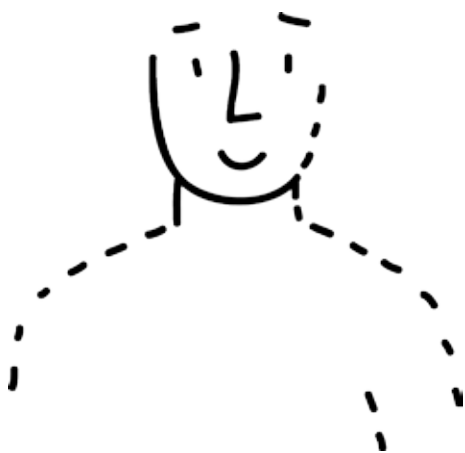
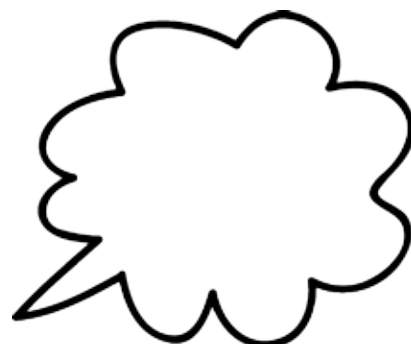
Interesuję się _____

_____.

lubię _____

_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji - FUKO

Dla porozumienia się z drugą osobą ważna może być komunikacja niewerbalna, na którą składają się ton głosu, postawa ciała i inne środki wyrazu. A jeśli chcesz komuś opowiedzieć o tym, jak jej/jego zachowania wpływają na ciebie lub inne osoby, to ważny będzie też sposób skonstruowania wypowiedzi. Taki rodzaj wypowiedzi nazywamy informacją zwrotną.

W skonstruowaniu dobrej informacji zwrotnej ważne jest, by nazwać zachowania, które są niechciane i sprawiają nam przykrość i uczucia, które te zachowania w nas budzą. Istotne jest także powiedzenie o tym, jakie konsekwencje mają dla nas te zachowania i czego oczekujemy na przyszłość.

Przyjrzyj się poniższym przykładom i spróbuj wykorzystać tę zasadę do sformułowania informacji zwrotnej Ani do Soni oraz Soni wobec Patrycji.

F jak FAKTY

Przykład 1

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się:
Kopiesz w moje krzesło, kiedy siedzę na lekcji w klasie.

Przykład 2

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się.
Piszesz na moim profilu złośliwe komentarze, które w dodatku wszyscy mogą zobaczyć.

U jak UCZUCIA

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Dlatego jestem poirytowana i nie mogę się skupić na przebiegu lekcji.

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Jest mi przykro, jestem zła i nieprzyjemnie zdziwiona twoim zachowaniem.

K jak KONSEKWENCJE

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Będę musiała w domu poświęcić więcej czasu, żeby tego wszystkiego się nauczyć.

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
W konsekwencji nie jestem już pewna/pewny, czy naprawdę się przyjaźnimy.

O jak OCZEKIWANIA

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Chcę, żebyś przestał/przestała kopać w moje krzesło.

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Chcę, żebyś przestał/przestała pisać takie niesprawiedliwe komentarze.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj wybraną scenkę.



Scenka 1

Sonia publikuje na swoim profilu zdjęcie, które jej przyjaciółka Ania niemiło komentuje. Namówiona przez Patrycję Sonia wrzuca przykrą odpowiedź. Sytuacja staje się nieprzyjemna, ponieważ Ania czuje się dotknięta. Sonia decyduje się przeprosić koleżankę. W jaki sposób może to zrobić?

Odegrajcie scenki, w których Sonia opisuje swoje zachowanie i przeprosza Anię. Jakich słów użyje, aby pogodzić się z przyjaciółką? Co powie, aby przerwać flejmy? Co odpowie Ania?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 6.1).



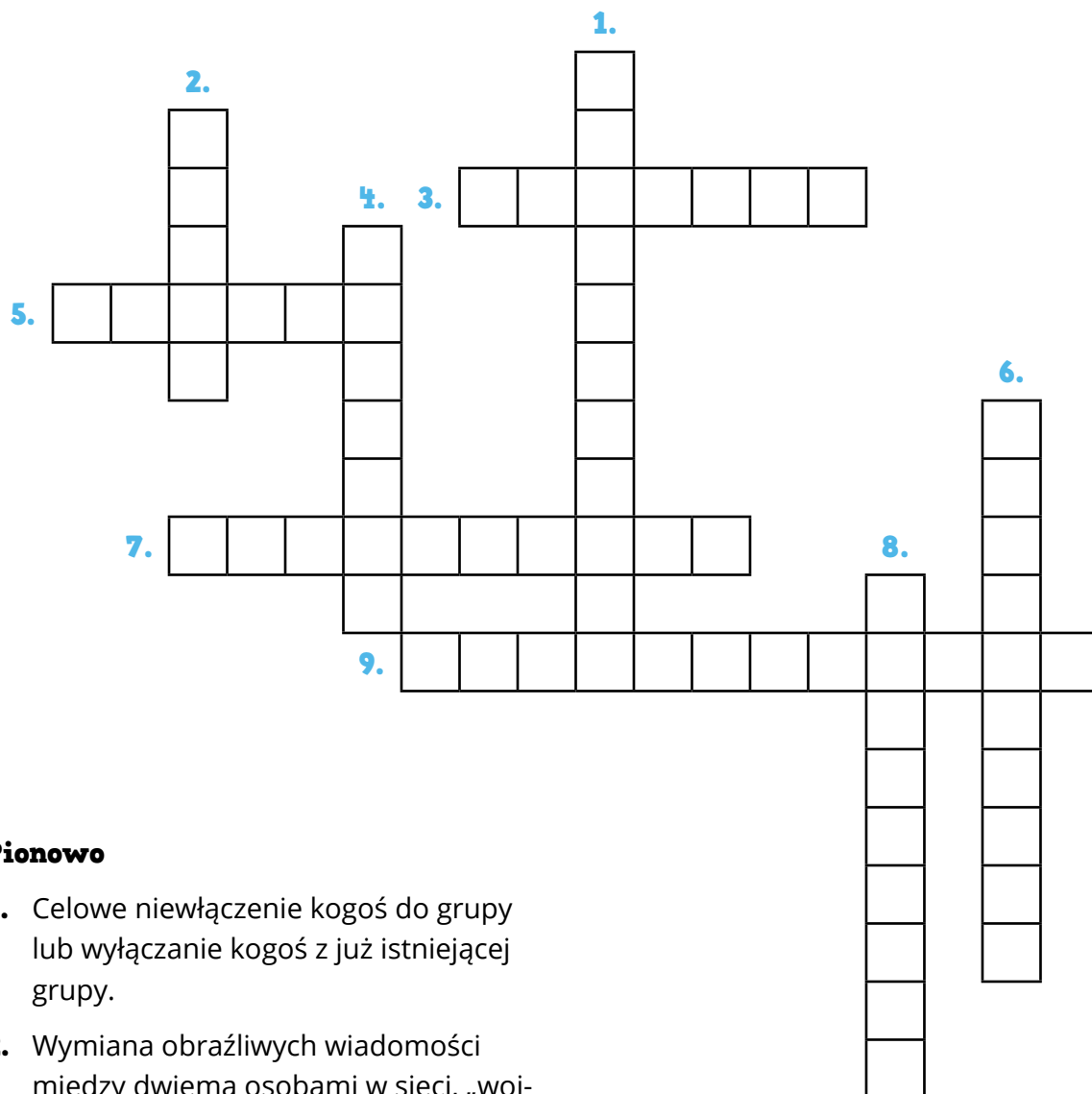
Scenka 2

Sonia publikuje na swoim profilu zdjęcie, które jej przyjaciółka Ania niemiło komentuje. Zamiast uspokoić Sonię, Patrycja stara się na nią wpłynąć, by zamieściła przykrą odpowiedź na komentarz Ani. Ania czuje się dotknięta. Patrycja chce przeprosić Sonię, że naciskała na nią w sprawie zamieszczenia komentarza. Jak Patrycja może to zrobić?

Odegrajcie scenki, w których Patrycja wyjaśnia swoje zachowanie i przeprosza Anię. Jakich słów użyje, by to zrobić? Co zrobi, by w przyszłości flejmy się nie powtórzyły? Co odpowie Sonia?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 6.1).

Krzyżówka



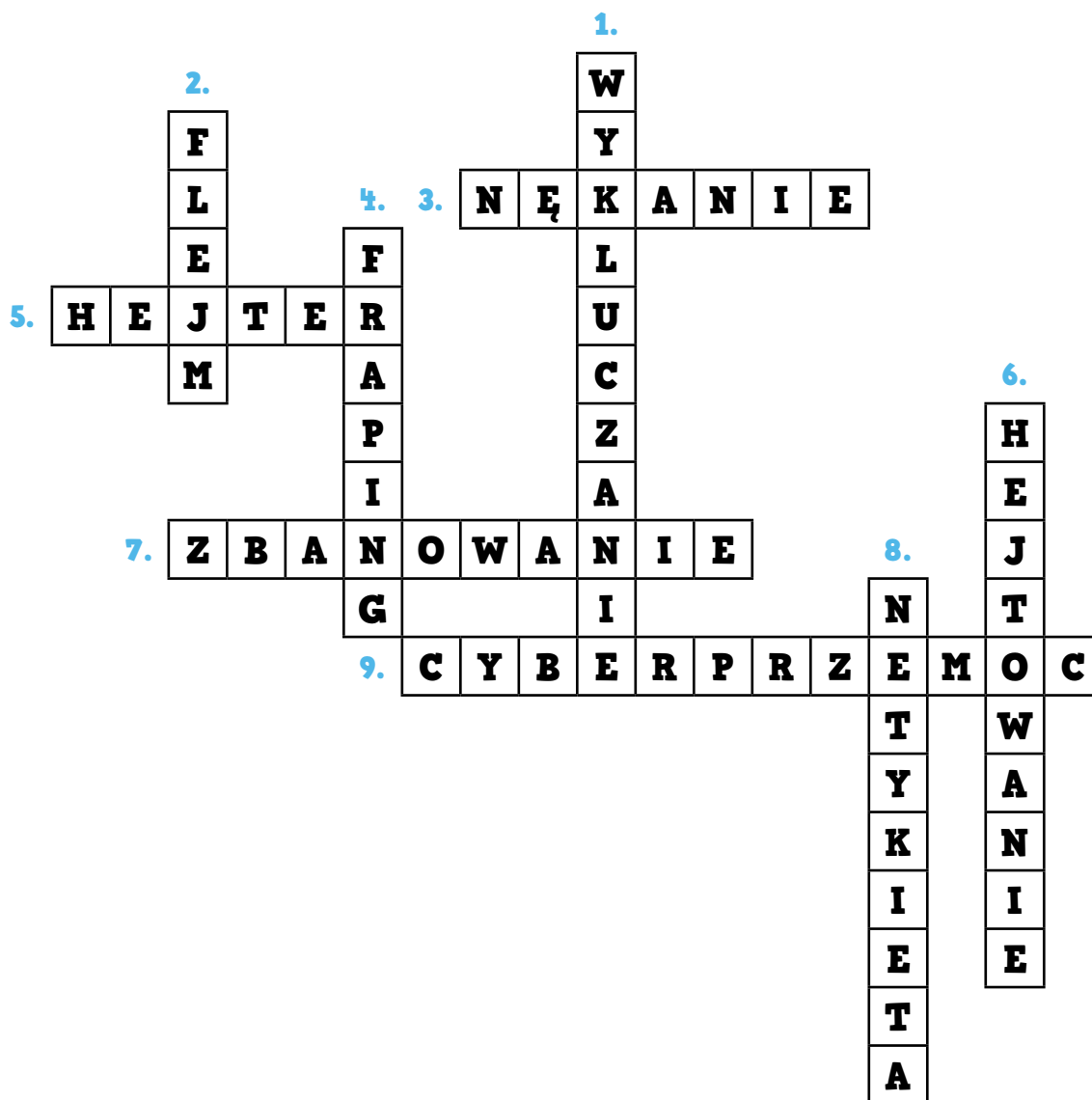
Pionowo

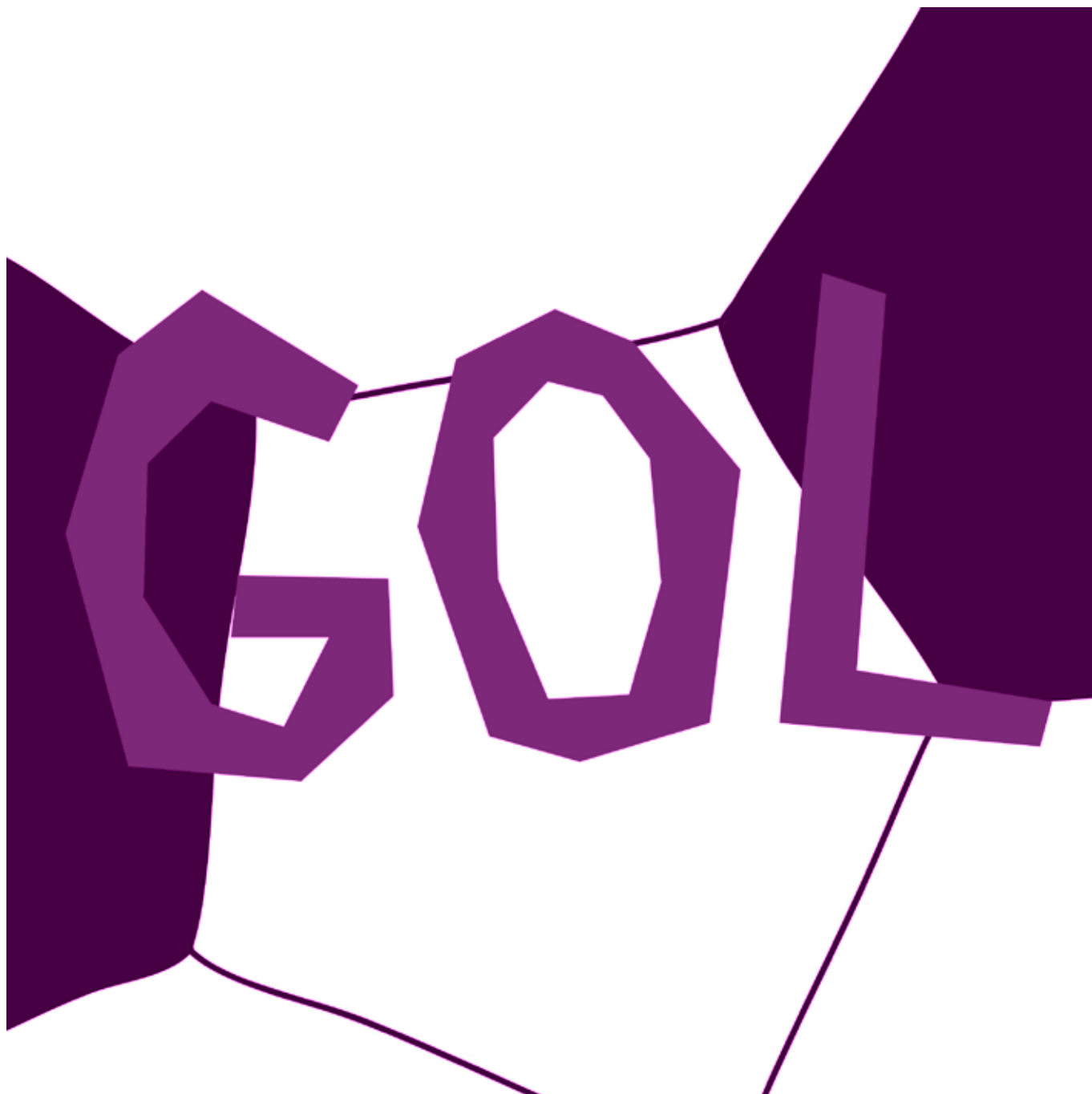
1. Celowe niewłączenie kogoś do grupy lub wyłączenie kogoś z już istniejącej grupy.
2. Wymiana obraźliwych wiadomości między dwiema osobami w sieci, „wojna na słowa”.
4. Zmiana danych profilowych jakiejś osoby bez jej wiedzy i zgody, gdy ta zapomniała wylogować się ze swojego profilu.
6. Negatywne, mające sprawić przykrość komentowanie wyglądu i zachowania danej osoby, prowadzone w internecie.
8. Lista niepisanych zasad „dobrego wychowania”, które regulują poruszanie się i komunikowanie w sieci.

Poziomo

3. Uparte i regularne dokuczanie komuś, które ma sprawić przykrość, przestraszyć, zaniepokoić.
5. Osoba, która hejtuje.
7. Uniemożliwienie komuś dostępu do forów, grup dyskusyjnych, stron internetowych w związku z naruszeniem netykiety.
9. Używanie internetu albo smartfona po to, by kogoś nękać, nastraszyć lub zdenerwować.

Krzyżówka - rozwiązanie





Moduł 3

Hejt

Lekcja 7 **Hejt. Animacja**

Lekcja 8 **Hejt. Komiks**

Lekcja 9 **Hejt. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterki i bohatera animacji „Hejt”. Która odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Janek zwyzywał Kasię, kiedy okazało się, że osoba, która z nim gra, jest dziewczyną. Jak myślisz, jak teraz czuje się Kasia?

a.

Kasia jest wściekła. Pokonała go w uczciwy sposób, grała fair, a fakt, że jest dziewczyną, nie ma tu żadnego znaczenia.

b.

Jest zmartwiona i smutna. Bez względu na to, czy jest lesbijką, czy nie, przezwiska, których użył Janek, są homofobiczne i raniące.

c.

Jest zaniepokojona. Nie rozumie, dlaczego Janek zachował się w ten sposób i nie wie, co się wydarzy, jak spotka go w szkole.

2.

Jak myślisz, dlaczego Janek był wobec Kasi taki nieprzyjemny?

a.

Ponieważ Kasia to dziewczyna, a Janek nie przepada za dziewczynami.

b.

Uważa, że piłka nożna i komputer to rzeczy dla chłopaków. Dlatego jest zawstydzony tym, że Kasia jest od niego lepsza.

c.

Zdenerwował się, bo nie umie przegrywać i chciałby wygrywać za każdym razem.

3.

Czy Janek miał prawo przezywać Kasię, dlatego że jest dziewczyną, która gra w piłkę?

a.

Janek nie ma żadnego prawa, żeby tak się zachowywać w stosunku do Kasi, tymczasem był bardzo napastliwy.

b.

Tak, ponieważ wszyscy wiedzą, że piłka nożna jest tylko dla chłopaków.

c.

Tak, ponieważ nie chce, by jego koledzy się dowiedzieli, że przegrał z dziewczyną.

4.

Czy rodzice Janka powinni się niepokoić, że Janek gra w gry internetowe z osobami, o których nic nie wie?

a.

Nie, bo i tak osoby z którymi gra, są z jego szkoły. Nie ma powodów do niepokoju.

b.

Nie, ponieważ Janek gra w swoim pokoju, gdzie jest bezpieczny i nic mu nie zagraża.

c.

Tak, ponieważ sam Janek nie wie i nie jest w stanie sprawdzić, z kim tak naprawdę gra i rozmawia online. To nie musi być żadna znana mu osoba.

Nowe pojęcia

Janek zwyzywał Kasię, kiedy dowiedział się, że przegrał w grę komputerową z dziewczyną. Przeczytaj poniższe definicje i zastanów się, które z nich najlepiej opisują postawę Janka.



Cyberprzemoc

Używanie internetu albo smartfona po to, by kogoś nękać, nastraszyć lub zdenerwować.

Wykluczanie

Celowe niewłączenie kogoś do grupy lub wyłączenie kogoś z już istniejącej grupy. Może mieć miejsce w internecie lub poza nim.

Seksizm

Negatywne nastawienie do osób danej płci, w animacji „Hejt” to nastawienie do dziewczyn i kobiet – błędne założenie, że są gorsze od chłopców i mężczyzn. Może przybierać różne formy, jedną z nich jest przekonanie, że różne zawody, zajęcia albo hobby nie są dla dziewcząt. Ale kiedy chłopcy słyszą, że coś jest „nie dla chłopców”, to także jest seksizm.

Nękanie

Uparte i regularne dokuczanie komuś, które ma sprawić przykrość, przestraszyć, zaniepokoić. Może odbywać się także w internecie.

Hejt

Negatywne, mające sprawić przykrość komentarze, na przykład na temat wyglądu lub zachowania danej osoby, zamieszczane w internecie. Słowo pochodzi od angielskiego wyrazu *hate* (czyt. hejt), który oznacza „nienawiść”, „nienawidzić”.

Hejter

Osoba, która uprawia hejtowanie w internecie, czym krzywdzi inne osoby i sprawia im przykrość.

Homofobia

Negatywne nastawienie do osób, które zakochują się i wchodzą w związki z osobami tej samej płci.

Emotikony

Połącz portrety Kasi i Janka z emotikonami, które najlepiej opisują ich uczucia w animacji „Hejt”.

**zachwycona/
zachwycony**



**niepewna/
niepewny**



**przestraszona/
przestraszony**



**rozbawiona/
rozbawiony**



**rozczarowana/
rozczarowany**



**smutna/
smutny**



**wściekła/
wściekły**



**radosna/
radosny**



**zadowolona/
zadowolony**



**zrozpaczona/
zrozpaczony**



**zła/
zły**



**obojętny/
obojętna**



**znudzona/
znudzony**



**zmęczona/
zmęczony**



**zaniepokojona/
zaniepokojony**



**zaskoczona/
zaskoczony**



**rozżalona/
rozżalony**



**zawstydzona/
zawstydzony**



Kasia



Janek

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



1. Kasia prosi wychowawczynię o rozmowę i mówi jej o wyzwiskach Janka.



2. Tata Janka odbiera telefon ze szkoły w sprawie seksistowskiego i homofobicznego języka syna.



3. Janek wraca ze szkoły. Tata chce z nim porozmawiać.



4. Janek próbuje się usprawiedliwić.



5. Tata tłumaczy Jankowi, że bez względu na okoliczności używanie takiego języka jest zawsze złe.

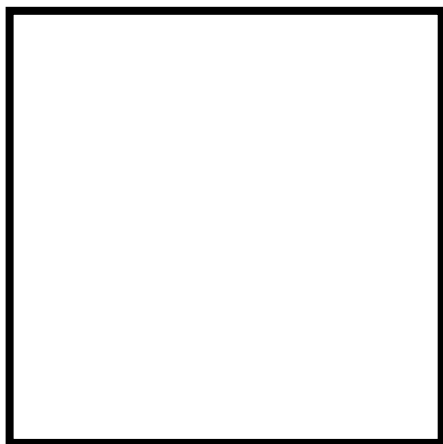


6. W jaki sposób Janek może przeprosić Kasię? Co może zrobić, żeby już nigdy więcej nie używać takich wyzwisk?

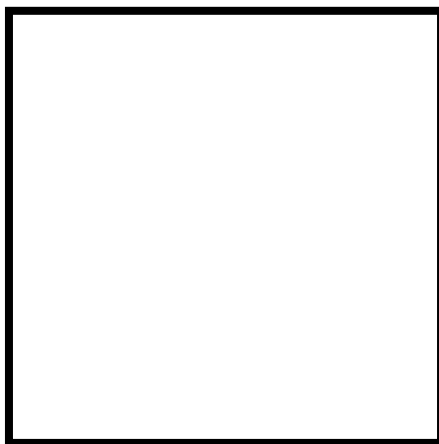
Tabela do komiksu

Janek zdenerwował się tym, że przegrał z dziewczyną i użył wobec Kasi obraźliwych słów. Tata wytłumaczył mu, że taki język jest niedopuszczalny i raniący. Janek chce przeprosić Kasię.

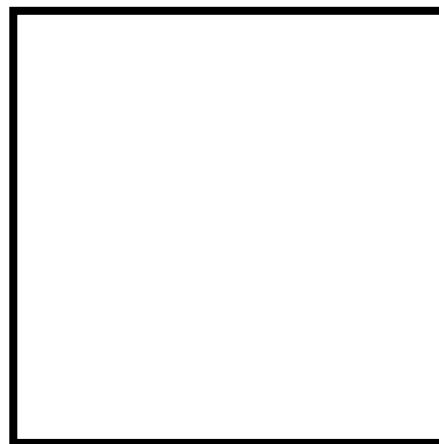
W jaki sposób może to zrobić, żeby przeprosiny były takie, jak trzeba? Przedstaw rozwiązanie tej sytuacji w formie komiksu, wykorzystując poniższą ramkę.



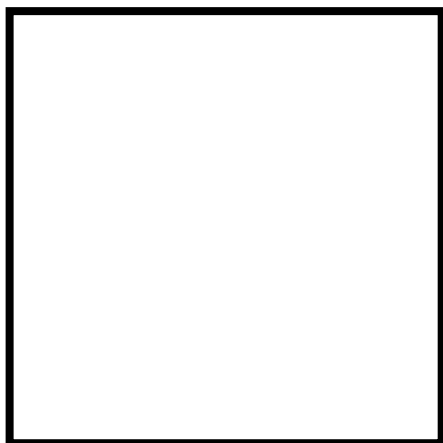
1. _____



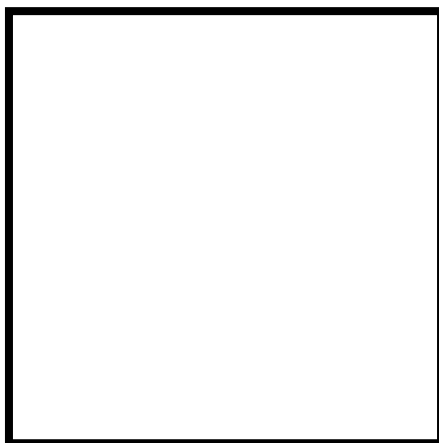
2. _____



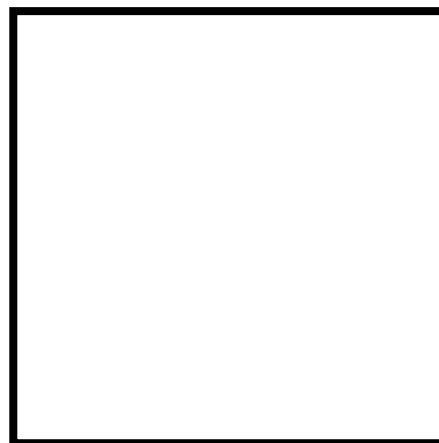
3. _____



4. _____



5. _____



6. _____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Hejt”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Kasia

Ma 15 lat. Uwielbia sport.



Janek

Ma 15 lat. Interesuje się grafiką komputerową.



Mama Kasi

Ma 38 lat. Jeździ taksówką.



Tata Janka

Ma 40 lat. Jest listonoszem.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

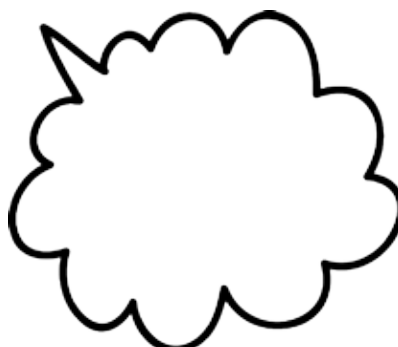
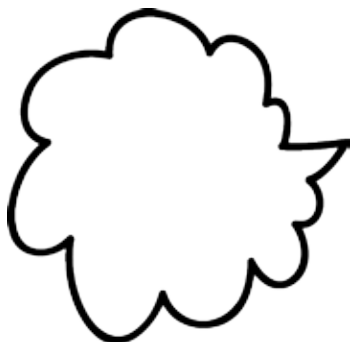
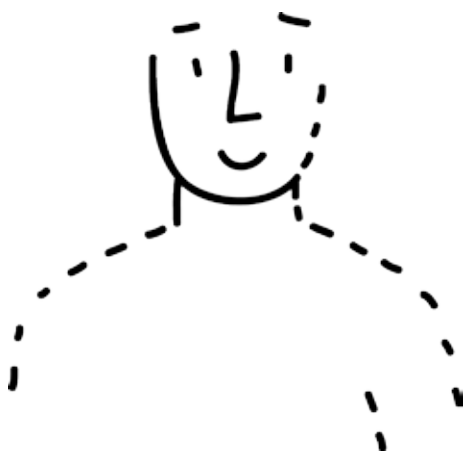
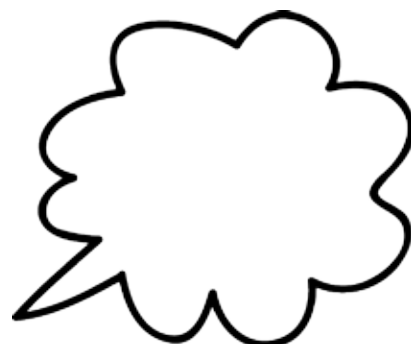
Interesuję się _____

_____.

lubię _____

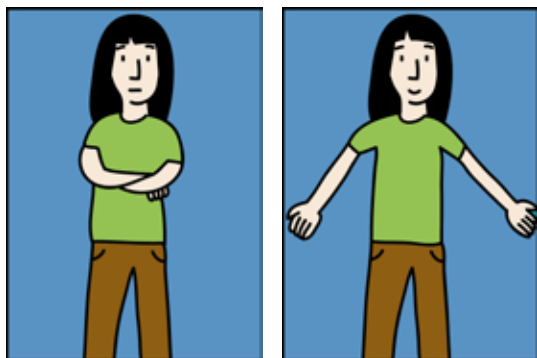
_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała 1/2

Ludzie komunikują się w rozmowie nie tylko słowami (komunikacja werbalna), ale także za pomocą tzw. komunikacji niewerbalnej. Komunikacja niewerbalna to sygnały wysyłane za pomocą ciała. Narzędziami takiej komunikacji są np. oczy, postawa ciała i głos, a także tempo mówienia czy poruszania się w trakcie rozmowy.



Postawa zamknięta

Kiedy w rozmowie z drugą osobą masz skrzyżowane lub założone ręce albo skrzyżowane lub założone nogi, twoja postawa ciała może sygnalizować obawę lub wrogość. Może też sygnalizować, że jesteś zamknięta/zamknięty na argumenty i zdanie drugiej osoby.

Postawa otwarta

Kiedy w rozmowie z drugą osobą twoje ręce umieszczone są swobodnie wzdłuż ciała, a nogi nieskrzyżowane, twoja postawa ciała może sygnalizować, że masz gotowość słuchania drugiej osoby i jesteś ciekawa/ciekawy jej zdania.



Brak kontaktu wzrokowego

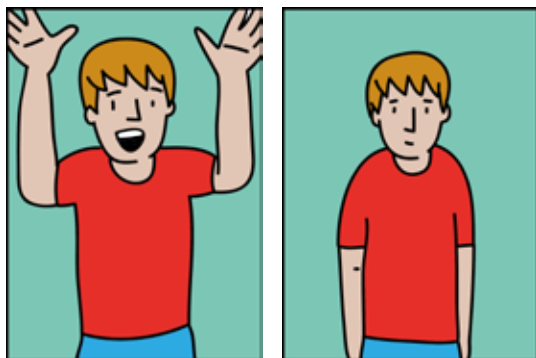
Kiedy w rozmowie z drugą osobą unikasz patrzenia jej w oczy i ciągle kierujesz wzrok gdzieś indziej, może to sprawiać wrażenie, że nie jesteś zainteresowana/zainteresowany rozmową lub nie słuchasz tego, co mówi twoja rozmówczyni / twój rozmówca.

Utrzymywanie kontaktu wzrokowego

Kiedy w rozmowie starasz się często patrzeć na twarz drugiej osoby albo w jej oczy, może to sprawiać wrażenie, że jesteś bardzo zainteresowana/zainteresowany tym, co ta osoba mówi, a także daje sygnał, że słuchasz jej uważnie.

Uwaga: jeśli utrzymujesz kontakt wzrokowy bez przerwy, mówiąc i słuchając, to może także niepokoić osobę, z którą rozmawiasz.

Zasady dobrej komunikacji – mowa ciała 2/2

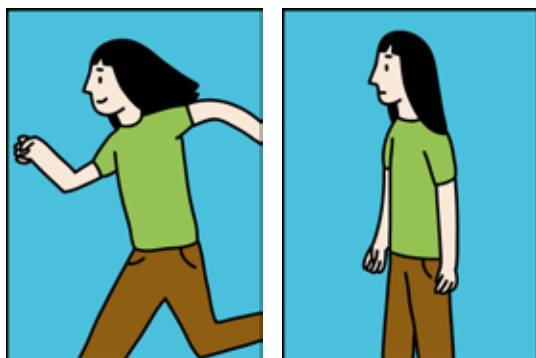


Podniesiony głos

Używanie w zwykłej rozmowie podniesionego głosu może wbrew twoim intencjom komunikować złość, frustrację i wywoływać u osoby, z którą rozmawiasz, obawę przed krzykiem i poczucie zagrożenia.

Łagodny ton głosu

Łagodny ton głosu komunikuje drugiej osobie bezpieczeństwo w rozmowie, a także twoją gotowość do spokojnej wymiany zdań. **Uwaga:** jeśli ton głosu jest sztucznie łagodny, może to sprawiać wrażenie nieszczerości w kontakcie. Jeśli mówisz zbyt cicho, twój rozmówca / twoja rozmówczyni może cię nie usłyszeć.



Szybkie tempo lub wolne tempo

Jeśli mówisz bardzo szybko, możesz nie być rozumiana/rozumiany przez drugą osobę. Może to też robić wrażenie pośpiechu i braku czasu na rozmowę. Jeśli zbyt szybko i intensywnie gestykulujesz, może to powodować, że twój rozmówca / twoja rozmówczyni skupi się na tempie, w jakim porusza się twoje ciało, a nie na tym, co mówisz. Jeśli mówisz lub gestykulujesz bardzo wolno, może to odwracać uwagę od tego, co masz do powiedzenia.

Umiarkowane tempo

Jeśli rozmawiasz z drugą osobą w swobodnym tempie i gestykulujesz z umiarem, zwiększasz szanse, że to, co chcesz wyrazić, zostanie bez przeszkód zrozumiane. Sygnalizujesz też w ten sposób drugiej osobie, że nigdzie się nie spieszysz i że masz na tę rozmowę tyle czasu, ile potrzeba, by skutecznie się porozumieć.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj scenkę.



Janek naruszył granice Kasi. Zwyzywał ją, użył wobec niej homofobicznego i seksistowskiego języka. Tata wytłuma-
czył Jankowi, że źle postąpił i powinien przeprosić Kasię.
W jaki sposób to zrobi?

Odegrajcie scenki, w których Janek przeprasza Kasię.
Pamiętajcie, że dobre przeprosiny to coś więcej niż tylko
powiedzenie „przepraszam”. Co jeszcze może zrobić
Janek? Jak przekona Kasię, że jest mu naprawdę przykro?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 9.1).

Wykreślanka

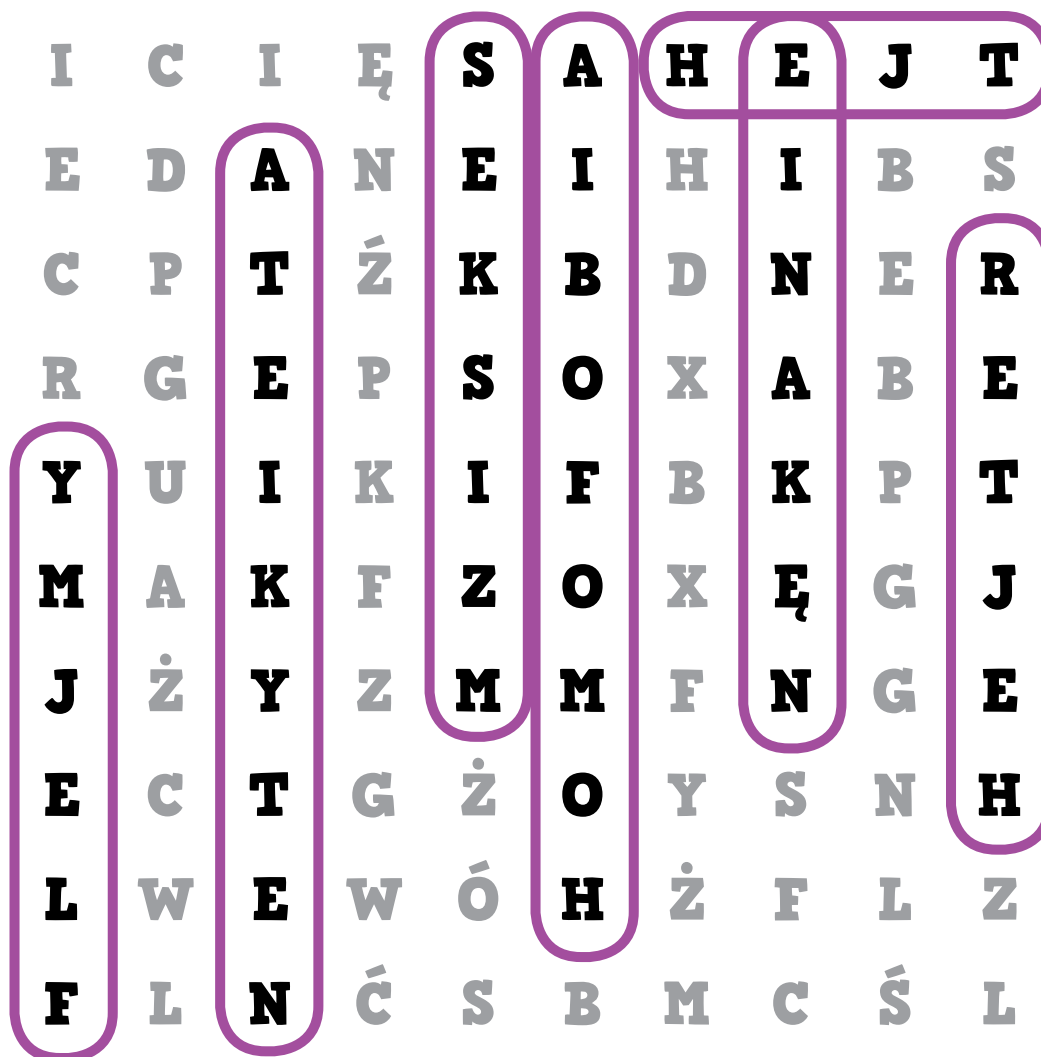
Odszukaj ukryte słowa.

I	C	I	Ę	S	A	H	E	J	T
E	D	A	N	E	I	H	I	B	S
C	P	T	Ż	K	B	D	N	E	R
R	G	E	P	S	O	X	A	B	E
Y	U	I	K	I	F	B	K	P	T
M	A	K	F	Z	O	X	Ę	G	J
J	Ż	Y	Z	M	M	F	N	G	E
E	C	T	G	Ż	O	Y	S	N	H
L	W	E	W	Ó	H	Ż	F	L	Z
F	L	N	Ć	S	B	M	C	Ś	L

FLEJMY
HOMOFOBIA
SEKSIZM
HEJT

NETYKIETA
HEJTER
NEKANIE

Wykreślanka - rozwiązanie



FLEJMY
HOMOFOBIA
SEKSIZM
HEJT

NETYKIETA
HEJTER
NEKANIE



Moduł 4

Bójki na niby

Lekcja 10 **Bójki na niby. Animacja**

Lekcja 11 **Bójki na niby. Komiks**

Lekcja 12 **Bójki na niby. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterów animacji „Bójki na niby”. Która odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Olek udawał, że gra z Jackiem w „Call of Duty”. Jak według ciebie czuł się Jacek przytrzymywany na siłę przez Olka?

a.

Jacek był przestraszony, bo bał się, że jego mama zobaczy tę zabawę i będzie na niego zła.

b.

Jacek się popłakał, a chłopaki nie płaczą. Jest beksą i nie zna się na prawdziwej zabawie.

c.

Jacek przestraszył się przytrzymywania wbrew jego woli i tego, że Olek może się posunąć za daleko.

2.

Jacek powiedział, że nie chce takiej zabawy i prosił Olka, żeby ten go puścił. Jednak Olek nie puścił kolegi. Co myślisz o zachowaniu Olka?

a.

Olek nie zrobił nic złego. Jacek przesadza, przecież trochę udawanej bójki nikomu nie zaszkodzi.

b.

Jego zachowanie nie jest w porządku. Jacek wyraźnie mówił, żeby Olek go puścił, a ten go zlekceważył. Olek przekroczył granice Jacka i użył wobec niego siły.

c.

Olek powinien był puścić kolegę, ponieważ mógł to zobaczyć wujek Olka i źle zrozumieć całą zabawę.

3.

Czy Antek powinien powiedzieć wujkowi, że zobaczył, jak Olek przytrzymuje Jacka wbrew jego prośbom?

a.

Nie, bo to nie fair skarżyć na swojego młodszego brata. To była tylko zabawa.

b.

Tak, ponieważ Olek może znowu to zrobić i następnym razem skrzywdzić swojego kolegę.

c.

Tak, ponieważ Olek strasznie go denerwuje i Antek chce, aby wujek nakrzyczał na jego młodszego brata.

4.

Gra Antka prezentowała walkę, a Jacek i Olek tę walkę obserwowali. Czy to usprawiedliwia „bójkę na niby”, która wymknęła się spod kontroli?

a.

Tak, Olek napatrzył się na grę swojego brata i ta gra jest winna przemocy wobec Jacka.

b.

Nie, to Olek, a nie gra komputerowa, przytrzymywał Jacka, choć ten nie chciał się bawić. Olek sam jest odpowiedzialny za swoje czyny.

c.

Nie, przecież Antek bardzo szybko wyrzucił młodszych chłopców ze swojego pokoju. Nie mieli szansy zobaczyć zbyt wiele.

Emocje postaci

Zapoznaj się z listą słów opisujących odczucia postaci występujących w animacji „Bójki na niby”. Które z nich pasują do którego z bohaterów animacji? Połącz słowa z imionami. Jeśli skończysz wcześniej, poszukaj znaczenia każdego ze słów w słowniku i uzupełnij definicje.



Jacek



Antek



Olek

CZUJE SIĘ

DEFINICJA

poirytowany

zdenerwowany

winny

zmartwiony

zaniepokojony

zniecierpliwiony

wściekły

zawstydzony

przygnębiony

podekscytowany

zakłopotany

przestraszony

Pytania do animacji – otwarte

Odpowiedz na pytania.



Jacek został napadnięty przez Olka. Jak myślisz, jak czuje się Jacek? Jakich słów użyjesz, by opisać jego samopoczucie?



Antek widział, że jego brat Olek popycha i przytrzymuje Jacka wbrew jego woli. Jak Antek może wytłumaczyć młodszemu bratu, że takie zachowanie nie jest w porządku?



Olek zastanawia się nad emocjami Jacka. Jakie pytania może zadać Jackowi, żeby dowiedzieć się, co chłopak teraz czuje?

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



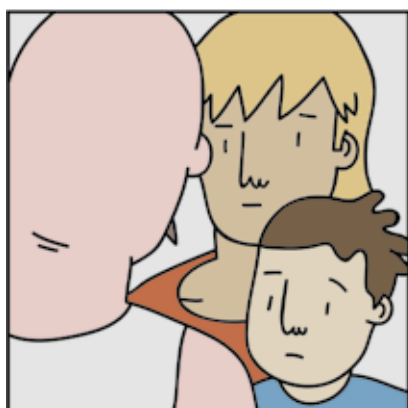
1. Antek mówi wujkowi o napaści Olka na Jacka.



2. Wujek sprawdza, jak czuje się Jacek po tym zajściu.



3. Jacek jest poruszony zachowaniem Olka. Bał się, że stanie mu się krzywda.



4. Wujek rozmawia z Antkiem i Jackiem. Mówi, że Olek naruszył granice Jacka, kiedy nie zatrzymał zabawy, choć Jacek o to prosił.



5. Antek nie ma już wątpliwości, że gra to gra, ale napaść w rzeczywistości to zawsze przemoc.



6. O czym Antek powinien porozmawiać z bratem, żeby to się już nie powtórzyło?

Tabela do komiksu

Po tym, jak Olek „w zabawie” popychał Jacka i przytrzymał kolegę wbrew jego woli, Antek chce porozmawiać z Olkiem. Antek chce wytłumaczyć bratu, że gra to gra, ale kontynuowanie zabawy mimo sprzeciwu Jacka nie jest w porządku.

Przedstaw rozmowę Antka z Olkiem w formie komiksu, wykorzystując poniższą ramkę.

--	--	--

1. _____	2. _____	3. _____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

--	--	--

4. _____	5. _____	6. _____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Bójki na niby”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Jacek

Ma 9 lat. Lubi rysować.



Antek

Ma 15 lat. Jest dobry z matematyki.



Olek

Ma 10 lat. Chce być taki, jak jego starszy brat Antek.



Wujek

Ma 44 lata. Prowadzi gospodarstwo rolne.



Karol

Ma 15 lat. Uwielbia gry komputerowe.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

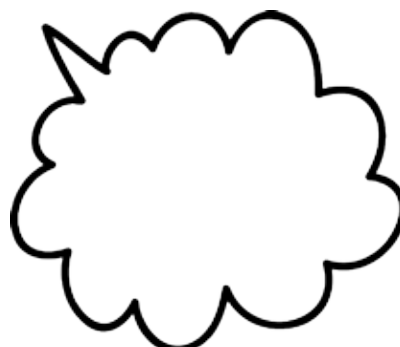
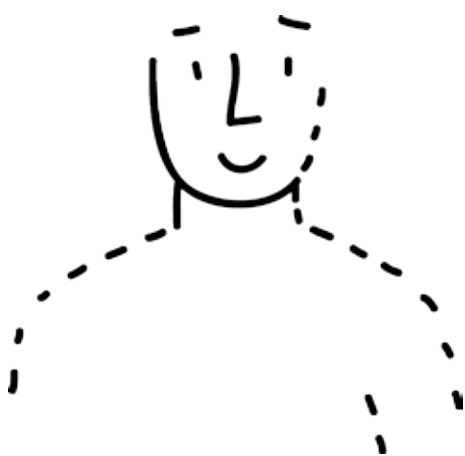
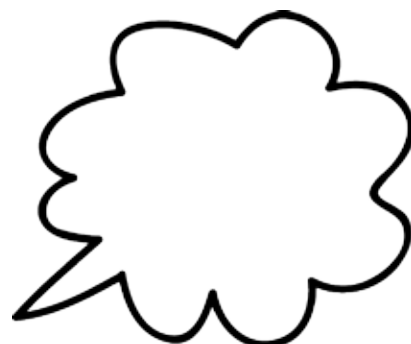
Interesuję się _____

_____,

lubię _____

_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji - FUKO

Dla porozumienia się z drugą osobą ważna może być komunikacja niewerbalna, na którą składają się ton głosu, postawa ciała i inne środki wyrazu. A jeśli chcesz komuś opowiedzieć o tym, jak jej/jego zachowania wpływają na ciebie lub inne osoby, to ważny będzie też sposób skonstruowania wypowiedzi. Taki rodzaj wypowiedzi nazywamy informacją zwrotną. Może ona dotyczyć czegoś, co dzieje się teraz lub czegoś, co wydarzyło się w przeszłości.

W skonstruowaniu dobrej informacji zwrotnej ważne jest, by nazwać zachowania, które są niechciane i sprawiają nam przykrość i uczucia, które te zachowania w nas budzą. Istotne jest także powiedzenie o tym, jakie konsekwencje mają dla nas te zachowania i czego oczekujemy na przyszłość.

Przyjrzyj się poniższym przykładom i spróbuj wykorzystać tę zasadę do sformułowania informacji zwrotnej Jacka wobec Olka.

Przykład 1

F jak FAKTY

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się:
Kopiesz w moje krzesło, kiedy siedzę na lekcji w klasie.

Przykład 2

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się.
W czasie przerwy przeżywałeś mnie i popychałeś, choć prosiłam, żebyś przestał. Nie słuchałeś mnie.

U jak UCZUCIA

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Dlatego jestem poirytowana i nie mogę się skupić na przebiegu lekcji.

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Zdenerwowałam się i zezłościłam.

K jak KONSEKWENCJE

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Będę musiała w domu poświęcić więcej czasu, żeby tego wszystkiego się nauczyć.

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
W efekcie w ogóle już nie mam ochoty się z tobą bawić.

O jak OCZEKIWANIA

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Chcę, żebyś przestał/przestała kopać w moje krzesło.

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Chcę, żebyś mnie przeprosił i już nigdy tak się nie zachowywał.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj scenkę.



Po tym, jak Olek napadł na Jacka, wujek pyta chłopca, czy wszystko w porządku. Jacek chce, żeby wujek zrozumiał, co czuje. Aby to opisać, potrzebuje starannie wyrazić swoje uczucia. Co powie Jacek w rozmowie z wujkiem?

Odegrajcie scenki, w których Jacek rozmawia z wujkiem o swoim samopoczuciu. Jak Jacek może wyrazić to, co czuje, by być dobrze zrozumiany? Jakich słów użyje?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 12.1).

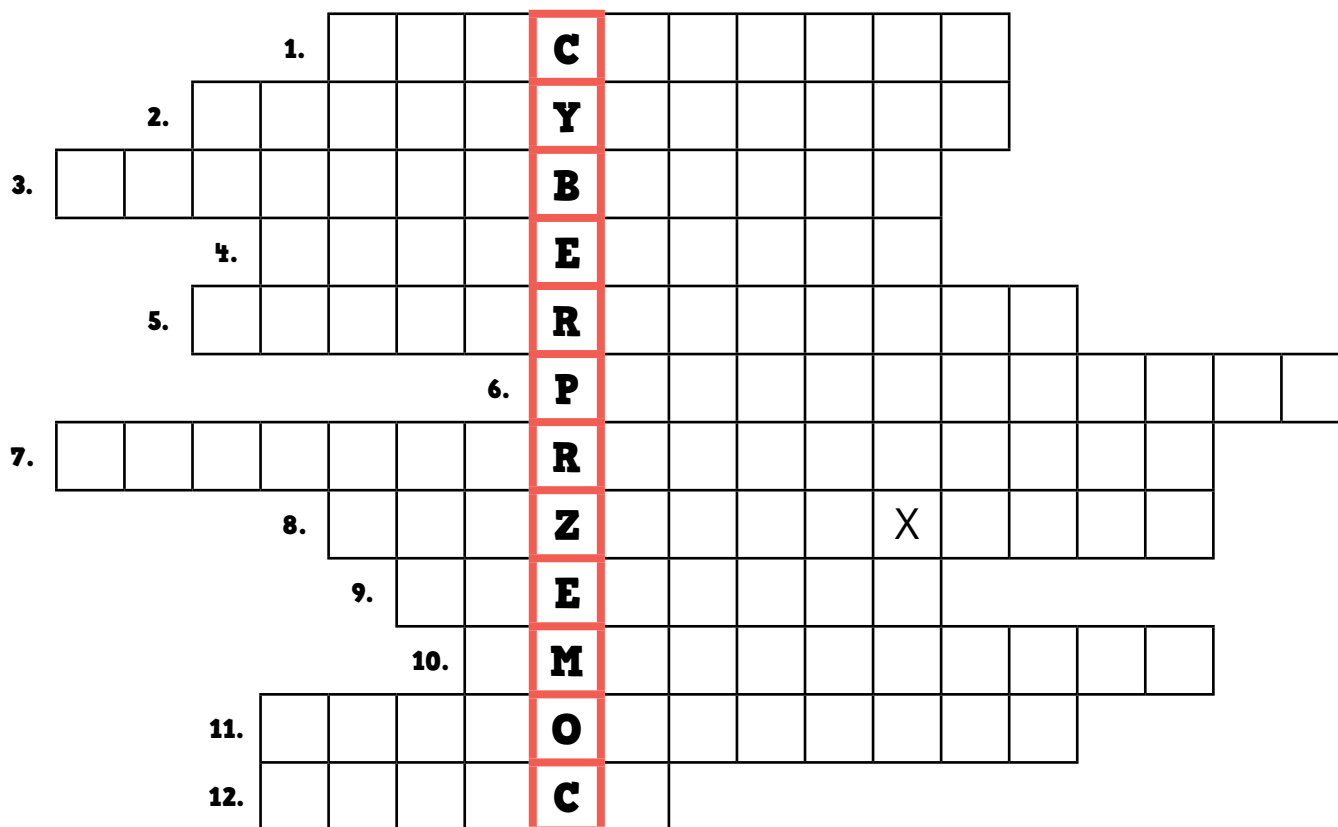


Po tym, jak napadł na Jacka, Olek chce przeprosić swojego kolegę. Aby się to udało, potrzebuje jednak zrobić coś więcej, niż tylko powiedzieć, że jest mu przykro. Co powie Olek w rozmowie z Jackiem?

Odegrajcie scenki, w których Olek rozmawia z Jackiem. W jaki sposób Olek może dobrze przeprosić? Jaką informację zwrotną przekaże mu Jacek? Jakich słów użyją w rozmowie obaj chłopcy?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 12.1).

Krzyżówka z hasłem



EKSCYTACJA

NIEPOKÓJ

POCZUCIE WINY

POIRYTOWANIE

PRZYGNĘBIENIE

STRACH

WŚCIEKŁOŚĆ

ZAKŁOPOTANIE

ZAWSTYDZENIE

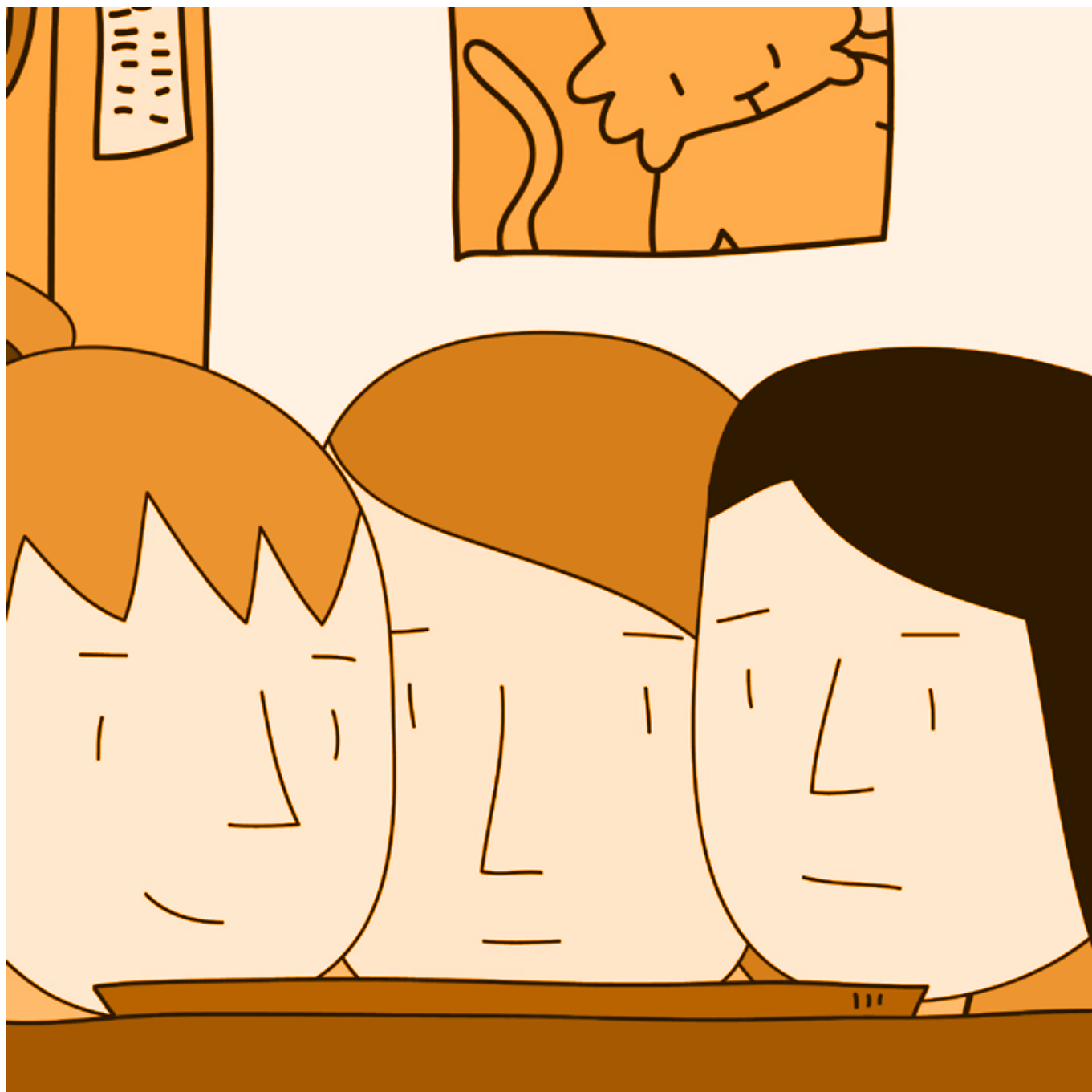
ZDENERWOWANIE

ZMARTWIENIE

ZNIECIERPLIWIEŃ

Krzyżówka z hasłem - rozwiązanie

				1.	E	K	S	C	Y	T	A	C	J	A					
		2.	Z	A	W	S	T	Y	D	Z	E	N	I	E					
3.	P	R	Z	Y	G	N	Ę	B	I	E	N	I	E						
			4.	W	Ś	C	I	E	K	Ł	O	Ś	Ć						
		5.	Z	D	E	N	E	R	W	O	W	A	N	I	E				
							6.	P	O	I	R	Y	T	O	W	A	N	I	E
7.	Z	N	I	E	C	I	E	R	P	L	I	W	I	E	N	I	E		
			8.	P	O	C	Z	U	C	I	E	X	W	I	N	Y			
				9.	N	I	E	P	O	K	Ó	J							
							10.	Z	M	A	R	T	W	I	E	N	I	E	
		11.	Z	A	K	Ł	O	P	O	T	A	N	I	E					
		12.	S	T	R	A	C	H											



Moduł 5

Włamanie

Lekcja 13 **Włamanie. Animacja**

Lekcja 14 **Włamanie. Komiks**

Lekcja 15 **Włamanie. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterki animacji „Włamanie”. Która odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Asia, Emilia i Gosia napisały post na profilu Zuzi bez jej wiedzy. Myślisz, że to zabawne?

a.

Tak, dziewczyny tylko się wygłupiają. Zuzia na pewno nie będzie miała nic przeciwko temu.

b.

Nie, ponieważ Zuzia będzie miała przez to kłopoty, a nie one.

c.

Tak, ponieważ Zuzia może szybko sama skasować to, co napisały dziewczyny. Nic się nie stało.

2.

Czy Zuzia może wykasować albo zmienić to, co dziewczyny napisały na jej profilu?

a.

Tylko w teorii. Choć post zniknie z jej profilu, to internet będzie go nadal przechowywał. Post będzie mógł być odnaleziony nawet wtedy, kiedy Zuzia nie będzie się tego spodziewać.

b.

Tak, Zuzia może wykasować ten post i nikt się nie dowie, co w nim było.

c.

Zuzia może po prostu edytować to, co napisały dziewczyny. To powinno wystarczyć.

3.

Czy Zuzia może komuś powiedzieć, że jej koleżanki włamały się na jej konto?

a.

Nie, bo jej koleżanki się od niej odwrócą.

b.

Nie, bo to tylko pogorszy sprawę i wtedy już wszyscy dowiedzą się o tym poście.

c.

Zuzia powinna kogoś o tym poinformować, bo to ona będzie miała kłopoty, a nie dziewczyny.

4.

Asia mówi „mi by się nie podobało, gdybyście zrobili mi coś takiego”. Co myślisz o tych słowach Asi?

a.

Asia traktuje tę sprawę zbyt poważnie. Dziewczyny chcą po prostu pożartować.

b.

Asia ma rację. Emilia i Gosia pewnie też byłyby niezadowolone, gdyby to im ktoś włamał się na konto.

c.

Asia też myśli, że to zabawne.

Nowe pojęcia

Zastanów się nad tym, które słowa mogą być użyte do opisanie zachowania bohaterki animacji „Włamanie”.

Świadek/ świadkini	Osoba obserwująca sytuację, która jej bezpośrednio nie dotyczy, reagująca na naruszenie granic innych osób.
Sprawca/ sprawczy	Osoba, która naruszyła granice drugiej osoby, użyła przemocy, przestraszyła kogoś.
Sprzeciw	Wyrażenie innego zdania niż ktoś, z kim się nie zgadzasz.
Zachęcanie	Dodawanie komuś odwagi do zrobienia czegoś.
Wspierać	Udzielić pomocy, dawać wsparcie, zgadzać się z czyjąś oceną sytuacji.
Pomocny/ pomocna [osoba]	Osoba, która swoim wsparciem sprawia, że coś staje się łatwiejsze lub możliwe do zrobienia.
Ignorować	Celowo kogoś lub czegoś nie zauważać.
Zareagować	W obserwowanej sytuacji zrobić coś, co zmienia lub powstrzymuje zagrażające lub niechciane zachowanie.
Obrażliwy/ obraźliwa [wypowiedź]	Komentarz lub wypowiedź, która złości lub sprawia komuś przykrość.
Chronić	Zabezpieczać siebie lub kogoś przed zranieniem albo przykrością.
Szanować	Liczyć się z uczuciami, planami i prawami innych ludzi, odnosić się do innych z szacunkiem.
Bezpieczny/ bezpieczna [osoba]	Osoba chroniona przed naruszeniem granic, narażeniem na niebezpieczeństwo czy ryzykowną sytuację.
Przestraszony/ przestraszona [osoba]	Osoba, która kogoś lub czegoś się boi. Jej strach może być też konsekwencją nieprzyjemnego zdarzenia.
Przemilczeć	Nie odnieść się do czegoś, nie rozmawiać o ważnej sytuacji, świadomie coś zataić.
Przyglądać się	Obserwować jakąś sytuację lub działania innej osoby, ale nie zrobić nic, by ją przerwać.

Pytania do animacji – otwarte

Odpowiedz na pytania.



Co Asia może powiedzieć Gosi i Emilii, by powstrzymać ich włamanie na profil Zuzi? Jakich słów może użyć?



To między innymi przez zachowanie Gosi Zuzia wpada w kłopoty. Co Gosia może teraz powiedzieć, by zadośćuczynić Zuzi?



Zuzia ma kłopoty, ponieważ koleżanki włamały się na jej profil i zamieściły tam obraźliwy post. Co Zuzia może powiedzieć dziewczynom, żeby wyrazić, jak się czuje?

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



1. Zuzia dostaje wiadomość od nauczycielki, pani Kowalskiej, która poczuła się dotknięta „jej” postem o nudnej lekcji. Dziewczynka jest zaskoczona.



2. Zuzia pisze do koleżanek, które włamały się na jej konto i zamieściły złośliwy post o nauczycielce.



3. Asi jest przykro, że Zuzia ma kłopoty.



4. Asia rozmawia z Emilią i Gosią.



5. Dziewczynki zdają sobie sprawę, że postąpiły niewłaściwie.



6. Jak Asia, Emilia i Gosia mogą wziąć odpowiedzialność za swoje działania?

Tabela do komiksu

Emilia, Gosia i Asia zamieściły złośliwy post na profilu Zuzi bez jej wiedzy i zgody. Teraz Zuzia ma kłopoty. Co mogą zrobić jej koleżanki, żeby zachować się w tej sytuacji odpowiedzialnie? Z kim porozmawiać? Kogo przeprosić? Asia przekonuje dziewczyny, żeby tym razem zachowały się fair. Co powie Asia? Czy Emilia i Gosia łatwo przyjmą jej propozycję?

Przedstaw rozmowę Asi, Emilii i Gosi w formie komiksu, wykorzystując poniższą ramkę.

--	--	--

1. _____	2. _____	3. _____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

--	--	--

4. _____	5. _____	6. _____
_____	_____	_____
_____	_____	_____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Włamanie”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Zuzia

Ma 13 lat. Świetnie się uczy.



Asia

Ma 14 lat. Chce zostać prawniczką.



Emilia

Ma 14 lat. Lubi zakupy z przyjaciółkami.



Gosia

Ma 13 lat. Gra na perkusji.



Mama Zuzi

Ma 40 lat. Jest lekarką.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

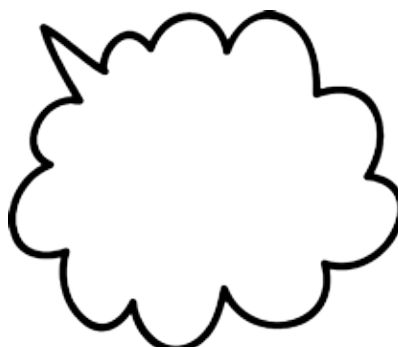
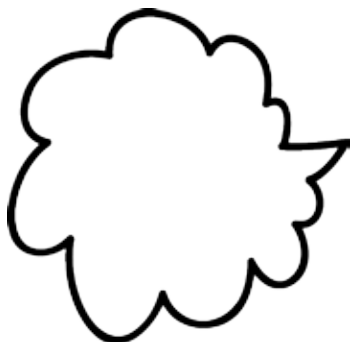
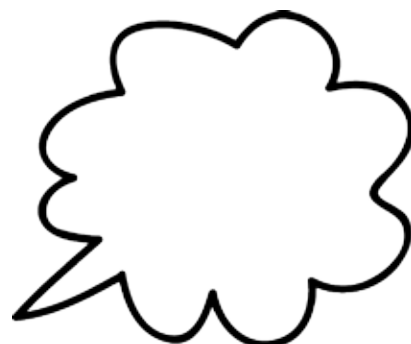
Interesuję się _____

_____.

lubię _____

_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji - FUKO

Dla porozumienia się z drugą osobą ważna może być komunikacja niewerbalna, na którą składają się ton głosu, postawa ciała i inne środki wyrazu. Jeśli chcesz zareagować na sytuację przemocy lub nękania, która dzieje się teraz lub wydarzyła się w przeszłości, ważny będzie też sposób skonstruowania wypowiedzi. Taki rodzaj wypowiedzi nazywamy informacją zwrotną.

W skonstruowaniu dobrej informacji zwrotnej ważne jest, by nazwać zachowania, które są niechciane i sprawiają nam przykrość, a także opisać uczucia, które te zachowania w nas budzą. Istotne jest również powiedzenie o tym, jakie konsekwencje mają te zachowania dla nas i innych osób. Ważne, by powiedzieć, co ma się teraz wydarzyć (lub czego oczekujemy w przyszłości).

Przyjrzyj się poniższym przykładom i spróbuj wykorzystać tę zasadę, formułując sprzeciw Asi wobec działania Emilii i Gosi.

F jak FAKTY

Przykład 1

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się:
Popychasz Kasię!

Przykład 2

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się.
Zamieszczasz na profilu Tomka komentarze, które są raniące.

U jak UCZUCIA

Nazwij emocje i stany, jakie wywołuje w tobie to zachowanie.
Jestem wściekła, że tak się zachowujesz!

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Niepokoi mnie to, że mógłbyś tak pisać o mnie.

K jak KONSEKWENCJE

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Kasia się przestraszyła!

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Tracę do ciebie zaufanie i nie czuję się z tobą bezpiecznie.

O jak OCZEKIWANIA

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Przestań ją popychać!

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Już nigdy więcej nie pisz o nikim w ten sposób.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj scenkę.



Asia próbuje przeciwstawić się Gosi i Emilii, ale dziewczyny jednoczą siły. Obie twierdzą, że nie ma nic złego we włamaniu się na profil Zuzi. Także po fakcie, gdy Zuzia ma już kłopoty, Emilia uważa, że nic się nie stało, bo to były tylko żarty. Asia chce porozmawiać sam na sam z Gosią, by przekonać ją do zmiany zdania. W jaki sposób to zrobi?

Odegrajcie scenki, w których Asia rozmawia z Gosią. Jakich słów użyje, chcąc wytłumaczyć jej powagę sytuacji? Co powie, by przekonać ją, że podszywanie się pod Zuzię nie jest fair?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 15.1). Wykorzystajcie też Materiał 15.3 (Mam inne zdanie!).

Mam inne zdanie!

Asia uważa, że źle się zachowała, kiedy wspólnie z Emilią i Gosią zamieściły post na profilu Zuzi bez jej zgody i wiedzy. Asia jest przekonana, że to poważna sprawa i naruszenie granic Zuzi. Emilia uważa jednak, że to były tylko żarty.

Poniżej znajdziesz różne formy wyrażenia innego zdania niż zdanie Emilii. Razem z drugą osobą w parze wybierz kilka takich, które najbardziej ci się podobają. Odegrajcie scenkę rozmowy Asi i Emilii. Wykorzystajcie w scenie wybrane przez was sposoby. Zaplanujcie także odpowiedzi i reakcje Emilii. Czy Emilia da się przekonać i zmieni zdanie?



Asia



Emilia

Możliwe sposoby wyrażenia innego zdania

1. Asia mówi Emilii „Nie zgadzam się z tobą, mam inne zdanie”.
2. Asia pyta Emilię, czy byłoby jej miło, gdyby ktoś zachował się wobec niej tak, jak ona wobec Zuzi.
3. Kiedy Emilia mówi, że to tylko żarty, Asia wykorzystuje kontakt wzrokowy i mowę ciała, dając Emilii do zrozumienia, że się z nią nie zgadza.
4. Asia znacząco milczy, kiedy Emilia mówi, że to były tylko żarty.
5. Asia opowiada Emilii o tym, że ktoś kiedyś włamał jej się na konto, chcąc „zażartować”. Mówi o przykrych konsekwencjach, jakie miało dla niej to działanie.
6. Asia dyskutuje z Emilią o tym, że warto dbać o swoje przyjaciółki i nie działać przeciwko nim.
7. Asia proponuje Emilii, aby wspólnie zapytały Zuzię, jak się ma i razem ją przeprosiły.
8. Asia daje Emilii informację zwrotną na temat tego, co zrobiły i co nie powinno się już więcej wydarzyć.

Zaszyfrowane słowa

Poniżej znajdziesz zaszyfrowane słowa odnoszące się do roli świadka/świadkini. Przeczytaj towarzyszące im podpowiedzi i postaraj się ułożyć litery we właściwej kolejności.

1. Osoba obserwująca sytuację, która jej bezpośrednio nie dotyczy, reagująca na naruszenie granic innych osób.

W I E K Ś A D

— — — — —

2. Zrobienie czegoś, co zmienia bieg zagrażającego zachowania lub przerywa to zachowanie.

A Z E G A R A W O N I E

— — — — —

3. Wyrażenie innego zdania niż ktoś, z kim się nie zgadzasz.

S Z E W C P I R

— — — — —

4. Liczenie się z uczuciami, planami i prawami innych ludzi, traktowanie innych z uznaniem.

C Z A S U K E N

— — — — —

5. Udzielanie pomocy, popieranie kogoś, zgadzanie się z czyjąś oceną sytuacji.

P R A N I E W S I E

— — — — —

Zaszyfrowane słowa - odpowiedzi

1. Osoba obserwująca sytuację, która jej bezpośrednio nie dotyczy, reagująca na naruszenie granic innych osób.

Ś W I A D E K

2. Zrobienie czegoś, co zmienia bieg zagrażającego zachowania lub przerywa to zachowanie.

Z A R E A G O W A N I E

3. Wyrażenie innego zdania niż ktoś, z kim się nie zgadzasz.

S P R Z E C I W

4. Liczenie się z uczuciami, planami i prawami innych ludzi, traktowanie innych z uznaniem.

S Z A C U N E K

5. Udzielanie pomocy, popieranie kogoś, zgadzanie się z czyjąś oceną sytuacji.

W S P I E R A N I E



Moduł 6

Poza grupą

Lekcja 16 **Poza grupą. Animacja**

Lekcja 17 **Poza grupą. Komiks**

Lekcja 18 **Poza grupą. Scenki**

Pytania do animacji – test

Poniższe pytania odnoszą się do zachowania bohaterów animacji „Poza grupą”. Która odpowiedź jest twoim zdaniem prawidłowa?

1.

Łukasz i Wojtek docinają Maćkowi i złośliwie komentują jego umiejętności. Mają niezły ubaw, prawda?

a.

Tak, chłopcy tak się tylko z Maćkiem prze-komarzają.

b.

Nie. Może ich to bawi, ale denerwują Maćka. Sami też nie chcieliby zostać potraktowani w taki sposób.

c.

Tak, chłopcy tylko się wygłupiają. Maciek jest przewrażliwiony.

2.

Czy Maciek powinien komuś powiedzieć o tym, jak koledzy go traktują?

a.

Nie, bo ryzykuje, że Łukasz i Wojtek już więcej nie zaproszą go do wspólnej gry.

b.

Nie, bo oni tylko żartują. Jeśli Maciek komuś powie, to Łukasz i Wojtek będą mieli kłopoty.

c.

Tak, powinien powiedzieć komuś o tym, jak się czuł, kiedy koledzy się z niego nabijali.

3.

Czy zgadzasz się z Maćkiem, że Łukasz i Wojtek nie zachowują się fair i że powinni pobawić się jakoś inaczej?

a.

Nie, bo przecież Maciek od samego początku wiedział, że będą grali w gry online.

b.

Tak, bo chłopcy sami widzą, jak Maciek się denerwuje. Gdyby rzeczywiście byli dobrymi kolegami, to zagraliby w coś innego.

c.

Nie, Maciek przesadza. Powinien wziąć się w garść i pozwolić kolegom grać dalej, chociaż jemu samemu gra nie idzie.

4.

Czy tata Łukasza mógł zachować się inaczej?

a.

Tak, mógł jednak zagrać z chłopcami.

b.

Tak, mógł powiedzieć Maćkowi, żeby nie przesadzał i grał dalej.

c.

Tak, tata Łukasza mógł zwrócić synowi i Wojtkowi uwagę, by przestali być niemili dla Maćka. Przecież to było jasne, że sprawiają Maćkowi przykrość i że to nie jest w porządku.

Pytania do animacji – otwarte

Odpowiedz na pytania.



W trakcie gry Maciek nasłuchiwał się od kolegów nieprzyjemnych komentarzy na swój temat. Zaproponował inną zabawę, ale to nie pomogło – chłopcy nie przestali mu dokuczać. W końcu postanowił wyjść, by się przed nimi uchronić. Czy w trakcie spotkania mógł zrobić coś jeszcze?

























Łukasz stwierdził, że Maciek nie umie grać. Wojtek się do niego przyłączył i wspólnie dokuczali Maćkowi już do końca. Co mógł zrobić Wojtek, zamiast razem z Łukaszem śmiać się z Maćka?



Tata Łukasza cały czas obserwował grę chłopców. Co mógł zrobić w trakcie, żeby Maciek nie poczuł się wyśmiewany?

Emotikony

Połącz portrety Maćka, Łukasza i Wojtka z emotikonami, które najlepiej opisują ich uczucia w animacji „Poza grupą”.

zachwycona/ zachwycony				zrozpaczona/ zrozpaczony
niepewna/ niepewny			Maciek	
przestraszona/ przestraszony				obojętny/ obojętna
rozbawiona/ rozbawiony			Łukasz	
rozczarowana/ rozczarowany				zmęczona/ zmęczony
smutna/ smutny			Wojtek	
wściekła/ wściekły				zaskoczona/ zaskoczony
radosna/ radosny			Tata Łukasza	
zadowolona/ zadowolony				zawstydzona/ zawstydzony

Komiks

Chcesz wiedzieć, co wydarzyło się dalej? Komiks przedstawia dalszy ciąg historii.



1. Następnego dnia w szkole Maciek unika kolegów. Jest rozczarowany ich zachowaniem podczas wspólnej gry.



2. Łukasz nadal nie rozumie, jak jego komentarze wpłynęły na Maćka. Uważa, że kolega jest przewrażliwiony.



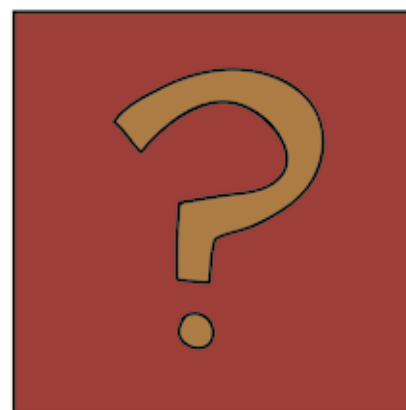
3. Wojtek zdaje sobie sprawę, że ich żarty mogły zaboлеć kolegę.



4. Łukasz nie chce wziąć odpowiedzialności za swoje zachowanie.



5. Wojtkowi zależy, żeby Maciek poczuł się lepiej.

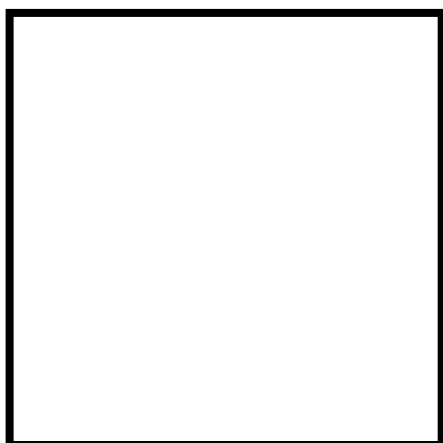


6. Co chłopcy mogą zrobić, żeby włączyć Maćka z powrotem do swojej paczki?

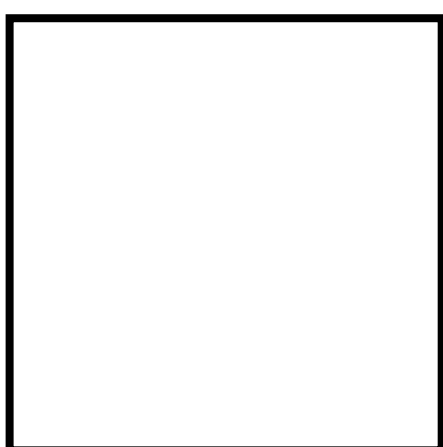
Tabela do komiksu

Łukasz i Wojtek złośliwie komentowali grę Maćka. Maciek poczuł się wykluczony z grupy i zrobiło mu się przykro. Wojtek rozumie, że „żarty” mogły zboleć kolegę, Łukasz jest przekonany, że Maciek przesadza. Co mogą zrobić chłopcy, aby włączyć Maćka z powrotem do grupy?

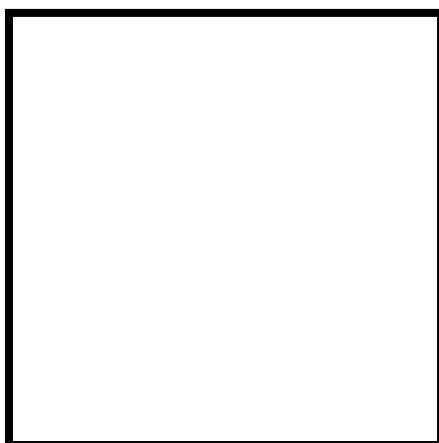
Przedstaw rozmowę Wojtka, Łukasza i Maćka w formie komiksu, wykorzystując poniższą ramkę.



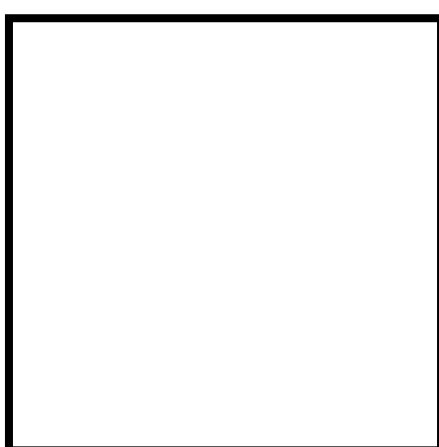
1. _____



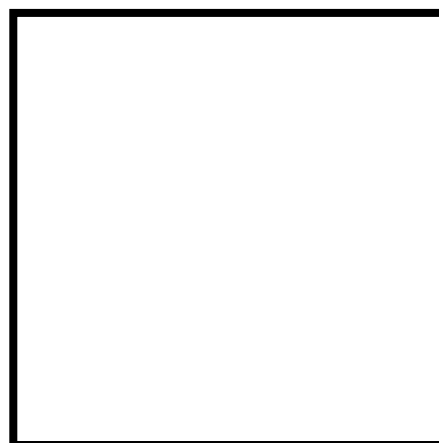
4. _____



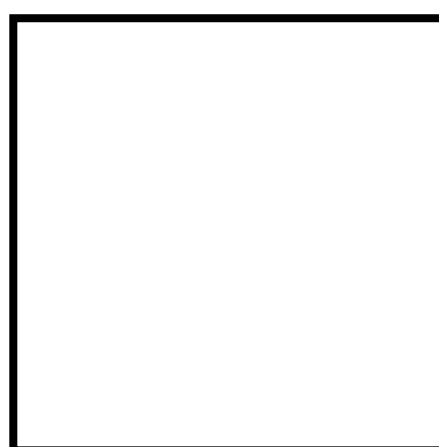
2. _____



5. _____



3. _____



6. _____

Opis postaci

Oto postaci występujące w animacji „Poza grupą”. Sprawdź, ile mają lat, jakie mają zainteresowania i czym się zajmują.



Maciek

Ma 12 lat. Interesuje się ekologią.



Wojtek

Ma 12 lat. Jest członkiem szkolnego kółka dziennikarskiego.



Łukasz

Ma 12 lat. Należy do szkolnej drużyny piłkarskiej.



Tata Łukasza

Ma 42 lata. Pracuje w sklepie spożywczym.

Postać – kontur

Pomyśl o osobie, która doświadcza cyberprzemocy i zastanów się, co czuje i jakie emocje przeżywa. Jest smutna, zaniepokojona, a może zła? Dorysuj pozostałą część postaci i uzupełnij dymki.

Mam na imię _____.

Mam _____ **lat.**

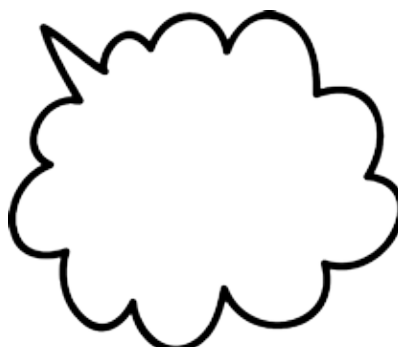
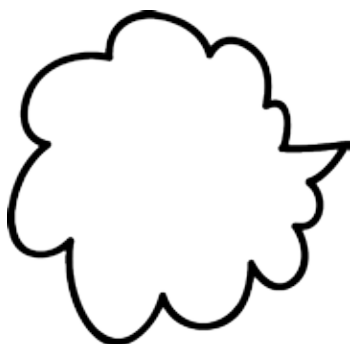
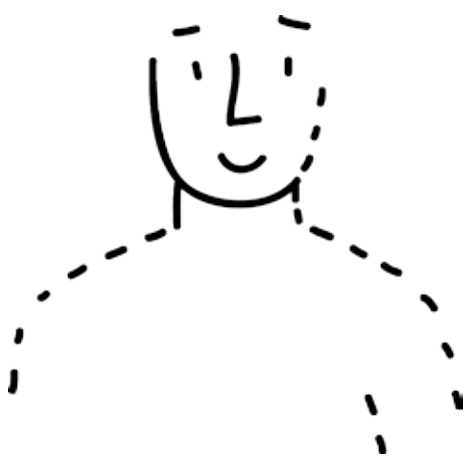
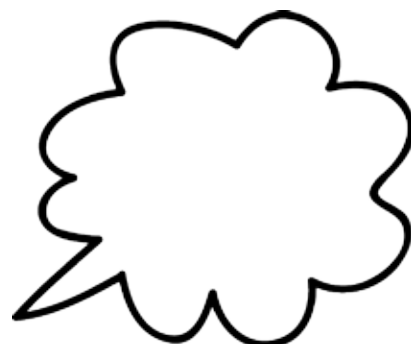
Interesuję się _____

_____,

lubię _____

_____.

Co czuję? Jakie emocje przeżywam?



Zasady dobrej komunikacji - FUKO

Dla porozumienia się z drugą osobą ważna może być komunikacja niewerbalna, na którą składają się ton głosu, postawa ciała i inne środki wyrazu. A jeśli chcesz komuś opowiedzieć o tym, jak jej/jego zachowania wpływają na ciebie lub inne osoby, to ważny będzie też sposób skonstruowania wypowiedzi. Taki rodzaj wypowiedzi nazywamy informacją zwrotną. Może ona dotyczyć czegoś, co dzieje się teraz lub czegoś, co wydarzyło się w przeszłości.

W skonstruowaniu dobrej informacji zwrotnej ważne jest, by nazwać zachowania, które są niechciane i sprawiają nam przykrość i uczucia, które te zachowania w nas budzą. Istotne jest także powiedzenie o tym, jakie konsekwencje mają dla nas te zachowania i czego oczekujemy na przyszłość.

Przyjrzyj się poniższym przykładom i spróbuj wykorzystać tę zasadę do sformułowania informacji zwrotnej Maćka do Wojtka.

F jak **FAKTY**

Przykład 1

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się:
Śmiejesz się ze mnie, kiedy czytam swoje zadanie domowe przed całą klasą.

Przykład 2

Powiedz, jakie konkretne zachowanie przeszkadzało ci lub nie podoba ci się.
Kiedy Kasia śmiała się ze mnie przed całą klasą, ty śmiałaś się razem z nią.

U jak **UCZUCIA**

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
To sprawia, że zaczynam czuć się niepewnie, denerwuję się i zaczynam robić błędy.

Nazwij emocje i stany, jakie w tobie wywołuje to zachowanie.
Zdenerwowałam się i zmartwiłam.

K jak **KONSEKWENCJE**

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Następnym razem będę się obawiał przeczytać zadanie przed całą klasą.

Przedstaw konsekwencje takiego zachowania dla ciebie lub innych osób.
Zastanawiam się, czy dalej się przyjaźnimy.

O jak **OCZEKIWANIA**

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Chcę, żebyś przestała się ze mnie śmiać.

Jasno powiedz, jakiej zmiany w zachowaniu na przyszłość oczekujesz.
Jeśli Kasia znów będzie się ze mnie śmiać, chcę, żebyś mi pomogła i powiedziała, że nie podoba ci się to.

Opis do scenek

Przeczytaj opis sytuacji. Na tej podstawie zaplanuj i odegraj scenkę.



Maciek gra z Wojtkiem i Łukaszem, ale koledzy zachowują się wobec niego bardzo nie w porządku. Ich docinki sprawiają, że Maciek czuje się wyśmiany i wyobcowany. Chłopiec decyduje się zareagować. Chce porozmawiać z Wojtkiem o tym, jak na niego wpłynęły ich komentarze. Chce mu też powiedzieć, że nie życzy sobie takiego traktowania i potrzebuje wsparcia Wojtka w tej sytuacji. W jaki sposób może to zrobić?

Odegrajcie scenki, w których Maciek rozmawia z Wojtkiem. Jakich słów użyje, żeby powiedzieć im, co czuje i jak odbiera zachowanie chłopców? Co powie, by Wojtek zrozumiał, że Maciek nie życzy sobie takiego traktowania? Jak Maciek poprosi Wojtka o wsparcie, żeby ta sytuacja już się nie powtórzyła?

Skorzystajcie z Zasad dobrej komunikacji (Materiał 18.1).

Megawykreślanka

Odszukaj ukryte słowa.

U S P R Z E C I W S T Y D T P
Z D E N E R W O W A N I E W G
B Z V Ś W I A D E K A N X Y B
O N Y S T R A C H I W R C K H
H N E T Y K I E T A S E Y L H
E X R A L I G M U Ł P A B U S
J S E L F I E V K V A G E C S
T Ć V F L E J M L P R O R Z E
W Ś C I E K Ł O Ś Ć C W P A K
H O M O F O B I A Y I A R N S
Ż H E J T E R Ć K U E N Z I I
Ń Z T R O L L O W A N I E E Z
Ą Z B A N O W A N I E E M Ó E
N I E P O K Ó J Ę E S M O M Y
Z A K Ł O P O T A N I E C Ó Ń

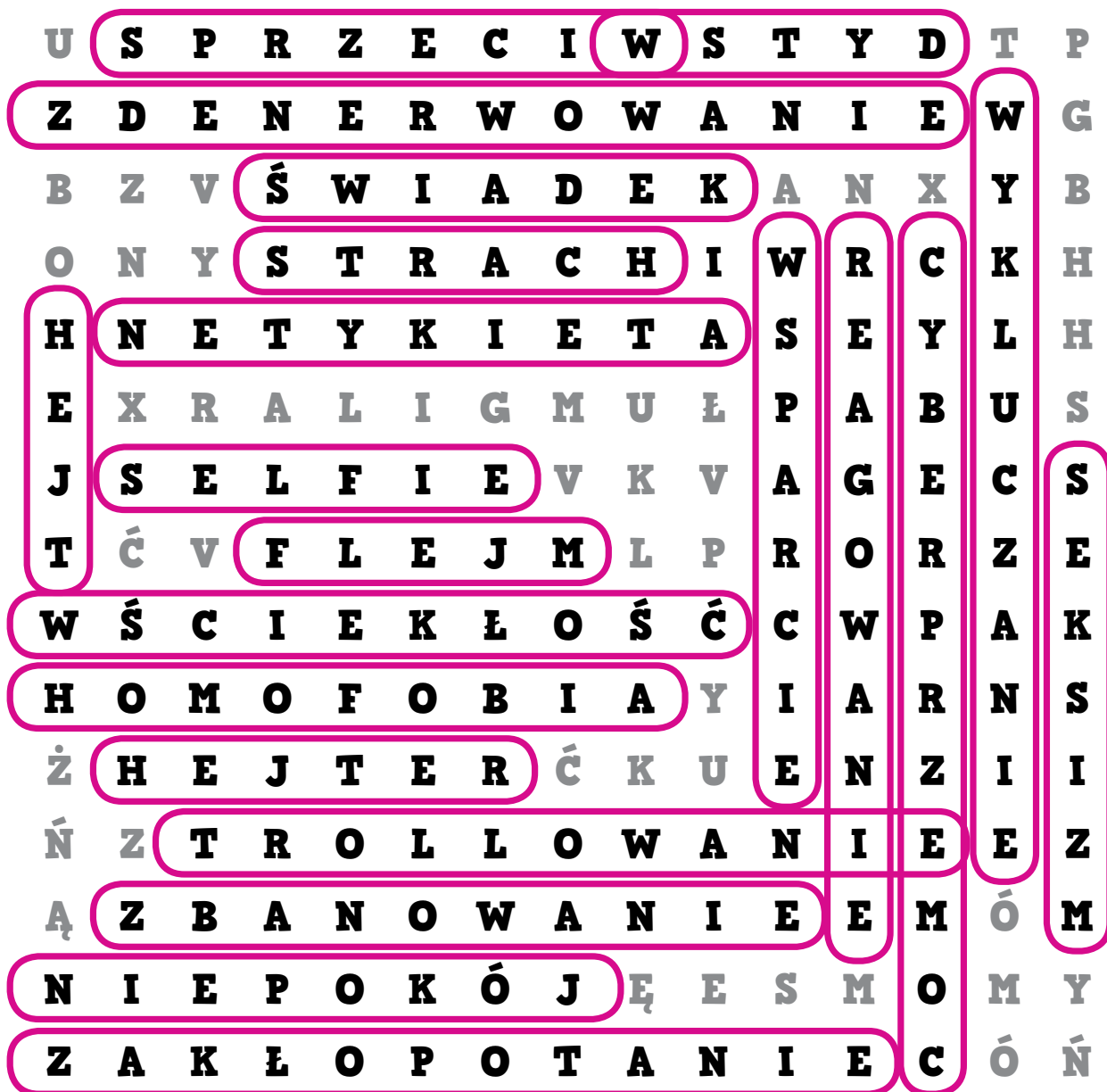
CYBERPRZEMOC
HEJT
NETYKIETA
SEKSIZM
STRACH
WSTYD

ZAKŁOPOTANIE
ŚWIADEK
FLEJM
HEJTER
NIEPOKÓJ
SELFIE

TROLLOWANIE
WYKLUCZANIE
ZBANOWANIE
HOMOFOBIA
REAGOWANIE
SPRZECIW

WSPARCIE
WŚCIEKŁOŚĆ
ZDENERWOWANIE

Megawykreślanka - rozwiązanie



CYBERPRZEMOC
HEJT
NETYKIETA
SEKSIZM
STRACH
WSTYD

ZAKŁOPOTANIE
ŚWIADEK
FLEJM
HEJTER
NIEPOKÓJ
SELFIE

TROLLOWANIE
WYKLUCZANIE
ZBANOWANIE
HOMOFOBIA
REAGOWANIE
SPRZECIW

WSPARCIE
WŚCIEKŁOŚĆ
ZDENERWOWANIE



Cyberhistorie

O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci

Materiały dla młodzieży

Program edukacyjny *Cyberhistorie. O bezpieczeństwie i komunikacji w sieci* jest adaptacją programu *CyberSense* Ariel Trust i został opracowany przez Towarzystwo Edukacji Antydyskryminacyjnej w ramach projektu *CyberSense.eu* realizowanego we współpracy z Ariel Trust i Fundacją Evens. Projekt finansowany przez Fundację Evens.

