

INSTRUKCIJAS

Aktivitātes mērķis.

Šīs aktivitātes mērķis ir izgaismot un konfrontēt Latvijas sabiedrībā pastāvošos aizspriedumus pret dažādām sociāli ekonomiskajām grupām

Vēlamais norises vietas izkārtojums.

Aktivitātes norises vietu (telpa, istaba, pagalms) nepieciešams sadalīt uz “pusēm” (uz grīdas/zemes novelkot papīra līmlenti), vienu no pusēm atvēlot t.s. “upuriem” (izceļot to ar bultām, uzrakstiem vai kā citādi). Visi dalībnieki (ideālā gadījumā 10-20 cilvēki, ar pēc iespējas plašāku identitāšu daudzveidību) nostājas pusē, kurai nav dots nosaukums (proti, “pārējā sabiedrība”).

Instrukcijas.

- Vadītājiem sākotnēji jāpaskaidro aktivitātes dalībniekiem, ka eksperimenta laikā ir svarīgi ieturēt klusumu, kā arī aizliegts smieties (smieklī uz cilvēku iedarbojas kā aizsargmehānisms, un smieklu rezultātā kādi no dalībniekiem var izjust diskomfortu).
- Uzsākot aktivitāti, vadītāji nosauc kādu identitātes aspektu (sarakstu skatīt zemāk).
- Dalībnieki, kuri pašidentificējas ar to, tiek aicināti doties uz telpas pusi ar nosaukumu “Upuri” (ir svarīgi pieminēt, ka dalībniekiem aizliegts citam citu mudināt doties uz “upuru” pusi; proti, tā ir katra brīva izvēle, pie kādiem identitātes aspektiem sevi pieskaitīt).
- Vadītāji aicina upurus pagriezties pret otru grupu un ieskatīties ikvienam pretī stāvošajam acīs.
- Dalībniekiem neatraujot acu skatienus, vadītāji sāk izteikt stereotipiskus apgalvojumus par “upuriem”, piem., “visi rīdzinieki ir snobi”, “cilvēki ar invaliditāti vēlas tikai un vienīgi pievērst sev uzmanību”, “visas sievietes ir emocionāli vājas un manipulē ar vīriešiem, lai tiktu pie sava” u.tml. (pirms katra apgalvojuma tiek nosaukta attiecīgā identitāte, tādējādi pastiprinot tā efektu).
- Pēc visu apgalvojumu nolasīšanas dalībnieki tiek atkārtoti aicināti ieskatīties cits citam acīs, un upuri var doties atpakaļ uz otru pusi.
- Tālāk pievienotajā tabulā apkopotas aplūkojamās identitātes un ar tām asociēto stereotipu piemēri:

Vegāni un veģetārieši

- Visi kā viens cīnāties par dzīvnieku tiesībām
- Vāji, anēmiski, slimīgi

Rīdzinieki

- Izlutināti un iedomīgi snobi, kas domā, ka esat labāki par citiem
- Egoisti, kam nekad nekam nav laika

• Uzbāzīgi, kaitinoši un gribat tikai panākt savu • Pārlietu jūtīgi un emocionāli	• Hipsteri • Vienaldzīga vecmāmiņa, kas dzīvo viena pati lauku mājās
Cilvēki no laukiem • Pašiem dzīvē nekas nenotiek, tāpēc interesē tikai ciema drāma • Neizglītoti un bez ambīcijām • Ar dīvainu akcentu un pārlietu lieli patrioti • Jums ģimenes vēsturē 100% ir problēmas ar alkoholu un vardarbību ģimenē	Imigranti, kas apmetušies uz dzīvi Latvijā • Jūs esat dīvaini • Jūs nekad nebūsiet īsti latvieši! • Ja Tu neesi ārsts vai programmētājs, vari braukt atpakaļ uz savu Ameriku vai no kurienes tu tur nāc
Ekspatriāti, kas pēc prombūtnes ārzemēs ir atgriezušies uz dzīvi Latvijā • Nodevēji, kas nejautājot pamestu Latviju pie pirmajām grūtībām • Jūs redzat tikai sliktās lietas Latvijā • Domājat, ka esat labāki par citiem, bet neesat nemaz tik gudri, ja jau bija jābrauc atpakaļ	Cilvēki, kuru dzimtā valoda ir krievu valoda • Ilgojaties pēc Padomju savienības, atbalstāt Putinu un Krimas aneksiju! • Es Jums varu iedot vienvirziena biļeti uz Krasnojarsku • Alkoholiķi, zagļi un sievu sitēji • runājat krieviski, lai liktu apkārtējiem justies neērti • Nekad nebūsiet piederīgi Latvijai
Tie, kas ir dzīvojuši PSRS laikos • Vāji izglītoti, dzīvojat savās četrās sienās un nevarat izkāpt no komforta zonas • Nemākat runāt par savām emocijām • Rasisti, seksisti, homofobi un ksenofobi • Esat gatavi nodot savus tuvākos cilvēkus, lai izskatītos labāk citu acīs	Smēķētāji un tie ar citiem līdzīgiem paradumu • Jūs esat pretīgi un netīri • Jums nospļauties par savu un savu līdzcilvēku veselībām • Emocionāli vāji un histēriski
Tie, kas ir dzimuši pēc 2000. gada • Neko nesaprotat no reālās pasaules • Izlutināti un fiziski vāji • Nemākat komunicēt • Uzskatās, ka esat labāki par pārējiem	Tie, kas pēc ārējā izskata atšķiras no sabiedrības vairākuma • Uz Jums neviens nekad neskatās kā uz cilvēkiem • Ejot pa ielu, Jūs jūtaties neērti un arī apkārtēji jūtas neērti
Sievietes • Pārāk emocionālas un jūtīgas • Nevarat paturēt noslēpumus	Vīrieši • Emocionāli nepieejami un neiejūtīgi • Vienīgā emocija, ko protat izpaust ir

• Seklas un materiālistiskas • Manipulējat ar vīriešiem • Ļoti plāpīgas un patīk baumas • Slikti vadāt auto, jums vajag vīrieti pie sāniem, kas par jums rūpētos, tāpēc Jūsu vieta ir virtuvē vai pie bērna ratiņiem • Jums ir vairāki partneri? Kas Tu esi palaistuve vai??	dusmas • Vienīgā tēma, par ko varat parunāt, ir sports, visādi citādi Jūs galīgi nejēdzat komunicēt • Jūs jūtaties pārāki par sievietēm pat ja apgalvojat pretēji • Jums ir vairākas partneres? Normāls mačo vīrietis!
Geji, lesbietes un biseksuālas personas • Jūs vienkārši esat apjukuši, šis taču nav dabiski --> gan jau pareizais cilvēks atnāks • Vai varbūt jūs bērnībā kāds izvaroja? Jums pašiem bērniem nevajadzētu tuvumā rādīties!! • Jūs nemaz nemākat izveidot ilgtermiņa attiecības, tāpēc jau arī nēsājat apkārt visādas slimības. • Kādu vēl kopdzīves likumu? Visu var pie notāriem nokārtot. Ar ko jūs esat labāki par pārējiem, ka pieprasāt īpašas tiesības? Var taču iet apprecēties ar pretējo dzimumu!	Tie, kas neidentificējas ar savu bioloģisko dzimumu • Jūs vienkārši sev gribat pievērst uzmanību, neko vairāk • Es nezinu, vai tā ir slimība, bet Jums kaut kas nav kārtībā • Šīto ideoloģiju no rietumiem taču ievazāja, jo manos laikos šitādu te nebija • Kā man Jūs saukt? Tas? Tie? • un saņemiet taču vienkārši sevi rokās un uzvelciet savam īstajam dabiskajam dzimumam atbilstošu apģērbu
Kas nāk no šķirtām ģimenēm • Vai Jums ir sajūta, ka vecāku šķiršanās bija jūsu vaina? Nu, tā visticamāk arī bija • Jūs neprotat būt ilgtermiņa attiecībās un esat baigi neizlēmīgi pat par vismazākajiem sīkumiem • Žēl, bet arī Jūsu laulības 100% tiks šķirta	Tie, kam ir fiziska vai garīga rakstura traucējumi vai saslimšanas • Izmantojat savu stāvokli sev par labu, dzīvojot uz valsts pabalstiem • Nav nemaz tik traki taču! Saņemies un pasmaidī!! • Manipulējat ar savām problēmām un neesat derīgi darba tirgum • Jūs tikai tēlojat • Jums liekas, ka apkārtējie ir vainīgi par situāciju, kurā atrodaties
Seksuālas, fiziskas vai emocionālas vardarbības upuri • Paši esat vainīgi! • Paši uzprasījāties! • Jūs vienkārši esat vāji un nemākat pateikt nē, jūs nemākat sist pretī.	Reliģiskas vai ticīgas personas • Fanātiķi un fundamentālisti • Šauri domājoši ar viduslaiku uzskatiem • Nosodoši, aizspriedumaini - homofobi, seksisti, rasisti

Ateisti un agnostiķi • Jums nav absolūti nekādu morālo un ētisko vērtību • Jūs nonāksiet ellē • Visticamāk nākat no sliktām ģimenēm	Cilvēki ar blondu matu krāsu • Ballīšu karaļi un karalienes • Taču diezgan stulbi un manipulē • Dabūjat to, ko gribat, pateicoties savam izskatam
Tie kas atbalsta dzimumu vienlīdzību • Agresīvi cilvēki, kas ienīst visus vīriešus • Gribat ļoti kontrolēt visus sev apkārt un teikt, ko drīkst un ko nedrīkst darīt • Lesbietes, genderisti un ekstrēmi feministi	Cilvēki, kas nēsā brilles • Domājat, ka esat baigi gudrie? • Gan jau skolā bijāt skolotājas mīlulīši • Jums nav nekādu sociālo un komunikācijas prasmju • Protat apieties ar datoriem
Cilvēki no turīgām ģimenēm • Izlutināti un augstprātīgi • Izturaties pret apkalpojošo personālu kā pret pamesliem un domājat, ka esat labāki par citiem • Iekļūvāt kādā negadījumā vai savārījāt ziepes? Gan jau sanāks atpirkties, viss taču ir kārtībā	[brīva vieta papildinājumiem]

Pēc aktivitātes...

Būtībā galvenā aktivitātes sastāvdaļa ir t.s. “refleksijas aplis”, kura laikā visiem aktivitātes dalībniekiem vēlams brīvā formātā izdiskutēt eksperimenta gaitā iegūtās atziņas. Šie ir daži no potenciālajiem jautājumiem:

- Kā rodas aizspriedumi?
- Kādas bija sajūtas, atrodoties “upuru” pusē?
- Kādas bija sajūtas, atrodoties “ne-upuru” pusē?
- No visām reizēm, kad atradies “upuru” pusē, kad Tu juties visneērtāk?
- Vai bija kāda reize, kad Tev vajadzēja atrasties “upuru” pusē, bet izlēmi nešķērsot līniju?
- Vai bija kāda reize, kad nezināji, kurā pusē Tev jāatrodas?
- Kāpēc ir svarīgi atpazīt un apzināties, ka mēs izmantojam stereotipus?

Vēlies atstāt ieteikumus un atsauksmes?

Dodies uz “Empātijas spēļu” aptaujas anketu [šeit!](#)