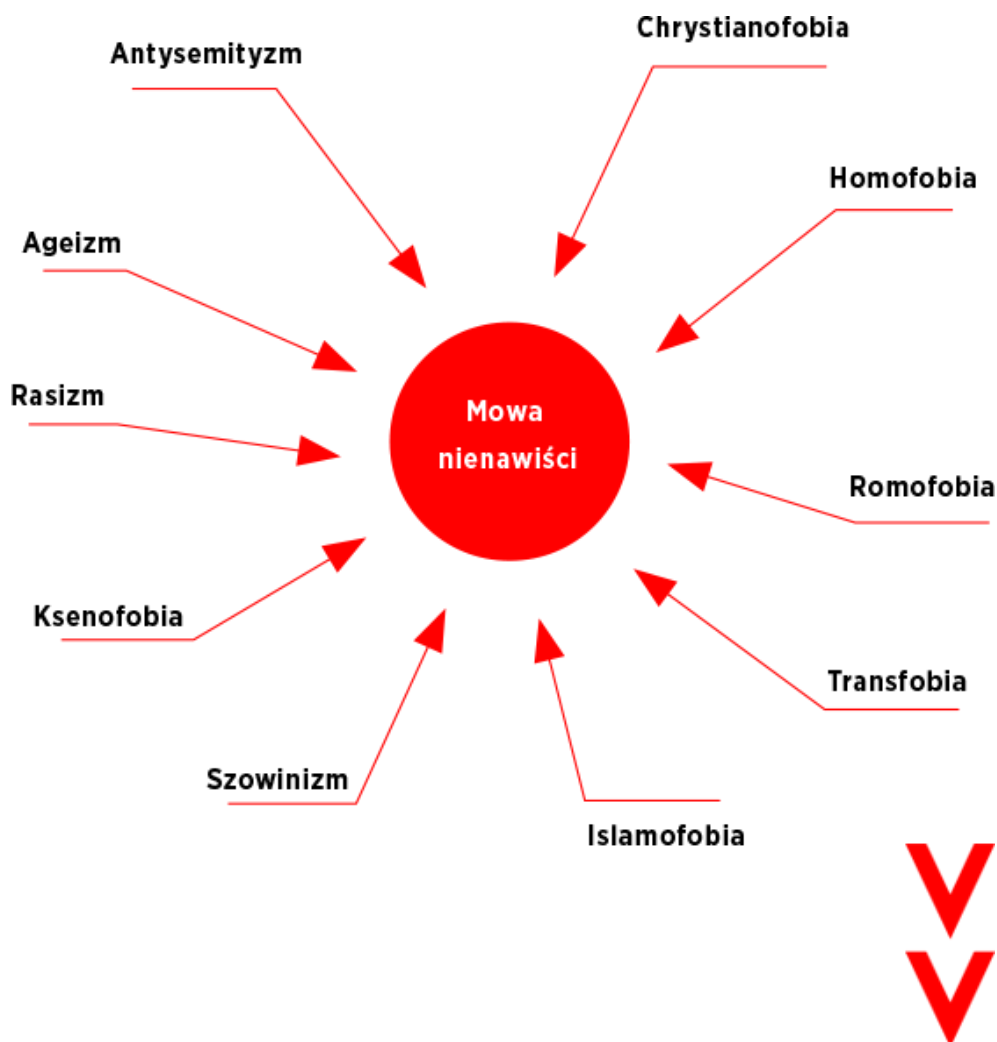




Pani Anna Kaczmarczyk Dyrektor Publicznej Poradni Psychologicznej w Staszowie przeprowadziła w ZSE warsztaty pt.: „Przeciwdziałanie mowie nienawiści” oraz „Poznaj siebie – powiedz NIE” asertywność. W warsztatach uczestniczyli uczniowie Technikum (klasa II e, II d) i Branżowej Szkoły I Stopnia – klasa II f.



***Mowa nienawiści definicja Rady Europy*** - Mowa nienawiści to „wypowiedzi, które szerzą, propagują i usprawiedliwiają nienawiść rasową, ksenofobię, antysemityzm oraz inne formy nietolerancji, podważające bezpieczeństwo demokratyczne, spójność kulturową i pluralizm”.



W polskim prawie nie stworzono osobnej regulacji dotyczącej mowy nienawiści i zbrodni nienawiści, jednak oba zjawiska są uznawane za niezgodne z istniejącym polskim prawem. Znieważanie, pomawianie, grożenie czy nawoływanie do nienawiści na tle różnic narodowościowych, etnicznych, rasowych, wyznaniowych albo ze względu na bezwyznaniowość jest zabronione i podlega karze na podstawie kodeksu karnego (art. 212, 216, 256, 257).

## ***Mowa nienawiści — jak przeciwdziałać?***

- Reagować na wszelkie przejawy mowy nienawiści i podejmować wczesną interwencję;
- Włączać się w budowanie społecznego zaplecza działań antidyskryminacyjnych (np. w sieci aktywistów) oraz wspierać takie inicjatywy;
- Współtworzyć przestrzeń do budowania poczucia wspólnoty między członkami większości, a grupami mniejszościowymi;
- Odwoływać się do historycznej wielokulturowości Polski, by wspierać otwartość na różnorodność społeczno-kulturową.



**ASERTYWNOŚĆ** to umiejętność wyrażania własnego zdania, uczuć, postaw w sposób otwarty, w granicach nie naruszających praw, ani psychicznego terytorium innych osób oraz własnego. Innymi słowy to umiejętność zachowania się równocześnie z szacunkiem dla siebie i dla innych. To umiejętność zachowania się w sposób nieagresywny, nie powodujący cierpienia innych ani też własnego.

### **PRAWA ASERTYWNOŚCI:**

- Mam prawo wyrażać własne myśli i opinie, nawet jeśli różnią się one od poglądów innych ludzi.
- Mam prawo wyrażać własne uczucia i być za nie odpowiedzialnym.
- Mam prawo mówić ludziom „tak”.
- Mam prawo powiedzieć „nie” bez poczucia winy.
- Mam prawo powiedzieć „nie wiem”.
- Mam prawo powiedzieć „nie rozumiem”.
- Mam prawo zmieniać zdanie bez konieczności i usprawiedliwiania się.
- Mam prawo do popełniania błędów i do tego, by czuć się odpowiedzialnym za nie.
- Mam prawo prosić o to, czego chcę.
- Mam prawo do szacunku innych ludzi oraz do tego, by ich szanować.

- Mam prawo do tego, by mnie wysłuchano i traktowano poważnie.
- Mam prawo do niezależności.
- Mam prawo odnieść sukces.
- Mam prawo zdecydować się na brak asertywności.

źródło: <https://uprzedzuprzedzenia.org/czym-mowa-nienawisci/>

[https://witalni.pl/baza\\_wiedzy/asertywnosc-techniki-asertywnosci/](https://witalni.pl/baza_wiedzy/asertywnosc-techniki-asertywnosci/)

Tekst: K.A