



Prawa człowieka w pigułce. 15-minutowe ćwiczenia na lekcje



WYKLUCZENIE SPOŁECZNE

NA PRZYKŁADZIE OSÓB LGBTI

edukacja obywatelska

Niniejsza publikacja stanowi część serii wydanej w ramach projektu **Szkoła moich praw**, obejmującej 10 materiałów edukacyjnych przeznaczonych dla szkół ponadpodstawowych.

Wszystkie materiały można pobrać ze strony: www.amnesty.org.pl/szkolamoichpraw.

AUTORKI I AUTORZY MATERIAŁÓW EDUKACYJNYCH

1. *Giganci cyfrowi i nowe technologie a prawa człowieka* (edukacja obywatelska), Dominika Sokołowska
2. *Kiedy władza przekracza granice – prawa człowieka w praktyce* (edukacja obywatelska), Justyna Kuzar-Dembele
3. *Kobiety, mężczyźni, ludzie – o wolności od stereotypów* (edukacja zdrowotna), Monika Darmofał-Karanowska
4. *Odkrycia geograficzne – z czyjej perspektywy* (historia), Alicja Kosińska
5. *Prawa seksualne i reprodukcyjne* (edukacja obywatelska), Katarzyna Salejko
6. *Wykluczenie społeczne na przykładzie osób LGBTI* (edukacja obywatelska), Dariusz Grzemny
7. *Stereotypy, uprzedzenia i dyskryminacja* (edukacja obywatelska), Elżbieta Olczak
8. *Ludzie, miejsca, wybory – migracje międzynarodowe* (geografia), Elżbieta Olczak
9. *Zmiany klimatu a prawa człowieka* (geografia), Kalina Kabat
10. *Komunikacja niewykluczająca* (język polski), Mateusz Adamczyk

REDAKCJA MERYTORYCZNA: Katarzyna Salejko

REDAKCJA JĘZYKOWA I KOREKTA: Zuzanna Żółtowska

GRAFIKA: Joanna Luśnia

SKŁAD: Marzena Piłko

Copyright by Stowarzyszenie Amnesty International, Warszawa 2025

Materiał udostępniony na warunkach licencji Creative Commons – Uznanie autorstwa – Użycie niekomercyjne 4.0 –
Na tych samych warunkach: <https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/deed.pl>

Materiał powstał w ramach projektu *Szkoła moich praw* finansowanego ze środków Ministerstwa Edukacji Narodowej.

Publikacja prezentuje wyłącznie poglądy autorek i autorów i nie może być utożsamiana z oficjalnym stanowiskiem
Ministerstwa Edukacji Narodowej.

W całym tekście zastosowano język równościowy, nazywany też inkluzywnym. Jego celem jest podkreślenie obecności i włączenie perspektyw osób z grup marginalizowanych, a także tworzenie bardziej sprawiedliwych i włączających norm językowych, które odzwierciedlają różnorodność świata.



Ministerstwo
Edukacji Narodowej



WYKLUCZENIE SPOŁECZNE NA PRZYKŁADZIE OSÓB LGBTI

Ćwiczenia realizują element podstawy programowej kształcenia ogólnego dla liceum ogólnokształcącego, technikum oraz branżowej szkoły II stopnia przedmiotu:

EDUKACJA OBYWATELSKA

Dział I. Ja i społeczeństwo

Wymagania fakultatywne (nauczyciel realizuje przynajmniej jedno z wymagań fakultatywnych). Uczeń:

7) opisuje wyzwania, z którymi mierzą się osoby szczególnie narażone na wykluczenie społeczne, w tym osoby z niepełnosprawnościami i osoby starsze, uzasadnia potrzebę ich wsparcia, a także formułuje opinię i dyskutuje na temat istniejących form pomocy państwa dla tych grup.

Cele:

Dzięki udziałowi w ćwiczeniach osoby uczestniczące:

- przeanalizują przypadki wykluczenia oraz określą swoje stanowisko wobec nich;
- praktykują krytyczne myślenie i empatię;
- nauczą się rozpoznawać zagrożenia dla bezpieczeństwa osób LGBTI, poznają sposoby reagowania i proponują pomysły na wspieranie osób wykluczanych;
- zaczną identyfikować sytuacje wymagające reakcji, wskazywać odpowiedzialne osoby i instytucje oraz promować postawy empatii i odpowiedzialności społecznej;
- będą potrafiły wyjaśnić mechanizm wykluczenia i uzasadnić znaczenie empatii oraz przeciwdziałania wykluczeniu.

ĆWICZENIE 1. CZY TO PRAWDA?

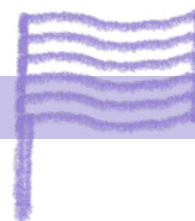
15 MINUT

Materiały:

- stwierdzenia (Załącznik 1.).

Instrukcja:

1. Powiedz, że za chwilę przeczytasz kilka stwierdzeń na temat wykluczenia społecznego. Są one w różnym stopniu krzywdzące lub niesprawiedliwe. Zadaniem grupy jest zastanowić się, czy i dlaczego można się z nimi zgodzić lub nie.
2. Poproś osoby uczestniczące, aby po każdym stwierdzeniu pokazały, czy się z nim zgadzają, czy nie, poprzez przyjęcie postawy: jeśli się nie zgadzają, powinny siedzieć, jeśli się zgadzają, powinny wstać, a jeśli nie wiedzą, co powiedzieć, powinny zająć pozycję bokiem do osoby prowadzącej.
3. Zaproś wszystkich do minidebaty.
 - Podziel klasę na trzy- lub czteroosobowe grupy.
 - Każda grupa losuje lub wybiera jedno ze stwierdzeń.
 - Zadaniem grup jest przygotowanie kontrargumentów, czyli wskazanie, dlaczego dane stwierdzenie jest krzywdzące lub jakie fakty można przytoczyć, by je obalić (przeznacz na to 7 minut).
4. Poproś wszystkie grupy po kolei o przedstawienie swoich najważniejszych argumentów. Podkreśl, że takie kontrowersyjne opinie funkcjonują w społeczeństwie – i że kluczowe jest umieć na nie reagować, broniąc godności i praw człowieka.



ZAŁĄCZNIK 1. STWIERDZENIA

- Ludzie wykluczeni społecznie sami są winni swojej sytuacji – gdyby bardziej się starali, mieliby lepsze życie.
- Pomaganie osobom wykluczonym tylko pogłębia ich zależność od pomocy i uczy je bezradności.
- Wykluczenie społeczne to wymówka, której używają leniwi ludzie, żeby nie brać odpowiedzialności za swoje życie.
- Nierówności i dyskryminacja są wpisane w życie – nie da się ich całkowicie wyeliminować, więc nie warto z nimi walczyć.
- Wykluczeni społecznie nie powinni mieć tyle samo praw i głosu co reszta społeczeństwa, skoro nie uczestniczą aktywnie w jego rozwoju.

ĆWICZENIE 2. SKALA BEZPIECZEŃSTWA

15 MINUT

Materiały:

- scenariusze (Załącznik 1.).

Instrukcja:

1. Wyjaśnij, że w dzisiejszym świecie osoby LGBTI nie zawsze czują się bezpiecznie w miejscach publicznych. Celem ćwiczenia jest zrozumienie, jak różne sytuacje wpływają na ich poczucie bezpieczeństwa.
2. W klasie oznacz jeden koniec sali jako „Czuję się bardzo bezpiecznie” i drugi jako „Czuję się bardzo zagrożony_zagrożona”.
3. Przeczytaj lub rozdaj pięć–sześć scenariuszy dotyczących obecności osób LGBTI w przestrzeni publicznej.
4. Po przeczytaniu każdego scenariusza poproś osoby uczestniczące o zajęcie na skali miejsca, które odpowiada poczuciu bezpieczeństwa osoby LGBTI w danej sytuacji. Każdorazowo zapytaj kilka osób, dlaczego wybrały to miejsce i jakie elementy wpływają na poziom bezpieczeństwa.
5. Poproś osoby uczestniczące o wybranie jednego z omawianych scenariuszy i wymyślenie w parach lub małych grupkach, jak można sprawić, że osoba LGBTI poczuje się w danym miejscu bezpieczniej (np. kampania edukacyjna, reakcja osób postronnych, zmiany regulaminów, wsparcie od nauczycieli_nauczycielek, obecność sojuszników_sojuszczynek). Przeznacz na to 5 minut.
6. Na zakończenie poproś grupy o przedstawienie jednego pomysłu.

ZAŁĄCZNIK 1. SCENARIUSZE

- **SPACER W PARKU Z PARTNEREM_PARTNERKĄ**

Dwie osoby tej samej płci trzymają się za ręce podczas spaceru po miejskim parku w środku dnia.

- **PODRÓŻ AUTOBUSOWA**

Osoba nosząca tęczęwą torbę jedzie autobusem miejskim w godzinach szczytu. W środku znajduje się wielu nastolatków.

- **ZAKUPY W CENTRUM HANDLOWYM**

Para osób nieheteronormatywnych wymienia się czułościami (przytulają się, żartują) w popularnej galerii handlowej w weekendowe popołudnie.

- **UDZIAŁ W SZKOLNEJ IMPREZIE**

Uczeń_uczennica, wyoutowany_wyoutowna jako osoba LGBTI, tańczy z osobą tej samej płci podczas szkolnej dyskoteki.

- **WIZYTA NA STADIONIE PODCZAS MECZU**

Młoda osoba LGBTI idzie z grupą znajomych na stadion piłkarski. Podczas meczu ktoś na trybunach wyciąga tęczęwą flagę.

ĆWICZENIE 3. KARTY SOLIDARNOŚCI

15 MINUT

Materiały:

- małe karteczki/post-ity.

Instrukcja:

1. Wyjaśnij grupie, kim są osoby wykluczane i dlaczego okazywanie im wsparcia oraz solidarności jest ważne. Podkreśl, że każdy z nas może zrobić coś, by pomóc innym.
2. Rozdaj każdej osobie lub grupie kolorowe kartki/post-ity.
Poproś osoby uczestniczące o zapisanie (jednym zdaniem) przykładu konkretnej sytuacji, w której ktoś doświadcza wykluczenia społecznego (np. ze względu na niepełnosprawność, narodowość, orientację seksualną, ubóstwo, wiek, kolor skóry itp.).
3. Poproś osoby uczestniczące o wymienienie się kartami (można je losować, przekazywać dookoła lub rozdać). Każda osoba, która otrzyma kartę, dopisuje lub dopowiada swoją propozycję wsparcia: co można zrobić, by ta osoba poczuła się mniej wykluczona?
Przykłady: rozmowa, pomoc w nauce, zaproszenie do wspólnej zabawy, obrona przed negatywnym komentarzem, zorganizowanie wsparcia grupowego.
4. Kilka osób prezentuje swoje karty i propozycje wsparcia na forum.
Na koniec porozmawiajcie krótko o tym, które pomysły można wprowadzić w życie od zaraz. Dlaczego drobne gesty mają znaczenie?

Materiały:

- kartki z opisem sytuacji dla każdej grupy (Załącznik 1.).

Instrukcja:

1. Wyjaśnij, że za chwilę rozdasz opis krótkiej historii osoby doświadczającej wykluczenia w szkole. Zadaniem osób uczestniczących będzie wskazanie momentów, w których można (lub trzeba) zareagować, oraz kto powinien podjąć działanie.
2. Podziel klasę na grupy i rozdaj każdej grupie kartkę z historią przypadku. Powiedz osobom uczestniczącym, aby dokładnie przeczytały treść i odpowiedziały na pytania, które znajdują na kartce. Mają na to 8 minut.
3. Poproś grupy o przedstawienie swoich przemyśleń na forum. Podkreśl, że reagować można w wielu momentach i nie tylko instytucje mają tę możliwość – ważni są również rówieśnicy, którzy mogą okazać wsparcie, solidarność i empatię.

ZAŁĄCZNIK 1. HISTORIA PRZYPADKU

Mateusz uczęszcza do drugiej klasy liceum. Po tym, jak podzielił się z kilkoma osobami informacją o tym, że jest gejem, podczas przerw spotyka się z niemiłymi komentarzami. W klasowej grupie na Messengerze pojawia się mem wyśmiewający Mateusza. Na lekcji wychowania fizycznego uczniowie nie chcą, żeby do nich dołączał, tłumacząc, że to dla nich niewygodne. Nauczyciel ignoruje sytuację, żartując, że każdy ma swój styl. Mateusz coraz częściej siedzi sam w stołówce i nie bierze aktywnego udziału w zajęciach. Wychowawca mówi jego mamie, że smutek Mateusza to pewnie faza dorastania. Po kilku tygodniach Mateusz przestaje chodzić na zajęcia sportowe i unika wspólnych wyjść.

Zadanie

- Zaznacz w historii przynajmniej trzy momenty, w których ktoś powinien zareagować (np. podczas lekcji, na przerwie, online).
- Wypisz, kto może/musi zareagować: np. nauczyciele, pedagog, wychowawca_wychowawczyni, rówieśnicy, rodzice, administrator_administratorka strony, instytucja (np. szkoła).
- Zaproponuj krótko, jak powinna wyglądać reakcja na każdym z etapów sytuacji (np. rozmowa, interwencja, wsparcie, zgłoszenie incydentu).

ĆWICZENIE 5. DYSKUSJA W KRĘGU**15 MINUT****Materiały:**

- pudełko/woreczek z karteczkami, na których są różne pytania (Załącznik 1.).

Instrukcja:

1. Wyjaśnij pojęcie wykluczenia społecznego – to sytuacja, w której nie wszyscy mają równy dostęp do możliwości i usług, które pozwoliłyby im wieść godne, szczęśliwe życie. Osoby wykluczone są pozbawione możliwości pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, ekonomicznym, kulturowym lub politycznym.
2. Podaj przykłady, kiedy osoby starsze, osoby z niepełnosprawnościami, osoby LGBT bądź inne nie są traktowane na równi z innymi albo odsuwane od udziału w życiu społecznym lub codziennych aktywności, np. dzieci z niepełnosprawnościami kierowane do szkół specjalnych, mimo że mogłyby uczyć się w szkołach ogólnodostępnych z odpowiednim wsparciem; nieuznawanie relacji osób LGBTI, co prowadzi do braku prawa do odwiedzin partnera_partnerki w szpitalu czy wspólnego rozliczania podatków; brak dostępu do wydarzeń kulturalnych lub technologii (np. komunikatorów internetowych)

dla osób starszych; wyśmiewanie osób różniących się od większości w swoim otoczeniu (np. ze względu na orientację seksualną, kolor skóry lub niepełnosprawność).

3. Poproś osoby uczestniczące, aby usiadły w kręgu. Stań na środku i wyjaśnij, że masz w pudełku kilka pytań. Poproś jedną z osób o wylosowanie jednego pytania i przeczytanie go na głos. Daj wszystkim chwilę na zastanowienie i poproś osobę, która wylosowała pytanie, o odpowiedź. Pozostałe osoby uczestniczące mogą dodać do tej odpowiedzi swoje przemyślenia. Poświęć na tę aktywność 10 minut.
4. Podkreśl, że wykluczenie nie jest problemem indywidualnym jednej osoby lub grupy, ale zjawiskiem wynikającym z postaw i struktur społecznych (struktury społeczne to sposób, w jaki społeczeństwo jest zorganizowane – czyli jak ludzie i grupy są ze sobą powiązani_powiązane oraz jakie mają role, pozycje i relacje wobec siebie).
5. Na koniec warto zapytać osoby uczestniczące: jakie pojedyncze działania może podjąć każdy_każda z nas, aby nie wykluczać innych?

ZAŁĄCZNIK 1. PRZYKŁADOWE PYTANIA

- Jak może czuć się osoba, która doświadcza wykluczenia?
- Dlaczego ludzie wykluczają innych?
- Co można zrobić, żeby żadna osoba nie czuła się wykluczona?
- Jak rozpoznać, że ktoś jest wykluczany?
- Kiedy ostatni raz widzieliście wykluczanie w szkole lub swoim otoczeniu albo o nim słyszeliście?
Jak wyglądała ta sytuacja?

