

ZROZUMIEĆ CYFROWY ŚWIAT DZIECI



OPOWIEŚĆ Z CYKLU
NIEKOŃCZĄCA SIĘ HISTORIA

FUNDACJA hejt
OFF

▶ ▶ ▶ ▶
CZĘŚĆ TRZECIA

03



PARTNER: Miasto Jasło

SZWAJCARSKO-POLSKI
Program Współpracy



Projekt dofinansowany przez Fundusze Szwajcarskie
wspierające zmniejszanie różnic gospodarczych
i społecznych w Unii Europejskiej oraz budżet państwa.

O AUTORZE

Fundacja Hejt OFF Naszą misją jest tworzenie przestrzeni pełnej szacunku i empatii w cyfrowym świecie. Fundacja Hejt OFF powstała dzięki zaangażowaniu i pasji trojga nauczycieli, którzy swoją codzienną pracę w środowisku edukacyjnym dostrzegli realną potrzebę wprowadzenia zmian w zakresie przeciwdziałania hejtowi i mowie nienawiści. Nasz zespół to grupa praktyków, pasjonatów nowoczesnych technologii, którzy nie tylko rozumieją wyzwania związane z bezpieczeństwem cyfrowym, ale także potrafią przekładać wiedzę na konkretne działania.

O Autorze

Łukasz Gierek Prezes Fundacji Hejt OFF, nauczyciel i wykładowca akademicki z wieloletnim doświadczeniem, którego praca została doceniona w Polsce i za granicą. Jest także pasjonatem nowoczesnych technologii, które wykorzystuje w pracy z młodzieżą, wspierając ich rozwój cyfrowy.

Jest czołowym ekspertem w dziedzinie edukacji cyfrowej w Polsce, wyróżnionym jako jedna z 100 osób, które miały największy wpływ na rozwój umiejętności cyfrowych w kraju. Jego działalność obejmuje prowadzenie szkoleń oraz prelekcji na międzynarodowych konferencjach, m.in. w Toronto, Singapurze, Helsinkach, Atenach, Edynburgu, Londynie czy Nowym Jorku.



**Naszą misją jest tworzenie
przestrzeni pełnej szacunku i empatii
w cyfrowym świecie.**



Miasto Jasło

WSTĘP

Cykl „Zrozumieć cyfrowy świat dzieci” powstał po to, by wyjaśniać zachowania młodzieży w sieci oraz mechanizmy, które wpływają dziś na sposób komunikacji, budowania relacji i postrzegania świata przez młodych ludzi.

Pierwszy rozdział tej części to aktualizacja wydanego wcześniej słownika młodzieżowego, a ponieważ dużo się w dzieje w świecie dzieci to po roku od wydania pierwszej części trzeba zrobić swoistą erratę.

Drugi rozdział zatytułowany 7 zasad, jest chyba takim katharsis w głowie każdego. Nie tylko młodej osoby, ale także dorosłego, takim naszym stop, pauzą lub półpauzą naszego życia.

Czasem nastaje czas refleksji i chyba ja jako autor taki mam, ale też wydaje mi się że te 7 zasad są moją obserwacją uczniów i ich zachowań, przyczyn hejtu, niezrozumienia, zazdrości, pretensji w relacjach czy toksycznego towarzystwa.

Pytania uzupełniają poradnik i mają pomóc rodzicom rozpocząć spokojną rozmowę z dzieckiem o przyjaźni, akceptacji oraz własnych granicach. Nie traktujcie pytań jako przesłuchania, niech będą dla Was wskazówką i pomocą. Jedno jest pewne warto zadawać je pojedynczo, uważnie słuchać i powstrzymać się od oceniania. Najważniejsze jest stworzenie dziecku bezpiecznej przestrzeni do szczerego wyrażania swoich uczuć i doświadczeń.

Czego sobie i Wam drodzy czytelnicy życzę.



Rozmawiając i pytając postaraj się porzucić technologię. Przygotuj się do niej, wyłącz powiadomienia w telefonie, pozbądź się wibracji. Niech dziecko poczuje, że ten moment jest ważny.

Nie wiesz jak zacząć, znajdź pretekst – fragment filmu, serialu, lub zacznij opowieść „chodź opowiem Ci historię” - i zacznij przypominać sobie swoje relacje z dzieciństwa, sytuacje szkolne.



Miasto Jasło



Czy wiesz że
Każde pokolenie miało
swoją ukrytą przekaz,
swoją język?

(Z)rozumieć

LUNAĆ CI W FASĘ?

Chopped

Ktoś lub coś co źle i nieatrakcyjne wygląda.

Crashout

Furia, wybuch złości, utrata panowania nad sobą, często o mało istotną rzecz (np. złamanie grafitu w ołówku, lub furia z tytułu dostania oceny niedostatecznej).

Glazing/Glazier

Wazelniarz, bezwstydnym podlizywanie się do kogoś. Potoczne ociekanie wazeliną.

Kukiriniarz

Nastolatek jeżdżący na elektrycznej hulajnodze marki „Kukirin”. Kukiriniarz często jest agresywny w zachowaniu łamie przepisy ruchu drogowego.

„Jak Ci lunę w fasę...”

Groźba uderzenia kogoś w twarz.

„Masz cebule jak zdychająca jaskółka.”

Zadumane dziewczęce oczy.



Pierwsza część słownika

Każde pokolenie posiadało język niezrozumiały dla dorosłych. „Jak Ci lunę w fasę” oraz „Masz cebule jak zdychająca jaskółka” to młodzieżowe określenia sprzed stu lat, konkretnie z dwudziestolecia międzywojennego. Obecni dorośli też mieli slang młodzieżowy, wszyscy wiedzą co oznacza „oszamać” – a to jest fragment gwary więziennej czyli grypsery. Pokolenie obecnych rodziców to grypsera i MTV.



MUSISZ ZROZUMIEĆ

Klasa

Pochwała, zrobienie czegoś bardzo dobrze.

Lowkey

Robienie czegoś po cichu, dyskretnie.

Płakał

Memiczne określenie pochodzące z wywiadu z Dorotą Wellman o konfrontacji z hejterem. Wywiad ten stał się dzięki temu powiedzeniu wiralem. Obecnie używane w sposób żartobliwy w przypadku porażki kogoś lub kompromitacji.

Red flag

Ostrzeżenie, cecha charakteru u innej osoby, która może być problematyczna. Toksyczna osoba.

Robić coś „dla fabuły”

Zrobić coś na odwal się, na sztukę, aby zapchać czas.
„Pani na polskim kazała zrobić notatkę dla fabuły.”

Szon

Wulgaryzm „kurw@#zon” użyty po raz pierwszy w filmie Patryka Vegi - „Pitbull - niebezpieczne kobiety”. Obecnie używane przez patoinfluencerów jako wulgarne określenie kobiet. Powstało zjawisko „Szon Patrol” - w którym to młodzi ludzie robili zdjęcia kobietom i wrzucali je na dedykowane profile w mediach społecznościowych. Od 2025 zgłoszone jako internetowy wulgaryzm.

Szkiely

Kiedys regionalizm z Wielkopolski oznaczający policjantów, teraz młodzieżowe słowo.

Torta

Ciałopozytywna kobieta, z ostrym makijażem. Może występować tylko w wersji ciała pozytywnej. Przez połączenie „Szona” i „Torty” powstała „Szorta”.

FUNDACJA
**heit
OFF**

W
A
Ż
N
E

I KROPKA

(Z)rozumieć



Miasto Jasło

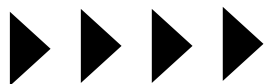
BYCIA DOBRYM



7zas@ad



Miasto Jasło





Nie trzeba zabiegać o każdą relację.

FUNDACJA **heit OFF**

Nie musisz gonić za osobami, które stale wybierają życie bez Ciebie. Zdrowa przyjaźń nie powinna polegać na ciągłym ubieganiu się o uwagę, kontakt czy zaproszenie.



Warto zwracać uwagę na samopoczucie po spotkaniu.

Dobra relacja powinna dawać poczucie bezpieczeństwa i akceptacji. Jeżeli po spotkaniu z kimś pojawia się zwątpienie we własną wartość, napięcie lub poczucie bycia gorszym, warto się przyjrzeć takiej relacji i zadać pytanie „Czy warto?”



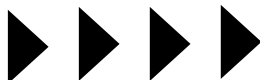
Zachowanie ma większe znaczenie niż wymówki.

Wyśmiewanie czyjegoś zakłopotania, zdradzanie sekretów, obgadywanie lub czerpanie satysfakcji z czyjegoś bólu nie powinno być usprawiedliwiane niczym, szczególnie słowami „to tylko żart”.



Nie trzeba zmieniać siebie, aby zasłużyć na akceptację.

W zdrowej znajomości/relacji/przyjaźni nie powinno być konieczności umniejszania sobie, udawania kogoś innego ani rezygnowania z własnych wartości tylko po to, aby dopasować się do grupy.



5

Zazdrość nie jest dowodem troski. FUNDACJA **heit OFF**

Zdrowa przyjaźń pozwala cieszyć się z sukcesów drugiej osoby bez wzbudzania w niej poczucia winy. Wspieranie rozwoju i osiągnięć jest ważnym elementem dobrej relacji.

6

Nie każda przyjaźń musi trwać całe życie.

Nie potrzeba wielu przyjaciół. Znaczenie ważniejsze jest posiadanie kilku osób, którzy akceptują Twoje wady i zalety, przy których możesz czuć się swobodnie, i przy którym mamy poczucie, że jesteśmy .szanowani

7

Lustro.

Spójrz codziennie w lustro i upewnij się, że po drugiej stronie widzisz dobrego człowieka.




PYTANIA DO ROZPOCZĘCIA ROZMOWY

1. Nie trzeba zabiegać o każdą relację

- Po czym poznajesz, że komuś naprawdę zależy na kontakcie z Tobą?
- Jak się czujesz, kiedy to głównie Ty musisz zabiegać o rozmowę, spotkanie albo uwagę?
- Co możesz zrobić, gdy ktoś często Cię pomija lub odzywa się tylko wtedy, gdy czegoś potrzebuje?

2. Warto zwracać uwagę na samopoczucie po spotkaniu

- Jak najczęściej czujesz się po spotkaniach ze swoimi znajomymi?
- Przy których osobach możesz być sobą, a przy których odczuwasz napięcie lub niepewność?
- Co powinno się wydarzyć, żebyś po spotkaniu czuł/czuła się bezpiecznie i dobrze?

3. Zachowanie ma większe znaczenie niż wymówki

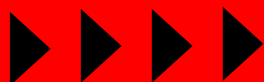
- Jakie zachowania kolegi lub koleżanki pokazują, że traktuje Cię z szacunkiem?
- Czy zdarzyło się, że ktoś Cię zranił, a później powiedział, że to był „tylko żart”? Jak się wtedy czułeś/czułaś?
- Gdzie według Ciebie kończy się żart, a zaczyna krzywdzenie drugiej osoby?

4. Nie trzeba zmieniać siebie, aby zasłużyć na akceptację

- Czy przy swoich znajomych możesz swobodnie mówić, co lubisz, myślisz i czujesz?
- Czy zdarzyło Ci się udawać kogoś innego albo robić coś wbrew sobie, żeby grupa Cię zaakceptowała?
- Jak zareagowałby prawdziwy przyjaciel, gdybyś miał/miała inne zdanie niż on?



Pamiętaj, że to tylko nasza propozycja, warto zadawać je spokojnie, pojedynczo, i pozwolić dziecku także odpowiedzieć: „nie wiem”.



PYTANIA DO ROZPOCZĘCIA ROZMOWY

5. Zazdrość nie jest dowodem troski

- Jak odróżniłbyś/odróżniłabyś troskę o kogoś od zazdrości i próby kontrolowania go?
- Co czujesz, gdy bliska Ci osoba odnosi sukces albo spędza czas także z innymi?
- Jak przyjaciele mogą wspierać swoje sukcesy, nawet jeśli czasami sami czują zazdrość?

6. Nie każda przyjaźń musi trwać całe życie

- Jak Twoim zdaniem zmieniają się przyjaźnie, kiedy ludzie dorastają lub rozwijają nowe zainteresowania?
- Po czym można poznać, że przyjaźń się zmieniła albo zaczyna się kończyć?
- Jak można spokojnie zaakceptować koniec znajomości, zachowując szacunek do siebie i drugiej osoby?

7. Lustro — dostrzeganie własnej wartości

- Jakie trzy cechy najbardziej w sobie lubisz lub cenisz?
- Z czego ostatnio byłeś/byłaś z siebie dumny/dumna, nawet jeśli była to drobna rzecz?
- Co powiedziałbyś/powiedziałabyś bliskiej osobie, która zwątpiła w siebie — i które z tych słów możesz powiedzieć także sobie?



Nie każda przyjaźń musi trwać całe życie.

Opowiedz swoje doświadczenia, lub z Twojego otoczenia.

Na koniec zapytaj:

Czy jest coś w Twoich relacjach, o czym chciałbyś/chciałabyś mi powiedzieć, ale dotąd trudno było Ci zacząć?



Miasto Jasło

ZROZUMIEĆ CYFROWY ŚWIAT DZIECI

FUNDACJA hejt
OFF

PARTNER



Miasto Jasło