METODICKÉ MATERIÁLY

PRE UČITEĽOV A UČITEĽKY ZÁKLADNÝCH A STREDNÝCH ŠKÔL K DOKUMENTÁRNYM FILMOM

ĎAKUJEME ZA DÁŽĎ

DOMÁCI ZÁPAS

#SLEDUJMA

MINISTERSTVO SPRAVODLIVOSTI SLOVENSKEJ REPUBLIKY

Realizované s finančnou podporou Ministerstva spravodlivosti SR.

obsah

3

Ďakujeme za dážď

3 Metodická časť
12 Doplňujúce informácie k témam filmu

16

Domáci zápas

16 Metodická časť
22 Doplňujúce informácie k témam filmu

26

#Sledujma

26 Metodická časť
30 Doplňujúce informácie k témam filmu

ĎAKUJEME ZA DÁŽĎ

(Thank You For The Rain / Julia Dahr, Kisilu Musya / Dánsko / 2017 / 59 min. / slovenské titulky)

Ďakujeme za dážď je unikátny filmový projekt, ktorý natočili kenský farmár Kisilu Musya s nóskou filmárkou Juliou Dahr. Počas piatich rokov zachytil Kisilu nielen život svoje rodiny a komunity, ale aj ničivé dôsledky klimatickej zmeny – záplavy, extrémne suchá, ale aj smrť. Spoločne s Juliou sledujeme jeho premenu z otca na komunitného lídra a neskôr na aktivistu na celosvetovej úrovni. Posolstvo svojej komunity totiž prednesie až na klimatickom samite v Paríži. Film je výpoveďou večného optimistu, ktorý v boji o lepšiu budúcnosť otestuje vlastné limity.

Témy filmu: globálna klimatická zmena, klimatická spravodlivosť, environmentálny aktivizmus, migrácia.

AKTIVITA 1

Cieľová skupina: 14+

Čas: 90 minút (vrátane premietania 59 min. filmu)

Pomôcky: projektor, počítač s prístupom na internet, písacie potreby, prílohy v dostatočnom počte.

Ciele:

- Žiaci a žiačky navrhnú na základe obrázkov dejovú líniu filmu,
- na základe informácií z filmu formulujú, klasifikujú a vyhodnotia konkrétne prípady, ktoré spájajú s líderstvom, silou komunity, odolnosťou a s dopadom klimatickej zmeny na poľnohospodárov žijúcich v chudobe.

Postup:

Úvod: (15 minút)

1. Na tabuľu napíšte: *Ďakujeme za dážď.* Povedzte triede, že je to názov dokumentu, ktorý si pozriete. Vyzvite žiakov a žiačky, nech vymenujú témy a príbehy, ktoré si myslia, že bude film obsahovať.
2. Do každej štvorice rozdajte jednu kópiu prílohy 1. Vysvetlite, že obrázky sú z dokumentárneho filmu Ďakujeme za dážď, ktorý je o kenskom farmárovi a jeho rodine. Tí zápasia s dôsledkami klimatickej zmeny. Úlohou jednotlivých skupín je vytvoriť podľa obrázkov stručný príbeh farmára a jeho rodiny. Mal by obsahovať asi desať viet.
3. Vyzvite žiakov a žiačky, aby sa o svoje príbehy podelili s celou triedou. Povedzte im, že si svoje príbehy môžu počas pozerania filmu porovnať s pôvodným filmovým príbehom a že sa k nim neskôr vrátite.

Premietanie filmu: (59 minút)

Každému v triede rozdajte tabuľku z prílohy 2. Podľa uváženia si spoločne prejdite jednotlivé pojmy. Požiadajte žiakov a žiačky, aby tabuľku vyplnili počas pozerania dokumentu. Ku každému výrazu majú priradiť jednu alebo viacero osôb, ktorých sa uvedený výraz týka, a vysvetliť prečo. Ak bude treba, nechajte po filme priestor na dopísanie úlohy.

Reflexia a diskusia po filme: (15 minút)

Po pozretí filmu otvorte diskusiu. Vyzvite žiakov a žiačky, aby svoje názory podporili konkrétnymi príkladmi z filmu, ktoré si zapisovali počas premietania do tabuľky v prílohe 2. Použite nasledujúce otázky:

- *Podobal sa váš príbeh na ten, ktorý ste práve videli?*
- *Ako film ovplyvnilo to, že sa Kisilu podieľal na jeho tvorbe ako kameraman?*
- *Čo ste sa dozvedeli o živote farmárov, žijúcich v suchých oblastiach na hranici chudoby?*
- *S akou zmenou klímy sa musia vysporiadať? Aké sú dopady zmeny klímy na ich osobný život a na život komunity?*
- *Fimový príbeh Kisilu Musya sleduje jeho vzostup ako lídra komunity. Ako sa stáva lídrom a aké charakterové vlastnosti ho ním robia? Čo by ste sa ho chceli opýtať, ak by ste mali tú možnosť?*
- *Prečo je pre Kisilu na začiatku ťažké udržať stabilnú dobrovoľnícku skupinu? Čo sa neskôr zmenilo?*
- *Kisiluova manželka Christine prejavuje zmiešané emócie. Akým výzvam musí čeliť ako matka, manželka, členka komunity a farmárka? Čo by ste jej odkázali?*
- *Kisilu prichádza na parížsky samit plný očakávaní. Ako rokovania pokračujú, je stále viac a viac sklamaný. Prečo?*

PRÍLOHA 1

Oslo Kongressenter

I could see how organised
they were

I'm a little bit sad because
I'm leaving for some days.

PRÍLOHA 2

Počas pozerania filmu si do tabuľky zaznačte, koho konkrétne sa jednotlivé pojmy týkajú, a vysvetlite, prečo si to myslíte.

Pojem	Koho sa to týka?	Prečo?
Líderstvo		
Komunita		
Obeta		
Chudoba		
Odolnosť		
Zmiešané pocity		
Výzva		

AKTIVITA 2

Cieľová skupina: 14+

Čas: 45 minút

Pomôcky: písacie potreby, citáty z filmu nastrihané a rozmiestnené na stenách triedy (príloha 3), lepiace gumy (tzv. blue tack), vyplnená tabuľka z prílohy 2 (z predošlej hodiny)

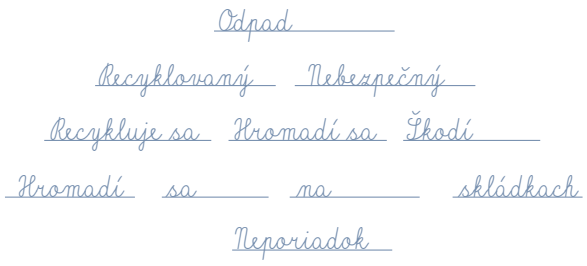
Ciele:

- Žiaci a žiačky si zopakujú problematiku klimatickej zmeny na základe filmu a cez aktiváciu predchádzajúcich vedomostí,
- na základe filmu a diskusie napíšu úryvok z denníka,
- zaujmú stanovisko a dokážu ho podporiť argumentmi a príkladmi.

Postup:

Úvod: (10 minút)

1. Na úvod pracujú žiaci a žiačky samostatne pomocou metódy päťlístka (viď nasledujúca ilustrácia). Na tabuľu napíšte: klimatická zmena. Vyzvite ich, aby si tému odpísali do zošitov. Pod ňu napíšu dve prídavné mená, ktoré si s touto témou spájajú. Do tretieho riadku vymyslia tri slovesá, ktoré tému podľa nich popisujú, t. j. čo klimatická zmena spôsobuje. Do štvrtého riadku potom napíšu štvorslovnú vetu, ktorá by mala vystihovať, ako tému vnímajú oni sami. Môže to byť aj metafora. V piatom riadku sa snažia prísť na jedno slovo, ktoré by vystihovalo podstatu témy, napríklad vo forme synonyma alebo asociácie.



2. Po samostatnej práci triedu vyzvite, aby si vo štvoriciach porovnali svoje päťlístky a podelili sa o svoje postrehy ku klimatickým zmenám. Požiadajte ich, aby v skupine vytvorili spoločný päťlístok, ktorý by čo najviac vystihoval ich individuálne postrehy.
3. Následne jednotlivé skupiny vyzvite, aby sa o svoje päťlístky podelili s celou triedou. Po prečítaní diskutujte o tom, ktorý z päťlístkov sa im najviac páčil a prečo. .

Uvedomenie: (25 minút)

1. Na steny triedy lepiacimi gumami spoločne upevnite citáty z filmu (ak ste to už neurobili pred začiatkom hodiny). Nechajte žiakov a žiačky, aby sa okolo nich prešli a pozorne si ich prečítali. Požiadajte ich, aby si vybrali jeden, ktorý ich oslovil, a postavili sa k nemu. Ku ktorému z nich sa postavilo najviac ľudí? Opýtajte sa ich, prečo si citát vybrali, prípadne či si pamätajú scénu z filmu, v ktorej zaznel. Zaujal ich vo filme aj iný citát, ktorý medzi tými na stene nie je?
2. Skupiny, v ktorých sú viac než tri až štyri osoby, rozdeľte na menšie.
3. Vysvetlite žiakom a žiačkam, že budú vo svojich skupinách písať krátky denníkový zápis (10 až 15 viet). Požiadajte ich, aby si z filmu vybrali jednu významnú scénu a popísali ju v prvej osobe tak, akoby sa udalosti osobne zúčastnili. Použiť pritom majú jeden z citátov nalepených na stene. Nemusí to však byť nevyhnutne ten, ktorý si predtým vybrali. Môžu napríklad popísať Kisiluovu návštevu v Nórsku (citát: „Pre Kisilu bolo nepríjemné vidieť rozdiel v našom životnom štýle.“) či v Paríži („Hovoria veľa dobrých slov, ale vyhýbajú sa slovám ako rovnoprávnosť alebo spravodlivosť.“), alebo neochotu dedinčanov zapojiť sa do vysádzania stromov („S členmi rodiny môžete mať veľké problémy.“). Uistite sa, že všetci porozumeli zadaniu a spoločne urobte krátky brainstorming, počas ktorého napíšete nápady na denníkové zápisky na tabuľu.
4. Skupiny svoje zápisky pripevnia na stenu triedy lepiacou gumou. Žiakov a žiačky vyzvite, aby si ich prečítali a zahlasovali za tri, ktoré podľa nich najviac vystihujú situáciu z filmu. Hlasuje sa zapisovaním krížikov alebo krúžkov na papiere s denníkovými zápiskami.

Reflexia a diskusia: (10 minút)

Diskutujte o nasledujúcich otázkach:

- *Aké pocity máte po tejto aktivite? Prekvapilo vás niečo?*
- *Pomohlo vám písanie denníka vžiť sa do situácie postáv z filmu?*
- *Prečo ste zahlasovali za ten-ktorý úryvok? Aké témy otvára?*
- *Do akej miery je alebo nie je dôležité poznať príbehy konkrétnych ľudí, ktorí sú klimatickými zmenami zasiahnutí?*
- *Ako vnímate zmenu klímy na Slovensku?*
- *Je v našich silách s klimatickou zmenou niečo urobiť? Čo napríklad?*
- *Sú aj na Slovensku vaši rovesníci alebo dospelí, ktorí sa aktívne angažujú v zvyšovaní povedomia o klimatickej zmene?*
- *Myslíte si, že jednotlivec môže ovplyvniť zmenu klímy aj celosvetovo? Ak áno, ako? Ak nie, prečo?*

Ak by si žiaci a žiačky chceli prečítať viac o tom, aký dosah mal tento film, odporučte im stránku: https://thankyouforthe-rain.com/impact.

PRÍLOHA 3

Výroky

Kisilu Musya:

„Minulú sezónu sme plakali, žiaden dážď! A naozaj, nepršalo. A teraz máme povodne. Všetko je naopak.“

Kisilu Musya:

„S členmi rodiny môžete mať veľké problémy, keď počúvate, že ste prišli zo komunitných stretnutí a nemáte pre nich nič na jedenie. Bohužiaľ, to je veľký problém pre niektorých ľudí, aj pre mňa.“

Christine, Kisiluova žena:

„On iba pestuje stromy.“

Kisilu Musya:

„Ak sa hmyz rozhoduje o svojom živote, zaujímalo by ma, prečo to nerobia ľudia.“

Kisilu Musya:

„Príbeh, ktorý prežívam, má byť pre všetkých výstrahou.“

Christine, Kisiluova žena:

„Môžeš pre deti variť peniaze?“

Julia Dahr, režisérka:

„Pre Kisilua bolo nepríjemné vidieť rozdiel v našom životnom štýle.“

Hlava dediny na komunitnom stretnutí:

„Farmár je skvelý človek. Je ako kráľ.“

Novinár na parížskom samite:

„Hovoria veľa dobrých slov, ale vyhýbajú sa slovám ako rovnoprávnosť alebo spravodlivosť.“

Kisilu Musya:

„Keby som mal svoj vlastný svet a moc, vybral by som vodcov a lídrov krajín a vzal ich tam, aby hladovali, a tak pochopili, čo to znamená pre hladujúcich.“

Doplňujúce informácie k témam filmu

Globálna zmena klímy znamená zmeny všetkých meteorologických veličín, ktorými opisujeme stav počasia a jeho dlhodobý charakter (t. j. klímu). Tieto zmeny sú vo veľkej miere zapríčinené ľudskými aktivitami. Primárnymi dôvodmi je spaľovanie fosílnych palív, ako je uhlie, zemný plyn alebo ropa, ale aj vyrubovanie dažďových lesov, doprava a priemyselný chov hospodárskych zvierat.

Zvyšovanie priemernej teploty Zeme je len jedným z prejavov klimatickej zmeny, ktorá zahŕňa rast vzdušnej vlhkosti, úbytok ľadu, vzostup tepla zachyteného v oceánoch, topenie permafrostu, acidifikáciu oceánov atď. Také veľké množstvo zmien v takom krátkom čase (pozorujeme ich od roku 1950) nemá obdoby za tisícročia vývoja zemskej klímy. Súčasná zmeny klímy začala obdobím priemyselnej revolúcie. Dnes je priemerná celosvetová teplota o 0,85 °C vyššia ako na konci 19. storočia. Zvýšenie teploty o 2 °C by znamenalo riziko nebezpečných až katastrofických zmien. Cieľom je teda udržať otepľovanie pod hranicou 2 °C, pričom oteplenie o maximálne 1,5 °C sa považuje za bezpečnejšie.

Základnou príčinou otepľovania klímy je zvyšovanie koncentrácie skleníkových plynov v atmosfére, hlavne oxidu uhličitého a metánu. Oproti obdobiu spred priemyselnej revolúcie sa koncentrácia oxidu uhličitého zvýšila o 70 percent. Dôvodom je ľudská činnosť, hlavne spaľovanie fosílnych palív (cca dve tretiny vylúčeného oxidu uhličitého), odlesňovanie a zmeny vo využívaní pôdy (cca tretina emisií).

Aj keď je zmena klímy globálnym fenoménom, najzranitelnejšími sú ľudia z krajín globálneho Juhu, vrátane 2,5 miliardy malých farmárov, pastierov a rybárov, ktorých živobytie závisí na prírodných podmienkach. Traja zo štyroch ľudí žijúcich v chudobe sú závislí od poľnohospodárstva a prírodných zdrojov. Nepredvídateľné, až extrémne počasie, posuny v ročných obdobiach a prírodné katastrofy zasahujú práve tieto komunity a vystavujú ich nebezpečenstvu.

Klimatická zmena ohrozuje zdroje potravín na celom svete. Potopy a suchá zhoršujú možnosti pestovania potravín, čo vedie k ich vyšším cenám. Hlavným zdravotným dôsledkom klimatickej zmeny je podvýživa. Od roku 2014 rastie počet podvyživených ľudí na celom svete, v súčasnosti ide o približne 820 miliónov detí a dospelých. Klimatická zmena taktiež výrazne prispieva k migrácii tých, ktorí utekajú pred následkami prírodných katastrof, zvyšujúcimi hladinami morí a následkami straty živobytia. Zmena klímy má totiž ďalekosiahle dôsledky. Preukázateľne napríklad zhoršuje školskú dochádzku detí a prehlbuje socioekonomické nerovnosti.

Paradoxne, následkom globálneho otepľovania čelia hlavne krajiny globálneho Juhu, hoci produkujú veľmi malé množstvo emisií v porovnaní s globálnym Severom, ktorého súčasťou je aj Slovensko.

Parížska klimatická dohoda

Parížska dohoda je globálna dohoda o zmene klímy, uzavretá v decembri 2015 v hlavnom meste Francúzska. Cieľom dohody je udržanie rastu globálnej teploty výrazne pod hranicou 2 °C a so snahou o nepresiahnutie 1,5 °C v porovnaní s teplotou pred priemyselnou revolúciou.

Dohodu uzavrelo 194 štátov (vrátane Slovenska), ktoré spolu produkujú vyše 87 percent svetových emisií skleníkových plynov. Dohoda zaväzuje tieto krajiny k znižovaniu emisií s cieľom dosiahnuť v roku 2050 uhlíkovú neutralitu. To by znamenalo, že bude vypustených len toľko emisií, koľko bude príroda vedieť sama spracovať.

Najviac emisií do ovzdušia aktuálne vypúšťajú Čína, Spojené štáty americké, štáty Európskej únie a India – spolu zodpovedajú za takmer dve tretiny svetovej produkcie. Tieto krajiny Parížsku dohodu podpísali, ale americká vláda v roku 2017 oznámila, že od nej plánuje k novembru 2020 odstúpiť.

Napriek tomu, že je Parížska dohoda prelomová, viaceré environmentálne a vedecké organizácie ju kritizujú pre jej nízku efektivitu, chýbajúci sankčný systém a malú šancu na úspech v plnení cieľov podľa stanovených kritérií. Napríklad Austrália je síce signatárom Parížskej dohody, ale jej súčasné národné ciele sú objektívne nedostatočné. Ak by rovnaké ciele nasledovali všetky ostatné krajiny, svet by sa nevyhol otepleniu o aspoň 3 °C, a to by bolo pre ľudstvo katastrofické.

Niektoré vedecké štúdie považujú za nedostatočné aj ciele samotnej dohody. Podľa nich vedie už oteplenie o 2 alebo aj 1,5 stupňa k výraznému zvýšeniu rizika potôp v povodiach riek, k takmer úplnému vyhynutiu koralov a k extrémnym prejavom počasia.

Klimatická zmena a Slovensko

Od roku 1881 stúpla priemerná ročná teplota vzduchu na Slovensku o 2 °C. Toto zvýšenie je rovnomerné na celom území, ale na južnom Slovensku je sprevádzané znížením zrážok až o desatinu a zvýšeným vyparovaním (o 5 percent). Zároveň dochádza v celej krajine k veľkej kolísavosti zrážok, spôsobujúcich suchá a povodne často len zopár rokov po sebe. Pokles zrážok v zimnom období, spolu so zvýšenou teplotou vedie k nestabilným snehovým podmienkam.

Do roku 2050 sa dá na Slovensku predpokladať rast priemernej ročnej teploty až o 8 °C oproti hodnotám z konca 19. storočia.

Medzi oficiálne programy Slovenskej republiky týkajúce sa klimatickej zmeny patrí **Envirostratégia 2030** Inštitútu environmentálnej politiky, ktorá je strategickým programom na zlepšenia stavu životného prostredia na Slovensku. Program **Agenda 2030 pre udržateľný rozvoj** Úradu podpredsedu vlády SR pre investície a informatizáciu sa sústreďuje na plnenie medzinárodných záväzkov Slovenskej republiky, vrátane tých týkajúcich sa klimatickej zmeny.

Iniciatívy a organizácie, ktoré sa venujú ochrane životného prostredia

Greenpeace

Greenpeace Slovensko

Greenpeace je medzinárodná nezisková organizácia zaoberajúca sa ochranou životného prostredia od roku 1971. Pôsobí v 55 krajinách (k septembru 2019). Vedie nenásilné kampane súvisiace s témami ako globálne otepľovanie, genetické inžinierstvo a iné.

Fridays for Future

Fridays for Future Slovensko

Fridays for Future je iniciatíva spájajúca deti a dospelých po celom svete, ktorí protestujú proti nedostatku vládnych opatrení v oblasti klimatickej zmeny. Hnutie vzniklo v auguste 2018 ako reakcia na trojtýždňový štrajk stredoškoláčky Grety Thunberg pred švédskym parlamentom. Tá žiadala švédsku vládu, aby znížila uhlíkové emisie v súlade s Parížskou dohodou. Po parlamentných voľbách sa Greta rozhodla v štrajku pokračovať v piatky. Lokálne štrajky po celom svete sa preto organizujú práve v tento deň.

Friends of the Earth

Priatelia Zeme Slovensko

Friends of the Earth je najväčšia environmentálna sieť, ktorá združuje 73 národných členských skupín a približne 5 000 miestnych aktivistických skupín po celom svete (k septembru 2019). Spoločne vedú kampane o najnaliehavejších environmentálnych a sociálnych otázkach. Presadzujú riešenia, ktoré pomôžu vytvoriť environmentálne udržateľnú a sociálne spravodlivú spoločnosť.

Extinction Rebellion

Extinction Rebellion Slovakia

Extinction Rebellion je medzinárodné spoločenské hnutie, ktorého cieľom je zabrániť negatívnym dôsledkom klimatickej zmeny a minimalizovať vymieranie druhov, a to cez radikálne kroky – prostredníctvom občianskej neposlušnosti. Hnutie založila v roku 2018 približne stovka akademikov a akademičiek podpísaním výzvy k akcii. Aktivity začali koncom októbra pod vedením aktivistov z kampane Rising Up! Hnutie je špecifické v tom, že aktivisti počítajú so zatknutím a za záchranu planéty sú pripravení ísť aj do väzenia.

Bod obratu

Bod obratu je skupina ľudí, ktorá realizuje informačné kampane a mobilizuje ľudí v boji proti klimatickej zmene.

Znepokojené matky

Znepokojené matky je otvorená iniciatíva, ktorá spája aktívnych ľudí so záujmom o životné prostredie a snahou meniť ho k lepšiemu. Upozorňujú na dôsledky klimatickej zmeny a apelujú na vládu, aby prijala náležité kroky.

Klimatická zmena a Keňa

Ako krajina s najsilnejšou ekonomikou východnej Afriky a 48 miliónmi obyvateľov je Keňa významným centrom regiónu. Ekonomiku krajiny tvorí hlavne cestovný ruch a poľnohospodárstvo závislé od dažďa, to znamená od priaznivých klimatických podmienok.

Narastajúca nestálosť klimatických podmienok a nedostatočné, prípadne extrémne zrážky v hlavnom období dažďov ovplyvnili v posledných rokov produkciu obilnín. Opakujúce sa suchá a povodne – pravdepodobne zhoršené zvyšujúcimi sa teplotami, silnými zrážkami a stúpaním hladiny mora – vedú k vážnym stratám úrody a k úmrtiam hospodárskych zvierat, k nedostatku potravy a k vysídľovaniu. Sucho v rokoch 2008 až 2011 spôsobilo škody vo výške viac ako 11 miliárd eur.

Budúca klíma v Keni

Predpokladané zmeny do roku 2050 zahrňujú:

- zvýšenie priemernej teploty o 1,2 až 2,2 °C,
- dlhšie trvanie vĺn horúčav (o 9 až 30 dní dlhšie),
- zvýšená frekvencia a intenzita silných búrok,
- kratšie, ale intenzívnejšie obdobia sucha,
- zvýšenie hladiny mora o 16 až 42 centimetrov.

Dopady na agrikultúru a vodu:

Agrikultúra:

- menej výnosu obilia a jeho nižšia kvalita,
- tepelný stres, prehrievanie dobytka,
- škody na pôde a úrode,
- nemožnosť plánovania, a tým pádom viac strát pri pestovaní plodín.

Voda:

- väčší nedostatok vody a jej znížená kvalita,
- zvýšené prenikanie slanej morskej vody do tokov riek,
- nárazové lokálne povodne.

Kenské poľnohospodárstvo je z 98 percent zavlažované dažďovou vodou a je vysoko citlivé na zmeny teploty a zrážok.

Poľnohospodárstvo predstavuje viac ako 30 percent hrubého domáceho produktu a je hlavným živobytím pre dve tretiny obyvateľov. Drobní farmári tvoria až tri štvrtiny poľnohospodárskych výnosov v krajine. Kukurica, fazuľa, čaj a zemiaky sú pre miestnych najdôležitejšími plodinami, živočíšnej výrobe dominujú ovce a kozy.

Keňa vypracovala **Národný akčný plán pre zmenu podnebia** (NCCAP 2018-2022), ktorého cieľom je podporovať rozvoj krajiny cez mechanizmy a opatrenia nízkouhlíkového hospodárstva.

Použité zdroje a odporúčaná literatúra:

BALUCHOVÁ, Božena. 2013. Zmena klímy ovplyvňuje životy ľudí na našom i africkom kontinente. Prohuman. [cit. 2019-13-09]. Dostupné na: https://prohuman.sk/rozvojova-pomoc/zmena-klimy-ovplyvnuje-zivoty-ludi-na-nasom-i-africkom-kontinente.

Climate Action Tracker: Australia. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://climateactiontracker.org/countries/australia/.

Climate ADAPT. 2019. Slovakia: Assessments. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://climate-adapt.eea.europa.eu/countries-regions/countries/slovakia.

Enviroportál – Zmena klímy. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://www.enviroportal.sk/klimaticke-zmeny

Európska rada Rada Európskej únie: Parížska dohoda o zmene klímy. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://www.consilium.europa.eu/sk/policies/climate-change/timeline/.

Európska rada Rada Európskej únie: Príčiny zmeny klímy. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://ec.europa.eu/clima/change/causes_sk.

HARVEY, Fiona. 2016. World on track for 3C of warming under current global climate pledges, warns UN. The Guardian. [cit. 2019-13-09]. Dostupné na: https://www.theguardian.com/environment/2016/nov/03/world-on-track-for-3c-of-warming-under-current-global-climate-pledges-warns-un.

Informačný portál rezortu MŽP SR: Parížska globálna klimatická dohoda. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://www.enviroportal.sk/dokumenty/medzinarodne-dohovory/dohovor/61.

ISLAM, Nazrul, WINKEL, John. 2017. Climate Change and Social Inequality. United Nations Department of Economic and Social Affairs. [cit. 2019-07-09]. Dostupné na: https://www.un.org/esa/desa/papers/2017/wp152_2017.pdf.

JACKSON, Erwin. 2018. Enough with the fairy tales about the Paris agreement. It's time for facts. The Guardian. [cit. 2019-07-09]. Dostupné na: https://www.theguardian.com/commentisfree/2018/aug/15/enough-with-the-fairy-tales-about-the-paris-agreement-its-time-for-facts.

LEŽOVIČOVÁ, Lucia. 2018. Ak sa bude ďalej otepľovať, v Tatrách bude čoskoro klíma ako je dnes v Komárne, tvrdí známy klimatológ. Hospodárske Noviny. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://style.hnonline.sk/cestovanie/1674992-ak-sa-bude-dalej-oteplovat-v-tatrach-bude-coskor-klima-ako-je-dnes-v-komarne-tvrdi-znamy-klimatolog.

Ministerstvo životního prostředí: Pařížská dohoda. [cit. 2019-13-09].
Dostupné na: https://www.mzp.cz/cz/parizska_dohoda.

PALTAN, Homer a kol. 2018. Global implications of 1.5 °C and 2 °C warmer worlds on extreme river flows. Environmental Research Letters. [cit. 2019-12-09]. Dostupné na: https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1748-9326/aad985.

POLÁK, Jozef. 2018. Klimatická zmena a jej možný vplyv na poľnohospodárstvo Slovenska. Fakulta agrobiológie a potravinových zdrojov Slovenskej Poľnohospodárskej Univerzity v Nitre. [cit. 2019-11-09]. Dostupné na: http://www.fapz.uniag.sk/sk/aktualne-informacie-reader/items/klimatická-zmena-a-jej-možný-vplyv-na-poľnohospodárstvo-slovenska/.

RANDELL, Heather, GRAY, Clark, 2019. Climate change and educational attainment in the global tropics. Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America. [cit. 2019-10-09]. Dostupné na: https://www.pnas.org/content/116/18/8840.

United States Agency International Aid. 2018. Kenya Climate Risk Profile. [cit. 2019-10-09].
Dostupné na: https://www.climatelinks.org/resources/climate-risk-profile-kenya.

DOMÁCI ZÁPAS

(Domashni ihry / Alisa Kovalenko / Spojené kráľovstvo / 2017 / 52 min. / slovenské titulky)

Domáci zápas zobrazuje rozhodujúci okamih v živote dvadsaťročnej Aliny, „million dollar baby“ z Kyjeva, ktorá má vďaka vášni pre futbal šancu zachrániť svoju rozvrátenú rodinu pred chudobou. Matka striedavo prebýva vo väzení a na slobode, nevlastný otec – alkoholik nie je už deväť rokov schopný nájsť si prácu. Ako útočisko sa pre Alinu javí každodenné hranie futbalu s chlapcami. Keď si miestny tréner všimne jej talent, zapíše ju do Atex Kyiv, jediného ženského klubu v meste. Alina je v súčasnosti profesionálnou hráčkou a má možnosť hrať za ukrajinský národný tím. Po smrti matky sa však musí postarať o dvoch mladších súrodencov a čas, ktorý by inak trávila na ihrisku, sa rozhodne venovať udržaniu rodiny pohromade. Predáva svoje veci vrátane kopačiek, aby mohla zaplatiť nájom, no napriek všetkému ďalej sníva o futbalovej kariére.

Témy filmu: chudoba, dospievanie.

AKTIVITA 1

Cieľová skupina: 14+

Čas: 45 minút

Pomôcky: Spojené lavice alebo iné stanovištia reprezentujúce tri triedy (spodnú, strednú a vyššiu), prílohy nakopírované v dostatočnom počte.

Ciele:

- Žiaci a žiačky identifikujú a rozoznajú znaky nepísaných pravidiel spoločenských tried – spodnej, strednej a vyššej;
- analyzujú význam kontextu pri nepísaných pravidlách spoločenských tried;
- zaujmú stanovisko a dokážu ho podporiť argumentmi a príkladmi.

Postup:

Úvod: (15 minút)

1. S nepísanými pravidlami spoločenských tried sa žiaci a žiačky zoznámia prostredníctvom zážitku. Náhodne ich rozdeľte do troch skupín, ktoré budú reprezentovať tri spoločenské triedy – spodnú, strednú a vyššiu. Môžete použiť napríklad fixy rôznej farby, papieriky, nálepky, ktoré im rozdáte, alebo ich jednoducho rozrátajte po číslach od jedna po tri. Cieľom je vytvoriť tri skupiny, pričom nikto nemôže ovplyvniť, do akej skupiny bude zaradený.
2. Požiadajte žiakov a žiačky, aby sa presunuli ku svojmu stanovišťu, ktoré bude reprezentovať ich spoločenskú triedu. Stanovištia by ste mali mať označené tak, aby zistili až po príchode k nim, do ktorej spoločenskej triedy patria. Každé stanovište je označené papierom z prílohy 1, ktorý musia otočiť, aby sa dozvedeli, do ktorej triedy patria a aké vlastnosti ich definujú.

Metodický tip:

Ak pracujete s priveľkou skupinou, rozdeľte ju na šesť menších. Každú spoločenskú triedu potom budú predstavovať dve skupinky. Ak by ste mali k dispozícii finančné zdroje navyše, môžete na stanovištia rozdeliť rôzne pochutiny a predmety tak, aby približne odrážali realitu tej-ktorej triedy.

3. Vysvetlite skupinám rozdelenie a dajte im určitý čas, aby sa do svojej roly vžili, poprípade sa aj pohostili tým, čo je na stole.
4. Následne otvorte diskusiu a opýtajte sa:
   - *Ako sa cítite vo svojej skupine?*
   - *Kto rozhodol o tom, v ktorej skupine ste?*
   - *Je to spravodlivé? Prečo?*

Uvedomenie: (25 minút)

1. Postupne všetkým prečítajte otázky uvedené nižšie. Po každej otázke nechajte jednu-dve minúty na diskusiu v rámci jednotlivých skupín. O odpoveď sa potom podelia s ostatnými prostredníctvom svojho hovorcu alebo hovorkyne. Naveďte ich, aby svoje tvrdenia vysvetlili a podložili príkladmi, t. j. aby mali formu: tvrdenie – vysvetlenie – príklad.

Metodický tip:

Formu argumentu, t. j. tvrdenie – vysvetlenie – príklad, môžete napísať na tabuľu.

Príklady otázok:

- *Ktorý majetok je pre vás najdôležitejší?*
- *Na čo míňate peniaze? Čo je pre vás dôležité pri kúpe?*
- *Ako sa stravujete? Čo je pre vás dôležité v stravovaní? Kto pripravuje vaše jedlo? Koľko ho máte? Čo zvyčajne jedávate?*
- *Je pre vás dôležitejšie – prítomnosť, minulosť alebo budúcnosť?*
- *Ako často cestujete, kam a za akým účelom? Kde ste boli najďalej?*
- *Aké dôležité je pre vás vzdelanie?*
- *Kto je u vás hlava rodiny a prečo?*
- *Čo vás v živote motivuje?*

2. Spoločne si prejdite nepísané pravidlá spoločenských tried (príloha 2), premietnite ich alebo rozdajte do každej skupiny niekoľko kópií. Opýtajte sa, či niekoho niečo prekvapilo, ktoré informácie sa zhodujú s odpoveďami ich skupiny a pod.

Reflexia: (10 minút)

Na záver spoločne diskutujte, opýtať sa môžete napríklad tieto otázky:

- *Mohli ste ovplyvniť to, v akej triede ste sa na začiatku ocitli?*
- *Zmenil sa váš pocit voči triede, do ktorej ste patrili v rámci tejto aktivity?*
- *Ako vás vnímali ostatní z iných tried? Prečo?*
- *Ako nám v živote môže pomôcť porozumenie pravidlám jednotlivých tried?*
- *Čo by ste mohli urobiť, aby ste lepšie porozumeli ľuďom zo sociálne slabších pomerov?*
- *Sú podľa vás takto formulované nepísané pravidlá bližšie pravde alebo skôr stereotypnej predstave?*
- *Do akej miery odrážajú tieto nepísané pravidlá situáciu na Slovensku? Ako by ste ich poprípade upravili? Zmenili by ste ich názvy?*

PRÍLOHA 1

Nepísané pravidlá spoločenských tried

Spodná trieda:

Viem, na aké závady si dať pozor pri kúpe ojazdeného auta.

Viem, ako žiť bez elektriny a telefónu.

Viem, čo robiť, keď nemám peniaze na zaplatenie účtov.

Viem použiť nožík namiesto nožníc.

Stredná trieda:

Viem svojim deťom zabezpečiť mimoškolské aktivity, ako je šport, hra na hudobný nástroj, dramatický krúžok a iné.

Viem, ako prestrieť stôl.

Rozprávam sa s deťmi o tom, že pôjdu študovať vysokú školu.

Poznám rozdiel medzi kreditným a sporiteľným účtom a viem, ako ich používať. Rozumiem výrazu renta.

Vyššia trieda:

Mám aspoň dve obydlia, o ktoré sa niekto stará.

Mám svojich obľúbených finančných poradcov, právnych poradcov, dizajnérov a kaderníkov.

Rozumiem finančnej správe firmy a viem analyzovať finančné výpisy.

Viem, ako dostať svoje deti na tie najvhodnejšie súkromné školy.

Zdroj: Payne K., DeVol P., Smith T. D., 2010

PRÍLOHA 2

Nepísané pravidlá spoločenských tried

Rôzne spoločenské skupiny a vrstvy sa riadia istými nepísanými pravidlami. Príslušníci a príslušníčky tej-ktorej skupiny ich zväčša nevedia artikulovať, aj napriek tomu, že si ich osvojili prostredníctvom výchovy alebo životom v danej skupine. Chudobní ľudia majú svoje nepísané pravidlá, rovnako ako stredná a vyššia trieda. Znalosť pravidiel týchto vrstiev nám môže pomôcť, aby sme si lepšie navzájom porozumeli

	SPODNÁ TRIEDA	STREDNÁ TRIEDA	VYŠŠIA TRIEDA
Majetok	Ľudia.	Veci.	Výnimočné predmety, dedičstvo, slávny rod.
Peniaze	Treba ich používať, míňať.	Treba s nimi hospodáriť.	Treba ich uchovávať a investovať.
Osobnosť	Hlavným cieľom je zábava. Vysoko cenený je zmysel pre humor.	Hlavným cieľom je získavanie vecí a stabilita. Vysoko cenený je úspech.	Hlavným cieľom sú známosti. Vysoko cenené sú spoločenské, politické a finančné známosti.
Jedlo	Kľúčová otázka: Mal/mala si dosť jedla? Dôležitá je kvantita.	Kľúčová otázka: Chutilo ti? Dôležitá je kvalita.	Kľúčová otázka: Bolo jedlo pekne naservírované? Dôležitý je vzhľad.
Čas	Najdôležitejšia je prítomnosť. Rozhodnutia na základe momentálnych pocitov alebo potreby prežiť.	Najdôležitejšia je budúcnosť. Rozhodnutia na základe vplyvu na budúcnosť.	Najdôležitejšie sú tradície a minulosť. Rozhodnutia sú sčasti založené na tradíciách a pravidlách slušného správania.
Vzdelanie	Cenené a uznávané ako abstraktná hodnota, ale nie ako súčasť reality.	Nevyhnutné pre úspech je zarábanie peňazí.	Dôležitá tradičná hodnota určená na vytváranie a udržiavanie známosti.
Osud	Viera v osud. Jednotlivec proti osudu veľa nezmôže.	Každý má možnosť si vybrať. Schopnosť meniť budúcnosť správnymi rozhodnutiami.	„Noblesse oblige." (Vznešenosť zaväzuje.)
Rodinná štruktúra	Väčšinou matriarchálna.	Väčšinou patriarchálna.	Záleží na tom, kto má peniaze.
Perspektíva sveta	Svetom je najbližšie okolie.	Svet je vnímaný z perspektívy jednej krajiny.	Svet je vnímaný z medzinárodnej perspektívy.
Hnacia sila	Prežitie, vzťahy, rodina.	Práca, úspech.	Finančné, politické a spoločenské známosti.

Zdroj: Payne K., DeVol P., Smith T. D., 2010

AKTIVITA 2

Cieľová skupina: 14+

Čas: dve vyučovacie hodiny – 90 minút (vrátane premietania 54 min. filmu)

Pomôcky: projektor, počítač s prístupom na internet, písacie potreby, príloha nakopírovaná v dostatočnom počte.

Ciele:

- Žiaci a žiačky identifikujú rozdelenie povinností v domácnosti (u seba, rodičov, súrodencov) a rozhodnú, či a ako toto rozdelenie ovplyvňuje, ako trávia svoj voľný čas;
- analyzujú, aký vplyv má sociálne postavenie na príbeh Aliny z filmu Domáci zápas;
- zaujmú stanovisko a dokážu ho podporiť argumentmi a príkladmi.

Postup:

Úvod: (cca 20 minút)

1. Rozdeľte triedu na polovice. Jedna polovica budú rodičia, druhá deti.
2. Vyzvite ich, aby prišli na čo najviac povinností, ktoré doma majú. Skupina detí by sa mala zamyslieť aj nad tými, ktoré vykonávajú ich súrodenci. Skupine rodičov zdôraznite, že sem patria aj činnosti, ako je odprevádzanie detí do školy, na lekárske prehliadky a pod.
3. Vyzvite obe skupiny, aby sa prostredníctvom svojej hovorkyne alebo hovorcu podelili o odpovede so zvyškom triedy.
4. Rozdajte žiakom a žiačkam kópie tabuľky z prílohy 2, prípadne ju prepíšte na tabuľu a nechajte ich, nech si ju odpíšu do zošita.
5. Požiadajte ich, aby samostatne doplnili požadované informácie. Nech vypíšu domáce povinnosti a voľnočasové aktivity, ktoré robia, a koľko času im oni, ich súrodenci a ich rodičia venujú. Do aktivít, ktoré v rodine robia oni sami alebo ich súrodenci, môžu dopísať aj brigády, stáže a pod.
6. Opýtajte sa, kto sa chce podeliť o svoje odpovede s ostatnými. Môže ich prečítať.
7. Triedu rozdeľte do malých skupín (napr. po štyroch). Ich úlohou je prísť na to, ako by sa zmenil ich voľný čas, keby museli všetky domáce povinnosti vykonávať sami. Koľko času by im ostalo na vlastné aktivity? Ako by sa zmenil ich život? Ako by sa to odrazilo na výsledkoch v škole?
8. Vyzvite skupiny, aby sa podelili o svoje odpovede s celou triedou.

Premietanie filmu: (54 minút)

Premietnite film Domáci zápas. Požiadajte žiakov a žiačky, aby si počas pozerania filmu do zošita zapísali povinnosti, ktoré hlavná postava Alina vykonáva, a ako trávi voľný čas.

Reflexia: (15 minút)

Po pozretí filmu otvorte diskusiu. Vyzvite žiakov a žiačky, aby svoje názory podporili konkrétnymi príkladmi z filmu, ktoré si počas premietania zapisovali. Použite uvedené otázky. Ak ste na predchádzajúcej hodine nerobili predošlú aktivitu, k otázke o nepísaných pravidlách spodnej spoločenskej triedy premietnite alebo vypíšte na tabuľu prvý stĺpec z prílohy 2.

Diskutujte o nasledujúcich otázkach:

- *Aké máte po filme pocity? Prekvapilo vás niečo?*
- *Aké povinnosti má v rodine Alina? Aké okolnosti ovplyvnili jej život?*
- *Ako sa Alinine povinnosti líšia od vašich? Ako trávi voľný čas?*
- *Akými vlastnosťami by ste opísali Alinu?*

Metodický tip:

Tzv. odolnosť (z angl. resilience) sa u detí žijúcich v chudobe považuje za rozhodujúcu pre budúci úspech dieťaťa, jeho školské výsledky atď.

- *Okrem starostlivosti o rodinu sa Alina venuje aj športovej kariére a práci. Ako sa s touto záťažou vyrovnáva?*
- *Alina pochádza zo spodnej spoločenskej triedy. Ako sa vymyká nepísaným pravidlám tejto triedy? Prečo?*
- *V ktorom dospelom, okrem starej mamy, má Alina oporu? Ako ju podporuje? Použite konkrétne príklady. Pozn.: Ide o postavu trénerky, ktorá má od Aliny realistické očakávania a verí jej.*
- *Ak by bola Alina vašou spolužiačkou alebo kamarátkou, čo by ste mohli urobiť, aby ste jej pomohli?*
- *Myslíte si, že by sa mohol Alinin príbeh odohrávať na Slovensku? V čom by sa líšil?*

PRÍLOHA 3

Kto	Domáce povinnosti (ktoré a ako dlho trvajú)	Aktivity (ktoré a ako dlho trvajú)
Ja		
Súrodenci		
Rodičia		

Doplňujúce informácie k témam filmu

Slovník pojmov:

Chudoba je nedostatok finančných zdrojov na naplnenie základných potrieb, ktorými sú jedlo, ošatenie a bývanie. Chudoba je však viac ako len nedostatok peňazí. Svetová banka (The World Bank) definuje chudobu nasledovne:

„Chudoba je hlad. Chudoba je chýbajúci príbytok. Chudoba je byť chorý a nemôcť ísť k doktorovi. Chudoba je nemať prístup do školy a nevedieť čítať. Chudoba je nemať prácu a je to strach o budúcnosť, prežívanie z jedného dňa na druhý. Chudoba má mnoho tvárí, mení sa z miesta na miesto a behom času a bola popísaná mnohými spôsobmi. Najčastejšie je chudoba situáciou, z ktorej chcú ľudia uniknúť. Chudoba je výzvou k akcii – pre chudobných, aj pre bohatých rovnako – výzvou zmeniť svet, v ktorom mnohí nemajú dosť jedla, adekvátny príbytok, prístup ku vzdelaniu a zdraviu, ochranu pred násilím a hlas, ktorý by mohol ovplyvniť to, čo sa deje v ich komunitách."

(Economic and Social Inclusion Corporation, 2009)

Ľudia ohrození chudobou sa nemôžu venovať rekreačným činnostiam, nemôžu poslať svoje deti na školský výlet alebo na narodeninovú oslavu, nemôžu si dovoliť lieky alebo cestu k lekárovi.

Podľa aktuálnych dát je chudobou ohrozených 836-tisíc obyvateľov a obyvateliek Slovenska, čo je 16,1 % populácie. Až tretina ľudí na Slovensku nevie čeliť nečakaným výdavkom. Pod hranicou rizika príjmovej chudoby žije 12,2 % ľudí. Ide o jednotlivcov s mesačným čistým príjmom nižším ako 373 €, v prípade štvorčlenných rodín s dvoma deťmi s príjmom nižším ako 783 € mesačne (Štatistický úrad SR, 2019).

Rodiny, ktorých príjem nedosiahne na hranicu životného minima (205 € pre jednu plnoletú osobu, 143 € pre ďalšiu spoločne posudzovanú plnoletú osobu a 93,61 € pre neplnoleté dieťa), môžu poberať dávku v hmotnej núdzi. Tá je vo výške 61,60 € pre jednotlivca a maximálnej výške 216,10 € pre dvojicu s viac ako štyrmi deťmi. Ďalšie príspevky, ktoré štát poskytuje, sú aktivačný príspevok (63,07 €), príspevok na bývanie (55,80 €, prípadne 89,20 €, ak je posudzovaných viac osôb spoločne, podmienkou je vlastnícky alebo nájomný vzťah), ochranný príspevok (v rôznych výškach pre ľudí na dôchodku a invalidnom dôchodku, opatrovateľov a opatrovateľky zdravotne ťažko postihnutých detí, pre tehotné ženy od štvrtého mesiaca tehotenstva a pre ľudí práceneschopných dlhšie ako 30 dní) a príspevok na nezaopatrené dieťa (17,20 €).

Generačná chudoba sa líši od situačnej chudoby, v ktorej sa človek ocitá na základe straty zamestnania, rozvodu alebo smrti blízkeho. Do generačnej chudoby sa človek rodí a nemá nádej v to, že by sa jeho situácia mohla zmeniť, kým ľudia v situačnej chudobe nádej na zmenu stále majú. Generačná chudoba je špecifická tým, že si ľudia neplánujú dlhodobé ciele, akými sú získanie vzdelania alebo práce, ale sústredia sa na prežitie a problémy, pred ktoré sú postavení v danom momente. Môže ísť o snahu zabezpečiť sebe a svojej rodine jedlo, ubytovanie či zdravotnú starostlivosť. Ľudia v situačnej chudobe si uchovávajú hodnoty strednej triedy a vedia, že prostredníctvom plánovania a stanovenia si dlhodobých cieľov môžu situačnú chudobu opustiť. V generačnej chudobe sa ľudia riadia podľa pravidiel spodnej triedy.

Deprivácia je tesne spätá s pojmom chudoby a značí nedostatok prostriedkov nevyhnutných pre život.

Sociálne vylúčenie je proces vytláčania určitých jednotlivcov na okraj spoločnosti prostredníctvom zabraňovania prístupu ku zdrojom, pozíciám, odmenám a možnostiam. Sociálne vylúčenie sa deje v dôsledku chudoby, nedostatku schopností a možností a v dôsledku diskriminácie. Pre nezamestnanosť, nízky príjem, nevyhovujúce bývanie, nedostatočnú zdravotnú starostlivosť a prekážky v prístupe ku vzdelávaniu, kultúre, športu a rekreácii vzniká mnohonásobné znevýhodnenie.

Na Slovensku čelia sociálnemu vylúčeniu najmä Rómovia a Rómky z marginalizovaných komunít, ale aj iné skupiny obyvateľstva – ako napríklad ľudia bez domova, ľudia závislí od drog a ľudia so zdravotnými postihnutiami. V iných krajinách sa so sociálnym vylúčením potýkajú napríklad imigranti, v kultúrach s kastovým systémom (napríklad v Indii) príslušníci a príslušníčky nižších kást.

Odolnosť (resilience) má viacero definícií, všetky však majú spoločné nasledovné atribúty: zažívanie úspechu napriek vystaveniu rizikám, adaptácia na riziká za účelom udržania si kompetencií v nepriaznivých podmienkach, pozitívne prispôsobenie sa po traumatickom alebo inak negatívnom zážitku.

AKÝM PROBLÉMOM ČELIA RODINY OHROZENÉ CHUDOBOU?

Rodiny s nízkym príjmom často čelia významným problémom, ako sú **kriminalita** (ktorej sú páchateľmi aj obeťami), **problémy v škole**, tehotenstvá v nízkom veku, násilie v rodine, bezdomovectvo. Keďže majú obmedzené zdroje a musia robiť náročné finančné rozhodnutia, často zažívajú **stres a konflikt**. V podmienkach chudoby sa často vyskytuje **fyzické násilie**. Kým v strednej triede riešia ľudia konflikty často aj využívaním priestoru, napríklad tým, že odídu do inej miestnosti, aby sa upokojili a situáciu riešili s chladnou hlavou, v chudobe nie je priestorová separácia vždy možná.

PREČO NIEKTORÍ ĽUDIA USPEJÚ AJ NAPRIEK NEPRIAZNIVÝM ŽIVOTNÝM PODMIENKAM?

Napriek tlaku, ktorému podliehajú rodiny žijúce v chudobe, mnohé z nich sú schopné naplniť svoje základné potreby a uspieť v živote. Rodiny, ktorým sa darí napriek chudobe a deprivácii prekonať zlé životné podmienky, sa vyznačujú veľkou mierou odolnosti. Väčšina ekonomicky znevýhodnených rodín sa dokáže vyhnúť násiliu, udržať deti v škole, mať stabilné bývanie a zapájať detí do vekovo vhodných aktivít. Aby sme pochopili, ako dokážu rodiny žijúce v chudobe uspieť napriek svojmu znevýhodneniu, musíme pochopiť zdroje sily a odolnosti, ktoré im pomáhajú prekonať problémy a krízové situácie.

Odolnosť je široký pojem zahŕňajúci viaceré koncepty, ktoré sa týkajú pozitívnych vzorcov adaptácie v kontexte znevýhodnenia. Odolnosť sa prejavuje na úrovni jednotlivca, rodiny aj komunity. Štyri osobnostné protektívne faktory odolnosti sú sociálna kompetencia, schopnosť riešiť problémy, autonómia a pocit zmyslu.

Sociálna kompetencia je schopnosť utvárať a udržať si vzťahy, regulovať svoje emócie a prispôsobiť svoje správanie adekvátne situácii. Schopnosť riešiť problémy je schopnosť nachádzať realistické riešenia na problémy, správne odhadnúť svoje schopnosti a zdroje. Zahŕňa schopnosť plánovať a kriticky myslieť. Pocit zmyslu je všeobecná kategória, ktorá zahŕňa vieru v to, že činy človeka majú význam a presah. Môže ísť o náboženské presvedčenie alebo vieru v lepšiu budúcnosť, o ktorú sa jednotlivec môže zaslúžiť svojimi činmi. Autonómia je schopnosť jednotlivca nastavovať si primerané ciele, byť iniciatívny a robiť pozitívne rozhodnutia. Autonómny človek je sebaistý a kompetentný utvárať si plán pre svoj život a robiť všetko pre naplnenie tohto plánu. Dôležitá je viera človeka v to, že jeho činy a úsilie budú úspešné a že môže svojím snažením ovplyvniť situáciu, v ktorej sa nachádza, ako aj svoj život.

ČO VŠETKO POTREBUJÚ CHUDOBNÉ RODINY, ABY USPELI?

Na úrovni rodiny sú zdrojmi odolnosti zdravý vzťah rodiča a dieťaťa, silný pocit vlastnej rodičovskej kompetentnosti, pozitívne očakávania voči budúcnosti dieťaťa a celkový lepší pocit osobného blaha (well-being) rodiča. V prípade, že dieťa nemôže čerpať tieto zdroje od vlastných rodičov, je dôležité, aby bola prítomná iná dospelá vzťahová osoba (napríklad učiteľka alebo učiteľ, starý rodič, starší súrodenec a pod.). Na úrovni zdrojov z komunity je dôležité, čo sa odohráva v škole a mimo nej. Podporné sú najmä také prostredia, ktoré umožňujú jednotlivcovi zažívať úspech a napredovanie, majú od neho vysoké očakávania, ponúkajú príležitosti pomáhať iným v komunite, pestujú zdravé vzťahy a berú ohľad na jeho potreby a kultúrne presvedčenia.

Napriek tomu, že keď uvažujeme o chudobe, máme na mysli najmä finančné prostriedky, nedostatok finančných zdrojov nie je jediným faktorom, ktorý vysvetľuje rozdiely v úspechu. Pre to, aby človek uspel, opustil spodnú triedu a vymanil sa z chudoby, potrebuje iné, dôležitejšie zdroje, ako len finančné prostriedky.

Emočné zdroje dodávajú človeku výdrž prekonať náročné a nepríjemné emočné situácie a pocity. Ide o veľmi dôležité zdroje, pretože ich prítomnosť pomáha človeku neopakovať staré vzorce správania. Takýmito zdrojmi sú napríklad vytrvalosť a odolnosť. Emočné zdroje môže človek čiastočne čerpať od svojich vzorov (role models).

Mentálne (kognitívne) zdroje sú schopnosťou spracovávať informácie a využívať ich v každodennom živote. Výhodu majú tí, ktorí dokážu čítať, písať a počítať. **Spirituálne zdroje** sú viera vo vyššiu moc, ktorá dokáže človeku pomôcť, viera v zmysel života a vo vlastnú hodnotu. Význam týchto zdrojov spočíva v tom, že človek sa nevníma ako beznádejný a spirituálne zdroje mu poskytujú víziu lepšej budúcnosti. **Fyzické zdroje** sú funkčné, schopné a mobilné telo. Zdravý človek je sebestačný.

Podporné systémy sú priatelia, rodina, osoby a inštitúcie, na ktoré sa môže človek obrátiť v núdzi. **Vzťahy a vzory** sú ďalším zo zdrojov. Každý človek má vzory, od ktorých sa napodobňovaním učí, ako žiť, líšia sa však svojou vhodnosťou.

Znalosti o neformálnych pravidlách sociálnych vrstiev sú nevyhnutné pre existenciu v každej triede. Skryté pravidlá sa týkajú rôznych, implicitných znakov toho, či človek do danej sociálnej skupiny patrí. Tri zo skrytých pravidiel spodnej triedy sú *neustály hluk (stále bežiaca televízia, viacero ľudí hovoriacich naraz), najdôležitejšie informácie sú neverbálne a jedna z najvýznamnejších hodnôt člena skupiny je schopnosť zabávať ostatných*. Aby človek mohol prejsť z jednej triedy do druhej, je nevyhnutné, aby mal mentora alebo partnera z tej triedy, do ktorej chce prejsť, ktorý ho naučí skrytým pravidlám. **Reč alebo formálny register** je získaná schopnosť, zahŕňajúca slovnú zásobu a syntax potrebnú pre navigáciu v škole a práci.

PREČO POTREBUJÚ MLADÍ ĽUDIA OHROZENÍ CHUDOBOU VO SVOJICH ŽIVOTOCH DÔLEŽITÝCH DOSPELÝCH?

Mentori a mentorky zo strednej triedy môžu slúžiť ako vzory (role models) alebo ako dôverníci (trusted adults) pre dospievajúcich z chudobných pomerov a sú dôležitým zdrojom pre vymanenie sa z chudoby. Dospelý, ktorému dospievajúci ohrozený chudobou môže veriť, jednak pomáha s orientáciou v strednej triede, t. j. je zdrojom informácií o nepísaných pravidlách, jednak podporuje dospievajúceho v časoch, kedy by sa uchýlil k negatívnejším, no jednoduchším vzorcom správania. Ak má dospievajúce dievča podporu od dospelého človeka zo strednej triedy, je menšia pravdepodobnosť, že odíde zo školy alebo predčasne otehotnie. Alina mala vo filme tiež takúto dospelú osobu, ktorá ju podporovala a pomohla jej vytrvať v jej úsilí. Bola to jej trénerka. Alina sa tak mohla sústrediť na svoj dlhodobý cieľ, pretože jej trénerka pomohla uveriť, že jej úsilie prinesie výsledok a že sa jej podarí opustiť bludný kruh chudoby.

ČLOVEK V CENTRE ŽIVOTNÝCH OKOLNOSTÍ

Aby sme pochopili všetky aspekty, ktoré ovplyvňujú jednotlivca a jeho život, pomôže nám Sociálno-ekologický model, ktorý v roku 1979 vypracoval Urie Bronfenbrenner. Pomocou tohto modelu môžeme identifikovať nielen príčiny prispievajúce k chudobe človeka, ktorý stojí v strede tohto modelu, ale aj nachádzať silné stránky a podporné zdroje v jeho bezprostrednom i širšom okolí.

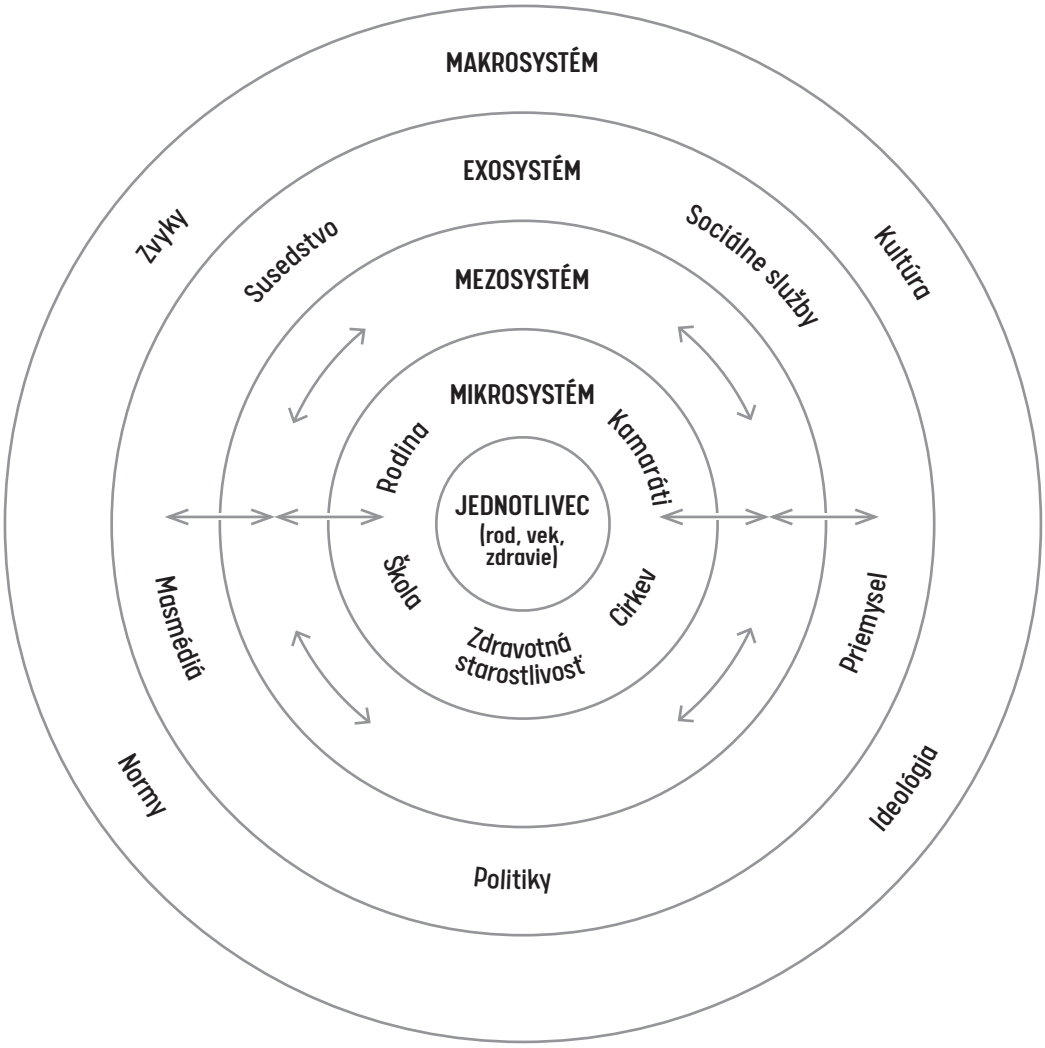
Jednotlivec – v tejto vrstve sú zahrnuté charakteristiky, ako sú zdravotný stav, rod, vek, schopnosti, odolnosť, osobnostné charakteristiky, duševné zdravie a ďalšie osobné faktory, ktoré vplývajú na jeho život.

Mikrosystém – aspekty spoločnosti a života, s ktorými má človek priamy kontakt. Ide o rodinu, školu, susedstvo, priateľov, cirkev a sociálne skupiny.

Mezosystém – mezosystémy spájajú dva alebo viac systémov, ide napríklad kontakt rodičov a pedagogického personálu.

Exosystém – človek s touto vrstvou nemá priame spojenie, no ovplyvňuje jeho život. Ide napríklad o pracovné prostredie rodičov alebo o rodinné zázemie rovesníkov, ale aj o systém sociálnej podpory a služieb.

Makrosystém – v tejto vrstve sa nachádzajú kultúrne hodnoty a presvedčenia, zvyky, normy a pravidlá spoločnosti, v ktorej jednotlivec žije.



Viac informácií na:

Hrica, P. (2018). Prečo najchudobnejší nepracujú? *Cesta von.*

Dostupné tu

Štatistiky príjmovej chudoby (2018). *Eurostat.*

Dostupné tu

Understanding Poverty. Open Data. *The World Bank.*

Dostupné tu

Ďalšie zdroje:

Abelev, M. (2009). Advancing Out of Poverty. Social Class Worldview and Its Relation to Resilience. Journal of Adolescent Research, 24(1), 114 – 141, DOI: 10.1177/0743558408328441

Bronfenbrenner, U. (1979). The ecology of human development. Harvard University Press.

Ciudad Autónoma de Ceuta (2013). Groups at risk of social exclusion. European Youth Portal. Dostupné z: https://europa.eu/youth/es/article/39/2069_en

Economic and Social Inclusion Corporation. (2009). What is Poverty? Government of New Brunswick. Dostupné z: https://www2.gnb.ca/content/gnb/en/departments/esic/overview/content/what_is_poverty.html

Orthner, D. K., Jones-Sanpei. H., Williamson, S. (2004). The Resilience and Strenghts of Low-Income Families. Family Relations, 53(2), 159 – 167

Payne, R. K. (2013). A Framework for Undersranding Poverty. A Cognitive Approach. Highlands, TX: aha! Process.

Payne, R. K., DeVol, P., Dreussi Smith, T. (2010). Mosty z chudoby. Stratégie pre profesionálov a komunity. Košice: Equilibiria

Štatistický úrad SR. (2019). Zisťovanie o príjmoch a životných podmienkach domácností v SR. EU SILC 2018. Dostupné z: https://www7.statistics.sk/PortalTraffic/fileServlet?Dokument=5fa25b56-41dc-4f3c-8ca8-061a3426e8a6

#SLEDUJMA

(#FollowMe / Nicolaas Veul, Duco Coops / Holandsko / 2018 / 50 min. / slovenské titulky)

„Všetko, čo vidíte, je táto okúzľujúca stránka. Nevidíte však, čo sa deje za oponou,“ vysvetľuje Mike zo spoločnosti Dovetale, ktorá analyzuje sociálne médiá. Instagram je ako výkladná skriňa, v ktorej ľudia propagujú samých seba. Zatiaľ čo užívatelia a užívateľky nadšene rozdávajú lajky selfíčkam, v pozadí prebieha čulý obchod s používateľskými účtami. Vzniká obrovské množstvo falošných profilov a internetoví roboti vyrábajú nových foloverov pre tých, ktorí si chcú pripadať úspešnejší. Je vôbec možné niečomu na Instagrame veriť?

Témy filmu: sociálne siete, reklama, mediálna gramotnosť, morálka.

Cieľová skupina: 14+

Čas: dve vyučovacie hodiny – 90 minút (vrátane premietania 50 min. filmu)

Pomôcky: projektor, počítač alebo DVD prehrávač, písacie potreby, kartičky z prílohy vytlačené v dostatočnom množstve (jedna kópia je pre jednu skupinu piatich až šiestich osôb), papiere s nápismi ÚPLNE SÚHLASÍM a ÚPLNE NESÚHLASÍM.

Ciele:

- Žiaci a žiačky cez aktiváciu predchádzajúcich vedomostí a na základe informácií z filmu definujú, čo je Instagram, a premýšľajú nad jeho silnými a slabými stránkami,
- analyzujú súvislosti v kontexte sociálnych sietí,
- zaujmú vlastné stanovisko, uvádzajú argumenty a navrhujú riešenia.

Postup:

Úvod: (10 minút)

1. Na opačné konce triedy prilepte papiere s nápismi ÚPLNE SÚHLASÍM a ÚPLNE NESÚHLASÍM. Vysvetlite žiakom a žiačkam, že sa v priestore medzi nimi na pomyselnej čiare nachádza tzv. názorová škála. Ich úlohou bude postaviť sa na ňu podľa toho, aký názor zastávajú na výroky, ktoré im prečítate.
2. Po každom výroku ich požiadajte, aby najbližšiemu spolužiakovi alebo spolužiačke vysvetlili, prečo si vybrali svoju pozíciu. Následne poproste osoby z rôznych častí škály, aby svoje názory stručne zhrnuli pred celou triedou. Výroky postupne zapisujte na tabuľu, vrátite sa k nim po pozretí filmu.
3. Výroky:

   Viem, čo je Instagram.

   Svojím dôrazom na propagáciu „dokonalého“ životného štýlu robí Instagram ľudí nešťastnými.

   Instagram je továreň na klamstvá.

   Čím viac foloverov na Instagrame máš, tým si významnejším človekom.

   Na Instagrame by som chcel/a byť influencerom/kou a mať veľa foloverov.

   Na Instagrame je možné si kúpiť foloverov.

   Ľudia sa na Instagrame nesnažia vyzerať populárnejší, než v skutočnosti sú.

   Nikdy by som si nekúpil/a výrobok, ktorý propaguje na Instagrame celebrita alebo influencer.

   Vždy si najprv preverím ľudí, ktorí ma na Instagrame sledujú a ktorých sledujem ja.

Premietanie filmu: (50 minút)

Premietnite film #FollowMe.

Uvedomenie: (20 minút)

1. Po filme sa vráťte k výrokom zo začiatku hodiny. Opýtajte sa žiakov a žiačok, či a ako sa ich názory zmenili po pozretí filmu.
2. Triedu rozdeľte na skupiny po piatich až šiestich. Do každej skupiny rozdajte nastrihané kartičky z prílohy, okrem prázdnych kartičiek a kartičiek s nápisom FALOŠNÍ. Tie im dáte neskôr.
3. Vysvetlite žiakom a žiačkam, že ich úlohou bude vytvoriť pavučinu súvislostí (pozri obrázok 1). Pripevnite vedľa seba na tabuľu kartičku s nápisom VIAC a kartičku s nápisom FOLOVEROV, prípadne tieto slová napíšte. Nakreslite od týchto dvoch kartičiek šípku, na ktorej koniec pripevnite kartičku s nápisom LAJKOV. Spýtajte sa triedy, aký efekt prinesie viac foloverov – menej lajkov, alebo viac lajkov? Pravdepodobná odpoveď: viac lajkov. Pripevnite kartičku VIAC ku kartičke LAJKOV.

Metodický tip:

Pavučina súvislostí je aktivita, ktorá podporuje rozmýšľanie nad súvislosťami v rámci systému a ktorá ukazuje, ako zmena jednej vlastnosti v systéme ovplyvňuje ďalšie. V podstate ide o myšlienkovú mapu doplnenú o priamu spojitosť a následky vzťahov. V tomto prípade sa žiaci a žiačky rozhodujú, aké reťazové reakcie vznikajú v sociálnych sieťach a v sociálnych sieťach s falošnými užívateľmi.

4. Úlohou žiakov a žiačok je vytvárať takýmto spôsobom pavučinu súvislostí, pričom použijú nastrihané kartičky z prílohy. Ku kartičke s podstatným menom vždy pripoja kartičku s nápisom VIAC alebo MENEJ. Tie potom prepoja s tými kartičkami pavučiny, s ktorými súvisia alebo ktoré sú ich následkom. Uistite sa, že všetci rozumejú zadaniu. V prípade potreby spoločne vytvorte ešte jeden príklad do pavučiny na tabuli (viď obrázok 1).
5. Každá skupina pracuje na svojej pavučine. Monitorujte ich prácu a všímajte si zaujímavé vlákna súvislostí. V momente, kedy už budú mať skoro hotové alebo hotové svoje pavučiny, ich prerušte a opýtajte sa, na aké zaujímavé súvislosti prišli.
6. Do každej skupiny rozdajte kartičku s nápisom FALOŠNÍ a prázdne kartičky. Zmeňte príklad pavučiny na tabuli tak, že priložíte kartičku FALOŠNÍ ku kartičke s nápisom VIAC FOLOVEROV. Vysvetlite, že pavučina sa mení podľa vzoru na tabuli (t. j. začína sa od bodu VIAC FALOŠNÝCH FOLOVEROV). Úlohou jednotlivých skupín bude rozhodnúť, ako falošní foloveri zmenia súvislosti v ich pavučinách.
7. Každá skupina má navyše prázdne kartičky, do ktorých dopíše vlastné slová a priradí ich aj s kartičkami MENEJ, alebo VIAC do pavučiny. Monitorujte prácu skupín a ak im robí ťažkosti vymyslieť vlastné slová, poraďte im, aby si uvedomili, ako vnímajú sociálne siete z vlastnej skúsenosti – čo je pre nich najdôležitejšie, čo im najviac vadí a podobne. K jednému podstatnému menu môžu zároveň priradiť kartičky VIAC aj MENEJ, ak nie je súvislosť medzi následkami jednoznačná.

Reflexia a diskusia: (10 minút)

Otvorte diskusiu a pýtajte sa, ako sa menili súvislosti v pavučinách:

Aké máte pocity po tejto aktivite?

Ktoré súvislosti vás prekvapili? Ktoré súvislosti sa po pridaní falošných foloverov zmenili ako prvé?

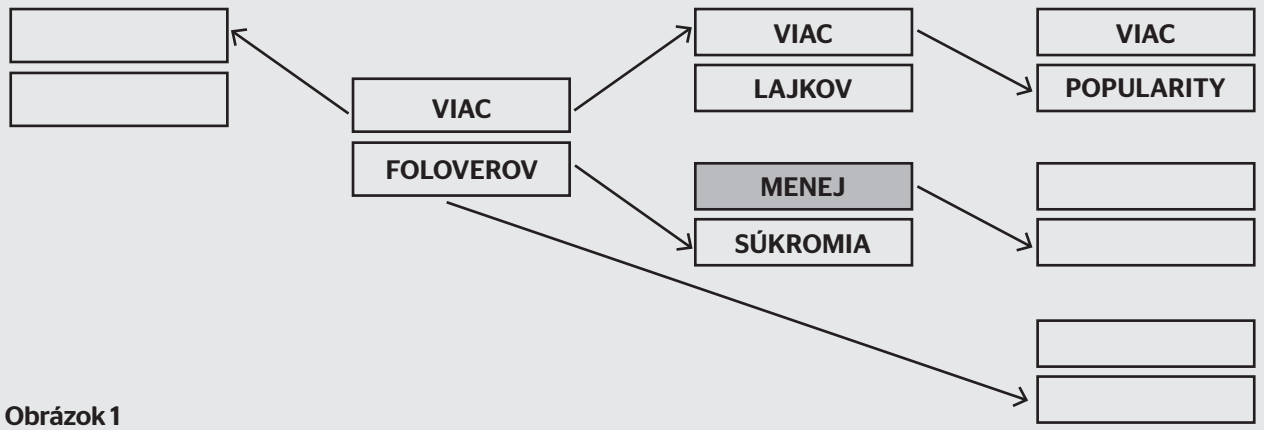
Ktoré sa vôbec nezmenili?

Ktoré nové slová ste dopísali a aké súvislosti z nich vyplynuli?

Sú aj v realite vzťahy medzi jednotlivými aktérmi také jednoznačné ako vo vašich pavučinách? Znamená viac lajkov jednoznačne aj viac popularity? Podložte vaše tvrdenie konkrétnymi príkladmi.

Za akých okolností sa zmenia súvislosti vo vašich pavučinách? Kto o tom rozhoduje? Čo s tým môžeme urobiť my, užívatelia a užívateľky Instagramu?

Ako vás osobne ovplyvňuje Instagram? Ako to môžete zmeniť?



Obrázok 1

PRÍLOHA 1

Kartičky pre skupinu piatich až šiestich osôb.

BEZPEČNOSTI	ÚPRIMNOSTI	ZÁBAVY	ROZHOVOROV	SLOBODY		
POPULARITY	MOCI	ZLOZVYKOV	PEŇAZÍ	SEBASTREDNOSTI		
FOLOVEROV	REKLAMY	KLAMSTIEV	MOŽNOSTÍ	SEBAVEDOMIA		
LAJKOV	VOĽBY	SPOKOJNOSTI	DOSAHU	SÚKROMIA		

VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ
VIAC	VIAC	MENEJ	MENEJ

Doplňujúce informácie k témam filmu

Vznik a fungovanie sociálnych médií

Nástup a rozmach internetu mal enormný vplyv na to, akým spôsobom sa šíria informácie, ako sa dozvedáme o svete okolo nás a ako sa aj my môžeme stať zdrojom správ a šíriť najrôznejšie obsahy. Internet ako taký si pritom môžeme predstaviť ako základy stavby, na ktorých mohli vyrásť rôzne štruktúry. Tie jeho vývoj kontinuálne zrýchľovali a posúvali na nové úrovne. Jednou z takýchto štruktúr sú aj sociálne médiá, bez ktorých si dnes už mnohí ľudia nevedia predstaviť život.

Svedčia o tom aj štatistiky, podľa ktorých zhruba **tri miliardy ľudí** (40 % svetovej populácie) používa sociálne médiá. Strávime na nich pritom v priemere **dve hodiny denne**.[1]

Sociálne médiá sú širší pojem, ktorý vznikol ako prvý a obsahuje v sebe známejšie pomenovanie **sociálne siete**. Pojem sociálne siete vznikol až neskôr, pre označenie istého druhu sociálnych médií. Podľa slovníka Merriam Webster Dictionary je vo svojej podstate názov sociálne siete osobnejší:

- **sociálne médiá** sú *„formy elektronickej komunikácie (ako napríklad webové stránky pre budovanie sociálnych sietí a mikroblogovanie), prostredníctvom ktorých užívatelia vytvárajú online komunity pre šírenie informácií, nápadov, osobných správ a iných obsahov (ako napríklad videí)“*,
- **sociálne siete** definujeme ako *„online službu alebo stránku, prostredníctvom ktorej ľudia vytvárajú a udržiavajú interpersonálne vzťahy“*.

Sociálnym médiom je napríklad platforma YouTube, na ktorej môžu užívatelia a užívateľky zverejňovať, šíriť a sledovať médiá. Sociálnou sieťou je zase Facebook, prostredníctvom ktorého sa môžu ľudia „sieťovať“ – komunikovať, nadväzovať kontakty a budovať si vzťahy.

Rôzne sociálne médiá a siete majú rôzne účely. Zatiaľ čo už spomenutý YouTube sa zameriava na videá, platforma **Instagram** umožňuje zverejňovanie fotografií a je teda založená na vizuálnej príťažlivosti. Facebook, ktorý je na Slovensku stále najobľúbenejším sociálnym médiom, predstavuje pomerne komplexnú štruktúru, kde možno šíriť rôzne obsahy, myšlienky, fotografie, videá, udalosti, správy, ale aj produkty, kampane a mnoho iného.

Twitter, ktorý sa sústreďuje predovšetkým na výmenu informácií, na Slovensku nezískal takú popularitu ako v iných krajinách a ani v roku 2018 sa nedostal na prvé miesta obľúbenosti.

Najobľúbenejšie sociálne médiá na Slovensku (2018)

1. Facebook (73 %)
2. YouTube (64 %)
3. Facebook Messenger (45 %)
4. Google Plus (14 %)
5. Pokec.sk (14 %)
6. Instagram (18 %)

Reuters Institute Digital News Report 2018

Používanie konkrétnych sociálnych médií závisí aj od veku užívateľov a užívateliek. Medzi mladou generáciou sú viac populárne iné druhy (ako napríklad nové sociálne siete Snapchat či TikTok), ako medzi ich staršími súrodencami a rodičmi. Vo všeobecnosti sú to najmä mladí ľudia, ktorí sociálne siete používajú. Za rok 2016 využívali sociálne siete v krajinách Európskej únie štyri z piatich osôb vo veku od 16 do 29 rokov.[2]

Vplyv sociálnych sietí na zdravie

Britská nezisková organizácia Royal Society for Public Health (RSPH), ktorá sa venuje vzdelávaniu o zdraví, zverejnila v máji 2017 prieskum[3] o vplyve sociálnych sietí na psychické zdravie a spokojnosť mladej generácie. Výskumný tím skombinoval vlastný prieskum medzi 1500 mladými ľuďmi s dovtedajšími poznatkami o účinkoch sociálnych médií na zdravie.

Tu sú hlavné zistenia zo štúdie RSPH:

- Až 91 % mladých ľudí (16 – 24 rokov) používa internet pre prístup k sociálnym sieťam.
- Sociálne médiá boli popísané ako návykovejšie než cigarety a alkohol.
- Výskyt úzkostí a depresie sa u mladých ľudí za posledných 25 rokov zvýšil až o 70 %.
- Zvýšený výskyt úzkostí, depresie, ale tiež zlého spánku je spojený s používaním sociálnych médií.
- Kyberšikana je rastúci problém – podľa štúdie ju zažíva sedem z desiatich mladých ľudí.
- Užívatelia a užívateľky sociálnych médií údajne zažívajú väčšiu emocionálnu podporu od svojich kontaktov.
- Sociálne médiá môžu zlepšiť prístup mladých ľudí k odborným zdravotným informáciám a k skúsenostiam iných ľudí.

Výsledky štúdie popisujú možné negatívne aj pozitívne následky užívania sociálnych médií, najmä v súvislosti s fyzickým a psychickým zdravím mladej generácie.

NEGATÍVNE NÁSLEDKY	POZITÍVNE NÁSLEDKY
úzkosti a depresia, osamelosť	prístup k odborným zdravotným informáciám a k zdravotným skúsenostiam iných ľudí
ťažkosti so spánkom	emočná podpora a budovanie komunity
negatívny obraz o svojom tele	sebavyjadrenie a osobná identita
kyberšikana	utváranie, budovanie a udržiavanie vzťahov
strach z vynechania (FoMo)[4]	

Autori a autorky štúdie tiež identifikovali sociálne médiá, ktoré majú najpozitívnejší a najnegatívnejší vplyv na prežívanie a zdravie mladých ľudí, vychádzajúc z vyššie uvedených aspektov. Sociálne médiá zoradili od najpozitívnejších po najnegatívnejšie nasledovne:

1. YouTube,
2. Twitter,
3. Facebook,
4. Snapchat,
5. Instagram.

OKNO – Sociálne médiá a správy

Pri skúmaní negatívnych následkov sociálnych médií nemožno zabudnúť ani na šírenie konšpiračných teórií a dezinformácií, na deformáciu reality či vplyv sociálnych médií. Významnú úlohu tu zohráva aj skutočnosť, že veľké množstvo ľudí používa sociálne siete ako zdroj informácií alebo dokonca správ o dianí doma aj vo svete. *„Koncom roka 2016 urobila spoločnosť Nielsen Admosphere prieskum, v ktorom sa pýtala Slovákov, aké zdroje informácií na internete využívajú. Najviac ľudí zaradilo na prvé miesto Facebook (45 percent opýtaných), až tesne za ním nasledovali štandardné spravodajské weby (43 percent). Čím mladší bol respondent, tým číslo v prospech Facebooku stúpalo.“*[5]

Stručný slovník dôležitých pojmov:

- **dezinformácie** – úmyselné nepravdivé alebo zavádzajúce informácie, manipulácia faktov;
- **informačná bublina** – fenomén, kvôli ktorému sa užívatelia a užívateľky ocitajú v akejsi bubline informácií a názorov, a teda nie sú vystavení celému spektru existujúcich informácií a názorov, ale iba istému výseku z reality; tento fenomén je na sociálnych médiách posilnený fungovaním algoritmov, ktoré uprednostňujú zobrazovanie obsahu, ktorý sa zhoduje s preferenciami užívateľov;
- **komnaty ozveny** – pod týmto pojmom si môžeme predstaviť prostredie alebo online komunity, v ktorých neustále zaznievajú podobné druhy názorov a informácií;
- **gatekeeper** – „strážca“ alebo „strážkyňa“ informácií, či už v médiách alebo aj na sociálnych sieťach, ktorí majú istý druh moci nad tým, aké informácie, témy, udalosti sa dostanú k verejnosti a ktoré nie.

O účinkoch sociálnych médií na prežívanie a zdravie užívateľov existujú stovky štúdií. Britské médium BBC Future[6] na začiatku roka 2018 zhrnulo základné zistenia doterajších vedeckých štúdií, pričom sa nezameriavalo iba na zdravie, ale skúmalo väčšie množstvo aspektov, ktoré sú v našom živote ovplyvňované sociálnymi médiami alebo s nimi nejakým spôsobom súvisia. V článku tak nájdete najnovšie zistenia, ktoré skúmajú vzťah sociálnych médií a:

- stresu,
- nálady,
- úzkosti,
- depresie,
- návykovosti,[7]
- sebavedomia,
- duševnej pohody,
- vzťahov,
- závisti,
- osamelosti.

Prečítajte si viac o faktoch a neznámych vo vplyve sociálnych médií na naše životy

Okrem následkov na psychiku, zdravie a prežívanie pritom môžeme hovoriť aj o iných druhoch rizík, ako sú **šírenie vírusov, krádež identity, stalking, získavanie dôverných informácií, phishing** a mnohé ďalšie. Viac sa môžete dozvedieť napríklad vo vzdelávacej sérii textov na portáli Euractiv.sk o bezpečnosti na internete: **Bezpečný internet.**

Ako sa chrániť pred negatívnymi následkami sociálnych médií?

Odporúčaní na bezpečné používanie sociálnych médií existuje mnoho. Niektoré z nich sa sústreďujú na ochranu psychiky a prežívanie, iné na ochranu pred internetovými útokmi a materiálnymi rizikami. Pre zjednodušenie ich môžeme rozdeliť do dvoch skupín – zdravie a bezpečnosť.

ZDRAVIE

Britská nezisková organizácia Royal Society for Public Health (RSPH) zhrnula v spomínanej štúdii aj základné odporúčania – nielen pre užívateľov a užívateľky, ale tiež pre prevádzkovateľov sociálnych médií a internetových platforiem:

- Odporúča zaviesť na sociálnych médiách vyskakovacie okná, ktoré by užívateľov a užívateľky varovali, že na nich trávia nezdravé množstvo času.
- Sociálne médiá by mali zvýrazňovať fotografie, ktoré boli digitálne manipulované.
- Princípy bezpečného používania sociálnych médií by sa mali vyučovať v školách.
- Keďže sociálne médiá môžu viesť k horšiemu duševnému stavu, RSPH navrhuje, aby sociálne médiá identifikovali užívateľov a užívateľky s duševnými ťažkosťami a diskrétnym spôsobom im ponúkli pomoc.
- Odporúča zaviesť (sociálno-)mediálny tréning do výcviku profesií, ktoré sú v kontakte alebo pracujú s mladými ľuďmi.
- Navrhuje zrealizovať viac výskumov, ktoré by odhaľovali účinky sociálnych médií na duševné zdravie mladých ľudí.

BEZPEČNOSŤ

Sociálne médiá sa neustále vyvíjajú, ponúkajú nové a rôznorodé druhy obsahov a možností ich používania, no spolu s nimi sa vyvíjajú aj nové a rôznorodé druhy bezpečnostných hrozieb. Ako sa pred nimi možno chrániť?[8, 9, 10]

- Nastavte si silné heslo, iné pre každú používanú platformu.
- Nepridávajte do svojich okruhov na sociálnych médiách hocikoho.
- Nedôverujte cudzím profilom – nemusia byť tými, za koho sa vydávajú.
- Strážte si súkromnosť profilov a zverejňovaných informácií – súkromné informácie sú súkromné, nepotrebuje ich vidieť celý svet.
- Dôkladne zvážte, ktoré informácie a fotografie na sociálnych médiách zverejníte.
- Nezverejňujte citlivé informácie.
- V žiadnom prípade neposkytujte akékoľvek osobné údaje ľuďom, ktorých nepoznáte.
- Vyhnite sa chúlostivým situáciám, ktoré môžu byť zaznamenané na webkamere.
- Nahlasujte nenávistné prejavy, dezinformácie, poplašné správy či nevhodné správanie.

Ďalšie zaujímavé zdroje:

KYBERŠIKANA

PREVENCIA PROTI IT KRIMINALITE

AMNESTY INTERNATIONAL: BEZPEČNOSŤ NA SOCIÁLNYCH MÉDIÁCH

SLOVENSKÝ VÝSKUM: DETI A FACEBOOK

Čo z toho vyplýva?

Stále ešte nemáme úplne jasno v tom, aký je presne vplyv sociálnych médií na ľudský život, zdravie, prežívanie a psychiku. To, čo už vieme, ale poukazuje na to, že sociálne médiá ľudí ovplyvňujú rôzne, a to aj v závislosti od už existujúcich podmienok a osobnostných čŕt.

Sociálne médiá môžeme vnímať podobne ako jedlo či hry. Prehnané používanie nie je vhodné pre nikoho. Nemôžeme však povedať, že by boli sociálne médiá vo všeobecnosti zlé, pretože majú aj pozitívne účinky a prinášajú do našich životov nové skúsenosti a diverzitu.[11]

Treba ale zostať ostražití, aj z bezpečnostných dôvodov. Internet umožnil nielen rozvoj komunikácie, šírenia informácií, interaktívnych zážitkov a budovania komunít, ale prispel tiež k šíreniu rôznych bezpečnostných rizík a hrozieb. Je preto dôležité dôkladne vzdelávať deti a mladých ľudí, aby vedeli, ako používať internet a sociálne médiá – tak, aby sa chránili a aby im priniesli úžitok. A nie naopak.

Užitočné vzdelávacie weby:

OVCE.SK

ZODPOVEDNE.SK

Použité zdroje a odporúčaná literatúra:

Brown, Jessica, 2018. *Is social media bad for you? The evidence and the unknowns* [online]. Dostupné na: https://www.bbc.com/future/article/20180104-is-social-media-bad-for-you-the-evidence-and-the-unknowns

Európsky parlament. 2010. *Pravidlo sociálnych sietí: Dva krát si rozmysli, čo zverejníš* [online]. Dostupné na: http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+IM-PRESS+20100212STO68926+0+DOC+XML+V0//SK

Eurostat. 2019. *Being young in Europe today – digital world* [online]. Dostupné na: https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/pdfscache/39761.pdf

Gregor, Miloš – Vejvodová, Petra – Zvol si info, 2018. *Nejlepší kniha o fake news.* 1. vyd. Brno: CPress. 142 s. ISBN 978-80-264-1805-4.

Halászová, Frédérique – Mikušová, Simona, 2019. *Teória gatekeepingu, jej vývoj a adaptácia na virtuálny svet.* 1. vyd. Bratislava: Vydavateľstvo Univerzity Komenského v Bratislave. 216 s. ISBN 978-80-223-4710-5

Amnesty International. *How to Stay Safe on Social Media* [online]. Dostupné na: https://www.amnesty.org.au/how-to-stay-safe-on-social-media/

Jakubková, Viktória, 2015. *Predchádzajme kyberšikane* [online]. Dostupné na: http://www.uvzsr.sk/docs/info/podpora/letaky/kybersikanovanie.pdf

Lichner, Vladimír – Šlosár, Daniel. 2017. *Problematické používanie internetu u adolescentov v kontextoch teórie a praxe sociálnej práce* [online]. Dostupné z: https://unibook.upjs.sk/img/cms/2017/ff/internet-u-adolescentov-final.pdf

Newman, Nic a kol. 2018. *Reuters Institute Digital News Report 2018* [online]. Dostupné na: http://media.digitalnewsreport.org/wp-content/uploads/2018/06/digital-news-report-2018.pdf

Pew Research Center. 2019. *Social Media Fact Sheet* [online]. Dostupné na: https://www.pewresearch.org/internet/fact-sheet/social-media/

Preventista. *Spoločne proti IT kriminalite* [online]. Dostupné na: http://preventista.sk/info/

Royal Society for Public Health. 2017. *#StatusOfMind. Social media and young people's mental health and wellbeing* [online]. Dostupné na: https://www.rsph.org.uk/uploads/assets/uploaded/d125b27c-0b62-41c5-a2c0155a8887cd01.pdf

Securing Key Account and Devices. Social Media [online]. Dostupné na: https://staysafeonline.org/stay-safe-online/securing-key-accounts-devices/social-media/

Social Media. In: Merriam Webster Dictionary [online].

Social Network. In: Merriam Webster Dictionary [online].

Euractiv. 2011. *Sociálne siete sú najrizikovejšie miesto na internete* [online]. Dostupné na: https://euractiv.sk/section/informacna-spolocnost/news/socialne-siete-su-najrizikovejsie-miesto-na-internete-017939/

Šnídl, Vladimír. 2017. *Pravda a lož na Facebooku.* 1. vyd. Bratislava: N Press, s. r. o. 160 s. ISBN 978-80-972394-4-2.

Tomková, Jarmila a kol. 2015. *Príležitosti a riziká používania internetu deťmi. Sociálna sieť Facebook.* Záverečná správa z výskumnej úlohy Príležitosti a riziká sociálnych médií pre detského používateľa. Bratislava: VÚDPaP.

Index:

1 Is social media bad for you? The evidence and the unknowns, 2018 [online].

2 Being young in Europe today - digital world, 2017 [online].

3 #StatusOfMind. Social media and young people's mental health and wellbeing, 2017 [online].

4 Strach, že sa bez vašej prítomnosti dejú skvelé udalosti či zážitky, a vy o ne prichádzate. Táto obava je v našom kontexte spojená aj s potrebou byť neustále pripojení na sociálne médiá, aby sme náhodou o niečo neprišli.

5 Pravda a lož na Facebooku, 2017.

6 Is social media bad for you? The evidence and the unknowns, 2018 [online].

7 Internet a s ním aj súvisiace sociálne médiá spadajú medzi takzvané novodobé závislosti. Problematické používanie internetu u adolescentov v kontextoch teórie a praxe sociálnej práce, 2017 [online].

8 Amnesty International: How to Stay Safe on Social Media [online].

9 Európsky parlament: Pravidlo sociálnych sietí: Dva krát si rozmysli, čo zverejníš [online].

10 Securing Key Account and Devices. Social Media [online].

11 Is social media bad for you? The evidence and the unknowns, 2018

METODICKÉ MATERIÁLY

PRE UČITEĽOV A UČITEĽKY
ZÁKLADNÝCH A STREDNÝCH ŠKÔL
K DOKUMENTÁRNYM FILMOM

Človek v ohrození, n. o.
Bratislava, 2020

Autori: Shoshana Chovan, Frédérique Halászová, Adam Hrapko, Michaela Mozolová
Odborní editori: Pavlína Chalupková, Lukáš Osvald, Lenka Putalová
Jazyková úprava: Zuzana Límová
Grafická úprava: Miroslav Lukačovič

ISBN: 978-80-89817-28-3

Elektronická verzia dostupná na https://globalnevzdelavanie.sk/kategoria/kniznica/

Realizované s finančnou podporou Ministerstva spravodlivosti SR v rámci dotačného programu na presadzovanie, podporu a ochranu ľudských práv a slobôd a na predchádzanie všetkým formám diskriminácie, rasizmu, xenofóbie, antisemitizmu a ostatným prejavom intolerancie. Za obsah tohto dokumentu výlučne zodpovedá Človek v ohrození, n. o.