# #1/1. LÉPÉS

LEHET, HOGY TÖBB A KÖZÖS BENNÜNK, MINT GONDOLNÁNK?

Miután megnéztétek a videót, vitassátok meg az alábbi kérdéseket:

Tapasztaltam már olyat, hogy valaki beskatulyázott engem, és azt gondolta, nincs bennünk semmi közös? Hogyan éltem ezt meg, és hogyan kezeltem?

Hajlamos voltam-e valaha is beskatulyázni az embereket és azt gondolni, hogy teljesen másmilyenek, mint én, ezért semmi sem köt össze velük? Ha igen, akkor hogyan kezelem ezt a hajlamomat?

Tapasztaltam már olyat, hogy megtudtam, hogy valakire nem illik rá az a skatulya, amelyiket eredetileg ráhúztam, és hogy több közös van bennünk, mint gondoltam? Hogyan ismertem fel ezt?

# #1/2. LÉPÉS

A LEEGYSZERŰSÍTŐ TÖRTÉNET VESZÉLYE

Miután megnéztétek Chimamanda Adichie videóját, vitassátok meg az alábbi kérdéseket:

Nekem személy szerint ismerős-e az az élmény, hogy mások egy leegyszerűsítő történet alapján ítélnek meg? Ha igen, mi volt az az egyoldalú történet, amelyre a rólam alkotott képet leegyszerűsítették?

Hogyan éltem ezt meg és hogyan kezeltem?

Ha belegondolok, én magam hogyan bánok más emberekkel, előfordult-e valaha, hogy egy másik embert egy leegyszerűsítő, egysíkú történet alapján ítéltem meg?

Ha igen, hogyan kezelem ezt?

Továbbá mi segít a szemléletbeli nyitásban, hogy nyitottá váljak mások árnyalt, sokszínű történetének a megismerésére, befogadására?

# #2/1. LÉPÉS

ÁLTALÁNOSÍTÁSOK, ELŐÍTÉLETEK ÉS MÁSOKAT BECSMÉRLŐ, GYALÁZKODÓ MEGNYILVÁNULÁSOK: HOGYAN KEZELJÜK MINDEZT?

A szerepjáték után gondoljátok át a feladatot együtt:

## **KÉRDÉSEK AZ ELŐÍTÉLETET VÉDŐKHÖZ:**

Milyen érzés volt tevékenyen védelmünkbe venni az előítéletet?

Hogyan éltük meg a többiek reakcióját?

Milyen kérdések vagy érvek késztettek arra bennünket, hogy elgondolkodjunk és megkérdőjelezzük saját álláspontunkat?

## **KÉRDÉSEK AZ ELŐÍTÉLET ELLENZŐIHEZ:**

Hogyan éltük meg a helyzetet és önmagunk szerepét a helyzetben?

Milyen érzéseket váltottak ki belőlünk az előítéletet védő vitapartnerek?

Képesek voltunk-e ellenérvekkel szembeszállni az előítélettel?

Mit sikerült elérnünk?

## **KÉRDÉSEK A MEGFIGYELŐKHÖZ:**

Milyen stratégiákat követtek az előítéletet ellenző vitapartnerek, milyen eszközöket használtak, hogy ellentmondjanak az előítéletet védőknek és változtassanak a gondolkodásukon?

Milyen érzelmeket lehetett felfedezni a résztvevők között? Hogyan váltak ezek az érzések nyilvánvalóvá?

Milyen érzelmeket és reakciókat fedeztünk fel azok között a tanulók között, akik védelmükbe vették az előítéletet, és azon tanulók között, akik ellenezték azt? Észrevettünk-e olyasmit, hogy az egyik oldal magatartása esetleg befolyásolta a másik fél érzelmeit és reakcióit?

# #2/2. LÉPÉS

ÁLTALÁNOSÍTÁSOK, ELŐÍTÉLETEK ÉS MÁSOKAT BECSMÉRLŐ,

GYALÁZKODÓ MEGNYILVÁNULÁSOK: HOGYAN KEZELJÜK MINDEZT?

Kihívások és kulcsfontosságú stratégiák az előítéletek kezelésére

### **Mit tudsz tenni, ha valaki általánosít és kinyilvánítja az előítéleteit?**

Megkérdőjelezheted az illető általánosításait és előítéleteit úgy, hogy megkéred, konkretizálja és indokolja azokat. Pl. felteheted a kérdést, hogy „Ezt honnan tudod?” vagy „Hol szerezted ezt az információt?” Szembesítheted őt olyan tényekkel, amelyek ellentmondanak az előítéleteinek. Ez azonban egyrészt feltételezi, hogy Te magad legyél tájékozott, másrészt, hogy a másik fél nyitott maradjon az érvekre. Minthogy ez a nyitottság nem mindig adott, nem mindig lehetséges meggyőzni a másik felet. Mindazonáltal mondhatsz „nemet”, és kell is, hogy „nemet” mondj.

### **Mit tudsz tenni, ha valaki agresszívan nyilvánítja ki előítéleteit**

**vagy becsmérel, gyaláz másokat és úgy érzed, az illető hatalommal bír?**

Egy ilyen helyzet félelmet szülhet. Ezért segíthet, ha szövetségeket alkotsz másokkal, különösen a csoportokat érintő helyzetekben vagy nyilvánosan. Ezért fontos, hogy a lehető legjobban őrizd meg a nyugalmad (pl. ne kiabálj), ugyanakkor saját álláspontodat képviseld nagyon is határozottan.

### **Mit tudsz tenni, ha valaki nyers stílusban nyilvánítja ki előítéleteit vagy becsmérel, gyaláz másokat?**

Egy ilyen megnyilvánulás arra csábíthat, hogy magad is arrogáns módon reagálj és leszóld vagy sértegesd a másik felet (aki maga is lebecsült más embereket). Ezt ő úgy fogja megélni, hogy magatartásod éppenséggel az ő álláspontját igazolja. Ezért fontos, hogy az előítéletet vagy a másokat becsmérlő, gyalázkodó megnyilvánulásokat egyértelműen és félreértést kizáró módon visszautasítsd, de anélkül, hogy a másik felet magát leszólnád.

### **Előfordulhat, hogy egy előítéletes vagy másokat becsmérlő, gyalázkodó megnyilvánulás sérti azokat az értékeket, amelyeket vallasz (még akkor is, ha az előítélet vagy a másokat becsmérlő, gyalázkodó megnyilvánulás nem rólad, hanem más emberekről szól).**

A megfelelő és egyértelmű reakcióhoz ezért hasznos tudatosítanod magadban, hogy mi az, ami neked fontos és értéket képvisel a szemedben. Minél jobban ismered a saját értékeidet, annál jobban ki tudsz állni mellettük!

**REFLEXIÓ**



**Próbálj meg lerajzolni egy olyan helyzetet,**

**amelyben te vagy valaki más egyértelműen**

**előítéletes magatartással, vagy másokat becsmérlő, gyalázkodó megnyilvánulásokkal szembesül! Ez lehet valós élethelyzet vagy akár karikatúra is. Fényképezd le a rajzot!**

**Jegyezz föl három olyan állítást önmagadról, amelyeket visszautasítanál, mert nem pontosan jellemeznek**

**Téged mint konkrét személyt, vagy nem tanúsítanak kellő tiszteletet Irántad mint önálló egyéniség iránt!**