

EMOCE V SITUACÍCH DISKRIMINACE

VZOROVÉ PŘÍBĚHY

1. Představte si, že se ve vaší škole pořádá školní focení k nějaké významné příležitosti, třeba na maturitní tablo. Když se řadíte k focení, chytne vás třídní učitelka za rameno, prohlédne si vás a zeptá se: „Ty tam půjdeš takhle?!“ – Jak byste se cítili*y?
2. Představte si, že na Facebooku narazíte na článek o osobě, s níž se můžete nějak identifikovat. Vykonává například podobnou práci jako vy, studuje stejný obor, je stejného pohlaví nebo sexuální orientace, podobného vzhledu jako vy nebo je to třeba herec*herečka ztvárňující filmovou postavu, s níž se silně identifikujete. Pod příspěvkem jsou stovky komentářů a vás článek zaujal, proto si komentáře otevřete a vidíte, že mnoho z nich jsou jenom hejty a urážky dané osoby – jak byste se cítili*y?
3. Představte si, že sedíte v autobusu a cítíte, že na vás někdo hledí. Když se na dotyčného podíváte, uhne pohledem. Jakmile se na něj přestanete dívat, ta osoba si vás začne prohlížet znovu. Takhle to jde pořád dokola ještě několikrát. I když vystoupíte, vidíte, jak na vás ten člověk hledí z okna autobusu – jak byste se cítili*y?
4. Představte si, že jste přišli*y do nového prostoru. Může to být třeba školní jídelna v nové škole, přistoupili*y jste do dálkového autobusu nebo jste přišli*y do zaplněné knihovny. V prostoru není žádné volné místo k sezení o samotě a musíte si k někomu přisednout. Přijdete k jednomu stolu a zeptáte se, jestli si můžete přisednout. Osoba, která tam seděla jako první, se na vás podívá, nic neřekne a odsune si židli o kousek dál od vás. Když se posadíte, znovu se na vás podívá, natočí se k vám co nejvíce zády a odsune své věci k sobě – jak byste se cítili*y?