

1. A zsidókkal és a judaizmussal kapcsolatos ismeretek bővítése

2. A nem tudatos előítéletek leküzdése

3. Antiszemita sztereotípiák és előítéletek kezelése

4. Az összeesküvés-elméletek megkérdőjelezése

5. Az antiszemitizmusról való tanítás a holokauszt oktatásán keresztül

6. A holokauszt tagadásának, torzításának és bagatellizálásának kezelése

7. Az antiszemitizmus és a nemzeti emlékezet

8. Antiszemita esetek kezelése

9. Az online antiszemitizmus kezelése

10. Az antiszemitizmus és a közel-keleti helyzet

A nem tudatos elfogultságok leküzdése

Mindenkinek vannak elfogultságai, negatívak és pozitívak egyaránt, amelyek befolyásolják azt, hogyan látjuk a körülöttünk lévő világot. Sok elfogultság tudatos (vagy explicit), de vannak nem tudatosak (vagy implicit) is, amelyek anélkül irányítják gondolkodásunkat, döntéseinket és cselekedeteinket, hogy tudatában lennénk hatásuknak.

Minden embernek vannak nem tudatos elfogultságai. Az elfogultságok olyan gondolatokat és véleményeket jelentenek, amelyek a családdal, a médiával, a kulturális hatásokkal és a történelmi narratívákkal való interakciók során egy életen át épülnek és erősödnek. Még a mindennapi nyelv és a közösségeinkre jellemző ábrázolások is előítéleteket hordoznak. Ezért nem tudatos elfogultságaink azonosítása, majd leküzdése korántsem egyszerű vagy könnyű feladat. Van azonban néhány lépés, amelyek segítségével tudatosabbá válhatunk az elfogultságaink tekintetében, és mérsékelhetjük a viselkedésünkre gyakorolt rejtett hatásaikat, amely befolyásolja életünk fontos döntéseit.

Az elfogultság „egy személy vagy csoport melletti vagy elleni viszonyulást vagy előítéletet jelent, különösen olyat, amelyet igazságtalannak tartanak.”

A diszkrimináció¹ „az emberek különböző kategóriáival szembeni igazságtalan vagy előítéletes bánásmód”.

FORRÁS: *Concise Oxford English Dictionary*, ninth edition

Sztereotípiá: „egy bizonyos embercsoport túlságosan leegyszerűsített képe.”

Előítélet: „egy csoporttal vagy a csoport egy tagjával kapcsolatos érzés, amely sztereotípián alapul.”

FORRÁS: *Oktatással az antiszemitizmus ellen. Útmutató szakpolitikai döntéshozóknak*, 43. o.

A tanárok feladata és felelőssége, hogy minden diákot egyenlően kezeljenek, és elősegítsék a sokszínűség tiszteletét. Ennek érdekében szükséges saját elfogultságaik azonosítása és feldolgozása. Ha nem mennek keresztül ezen az önreflexiós folyamaton, akkor nem tudatos attitűdjeik önkéntelenül erősíthetik a sztereotípiákat és előítéleteket, valamint megjeleníthetik azokat az tanteremben. Az ilyen nem tudatos előítélet például

hatással lehet magára a tanításra, amikor a tanárok rassz, etnikai hovatartozás, nyelv, vallás, nemzetiség, szexuális orientáció, nem, fogyatékoság, társadalmi-gazdasági háttér vagy más tényezők alapján esetleg eltérő bánásmódot alkalmaznak az egyes diákokkal szemben.

A tanításra hatást gyakorló nem tudatos antiszemita előítéletek következményei a következők lehetnek:

¹ A diszkrimináció egyben jogi fogalom is, amely az ENSZ Emberi Jogi Bizottsága értelmezésében minden olyan megkülönböztetést, kizárást, korlátozást vagy előnyben részesítést jelent, amely bármilyen alapon, például rassz, bőrszín, nem, nyelv, vallás, politikai vagy más vélemény, nemzetiség vagy társadalmi származás, vagyon, születési vagy egyéb helyzet alapján történik, és amelynek célja vagy hatása az, hogy semmissé tegye vagy korlátozza valamennyi személy számára valamennyi jog és szabadság elismerését, élvezetét vagy gyakorlását. (Lásd: az ENSZ Emberi Jogi Bizottsága, 18. általános megjegyzés, Diszkriminációmentesség (37. ülés, 1989), Az Emberi Jogi Szerződés szervei által elfogadott általános megjegyzések és általános ajánlások gyűjteménye. HRI/GEN/1/Rev.1, 26 (1994), <<https://undocs.org/HRI/GEN/1/Rev.1>>.

- a zsidó kollégákkal vagy diákokkal szembeni megkülönböztető bánásmód;
- bizonyos a zsidóságra, a judaizmusra, az európai, nemzeti vagy helyi történelemre vagy kultúrára, a holokausztra vagy a Közel-Keletre vonatkozó információk taglalása vagy kihagyása a tanórán;
- reakció vagy a reakció hiánya olyan kollégákkal vagy diákokkal kapcsolatban, akik zsidóellenes előítélettel szembesülnek; és
- azon diákok hallgatólagos támogatása, akik felhatalmazva érzik magukat zsidó diáktársaik zaklatására.

Ez az oktatási segédlet információt nyújt a nem tudatos elfogultságok

működéséről, valamint stratégiákat kínál a tanárok hozzáállására és viselkedésére gyakorolt negatív hatásuk azonosítására és csökkentésére mind a tantermen belül, mind azon túl. Kiegészíti a DIEJH „Antiszemita sztereotípiák és előítéletek kezelése” című 3. oktatási segédletet, amely részletes példákat ad azokra az előítélet típusokra, amelyek célkeresztjében kifejezetten a zsidó emberek állnak.

Háttér

Minden pillanatban körülbelül 11 millió információegység jut el az emberi agyba, de ezek közül csak 40-50-et dolgozunk fel tudatosan.² A rengeteg információegység kezelése érdekében az agyunk kiválasztja, hogy mely elemekkel foglalkozzon tudatosan vagy nem tudatosan. Bár az emberek azt gondolhatják, hogy döntéseiket csak néhány információegység alapján hozzák meg, valójában csak a tudatosan feldolgozott információkat veszik ilyenkor figyelembe. Több ezer más információegység is befolyásolja nem tudatos módon döntéseiket, olyan mentális leegyszerűsítéseket hozva létre, amelyek az évmilliók során kialakult ösztönmintákat és túlélési szokásokat követik. Ezeket a mentális leegyszerűsítéseket *kognitív torzításnak* nevezzük, és évtizedek óta tanulmányozzák a szociálpszichológia, a viselkedési közgazdaságtan és a kognitív tudományok kutatói. Májig 188 különböző típusú kognitív torzítást azonosítottak, ideértve azokat, amelyek hatással lehetnek a tanításra:

- **Alapvető attribúciós hiba** – Amikor azt feltételezzük, hogy mások, akik egy bizonyos módon viselkednek, jellemük (egy veleszületett tulajdonság, például etnikai hovatartozás vagy nem) miatt tesznek így, nem a környezeti körülményekre reagálva (pl. rossz napjuk van);
- **Csoport attribúciós hiba** – Amikor egy csoporttag jellemzőit általánosítjuk a csoport egészére;
- **Saját csoport iránti elfogultság** – Amikor hajlamosak vagyunk pozitív tulajdonságokat és motivációkat rendelni a hozzánk hasonló emberekhez;
- **Megerősítési torzítás** – Amikor olyan információt keresünk, értelmezünk, részesítünk előnyben és idézünk fel, amely megerősíti a már meglévő hiedelmeket vagy elképzeléseket;
- **„Csordaszellem-hatás”** – Amikor hajlamosak vagyunk megtenni

(vagy elhinni) dolgokat, csak mert sokan mások is ugyanezt teszik (vagy hiszik);

- **Horgonyhatás** – Amikor hajlamosak vagyunk túlságosan nagy mértékben támaszkodni vagy „lehorgonyozni” döntésünk mellett egy bizonyos tulajdonság, vagy (általában az adott témában szerzett első) információ hatására; és
- **„Elérhetőségi zuhatag” hatás** – Amikor egy kollektív hiedelem egyre inkább hihetővé válik a közbeszédben való növekvő ismétlődése miatt (avagy „ismételj valamit elég sokáig, és igazá válik”).

Bár nem minden kognitív torzítás káros közvetlenül, veszélyessé válhatnak, ha egy másik ember nézőpontjának vagy lehetőségeinek megértését akadályozzák. Ez különösen igaz a tanárok és diákok közötti kapcsolatra. A megbélyegzett vagy marginalizált csoportokhoz tartozók

² Howard Ross: *Exploring Unconscious Bias*, Diversity Best Practices [A nem tudatos elfogultságok vizsgálata] (2008), <<https://culturalawareness.com/wp-content/uploads/2017/03/Unconscious-Bias-White-Paper.pdf>>.

különösen sérülékenyek a rájuk irányuló negatív elfogultságok miatt, és ezek megakadályozzák, hogy a társadalom maximálisan kihasználja az iskolai, munkahe-lyi és a közösségen belüli sokszínű- ségben rejlő pozitív lehetőségeket.

Vannak, akik bizonyos elfogultsá- gokat kedvezőnek értékelnek (pl. „az ázsiai diákok jók matematiká- ból”, „a zsidók okosak és sok pén- zük van”), mások nem így gondolják ezt. Az ilyen előítélet miatt egyesek kirekesztettnek érezhetik magu- kat, úgy érezhetik, hogy nem tud- ják teljesíteni az elvárásokat, ha nem felelnek meg a sztereotípiának, vagy a hibás általánosítás miatt egy bizonyos másik csoporthoz tartozó emberek célpontjává válhatnak.³

A médiában – a reklámokban, a hírekben, a szórakoztató és más műsorokban – megjelenő elfogult- ságok és sztereotípiák régóta aggo- dalomra adnak okot, különösen amiatt, ahogyan ezek befolyásol- ják a férfiak vagy a nők, valamint a különböző kisebbségekhez tarto- zó emberek láthatóságát vagy látha- tatlanságát. Hagyományosan kétfé- le módon lehet számszerűsíteni egy adott hírforrás elfogult mivoltát: 1) a hírforrás olvasótáborának elem- zése; és 2) a hírforrás által előállít- ott tartalom elemzése alapján.⁴ Az internet és a közösségi média-há- lók térhódítása új dimenziót adott ennek az aggodalomnak, mivel ezek révén az információk egyes

csoportokat célzottan érhetnek el, vagy az emberek meghatározott csoportjain belül felerősödhetnek azáltal, hogy visszhangra találnak.

Az elfogultságok akkor válnak problémává, ha nem vagyunk tudatá- ban annak, hogy milyen hatást gyakorolnak másokra vagy saját cselekedeteinkre. A nagyobb tár- sadalmi, gazdasági vagy politikai hatalommal rendelkező többségi csoporthoz tartozó emberekben fel- halmozódott nem tudatos elfogult- ságoknak rendkívül romboló hatá- sa lehet a társadalom többi tagjára, korlátozva a kisebbségi csoportok- hoz tartozókat és ártva jóllétüknek.

Általánosan elterjedt nézet, hogy a tanárok – csakúgy, mint más diplo- mások, például az orvosok és a jogá- szok – pártatlanok és nincsenek elfogultságaik. Ez arra készítheti a pedagógusokat, hogy figyelmen kívül hagyják esetleges elfogult- ságaikat az értük járó tényleges, lehetséges vagy feltételezett büntetés miatt. Ez vakká teszi őket azzal szemben, hogyan működnek a nem tudatos elfogultságok. A pedagó- gusok vegyenek részt önreflexiós gyakorlatokban, hogy kritikusan megvizsgálják és végső soron meg- erősítsék tanítási gyakorlatukat és motivációikat. Ahhoz, hogy kihívá- sok elé állítsák a diákokat, és segít- senek nekik felismerni az implicit és explicit elfogultságaikat, először maguknak kell megtapasztalniuk ezt a folyamatot.

Egy, az Egyesült Államokban vég- zett kutatás kimutatta, hogy a ta- nárok idejük akár kétharmadát is a fiú diákokkal történő beszél- getéssel töltik, és nagyobb való- színúsággal szakítják félbe a lá- nyokat, teret adva annak, hogy helyettük a fiúk jussanak szóhoz. A tanárok inkább a fiúkat dicsé- rik és bátorítják, mintsem a lányo- kat. Több időt szentelnek annak, hogy a fiúkat elmélyült válaszok keresésére ösztönözzék, miköz- ben a lányokat akkor jutalmazták, ha csendben maradnak. A fiúkat gyakrabban is hívják ki az osztály elé, amikor valamit demonstrálni kell. Amikor a tanárok kérdéseket tesznek fel, gyakrabban irányít- ják tekintetüket a fiúkra, különö- sen nyitott kérdések esetén.

Amíg a tanárok nem nézték végig a videóra vett interakcióikat, azt hitték, hogy kommunikációjukat egyensúly jellemzi.

FORRÁS: Soraya Chemaly: „All Tea- chers Should Be Trained to Over- come Their Hidden Biases [Minden tanárnak meg kellene tanítani, ho- gyan küzdheti le rejtett elfogultsá- gait]” Time Magazine, 2015. február 12., <<http://time.com/3705454/tea- chers-biases-girls-education/>>. Lásd még: David Sadker és Karen Zittleman, *Still Failing at Fairness: How Gen- der Bias Cheats Girls and Boys in School and What We Can Do About It* [Még mindig hiányzik az egyenlő bánásmód: hogyan ártanak a fiúknak és a lányoknak a nemi elfogult- ságok az iskolában, és mit tehetünk ellenük] (New York: Scribner, 2009).

³ 2006 januárjában egy 23 éves francia zsidó férfi, Ilan Halimi emberrablás áldozata lett. Az elkövető banda váltságdíjat követelt érte. Támadói amiatt a téves feltételezés miatt vették célba, mely szerint családja gazdag, mert zsidók. Halimi családja nem tudta kifizetni a váltságdíjat. Hetekig tartó kínzás után 2006. február 13-án holtan találták a férfit. A gyilkosságot széles körben antiszemita tettként ismerték el, s az elkövetőket később elítélték. Lásd: The Economist: „The terrible tale of Ilan Halimi [Ilan Halimi szörnyű története]”, 2006. március 2., <<https://www.economist.com/europe/2006/03/02/the-terrible-tale-of-ilan-halimi>>.

⁴ Filipe N. Ribeiro et al., “Media Bias Monitor: Quantifying Biases of Social Media News Outlets at Large-Scale”, Association for the Advan- cement of Artificial Intelligence (<www.aaai.org>), [Média elfogultságok monitorozása: közösségi oldalak híreiben megjelenő elfogultságok számszerűsítése] 2018.

Stratégiák a nem tudatos elfogultságok felismerésére és csökkentésére

Személyes elfogultságaink tudatosításának egyik módja az Implicit Aszszociációs Teszt elvégzése, amely több nyelven is elérhető online: <<https://implicit.harvard.edu/implicit/>>.

A teszt eredményei azt mutatják, hogy még olyan embereknek is lehetnek negatív elfogultságai egy csoportról, akik nagyon tudatosak egy adott problémát illetően (rasszizmus, szexizmus, antiszemitizmus stb.), illetve még azoknak is, akik az adott elfogultság által megcélzott csoporthoz tartoznak.

Szerencsére van lehetőség az elfogultságok személyes viselkedésre gyakorolt hatásainak csökkentésére. Az első és legfontosabb lépés annak a felismerése, hogy mindannyiunknak vannak implicit elfogultságai, s ezek különböző módokon nyilvánulnak meg. A nem tudatos elfogultságaink tudatosítása lehetővé teszi, hogy mérsékeljük azok viselkedésünkre gyakorolt hatását.

Ha már tisztában vagyunk elfogultságainkkal, számos különböző stratégiát alkalmazhatunk, hogy csökkentsük a döntéseinkre gyakorolt hatásukat.

Perspektíva-váltás: Amikor empátiával fordulunk egymás felé, mások pszichológiai tapasztalatain elmélkedünk, vagy megpróbáljuk megérteni nézőpontjukat és érzelmeiket, akkor kevésbé valószínű, hogy utat engedünk automatikus elfogultságainknak. Ahelyett, hogy megpróbálnánk „objektívek” lenni, inkább szánjunk időt a diákok életének megismerésére, és gondoljuk át érzéseiket és percepcióikat! Így kevésbé valószínű, hogy sztereotip nézetek áldozatává válunk.⁵

Ellen-sztereotipizálás: A meglévő sztereotípiákat ellensúlyozó pozitív képek, történetek és példaképek

bemutatása hatékony stratégiának bizonyult az implicit elfogultság csökkentésére.⁶

Gondolj az ellenkezőre: Az igazságosság és objektivitás iránti vágy önmagában nem elegendő ahhoz, hogy leküzdjük a társadalmi előítéleteket. A „gondolj az ellenkezőre” stratégia nagyobb korrekciós hatást mutatott.⁷

Használd a képzelőerődöt: A mentális képzetek mélyreható befolyással lehetnek az ember érzelmi és pszichológiai beállítottságára. Kutatók kimutatták, hogy a képzelőerőt igénylő gyakorlatok hatékony stratégiát jelentenek a sztereotípiákkal ellentétes képek belsővé tételére.⁸

Selfhez kapcsolás: Mivel saját magunkat általában pozitívan értékeljük, és az emberek könnyen össze tudják kapcsolni a saját csoport tagjait saját énjükkel, ezáltal a saját csoport tagjai pozitív tulajdonságokkal ruházódnak fel. Ez a stratégia arra ösztönöz, hogy definiáljuk újra a „mi” fogalmát egy

⁵ A. R. Todd, A. D. Galinsky és G. V. Bodenhausen: „Perspective taking undermines stereotype maintenance processes: Evidence from social memory, behavior explanation, and information solicitation [A perspektíva-váltás aláássa a sztereotípiák fenntartásának folyamatait: A szociális emlékezet, a viselkedésmagyarázat és az információszerezés bizonyítékai]”, *Social Cognition*, 30. évf., 1. szám, 2012, 94–108. o.

⁶ Dasgupta és Greenwald: “On the Malleability of Automatic Attitudes: Combating Automatic Prejudice with Images of Admired and Disliked Individuals. [Az automatikus attitűdök alakíthatóságáról: Az automatikus előítéletek elleni küzdelem csodált és nem kedvelt egyének képeivel.]” *Journal of Personality and Social Psychology*, 2001. 81. évf. 5. szám, 800-814. o.

⁷ C.G. Lord, E. Preston és M. R. Lepper: „Considering the Opposite: A Corrective Strategy for Social Judgement [Az ellenkező figyelembevétel: A társadalmi ítékezés korrekciós stratégiája]”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 47. évf., 6. szám, 1984, 1231-1243. o.

⁸ Irene Blair, Jennifer Ma és Alison Lenton: „Imagining Stereotypes Away: The Moderation of Implicit Stereotypes through Mental Imagery [Stereotípiák tovaképzése: A tudat alatti sztereotípiák mérséklése mentális képzetek útján]”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 81. évf., 5. szám, 2001, 828-841. o.

identitáskapcsolat létrehozásával, amely révén a külső csoport tagjai a saját csoport részévé válnak.⁹

Kulturális tudatosság: A közösségen belüli társadalmi csoportok kultúrájának megismerése hasznos a feltételezések és a téves információk terjedésének csökkentésére. A népszerű „színvak” megközelítés (azaz a rassz-alapú vagy etnikai különbségek előli kitérés vagy azok figyelmen kívül hagyása) nem hatékony stratégia az elfogultságok leküzdésére, mivel a „színvakság” valójában nagyobb implicit elfogultságot eredményez, mint a különbségek létezését elismerő stratégiák.¹⁰ Kutatások kimutatták, hogy a csoportos és egyéni különbségekkel kapcsolatos nagyobb tudatosság és érzékenység kialakítása hatékonyabb az elfogultságok kezelésében.¹¹

Megközelítési magatartások: A jó szándékú egyének is kellemetlenül érezhetik magukat, vagy szorongást tapasztalhatnak a tőlük különböző emberekkel való interakció

„Szánjon néhány percet annak az elképzelésére, milyen egy erős nő, miért tartják őt erősnek, mire képes, és milyen hobbijai vannak, milyen tevékenységeket végez élvezettel.”

FORRÁS: Irene Blair, Jennifer Ma és Alison Lenton: „Imagining Stereotypes Away: The Moderation of Implicit Stereotypes through Mental Imagery [Sztereotípiák tovaképzése: A nem tudatos sztereotípiák mérséklése mentális képzetek útján]”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 81. évf., 5. szám, 2001, 828-841. o.

során. Ez inkább elkerüléshez vagy visszahúzódáshoz, mintsem kapcsolat létesítéshez vezet. A kutatók úgy találták, hogy újra-taníthatjuk magunkat, és csökkenthetjük a negatív elfogultságainkat azáltal, ha megközelítési magatartásokat alkalmazunk – bátorítva magunkat, hogy nyissunk mások felé, és megtanuljuk jól érezni magunkat kényelmetlen helyzetben is.¹²

„Paraván”: Ez az ötlet a Bostoni Szimfonikus Zenekartól származik 1952-ből, és azóta az Egyesült Államok számos jelentős szimfonikus zenekaránál általános gyakorlattá

vált. Alkalmazása során egy paraván kerül a meghallgatáson résztvevő hangszerjátékos és a bíráló bizottság közé. A módszer feltárta a nemi elfogultság jelentős hatását a szimfonikus zenekarok összetételére. Ennek a gyakorlatnak köszönhetően a jelentős szimfonikus zenekarokhoz felvett nők aránya megduplázódott, 20 százalékról 40 százalékra nőtt.¹³ Időnként a modern televíziós tehetségkutató műsorok is alkalmazzák ezt a stratégiát. A tanárok esetében a „paraván” úgy alkalmazható, hogy például elrejtik a tanulók nevét a tesztek vagy esszék javítása során.

⁹ Anna Woodcock és Margo Monteith: „Forging links with the self to combat implicit bias [Kapcsolatok kialakítása a self-fel a nem tudatos elfogultság elleni küzdelem érdekében]”, *Group Processes and Intergroup Relations*, 16. évf., 4. szám, 2012, 445-461. o.

¹⁰ E. P. Apfelbaum, S. R. Sommers és M. I. Norton: „Seeing Race and Seeming Racist? Evaluating strategic colorblindness in social interaction [Rasszokat lát és rasszistának tűnik? A stratégiai színvakság értékelése a társadalmi interakciókban]”, *Journal of Personality and Social Psychology*, 95. évf., 4. szám, 2008, 918-932. o.

¹¹ J. Richeson és R. Nussbaum, “The impact of multiculturalism versus color-blindness on racial bias. [A multikulturalizmus vs. „színvakság” hatása a rassz-alapú elfogultságra]” *Journal of Experimental Social Psychology*, 40. évf., 2004, 417-423. o.

¹² K. Kawakami et al.: „(Close) Distance Makes the Heart Grow Fonder: Improving implicit racial attitudes and interracial interactions through approach behaviours [A (kisebb) távolságtól a szív jobban szeret: Az implicit rassz attitűdök és a rasszok közötti interakciók javítása a megközelítési magatartásokon keresztül]”, *Journal of Personality and Psychology*, 92. évf., 6. kiadás, 957-971. o.

¹³ Claudia Goldin és Cecilia Rouse: „Orchestrating Impartiality: The Impact of ‘Blind’ Auditions on Female Musicians [A pártatlanság hangszerelése: A „vak” meghallgatások hatása a női zenészekre]”, *American Economic Review*, 90. évf., 4. szám, 2000, 715-741. o.

További tevékenységek az elfogultságok feltárására, enyhítésére és ellensúlyozására

A tanárok tudatosíthatják személyes elfogultságaikat, mérsékelhetik és ellensúlyozhatják azokat a következők segítségével:

Milyen lépéseket tehetünk...?

...saját elfogultságaink feltárására és tudatosítására?

- Olvassuk át az elfogultságokról szóló tanulmányokat, és töltsünk ki online teszteseteket, amelyek azonosítják a személyes elfogultságokat (kapcsolódó linkek a *Források* és *tananyagok* részben)!

A zsidó emberek iránti elfogultságaink feltárásához gondoljunk azokra a zsidókra és a judaizmusra vonatkozó képekre és üzenetekre, amelyekkel gyermekkorban, serdülőkorban és felnőttkorban találkoztunk! Ezek inkább pozitív vagy negatív képek voltak? A zsidó történelem bizonyos elemeire korlátozódtak, vagy széles körben mutatták be a zsidók és a judaizmus sokféleségét, valamint társadalmi hozzájárulását?

- Szánjunk időt önreflexióra, naplózásra vagy „tudatos jelenlét” gyakorlatok végzésére!
- Működjünk együtt más pedagógusokkal! Figyeljük meg egymás óráját, és vizsgáljuk felül egymás tanterveit és óraterveit, hogy ezzel is segítsük felismerni a rejtett és egyébként nehezen észrevehető elfogultságokat!
- Készítsünk listát pozitív sztereotípiáinkról! Ezeket kevésbé fogjuk sértőnek vagy korlátozósnak érezni, de jelezhetik a preferenciáinkat, és ezáltal felhívhatják a figyelmünket azokra a dolgokra vagy csoportokra, amelyek kevésbé pozitív reakciót válthatnak ki belőlünk.
- Készítsünk egy listát különböző foglalkozásokról, például taxifőőr, bankár, utcazenész, politikus, pilóta stb. Milyen asszociációk jutnak eszünkbe, ha ezekre gondolunk? Melyik nemhez vagy kulturális csoporthoz kötjük ezeket a foglalkozásokat? Ezután készítsünk listát azokról a társadalmi csoportokról, amelyekkel volt már kapcsolatunk (pl. romák, keresztények, zsidók, muszlimok, menekültek, fogyatékkal élők,

hajléktalan helyzetű emberek). Melyek az első asszociációk, amelyek ezen csoportok kapcsán az eszünkbe jutnak?

- Figyeljük meg saját viszonyulásainkat – hajlamosak vagyunk-e bizonyos előítéletekre a lányokkal, és más előítéletekre a fiúkkal kapcsolatban? Milyen üzeneteket kaptunk és közvetítünk a nemi szerepekkel kapcsolatban? Feltevélezzük-e, hogy bizonyos kulturális csoportokhoz tartozók néhány tevékenységben jobbak, mint mások? Például, hajlamosak vagyunk-e tudományos tevékenységet javasolni azoknak a diákoknak, akiket az egyik csoporttal azonosítunk, míg más csoportok számára inkább művészeti tevékenységet vagy fizikai munkát ajánlunk? Szánjunk rá időt, hogy megfigyeljük saját viszonyulásainkat és azt, hogyan reagálunk másokra a környezetünkben!
- Gondoljuk át, hogy általában honnan szerezzük az információkat! Mindig ugyanazt az újságot olvassuk? Ugyanazokat a témákat ugyanazokkal az emberekkel beszéljük meg?
- Készítsünk listát az utolsó három elolvasott könyvről vagy az utolsó három megnézett filmről! A szerzők vagy a főszereplők ugyanazt

az identitáscsoportot képviselték? Észrevesszük-e, hogy bizonyos perspektívákat előnyben részesítünk?

...elfogultságaink leküzdésére vagy enyhítésére?

- Keressük meg a kulturális ismereteinkben rejlő „lyukakat”, és ismerkedjünk meg olyan médiумokkal, amelyek segítenek betölteni ezeket a „lyukakat”. Ismerkedjünk meg új nézőpontokkal olyan könyvek, filmek, zenék, művészeti alkotások és kiállítások felfedezésével, amelyek betekintést nyújtanak más csoportok tapasztalataiba! Ha megismerjük más csoportok beszédmódját, kommunikációját, ahogy megjelenítik ünnepeiket vagy kultúrájukat, segíthet csökkenteni a kellemetlen érzést, amit ezen csoportok tagjaival való érintkezés során érzünk.
- Viselkedésünk megváltoztatása hatással lehet a gondolatainkra, a nyitottságunk pedig valószínűleg befolyásolni fogja azt, hogy mások hogyan viselkednek velünk. Ahogy egyre többet érintkezünk új vagy más emberekkel, olyan tapasztalatokat fogunk szerezni, amelyek megkérdőjelezzik a korábban kialakult előítéleteket, és idővel egyre jobban fogjuk magunkat érezni.

Hogy csökkentjük a zsidó emberekkel kapcsolatos elfogultságainkat, fedezzük fel a zsidó közösségek történelmi és jelenlegi sokszínűségét városunkban, országunkban vagy régióinkban! Olvassunk könyveket, nézzünk filmeket, hallgassunk zenét vagy nézzünk meg olyan kiállításokat, amelyek különféle zsidó tapasztalatokat mutatnak be! Képzeld el, milyen lehetett volna az életünk, ha egy virágzó zsidó közösség tagjaként születünk! Keressünk fel egy zsidó kulturális központot, és vegyünk részt a nyilvános rendezvényeiken! Találjunk zsidó példaképeket különféle etnikai csoportokból és szakmákból, és építsük be képeiket vagy a munkájukra utaló emlékeztetőket a tanterem dekorációjába!

- Teremtsünk olyan helyzetet, amelyben mi leszünk a kisebbségi csoport tagjai! Tanuljunk egy új nyelvet, vegyünk részt egy vallási vagy kulturális fesztiválon, vagy kérdezzük meg egy másik kulturális csoporthoz tartozó barátunkat, hogy elkísérhetjük-e egy eseményre. Figyeljünk és hallgassunk! Próbáljuk meg leírni érzéseinket, gondolatainkat ezekkel az élményekkel kapcsolatban, de vigyázzunk, nehogy újabb általánosításokba essünk!
- Nézzünk a tükörbe, és gondoljuk át, milyen általánosításokat tenne egy olyan személy, aki nem ismer minket vagy helyzetünket, és milyen alapon lehetnének bizonyos feltevézései velünk kapcsolatban!
- Gondoljunk a látott vagy hallott hirdetésekre, és próbáljuk meg elképzelni őket úgy, hogy a különböző szerepeket teljesen más emberek játsszák, vagy más szlogeneket használnak bennük!
- Keressünk minél több a sztereotípiáknak ellentmondó példát magunk és a diákok számára! Ez lehet olyan apróság is, mint a számítógép képernyővédőjének megváltoztatása, de tükröződhet a tanteremben elhelyezett képeken és az órai munkához választott könyvekben és történetekben is.
- A különféle csoportokból származó példaképek is lehetőséget adnak a sztereotípiák ellensúlyozására. Ösztönözzük a csapatok sokszínűségét, és biztosítsuk, hogy magunk és a diákok változatos környezetben dolgozzanak, lehetőség szerint különféle témák, helyszínek, kollégák vagy külső előadók bevonásával, akik új nézőpontokkal szolgálhatnak.

...hogyan ellenálljunk saját elfogult reakcióinknak?

- Próbáljuk meg elemezni a felmerülő gondolatainkat, és azt, hogy miért gondolkodunk egy bizonyos módon; összpontosítsunk az egyes tényezőkhöz, képekhez vagy szavakhoz fűződő asszociációinkra!
- Képzeld magunkat a másik fél helyébe egy helyzetben kapcsolatban, tegyünk fel kérdéseket és gyakoroljuk az empátiát!
- Próbáljuk meg észrevenni a pozitív jellemzőket, vagy találjunk valamit, ami a másik személlyel vagy csoporttal közös!
- Tegyük fel magunknak a következő kérdéseket: honnan származnak a reakciónkat befolyásoló információk? Mi a forrás célja? Milyen módon lehet elfogult? Erősíti-e a forrás az antiszemita vagy más sztereotípiákat? Lehet-e más módon megvizsgálni ezt a helyzetet? Ismerünk-e valakit, akivel beszélhetnénk, és aki más vagy ellenkező nézőpontot tudna kínálni?
- Gondoljunk egyénekként azon csoportok tagjaira, akiket sztereotipizáltunk! Távolítsuk el a címkéket, és gondoljuk át újra! Keressük meg egyéni tulajdonságaikat és azt, hogy miben térnek el a sztereotip elvárásoktól!
- Vizsgáljuk meg saját beszédmódunkat, hogy elkerüljük az általánosító kijelentéseket és az olyan abszolút érvényű kifejezéseket, mint a „mindenki”, „mindig”, „ők mind”, amikor emberek csoportjairól beszélünk. Próbáljunk világosan fogalmazni az egyének közötti különbségek megállapításakor!

Források és tananyagok, további olvasnivaló

Végezze el az Implicit Asszociációs Tesztet itt:

[<https://implicit.harvard.edu/implicit/>](https://implicit.harvard.edu/implicit/).

Számos lehetőség van a különböző elfogult nézetek tesztelésére pl. rassz, nem, súly és szexuális irányultság alapján. Az egyes tesztek 10-20 percet vesznek igénybe, és több nyelven is elérhetőek.

A Teaching Channel olyan stratégiákat kínál, amelyekkel bevonhatja a tanulókat az eszmecserebe:

[<https://www.teachingchannel.org/video/strategies-for-student-centered-discussion>](https://www.teachingchannel.org/video/strategies-for-student-centered-discussion).

Az implicit előítéletek elleni küzdelemre vonatkozó példákat és ajánlásokat lásd: the Yale Center for Teaching and Learning, *Awareness of Implicit Biases*, [Yale Központ: tanítás és tanulás, nem tudatos elfogultság tudatosítása]

[<https://ctl.yale.edu/ImplicitBiasAwareness>](https://ctl.yale.edu/ImplicitBiasAwareness).

Jill Suttie: „Four Ways Teachers Can Reduce Implicit Bias [Négy mód, ahogyan a tanárok csökkenthetik az implicit elfogultságokat],” *Greater Good Magazine*, Berkeley, 2016,

[<https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_ways_teachers_can_reduce_implicit_bias>](https://greatergood.berkeley.edu/article/item/four_ways_teachers_can_reduce_implicit_bias).

Az implicit elfogultságokról és rasszokról szóló óraterv letölthető a Rágalmazásellenes Liga weboldaláról:

[<https://www.adl.org/education/educator-resources/lesson-plans/when-perception-and-reality-collide-implicit-bias-race>](https://www.adl.org/education/educator-resources/lesson-plans/when-perception-and-reality-collide-implicit-bias-race).

Néhány példa olyan programokra, amelyek iskolák sztereotípiák elleni küzdelmét mutatják be:

- Likrat Leadership and Dialogue Project, [<http://www.likrat.ch/en/>](http://www.likrat.ch/en/);
- Jødiske veivisere (Zsidó Útkeresők), [<https://www.xn--jdedommen-l8a.no/jodiske-veivisere/>](https://www.xn--jdedommen-l8a.no/jodiske-veivisere/);
- „Bérelj ki egy zsidót” projekt: [<https://rentajew.org/>](https://rentajew.org/); és
- Haver Informális Zsidó Oktatási Alapítvány: [<http://haver.hu/>](http://haver.hu/).

A Teaching Tolerance [Tolerancia tanítása] online képzési modulokat kínál „Kritikai gyakorlatok az előítélet mentes oktatáshoz” témakörben. A modulok az oktatást, az osztálytermi kultúrát, a családi és közösségi elköteleződést és a tanári irányítást fedik le, lásd:

[<https://www.tolerance.org/professional-development/critical-practices-for-antibias-education>](https://www.tolerance.org/professional-development/critical-practices-for-antibias-education).

A University of California, San Francisco Office of Diversity and Outreach videókat és kutatási forrásokat biztosít a Nem tudatos Elfogultságok Tréninghez, amely bemutatja a nem tudatos elfogultságok felmérésének és kezelésének tudományos hátterét, lásd:

[<https://diversity.ucsf.edu/resources/unconscious-bias>](https://diversity.ucsf.edu/resources/unconscious-bias).

