

Konsekwencje Hejtu i siła empatii



Hejt rani! Konsekwencje dla ofiar i sprawców.

Słowa mogą być jak noże. Czasem nie widać ran, ale one są. Hejt zostawia ślady nie tylko na osobie hejtowanej, ale też na tym, kto hejtuje.

1. "Emocje ofiary" – Zaznacz, co czuje ofiara hejtu.

Wypisz z tabeli 5 emocji, które może odczuwać osoba doświadczająca hejtu.

Emocje:.....
.....
.....

radość | smutek | pewność siebie | lęk | złość | spokój | wstyd | wdzięczność | bezsilność | duma

2. "Skutki hejtu" – Połącz konsekwencje.

Przeczytaj poniższe scenki. Połącz każdą z nich z możliwą konsekwencją hejtu, która może dotyczyć zarówno ofiary, jak i sprawcy.

Sytuacje:

1. Ania jest wyśmiewana online z powodu swojej pasji.
2. Marek rozpowszechniał plotki o koledze, a teraz nikt z nim nie chce rozmawiać.
3. Julia doświadczała hejtu przez długi czas i przestała wychodzić z domu.

Konsekwencje:

- a. Izolacja społeczna i problemy z relacjami.
- b. Obniżone poczucie własnej wartości, strach.
- c. Kłopoty w szkole i utrata zaufania.

3. "Co to jest empatia?" – Wybór odpowiedzi.

Empatia to bardzo ważna cecha w walce z hejtem. Która odpowiedź najlepiej opisuje empatię?

- a. Umiejętność przekonywania innych do swoich racji.
- b. Zdolność do postawienia się w czyjejs sytuacji i zrozumienia jego uczuć.
- c. Skłonność do unikania trudnych sytuacji.
- d. Chęć pomagania tylko osobom, które lubimy.

Bądź marzycielem, a nie hejterem! Zbudujmy świat bez hejtu.

Akcja 'Stop Hejt' przypomina nam, że siła tkwi w pozytywnych emocjach, pasji i wspieraniu się nawzajem. Empatia to klucz do lepszego świata.



4. "Działania pełne empatii" – Uzupełnij zdania.

Dokończ zdania, aby opisać, jak możesz okazać empatię innym

1. Kiedy widzę, że ktoś jest smutny, mogęi
2. Jeśli ktoś ma problem, staram sięi
3. Aby kogoś zrozumieć, muszę najpierwi

5. "Moja pasja to moje supermoce" – Mini-refleksja.

Zgodnie z ideą akcji 'Stop Hejt', pasje i marzenia są świetnym sposobem na budowanie pozytywnego świata. Opisz krótko swoją pasję lub marzenie i zastanów się, jak mogą one pomóc Ci w budowaniu pozytywnych relacji z innymi.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....