12.05-14.05.2020r.

**Temat: Hejt w Internecie.**

*Temat zapisz w zeszycie.*

Hejt to pełne nienawiści, pogardy, złości działanie danej osoby w Internecie. Hejt może być skierowany zarówno wobec konkretnej osoby, jak i przedstawicieli danego narodu, płci, osób o innym światopoglądzie niż ten reprezentowany przez hejtera, wyznawców danej religii czy grupy politycznej, a nawet znajomych osoby hejtującej - obiektem hejtu może stać się każdy

 **Hejt**("hate") z języka angielskiego oznacza "nienawiść", a słowem tym określamy jej szerzenie w Internecie. Hejt może się przejawiać nie tylko za pomocą słów, ale i grafik (memów, gifów) czy filmów.

**Jak walczyć z hejtem?**

Najprostszą i zarazem najtrudniejszą odpowiedzią jest: unikać czytania negatywnych opinii, a zwłaszcza odpowiadania na nie. Nie bez powodu karierę robi hasło: "nie karmić trolla" - odpowiedź na agresję jeszcze bardziej agresora podburza. To jednak dla hejtowanej i żyjącej w ciągłym napięciu osoby trudne zadanie - nie jest łatwo zignorować negatywne komentarze na swój temat.

Drodzy Uczniowie!

Obecnie trwa akcja **#przytulhejtera**.

Zachęcam Was do zapoznania się z ciekawymi materiałami edukacyjnymi.

***Zasady antyhejtowe****: (wydrukuj i wklej do zeszytu lub przepisz)*

**1.**Zastanów się, zanim odpowiesz na hejterski komentarz. Nie daj się ponieść emocjom, nie odpowiadaj pod wpływem chwili.

**2.**Jeżeli bardzo się złościsz, napisz odpowiedź, a potem weź głęboki oddech i skasuj ją.

**3.**Nie odpowiadaj agresją na agresję. W ten sposób jedynie prowokujesz hejtera do dalszego obrażania.

**4.**Nie lajkuj, nie udostępniaj hejterskich komentarzy. W ten sposób jedynie zwiększasz ich zasięg.

**5.**Jeżeli możesz, kasuj nienawistne komentarze.

**6.**Zgłaszaj hejt i mowę nienawiści, korzystając z opcji dostępnych na forach lub w mediach społecznościowych.

**7.**Nie każda krytyka to hejt. Odróżniaj hejt od konstruktywnej krytyki.

**8.**Gdy coś ci się nie podoba lub denerwuje, wyraź to kulturalnie, nie hejtuj.

**9.**Nie rezygnuj z tego, co robisz, myślisz i mówisz tylko ze względu na hejterów.

**10.**Jeżeli nie możesz poradzić sobie z hejterem, zgłoś to osobie zaufanej lub zadzwoń na bezpłatny numer Telefonu Zaufania dla Dzieci i Młodzieży:116 111

 [http://przytulhejtera.pl/ - akcja #przytulhejtera](http://przytulhejtera.pl/%20-%20%20akcja%20#przytulhejtera)