

# Цифровое благополучие: фальшивое ложное счастье

Для 7-12 классов

## Тема

Трансверсальная компетентность – критическое мышление (полное название в учебной программе – критическое мышление и решение проблем)

## Цель урока

Способствовать пониманию учащимися различий в изображении действительности в социальных сетях на примере фальшивого ложного счастья

## Привлечение внимания, активация

Учитель называет утверждения, учащиеся выбирают ответ ДА или НЕТ, стоя на одном или другом конце комнаты. Высказав свою точку зрения, кто-то из каждой группы обосновывает свою позицию без долгого обсуждения. Затем озвучивается следующее утверждение.

Утверждения:

Счастье можно представить.

- Главное в жизни – быть счастливым.
- Главное в жизни – чтобы другие считали тебя счастливым.
- Многие люди в социальных сетях притворяются счастливыми.
- Если вы долго притворяетесь счастливым, вы становитесь счастливее.
- Вам придется научиться скрывать свои истинные чувства, никто не любит несчастных людей.

5 мин.

## Основная часть

Рабочий лист №1. вырезается перед уроком. Каждый ученик получает одно предложение. Ученику дается 3 минуты на индивидуальное размышление о написанном и подготовку к беседе на заданную тему. Затем ученики образуют пары по своему свободному выбору (или по какому-либо методу парирования – одежда одного цвета, первой буквы имени, месяца рождения и т. д.) и в течение 5 минут рассказывают о написанном.

Поговорив в парах, ученики в классе определяют наиболее важные ключевые слова, описывающие тему «ложное счастье в социальных сетях». Ключевые слова написаны на страницах – на каждой странице по одному слову. Предпочтительно определить 7-10 ключевых слов.

Тихая дискуссия. На столах раскладываются листы с написанными на них ключевыми словами. Ученики передвигаются по классу в течение 5 минут, не разговаривая, и участвуют в «тихом обсуждении», записывая свои мысли о конкретных ключевых словах, комментируя то, что написали другие. Через 5 минут ученики делятся на группы, каждая группа получает по одной странице и в одном-двух предложениях обобщает написанное на ней. Каждая группа провозносит краткое содержание вслух. Данное задание позволяет провести более широкий и личный анализ основной темы урока.

Ученики в группах получают Рабочий лист № 2. Ученики знакомятся с причинами притворного счастья, упомянутыми в Рабочем листе, и выбирают три причины, которые им больше всего нравятся. На каждую выбранную причину ученики находят пример из своей или чужой жизни и пишут предложение по здоровому решению ситуации. Заполненные рабочие листы выставляются на видном месте, чтобы другие группы могли с ними ознакомиться и добавить свои примеры.

30 мин.

**Рефлексия (5 мин.):** Создание совместного рассказа, который педагог начинает со словосочетания «ложное счастье», а затем каждый ученик продолжает рассказ одним словом.

## Концепции, основные понятия

Фальшивое ложное счастье  
Социальные сети  
Влияние социальных сетей

## Необходимые средства

2 рабочих листа  
Листы большого формата (размер А3 или больше)

KNOWLEDGE  
ECONOMY  
FORUM

DROSSINTERNETS.LV

DW Akademie

Federal Foreign Office

Разработано «Форумом экономики знаний», Латвийским центром безопасного интернета и DW Akademie при содействии министерства иностранных дел Германии

## Рабочий лист №1

- Притворство может быть вредным для психического здоровья.
- Никто не счастлив 24 часа в сутки, 7 дней в неделю.
- Лучше притворяться счастливым, потому что именно этого от тебя все ждут.
- Многие думают, что фотография с дорогой сумочкой, фотография из путешествия, фотография с цветами – это признак счастья.
- Глядя на фотографии других людей, вы можете почувствовать депрессию, как будто с вами что-то не так.
- Социальные сети позволяют людям публично делиться своими мыслями, чувствами и жизнью, но этот процесс становится все более недостоверным.
- Чем больше признания вы получите в социальных сетях, тем счастливее вы становитесь.
- Контент социальных сетей влияет на пользователей, порождает противоречивые чувства и мысли.
- Делиться своим успехом в социальных сетях становится необходимостью для людей, иначе они чувствуют, что их жизнь потрачена впустую и они исключены из «успешного» сообщества.
- Интенсивное использование социальных сетей приводит к зависти и низкой самооценке.
- Мы равняемся на знаменитостей, известных влиятельных лиц и хотим создать свою собственную онлайн-идентичность – «идеальную» онлайн-персону.
- Нам нравится получать любые положительные отзывы, особенно публично и в Интернете.
- Нам нужна фотография автомобиля, который мы не можем себе позволить. Мы хотим быть частью группы людей с «идеальной жизнью», о которой рассказывают в социальных сетях. И что еще более важно, другие восхищаются нами.
- Инфлюенсеры склонны создавать ложную реальность, показывая вещи, которые им не принадлежат, постановочные моменты, отношения.

## Рабочий лист №2

Почему люди имитируют счастье в социальных сетях?

Причина	Пример	Предложение
Требуется социальное одобрение		
Притворное счастье заразительно		
Желание мгновенного удовлетворения, признательности		
Страх показаться неудачником		
Желание выглядеть как знаменитости		
Одержимость конкуренцией. Попадание в ловушку сравнения		
Неуверенность в своих друзьях. Хотите нравиться. Ваша ценность измеряется количеством лайков		
Требуется одобрение других		

Автор: Лиене Валдмане