



Wybór tekstów
opublikowanych
na platformie
EPALE

Partycypacja w edukacji dorosłych

2025

Partycypacja w edukacji dorosłych
Wybór tekstów opublikowanych na platformie EPALE (2025 r.)

Redaktorka merytoryczna:	dr hab. Dorota Gierszewski, prof. UJ
Redaktor prowadzący:	Tomasz Mrozek
Współpraca redakcyjna:	Karolina Milczarek, Krajowe Biuro EPALE
Korekta:	Maryla Błońska
Projekt okładki, layout:	Mariusz Skarbek
Skład:	Grzegorz Dębowski
Autorzy zdjęć:	E. Pijanowska (s. 28), P. Szyszka (s. 32), S. Łaszewski (s. 37), J. Nowicka (s. 74), K. Kuncewicz-Jurek (s. 119), P. Zięba (s. 146), Ł. Bialik - BialikArt (s. 164, zdjęcie Artura Gawora), D. Dabińska-Frydrych (s. 179). Pozostałe zdjęcia pochodzą z prywatnych archiwów autorów tekstów.
Druk:	Kolumb Chorzów
Wydawca:	Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji Narodowa Agencja Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności Al. Jerozolimskie 142a, 02-305 Warszawa www.frse.org.pl wydawnictwo@frse.org.pl

© Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji, Warszawa 2026

ISBN 978-83-67587-87-7

Wsparcie finansowe wydania niniejszej publikacji udzielone przez Komisję Europejską nie oznacza poparcia dla zamieszczonych w niej treści. Odzwierciedlają one wyłącznie poglądy autorów, a Komisja nie ponosi odpowiedzialności za wykorzystanie informacji zawartych w publikacji.

Elektroniczna wersja publikacji jest w pełni dostępna dla czytników ekranu. Obrazy mają opisy alternatywne. Tekst ma strukturę nagłówków. Spis treści umożliwia nawigację. Kontrast zgodny z WCAG 2.1.

Publikacja bezpłatna.

Cytowanie: *Partycypacja w edukacji dorosłych. Wybór tekstów opublikowanych na platformie EPALE (2025 r.).* (2026). Warszawa: Wydawnictwo FRSE.

Czasopisma i portale Wydawnictwa FRSE:

[języki:obce]
w szkole

europa
DLA AKTYWNYCH

eurodesk
Polska

EUROPEJSKI
PORTAL MŁODZIEŻOWY

Więcej publikacji Wydawnictwa FRSE: www.czytelnia.frse.org.pl.



1

Słowo wstępne
Dorota Gierszewski

6

Partycypacja obywatelska w społeczności

Wspólna przestrzeń – wspólna sprawa. O uczeniu się przez zaangażowanie
Barbara Habrych, Lidia Poniży 10

Zacznij zmiany od siebie i swojej okolicy
Dorota Gierszewski 14

Jak rozmawiać, żeby działać – narzędzia w pracy z dorosłymi
Marlena Pujsha-Kunikowska 20

Gdzie ci faceci?
Bartek Lis 26

Jak „Nadwarciański Młyn” buduje sąsiedztwo w centrum Poznania
Mateusz Szymandera 30

Placemaking w bibliotece – tworzenie przestrzeni społeczeństwa wiedzy
Katarzyna Żák-Caplot 34

10 pomysłów na działania edukacyjne na wsi
Karolina Suska 38

2

Twórcza partycypacja dorosłych

Jak w uniwersytecie ludowym uczyć dorosłych krytycznego myślenia?
Dorota Pronobis 44

Burza mózgów na opak – dwa sposoby poszukiwania rozwiązań
Jędrzej Szynkowski 48

Od pomysłu do działania. O tym, jak krok po kroku
wspierać grupy senioralne w planowaniu działań
Nina Woderska 56

Metoda biograficzna w edukacji dorosłych
Wojciech Świtalski 60

Street art jako narzędzie edukacyjne.
Integracja na przykładzie działań Galeria de Arte Urbana w Lizbonie
Agnieszka Chabera 64

3

Trwałe wsparcie inicjatyw społecznych

Pomiędzy zaangażowaniem a przeciążeniem – psychologiczne uwarunkowania równowagi Alicja Gałązka	70
Jak ograniczenia mogą uwolnić potencjał grupy – Liberating Structures w praktyce Ewa Duda-Maciejewska	76
<i>Museos comunitarios</i> – uspołecznianie edukacji kulturowej Marcin Szeląg	82
Edukacja – narzędzie zmiany kultury organizacyjnej „ku inkluzywności” Natalia Marciniak-Madejska	88
O książkach projektowanych uniwersalnie i ich wykorzystywaniu w bibliotece Agnieszka Koszowska	94
Odzyskiwanie wspomnień – seniorzy śladami pamięci Joanna Kuliś	100
Włączenie osób starszych w życie społeczne poprzez muzykę, wspólnotę i podejście DEI Kasia Zabarańska	108

4

Wsparcie technologiczne i psychologiczne

<i>See, Think, Wonder</i> , czyli co sprzyja refleksji, nie tylko nad AI Lidia Mirowska	116
Dlaczego sztuczna inteligencja nie zmniejszy nierówności w dostępie do edukacji? Piotr Maczuga	120
W poszukiwaniu remedium na samotność Ilona Zakowicz	126
Poradnie z Po-MOCą dorosłym! Karolina Sindrewicz	130
Lęk przed matematyką wśród osób dorosłych Michał Ochocki	132
„D.E.M.O.O.” – udostępnianie muzyki Głuchym poprzez naukę pozaformalną Radostaw Kwiecień	138



5

Edukacja a rynek pracy i zmieniające się umiejętności

Trzy cnoty poznawcze XXI wieku: niepewność, rozmowa, rozumienie
Izabela Kielar 144

Edukacja dla dojrzałości foresightowej polskich organizacji
Małgorzata Piskórz, Michał Stokowski 148

Długi staż to nie alibi. O potrzebie uczenia się mimo doświadczenia
Małgorzata Rosalska 156

Gry inkluzywne: czym są i dlaczego jest ich tak mało?
Agnieszka Leśny, Artur Gawor 160

Mikropoświadczenia a idea uczenia się przez całe życie
Sławomir Szymczak 166

10-lecie społeczności EPALE

Platforma EPALE – dekada współpracy, wiedzy i rozwoju edukacji dorosłych 172

10 lat platformy EPALE, czyli o innowacyjności, rozwoju
i sile międzynarodowej społeczności edukatorów osób dorosłych
Katarzyna Błaszczuk 174

Głos społeczności EPALE 180

Słowo wstępne



DOROTA GIERSZEWSKI

Jest rzeczą oczywistą, że partycypacja i współdecydowanie [...] nie powinny obejmować jedynie udziału w wyborach, ale przejawiać się uczestnictwem w debatach publicznych, zebraniach, konsultacjach społecznych, a także w inicjowaniu działań na rzecz budowania wspólnoty lokalnej, społeczeństwa obywatelskiego oraz dobrego demokratycznego państwa¹.

Dorośłość to podróż przez świat pełen zmian i wyzwań, które skłaniają do refleksji oraz do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Teksty w niniejszej publikacji zapraszają do namysłu nad partycypacją, dialogiem i uczeniem się przez całe życie. Artykuły pochodzą z platformy EPALE – jednego tych z miejsc w sieci, w których można znaleźć sprawdzoną wiedzę oraz dobre praktyki z zakresu edukacji dorosłych. Książka nie tylko inspirowa do działania, ale także podkreśla fundamentalne znaczenie relacji, wspólnoty i kreatywności w rozwoju osobistym oraz działaniach na rzecz innych.

Zaangażowanie obywatelskie, twórcza inicjatywa, wsparcie społeczne, nowoczesne technologie oraz rozwój kompetencji kluczowych to fundamenty współczesnej edukacji dorosłych. Autorzy tekstów podkreślają, że partycypacja jest jednym z najważniejszych czynników napędzających uczenie się dorosłych. Poprzez autentyczne historie, praktyczne przykłady i refleksje książka obrazuje, jak codzienna aktywność, rozmowa, dbałość o otoczenie oraz wspólne przedsięwzięcia wzmacniają poczucie sprawczości, budują zaufanie i rozwijają odpowiedzialność za społeczność lokalną. Partycypacja jest zatem nie tylko formą zdobywania wiedzy, ale sposobem na lepsze życie – zarówno w mieście, jak i na wsi, w relacjach sąsiedzkich i w pracy zawodowej.

Kreatywna partycypacja dorosłych pokazuje, jak różnorodne mogą być drogi uczenia się i zaangażowania społecznego: od działań opartych na tradycji (uniwersytety ludowe) po eksperymentalne formy pracy i ekspresji. Każda z nich pozwala na twórcze zaangażowanie, rozwijanie krytycznego myślenia i budowanie więzi. Wspólne działanie i wymiana doświadczeń są fundamentem skutecznej edukacji. To właśnie one sprawiają, że uczenie się nabiera głębszego sensu, prowadzi do integracji oraz otwiera na nowe możliwości.

Trwałe wsparcie inicjatyw społecznych wymaga energii, mądrych struktur i troski o ludzi. W książce można znaleźć odpowiedzi, jak podtrzymywać zaangażowanie bez ryzyka przeciążenia, wzmacniać współpracę i budować wspólnotę poprzez kulturę oraz edukację. Zebrane teksty pokazują, jak powinno się projektować instytucje i działania społeczne, by były bardziej dostępne, inkluzywne i zaspokajały potrzeby różnych grup osób dorosłych. Właśnie ich perspektywa i potrzeby są uwzględnione w sposób szczególny. To ważne lekcje o równowadze i różnorodności, które pomagają przekuć dobre intencje w rozwiązania przynoszące trwałą zmianę.

¹ Gierszewski, D. (2017). *Edukacja obywatelska w przestrzeni lokalnej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. 28.

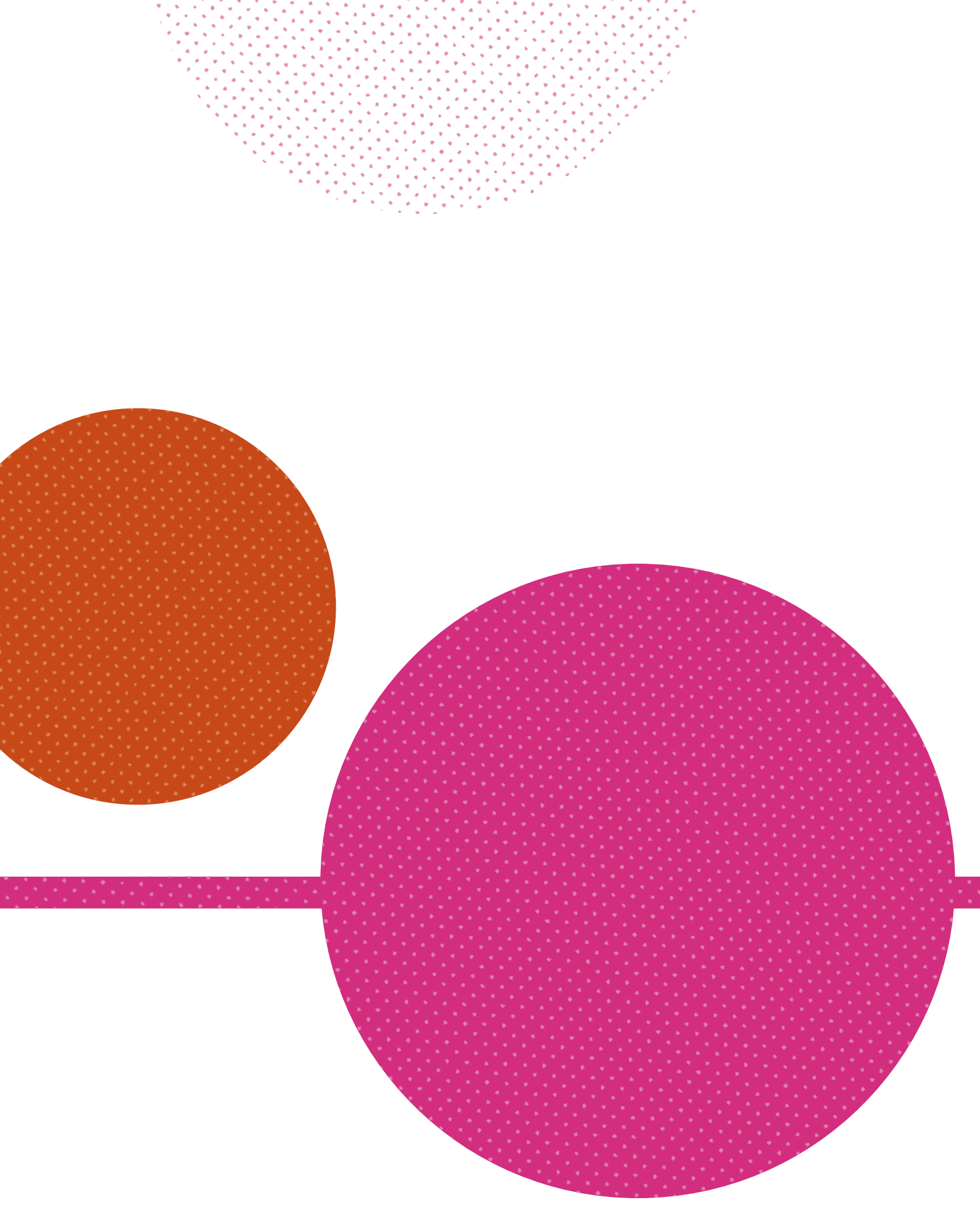
Wsparcie technologiczne i psychologiczne mają dziś równie duże znaczenie, jak posiadane kompetencje cyfrowe – stają się wręcz kluczem do sprawczości osób dorosłych. W dobie cyfrowej transformacji technologia spotyka się z psychiką, tworząc przestrzeń do refleksji nad samotnością, lękami oraz nad tym, dlaczego innowacje nie zawsze prowadzą do zmniejszenia nierówności. Publikacja przedstawia praktyczne formy wsparcia dorosłych, rozwiązania zwiększające dostępność kultury oraz cementujące wspólnotę. Podkreśla także, że empatia i troska o drugiego człowieka stanowią nieodłączne elementy edukacji. Równie istotny jest dobrostan, który wpływa na efektywność uczenia się. To właśnie on pozwala na głębsze zaangażowanie, zwiększa motywację i otwartość na nowe doświadczenia, a także pomaga w budowaniu trwałych relacji.

Edukacja dorosłych jest dziś odpowiedzią na wyzwania świata, w którym stabilność staje się wyjątkiem, a zmiana – codziennością. Wracają zatem pytania o to, jak przewidywać i oswajać przyszłość (ang. *foresight*), jak sprawić, by nikt nie pozostał na marginesie (inkluzywność), jak sensownie potwierdzać efekty uczenia się (mikrodoświadczenia) oraz co naprawdę podtrzymuje motywację, gdy tempo pracy i życia rośnie. Pokazane tu perspektywy przypominają, że rozwój nie sprowadza się do „nadażania” za rynkiem pracy. Jest on także sposobem budowania pewności siebie, sprawczości i odporności na niepewność. Ta różnorodność tematów dobrze oddaje polską rzeczywistość, w której uczenie się dorosłych stanowi metodę na odnalezienie się w świecie pełnym wyzwań.

Publikacja oddaje głos osobom zajmującym się edukacją, animacją, działaniami społecznymi, organizacją kultury, czyli wszystkim tym, które codziennie budują mosty między teorią a praktyką. Każdy tekst skłania do refleksji nad własnym miejscem w świecie, zachęca do zadawania pytań, szukania rozwiązań i odważnego działania. To lektura dla osób, które chcą zmieniać siebie i otoczenie – dla liderów i liderek lokalnych, aktywnych mieszkańców, ludzi poszukujących swojego głosu i przestrzeni do rozwoju, a także dla wszystkich tych, którzy wierzą w moc wspólnoty oraz dialogu. Publikacja adresowana jest zarówno do osób od dawna realizujących własne inicjatywy, jak i do tych, które dopiero odkrywają potencjał partycypacji i poszukują nowych dróg rozwoju w życiu społecznym i zawodowym.

Partycypacja w edukacji dorosłych kieruje światło na najważniejsze obszary dla współczesnego człowieka: poczucie sprawczości, zaufanie, integracja, wspólnotowość, otwartość na zmiany i nieustanny rozwój. Mam nadzieję, że ta lektura stanie się bodźcem do działania, realizowania własnych przedsięwzięć i szukania sensu w edukacji oraz życiu społecznym. Książka powstała z myślą o każdej osobie dorosłej, która chce świadomie uczestniczyć w procesie uczenia się, budować relacje i mieć realny wpływ na świat wokół siebie. To zaproszenie do rozmów i działań, które mogą prowadzić do wprowadzenia trwałych zmian, zarówno w życiu osobistym, jak i społecznym. Być może sięgniesz po tę pozycję jako inspirację do odkrywania własnej siły i myślenia o tym, co możliwe.

Życzę inspirującej lektury!





Partycypacja obywatelska w społeczności

Aktywność obywatelska zaczyna się tu i teraz – od rozmowy, wspólnych działań i troski o najbliższe otoczenie. Teksty w tym rozdziale pokazują, jak uczyć się przez zaangażowanie, budować dobre sąsiedztwo i wzmacniać lokalne inicjatywy. Można to robić na wiele sposobów: wykorzystując narzędzia dialogu z mieszkańcami, zadając pytania o (nie)obecność mężczyzn w działaniach społecznych, promując edukację na wsi bądź tworząc przyjazne przestrzenie nauki. Tak rozumiana partycypacja realnie zwiększa sprawczość, buduje zaufanie społeczne i poszerza zakres współodpowiedzialności, co w efekcie umożliwia podejmowanie trafniejszych decyzji i pozwala na wprowadzanie trwalszych zmian na poziomie lokalnym.

Wspólna przestrzeń – wspólna sprawa. O uczeniu się przez zaangażowanie



BARBARA HABRYCH, LIDIA PONIŻY

Jak budować lokalną wspólnotę wokół spraw ważnych dla mieszkańców? Jak uczyć się przez działanie – nie w sali wykładowej, ale np. na zaniedbanym placu wiejskim czy podczas kontaktów z urzędnikami? O tym w rozmowie z **Barbarą Habrych** opowiada **dr Lidia Poniży**, wykładowczyni na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, a prywatnie społeczniczka, która od kilku lat wspiera lokalne inicjatywy w Daszewicach.



Jak się zaczęła twoja działalność na rzecz Daszewic? Czy był jakiś impuls, który sprawił, że powiedziałaś: „Trzeba coś zrobić”?

W 2016 roku pojawiła się pierwsza edycja budżetu obywatelskiego w gminie Mosina. Stwierdziłyśmy z koleżanką, że trzeba to wykorzystać. Mieszkańcy naszej wsi codziennie ryzykowali zdrowiem, chodząc wzdłuż ruchliwej drogi – zaproponowałyśmy więc wybudowanie chodnika. Wniosek nie przeszedł, bo działka należała do powiatu, a nie do gminy. Ale to nas nie zniechęciło. Wręcz przeciwnie – zebrałyśmy grupę aktywnych osób. Razem zaczęliśmy wysyłać pisma, działać i dwa lata później chodnik powstał. To doświadczenie pokazało, że mamy moc sprawczą. Potem wpadliśmy na pomysł stworzenia zielonego skweru. Zorganizowaliśmy na wsi spotkanie, na które jeden z mieszkańców przyszedł z gotowymi dokumentami – tak powstało stowarzyszenie Lepsze Daszewice¹.



Efekty waszych działań – chodnik, zieleń, cykliczne spotkania z mieszkańcami – są bardzo konkretne, ale mają też głębszy wymiar edukacyjny. Czego nauczyłaś się dzięki tym inicjatywom? I czego, twoim zdaniem, uczą się mieszkańcy?

Przede wszystkim uczę się ludzi. Myślę, że to najważniejsza lekcja – wyjść poza swoją bańkę, usłyszeć, co mają do powiedzenia inni. Poznawanie różnych perspektyw otwiera nas i uczy tolerancji. Mieszkańcy przekonują się, że mają wpływ na to, co ich otacza. Uświadamiają sobie, że przestrzeń wspólna należy do nich i że można coś – nawet drobnego – w niej zmienić, a ponadto, że warto czasami spojrzeć poza swoje podwórko. A przecież zrozumienie mechanizmów społecznych, uczestnictwo, przekształcanie rzeczywistości wokół siebie to istota edukacji obywatelskiej.



¹ Działania stowarzyszenia można śledzić na stronie internetowej (lepszedaszewice.pl) oraz na Facebooku (facebook.com/LepszeDaszewice).



Wiele osób mówi: „Chcę coś zmienić w mojej okolicy, ale nie wiem, od czego zacząć”. Co poradziłabyś komuś, kto stawia pierwsze kroki w działaniu na rzecz lokalnej społeczności?

Przede wszystkim trzeba wyjść do ludzi, poszukać grupy podobnie myślącej i gotowej do działania. Nie od razu musimy zakładać stowarzyszenie. Można dołączyć do innych, np. koła gospodyń wiejskich, klubu seniora, już działającego stowarzyszenia, zgłosić swoją inicjatywę do sołtysa, rady sołeckiej. Tam również dzieje się dużo dobrego. W grupie łatwiej – łatwiej działać i łatwiej wytrwać.



Aktywność społeczna wymaga nie tylko energii, lecz także odwagi, cierpliwości oraz odporności na porażki. Skąd czerpiesz motywację i siłę do tego, by działać dalej?

Przede wszystkim ze wspólnoty. Kiedy coś nie wychodzi, ludzie z mojego stowarzyszenia przypominają, po co to robimy. Ich wsparcie to ogromna siła. Otaczają mnie osoby, które okazują mi życzliwość, za co jestem im bardzo wdzięczna. Motywuje mnie też to, że mogę pomagać innym i inspirować ich do działania. Wierzę, że wspólne doświadczenia to najlepsza forma edukacji – zwłaszcza obywatelskiej. Daję coś od siebie, ale dostaję dużo w zamian.

Ważne są ponadto efekty. Kiedy po długim czasie coś się w końcu uda, to naprawdę uskrzydla. Pomaga upór, zwłaszcza w kontaktach z urzędami i instytucjami.



Oprócz szczyrych chęci do działań potrzebne są pieniądze. Skąd pozyskujecie fundusze?

Pobieramy od osób działających w stowarzyszeniu składki członkowskie, ale to jest symboliczne wsparcie. Działamy etapami, organizując zrzutki, jak było w przypadku Skweru Daszewickiego. Na początku trudno było o odzew, a teraz, gdy efekty są widoczne, ludzie chętniej wspierają nas finansowo – i to nie tylko mieszkańcy. Szukamy też grantów, choć dla stowarzyszeń nierejestrowych jest ich niewiele. Każda złotówka się liczy. Kupujemy rośliny, wynajmujemy sprzęt, czasem coś dostajemy od lokalnych firm. Robocizna? To wolontariat. Nie zawsze łatwo znaleźć chętnych, ale jak dotąd się udaje.

”

Poznanie różnych perspektyw otwiera nas i uczy tolerancji. Mieszkańcy przekonują się, że mają wpływ na to, co ich otacza. Uświadamiają sobie, że przestrzeń wspólna należy do nich i że można coś – nawet drobnego – w niej zmienić, a ponadto, że warto czasami spojrzeć poza swoje podwórko.



Czy widzisz różnicę w poziomie zaangażowania między przedstawicielami różnych pokoleń?

W działania inicjowane w naszej lokalnej społeczności najczęściej angażują się osoby w wieku senioralnym. Chętniej się zrzeszają i spotykają – może dlatego, że mają więcej czasu? Zauważamy, że aktywną grupą uczestniczącą w warsztatach są także rodziny z dziećmi. W prace stowarzyszenia wymagające wysiłku – takie jak kopanie ziemi, układanie kostki brukowej, sadzenie roślin – włączają się ludzie w średnim wieku. Seniori i seniorzy wspierają nas z kolei w pielęgnacji zieleni. Dzieci i młodzież chętnie uczestniczą w wydarzeniach organizowanych przez Sołectwo Daszewice i nasze stowarzyszenie, ale rzadziej inicjują

lub organizują własne działania społeczne. Być może dzieje się tak dlatego, że młodsze osoby są bardziej związane ze środowiskiem szkolnym i tam działają, albo po prostu muszą do pewnych rzeczy dorosnąć.

Jakie są twoje marzenia związane z Daszewicami? Co chciałabyś osiągnąć w najbliższych latach?



Marzę o tym, żebyśmy nie zmarnowali przyrodniczego potencjału naszej wsi. Urbanizacja w okolicy postępuje bardzo szybko – przybywa domów, ludzi, samochodów. Wraz z tym rośnie presja na zmiany w dolinie rzeki Kopli, która jest pięknym, cennym korytarzem ekologicznym. Za każdym razem, kiedy tam spaceruję lub jadę rowerem, uświadamiam sobie, jak wyjątkowe jest to miejsce. Chciałabym, żeby dolina była chroniona, a mieszkańcy okolic zdawali sobie sprawę, jak ogromne znaczenie dla naszego zdrowia, jakości życia i klimatu ma lokalna przyroda.

Jako stowarzyszenie zainicjowaliśmy Porozumienie Lokalne Doliny Kopli-Głuszynki. Jego celem jest nawiązanie szerszej współpracy na obszarach granicznych gmin Kórnik i Mosina oraz miasta Poznań, położonych wzdłuż doliny. W najbliższej przyszłości chcielibyśmy zintensyfikować nasze działania w tym zakresie.

Niedawno zorganizowaliśmy także warsztaty o dzikich zapylaczach dla dzieci. Zbudowaliśmy schronienia dla pszczoł, wysialiśmy łąki kwietne – naturalne środowisko dla owadów zapylających, które odgrywają kluczową rolę w ekosystemie. To praktyczna lekcja zrównoważonego rozwoju dla najmłodszych oraz kolejna okazja do wspólnego uczenia się przez działanie.

Jedno jest pewne – na nudę na pewno nie będziemy narzekać!

Komentarze z platformy EPALE

DOROTA GERSZEWSKI

W tekście wybrzmiewa, jak ogromną rolę w działaniach społecznych odgrywa wspólnota. Trafnie zauważono, że energia do aktywności nie bierze się znikąd, często rodzi się z relacji, wzajemnego wsparcia i poczucia sensu, które buduje się razem z innymi. Szczególnie poruszające jest to, jak ważna jest tu wymiana, czyli dawanie i otrzymywanie. To przypomina, że aktywizm to nie tylko walka, ale też proces budowania więzi i wspólnego uczenia się. I choć trudności są nieuniknione, to właśnie efekty – nawet te pozornie mało znaczące – potrafią dodać skrzydeł.

Like Comment Share

BARBARA HABRYCH

Dziękuję, bardzo czekałam na Twój komentarz. Nie zawsze dostrzegamy elementy uczenia się w takich codziennych aktywnościach społecznych. :)

Like Comment Share

MAŁGORZATA ROSALSKA

Na jednym z kampusów UAM otwieramy właśnie ogród społeczny. Inicjatywa zdecydowanie jednoczy – nie tylko poszczególne wydziały, ale także różne grupy naszej akademickiej społeczności. Ogród jest otwarty dla wszystkich – dla osób studiujących i pracujących. Chcemy wspólnie tworzyć przestrzeń do spotkań, odpoczynku, edukacji i... sadzenia! Wspólne działanie bardzo integruje!

 Like  Comment  Share



Barbara Habrych

Pedagożka, ekspertka HR, trenerka biznesu i edukacji. Specjalizuje się w tematyce rekrutacji i rynku pracy, procesów HR, uczenia się dorosłych, tutoringu, doradztwa zawodowego i rozwijania kompetencji przyszłości. Ambasadorka EPALE.



dr Lidia Poniży

Adiunkt w Zakładzie Geografii Kompleksowej na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Autorka i współautorka wielu publikacji naukowych z zakresu systemów społeczno-ekologicznych miast. Uczestniczka licznych międzynarodowych projektów badawczych (takich jak „COST Action TU1201”, „CONNECTING Nature”, „FEW-meter”). Obecnie działa w projekcie „SELINA” i „GreenEsteem”. Współzałożycielka i wiceprezesa stowarzyszenia Lepsze Daszewice, które inicjuje i wspiera działania na rzecz poprawy jakości życia mieszkańców wsi.

Na EPALE znajdziesz przewodnik dla edukatorów i liderów prezentujący innowacyjne praktyki w zakresie angażowania społeczności lokalnych. Publikacja powstała w ramach programu Erasmus+.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Zaczynij zmiany od siebie i swojej okolicy



DOROTA GIERSZEWSKI

Co warto wiedzieć, by móc wpływać na swoje otoczenie? Krakowska Akademia Aktywnego Mieszkańca (AAM) pokazuje, że każdy może skutecznie działać na rzecz innych i uczyć się społecznej odpowiedzialności.

Małe kroki, wielkie zmiany

AAM to projekt, który wyposaża mieszkańców Krakowa w konkretną wiedzę i dostarcza im narzędzi, inspirując do podejmowania inicjatyw obywatelskich – zarówno w najbliższym sąsiedztwie, jak i w całym mieście. To już piąta edycja Akademii i z satysfakcją można odnotować, że z roku na rok liczba chętnych rośnie. Do udziału w inicjatywie zaprasza Wydział Dialogu, Konsultacji i Kontaktu Obywatelskiego Urzędu Miasta Krakowa.

Miałam przyjemność koordynować ten projekt w latach 2023–2025 i dzielić się swoją wiedzą jako wykładowczyni na Uniwersytecie Jagiellońskim, ekspertka w zakresie edukacji obywatelskiej dorosłych oraz partycypacji społecznej. Dzięki zaangażowaniu i doświadczeniu osób skupionych wokół Akademii przedsięwzięcie to zaspokaja rzeczywiste potrzeby mieszkańców Krakowa i skutecznie ich wspiera w rozwijaniu kompetencji ułatwiających aktywne uczestnictwo w życiu miasta.

U podstaw teoretycznych Akademii leżą koncepcje, które podkreślają znaczenie kapitału społecznego, partycypacji obywatelskiej oraz wzmocnienia sprawczości jednostek w budowaniu silnych i odpornych wspólnot¹. To podejście zakłada, że uczestnicząc w podejmowaniu decyzji i w konkretnych działaniach dotyczących najbliższego otoczenia, ludzie rozwijają umiejętności społeczne, a także budują silniejsze więzi.

Akademia Aktywnego Mieszkańca to propozycja dla osób chętnych do włączenia się w inicjatywy lokalne, ale potrzebujących wsparcia na starcie. Dzięki warsztatom, spotkaniom i wizytom studyjnym uczestnicy uczą się współpracy, budują relacje w swojej społeczności i poznają sposoby wprowadzania w niej realnych zmian. Akademia tworzy przestrzeń do dialogu, pokazuje, jak korzystać z narzędzi partycypacji oraz inicjować i podejmować działania oddolne. Projekt wspiera osoby w różnym wieku – zarówno te, które dopiero rozpoczynają

”

Zaangażowanie obywatelskie zaczyna się od małych kroków – od poznania swoich praw, dostępnych możliwości, od otwarcia się na sąsiadów.



¹ Gierszewski, D. (2017). *Edukacja obywatelska w przestrzeni lokalnej*. Kraków.

swoją obywatelską drogę, jak i te z doświadczeniem społecznym. Akademia to coś więcej niż warsztaty, jest to miejsce, w którym mieszkańcy naprawdę uczą się, jak mogą wpływać na swoje otoczenie oraz wspólnie decydować o tym, co się dzieje w mieście. Zajęcia mają charakter praktyczny i angażujący, uczestnicy zdobywają wiedzę poprzez działanie, dyskusje i współpracę.

Więcej praktyki, mniej teorii

Przez pięć lat Akademia pomogła wielu osobom zwiększyć umiejętności społeczne i obywatelskie. Uczestnicy zdobywali wiedzę na temat lokalnych inicjatyw, partycypacji, współpracy z urzędnikami i organizowania wydarzeń, które łączą sąsiadów. Ale AAM to nie tylko teoria – to przede wszystkim praktyczne działanie. Dzięki temu przedsięwzięciu powstały pomysły i konkretne mikroprojekty, które realnie zmieniły oblicze krakowskich osiedli i uczyniły je bardziej przyjaznymi, ożywiły przestrzeń wspólną, zbliżyły do siebie mieszkańców, pozwoliły stworzyć relacje międzypokoleniowe. Krócej mówiąc – przyczyniły się do polepszenia jakości życia w mieście. Oczywiście, efekty takich działań nie pojawiają się od razu i nie rozwiązują wszystkich problemów, ale są przyczynkiem do budowania zaufania i wspólnoty, a to – w dłuższej perspektywie – ma ogromne znaczenie.

W Akademii małe idee przeradzają się w duże zmiany – oddolne, trwałe i, co bardzo ważne, osadzone w potrzebach wspólnoty. To właśnie tu mieszkańcy się uczą, jak przekuć pomysły w konkretne inicjatywy. Dzięki współpracy i wymianie doświadczeń nawet drobne działania – takie jak organizowanie spotkań sąsiedzkich – zyskują moc transformacji otoczenia. Wiele osób jest przekonanych, że ich opinia nic nie zmieni – popadają zatem w stan „apatii obywatelskiej”. Udział w Akademii pomaga odzyskać wiarę w to, że każdy głos ma znaczenie – że warto się angażować, bo razem można stworzyć lepsze, bardziej otwarte miasto, przyjazne i wrażliwe na potrzeby wszystkich jego mieszkańców.

W Akademii liczy się każdy uczestnik – niezależnie od wieku, doświadczenia czy sytuacji życiowej. Szczególnie miejsce zarezerwowane jest dla seniorów, którzy mają szansę nawiązać nowe znajomości (a tym samym przełamać poczucie osamotnienia), realizować ciekawe inicjatywy i wpływać na otoczenie. Dla wielu starszych osób udział w projekcie ma wymiar nie tylko edukacyjny – jest dla nich także realnym wsparciem społecznym. Ich aktywność to dowód na to, że nigdy nie jest za późno, aby włączyć się w tworzenie lepszego Krakowa i stawać się ważną częścią wspólnoty.

Dzięki ofercie Akademii wiele osób odnalazło odwagę i motywację do działania. Zaangażowanie obywatelskie zaczyna się bowiem od małych kroków – od poznania swoich praw, dostępnych możliwości, od otwarcia się na sąsiadów. A gotowość do działania w najbliższym otoczeniu przekłada się na silną i świadomą wspólnotę.

Empowerment – siła, która buduje społeczność

W dynamicznie zmieniającym się świecie coraz wyraźniej widać, jak ważne staje się zdobywanie umiejętności pracy zespołowej. Brak zaufania, trudności w porozumiewaniu się czy niski poziom zaangażowania mogą skutecznie osłabić współpracę i prowadzić do poważnych barier w rozwoju.

Akademia Aktywnego Mieszkańca stawia na wzmacnianie poczucia sprawczości (ang. *empowerment*). Istotnym elementem projektu jest także partycypacja. Wynika to z przeświadczenia, że świadomość posiadania wpływu na otoczenie przez mieszkańców przyczynia się do zmiany ich postaw i poprawia jakość wspólnej przestrzeni.

Dzięki odpowiednim strategiom wspierającym rozwój kompetencji możliwe jest budowanie zespołów na takich wartościach, jak szacunek, integralność i wspólne cele. Właśnie w takim podejściu tkwi potencjał trwałej zmiany i realnego usprawnienia współpracy.

To niezwykle istotne dla osób, które po zakończeniu aktywności zawodowej mogą się czuć zepchnięte na margines życia społecznego. Akademia przypomina, że wiek nie ogranicza możliwości działania, a doświadczenie życiowe to ogromny kapitał, który można wykorzystać na rzecz społeczności lokalnej.

Uczestnicy projektu poznają sposoby, jak budować relacje sąsiedzkie, skutecznie komunikować się z urzędnikami i radnymi, szukać innowacyjnych rozwiązań lokalnych problemów. Co więcej, Akademia pomaga odczarować cyfrowy świat, który dla wielu osób starszych bywa barierą, obszarem pełnym niezrozumiałych pojęć i zagrożeń. Dzięki praktycznym warsztatom dowiadują się one nie tylko, jak świadomie korzystać z narzędzi internetowych, lecz także jak się poruszać w sieci i rozpoznawać dezinformację, weryfikować źródła oraz unikać fake newsów. W czasach, gdy fałszywe treści mogą wpływać na decyzje i poglądy, umiejętność krytycznego myślenia i oceny informacji staje się niezbędna. Akademia umożliwia osobom starszym zdobycie tego rodzaju kompetencji, a tym samym pomaga zwiększyć ich poczucie bezpieczeństwa, samodzielność i cyfrową pewność siebie.

”

Tworzenie wspólnoty to nie rezygnacja z własnej tożsamości, ale znalezienie celu, który łączy i pozwala działać razem, mimo różnych przekonań czy doświadczeń.

Zaangażowanie w budowanie lokalnej wspólnoty

Współpraca, zaufanie i porozumienie zyskują na znaczeniu. Współczesny świat jest coraz bardziej złożony i dynamiczny. Problemów, z jakimi się mierzymy, dotyczących np. zmian klimatycznych, rosnących nierówności społecznych czy wyzwań miejskich, nie da się rozwiązać w pojedynkę. Konfrontacja z nimi wymaga wzajemnego wsparcia. Akademia Aktywnego Mieszkańca pokazuje, jak działać razem, jak się skutecznie komunikować i jak realnie wpływać na najbliższe otoczenie.

Świadomi i zaangażowani mieszkańcy to podstawa silnego społeczeństwa obywatelskiego oraz sprawnej lokalnej demokracji. Doświadczenie życiowe osób starszych, ich znajomość historii i lokalnych realiów, a także chęć dzielenia się wiedzą i czasem to zasoby, które stanowią nieoceniony wkład w rozwój każdej wspólnoty. Gdy różne pokolenia współpracują, uczą się od siebie i wspólnie podejmują decyzje, miasto staje się bardziej solidarne, otwarte i odporne na kryzysy.

We wrześniu 2025 roku projekt Akademii znalazł się w finale konkursu Innovation in Politics Awards 2025, w kategorii „Rozwój Lokalny” („Local Development”), organizowanego przez austriacką instytucję The Innovation in Politics Institute². Wyróżniane są w nim nowatorskie inicjatywy, które mają realny wpływ na społeczeństwo. Dostrzeżenie działań Akademii w tak prestiżowym konkursie dowodzi ich skuteczności w budowaniu społeczeństwa obywatelskiego i wzmacnianiu demokracji w Europie.



Siła wspólnoty w różnorodności

Zmiana nie zaczyna się od wielkich planów, ale od decyzji o przełamaniu obojętności – tu i teraz. Każdy z nas ma jakąś unikalną wartość, którą może wnieść do wspólnoty, przyczyniając się do budowania silnego społeczeństwa.

Na tej drodze mogą się pojawić, oczywiście, różne przeszkody. Jedną z nich jest brak zaufania. Kiedy nie jesteśmy pewni intencji innych, trudno jest otwarcie rozmawiać i działać razem. Porozumienie między mieszkańcami mogą utrudnić także różnice pokoleniowe bądź problemy w komunikacji. Nie każdy też od razu ma ochotę angażować się w lokalne sprawy – czasem brakuje motywacji albo po prostu siły do działania. Konflikty interesów i odmienne spojrzenie na to, co jest ważne, mogą powodować napięcia i podziały, które jeszcze bardziej utrudniają współpracę.

Do tego wszystkiego dochodzi indywidualizm. Jednak nie musi on stać w sprzeczności z poczuciem wspólnoty. Indywidualizm podkreśla wartość jednostki, pozwala zwrócić uwagę na jej potrzeby i prawa, a to z kolei wpływa na to, że czuje się ona szanowana i ma własną przestrzeń do rozwoju. Prawdziwa siła społeczności tkwi w umiejętności łączenia indywidualnych różnic na rzecz powszechnego dobra. Tworzenie wspólnoty to nie rezygnacja z własnej tożsamości, ale znalezienie celu, który łączy i pozwala działać razem, mimo różnych przekonań czy doświadczeń. Kiedy to sobie uświadomimy, wykonamy krok ku silnej, współpracującej społeczności.

Komentarze z platformy EPALE

NINA WODERSKA

Ogromne gratulacje! Bardzo Ci kibicuję. Wspaniale jest przeczytać, że AAM tak pięknie się rozwija i to już piąty rok z rzędu. Tekst był dla mnie dodatkowo też bardzo ciekawy, bo aktualnie koordynuję bardzo podobny projekt, który ma właśnie takie cele i założenia. O Poznańskiej Akademii Wolontariatu Senioralnego (2 edycja) z pewnością jeszcze napiszę na EPALE. Serdeczne pozdrowienia dla Ciebie oraz wszystkich uczestników AAM.

 Like  Comment  Share

DOROTA GIERSEWSKI

To cenne, że realizujesz projekt o podobnych celach – z wielką chęcią przeczytałam o Poznańskiej Akademii Wolontariatu Senioralnego na EPALE. Edukacja obywatelska dorosłych jest niezwykle ważna, a jednocześnie wciąż zbyt często pozostaje na marginesie działań edukacyjnych. Tymczasem to właśnie ona daje przestrzeń do budowania kompetencji społecznych, rozwijania postaw prospołecznych i kształtowania aktywnego uczestnictwa w życiu lokalnym. Doświadczenia AAM pokazują, że dorośli, niezależnie od wieku, chcą być aktywnymi obywatelami. Muszą tylko otrzymać odpowiednie narzędzia i wsparcie.

 Like  Comment  Share

MAŁGORZATA ROSALSKA

Świetny projekt! Dla mnie ważne jest to, że mieszkańcom nie tylko chce się coś robić, ale dążą do tego, by robić to w sposób przemyślany, możliwie najbardziej profesjonalny i sensowny. Przy wysokiej motywacji wiedza jest tym czynnikiem, który zwiększa szanse na trwałość projektów i rozwiązań. Okazuje się, że koncepcja empowermentu znowu nie zawodzi. Małe projekty i małe zmiany mogą być dobrą bazą do ważnych i trwałych efektów. Bardzo Wam kibicuję! :)

 Like  Comment  Share

DOROTA GIERSZEWSKI

Dziękuję za miłe słowa, ten projekt skradł moje serce! Empowerment naprawdę działa, ponieważ daje uczestnikom kontrolę nad własną pracą, zwiększa ich zaangażowanie i poczucie odpowiedzialności. Przekonuje ich, że są ważni, sprzyja też innowacyjności. Z edycji na edycję jest więcej ciekawych działań i projektów.

 Like  Comment  Share



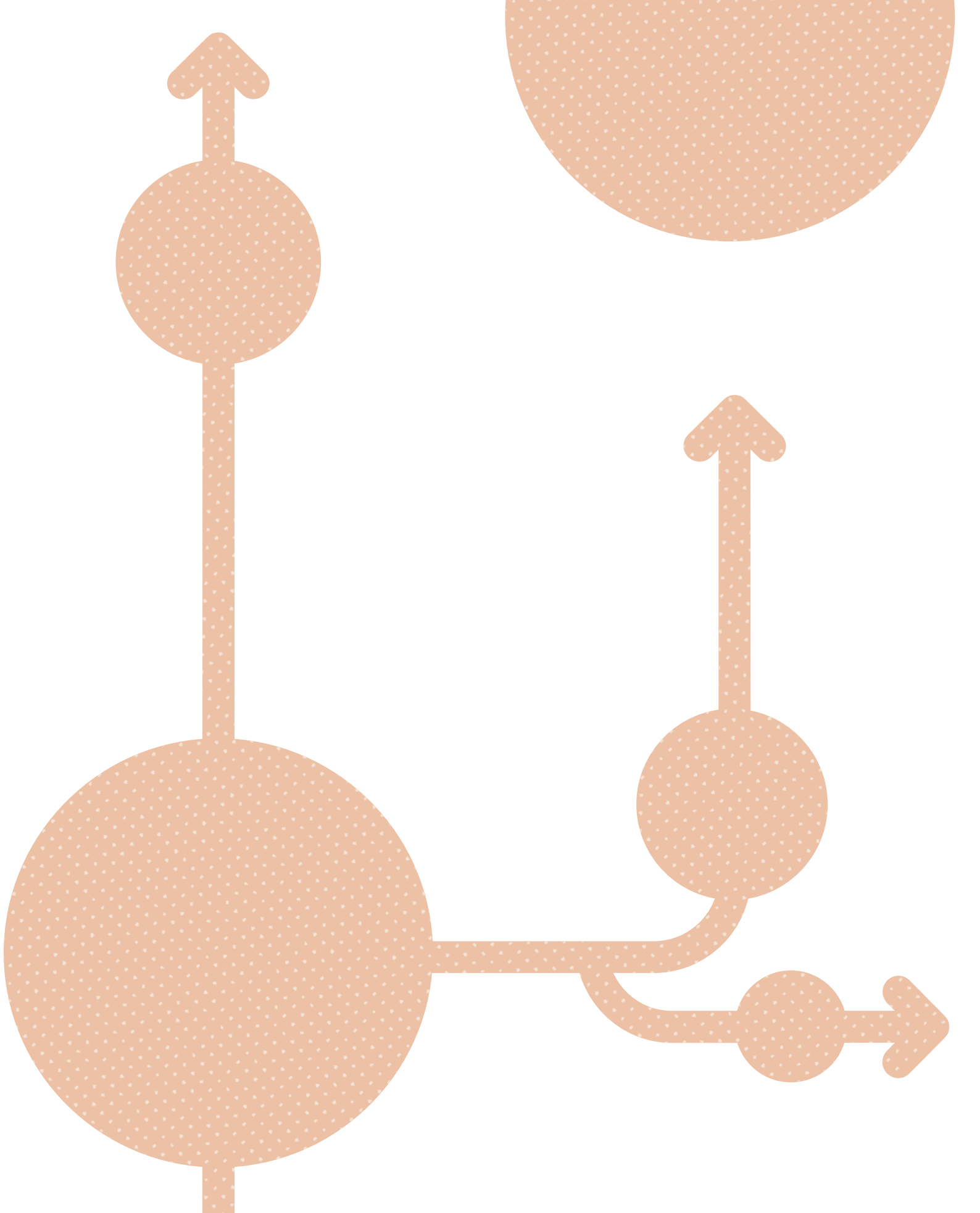
dr hab. Dorota Gierszewski, prof. UJ

Andragożka, wykładowczyni akademicka, badaczka, trenerka, organizatorka społecznościowa. Dyrektorka Jagiellońskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Zainteresowana problematyką nieformalnej edukacji dorosłych, obywatelskości, migracji, międzykulturowości. Ambasadorka EPALE.

Obejrzyj nagranie z webinarium EPALE:
„Od pomysłu do zmiany,
czyli edukacja obywatelska w działaniu”.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Jak rozmawiać, żeby działać – narzędzia w pracy z dorosłymi



MARLENA PUJSZA-KUNIKOWSKA

Praca społeczna na rzecz osób dorosłych to znacznie więcej niż niesienie im pomocy – to przede wszystkim tworzenie przestrzeni do rozmowy. Ludzie w dojrzałym wieku nie oczekują gotowych rozwiązań, potrzebują, aby ktoś ich wysłuchał i zrozumiał. Chcą także mieć wpływ na decyzje, które ich dotyczą.

Właśnie dlatego nowoczesne podejście do pracy z dorosłymi coraz częściej opiera się na dialogu i współdecydowaniu. Żeby jednak taki dialog był konstruktywny, niezbędne są konkretne narzędzia: metody, które budują wzajemne zaufanie, ośmielają do zabierania głosu i ułatwiają wspólne, partnerskie działanie. W dalszej części tekstu przedstawiam kilka tego typu propozycji.

Kawiarenka obywatelska – rozmowy, które łączą

Zamiast tradycyjnej konferencji – stoliki przykryte obrusami, świeże kwiaty i kawa. To właśnie metoda World Café, w której swobodna rozmowa staje się narzędziem współpracy.

Jak to wygląda w praktyce?

- Uczestnicy pracują przy małych stolikach (4–5 osób).
- Każda runda rozmowy trwa około 20 minut i koncentruje się wokół konkretnego pytania (np. „Co możemy razem zrobić, aby nasza dzielnica była bardziej przyjazna seniorom?”).
- Po zakończeniu rundy uczestnicy (poza gospodarzem stolika) zmieniają miejsce, przenosząc swoje pomysły i inspiracje do nowej grupy.
- Gospodarz stolika wita nowych gości i streszcza im wątki z poprzednich rozmów.
- Na koniec spotkania wszystkie pomysły ze stolików są odczytywane i uczestnicy wspólnie tworzą listę priorytetowych działań.

To metoda prosta, przyjazna i skuteczna. Wystarczy stworzyć klimat zaufania, a ludzie otwierają się i zaczynają mówić o tym, co jest dla nich naprawdę ważne.

Wskazówka

Kwiaty, ulubione kubki, odpowiednio dobrane kolory, zapach kawy to nie tylko dodatki. To narzędzia budujące poczucie bezpieczeństwa i wprowadzające swobodną atmosferę. A właśnie o to chodzi w tej metodzie – o autentyczność i zapewnienie uczestnikom jak największego komfortu.

Otwarta Przestrzeń – spotkanie bez scenariusza

Nie zawsze warto ustalać sztywny plan. Czasem lepiej po prostu zapytać: „Co jest dla nas najważniejsze i jak możemy wspólnie działać?”.

W metodzie Otwartej Przestrzeni (ang. *Open Space Technology*, OST) to uczestnicy stają się autorami spotkania. Nie ma gotowej agendy, listy wystąpień ani osoby prowadzącej – jest za to temat przewodni, wspólna tablica i dużo przestrzeni na inicjatywę. Największą siłą OST jest poczucie wolności i wspólnoty – uczestnicy mają przeświadczenie, że to nie jest spotkanie „DLA NICH”, ale „ICH” spotkanie.

Jak to wygląda w praktyce?

- Początek: facylitator wprowadza temat przewodni (np. „Jak wzmocnić więzi w naszej społeczności?”).
- Tworzenie programu: każdy uczestnik może zaproponować swój temat – zapisuje go na kartce i przypina do „rynku pomysłów”.
- Samodzielny wybór: powstaje plan kilku równoległych rozmów; uczestnicy wybierają, w których chcą wziąć udział (w trakcie pracy mogą też dowolnie zmieniać grupy).
- Zasada Dwóch Stóp: jeśli w danym miejscu niczego się nie uczysz i niczego nie wnosisz, idź tam, gdzie twoja obecność będzie miała znaczenie – to wyraz odpowiedzialności oraz szacunku dla własnego i cudzego czasu.
- Efekt: po kilku rundach rozmów uczestnicy zbierają pomysły i je podsumowują – w formie raportu, mapy idei lub listy kroków do podjęcia.

Dlaczego to działa?

Otwarta Przestrzeń uruchamia energię, pomysły i zwiększa motywację dorosłych, którzy zamiast wysłuchiwanie kolejnej prezentacji, szukają możliwości realnego wpływu na wybrany obszar rzeczywistości. Tu nie ma biernych słuchaczy – są partnerzy wnoszący własną wiedzę i biorący odpowiedzialność za wspólnie wypracowany efekt.

Metoda OST sprawdza się idealnie, gdy:

- grupa jest zróżnicowana (łączy np. mieszkańców, urzędników i liderów lokalnych organizacji);
- temat jest złożony – nie ma jednej „właściwej” odpowiedzi;
- celem jest zainspirowanie dorosłych do współpracy i wykazania się inicjatywą.

Outreach – wychodzimy do ludzi

Nie zawsze mamy czas na to, żeby się zjawić w urzędzie, domu kultury czy bibliotece. Są też osoby, które nie czują się w tych miejscach „jak u siebie”. W związku z tym coraz więcej instytucji „wychodzi w teren” – tam, gdzie toczy się codzienne życie: na targ, do parku, na osiedłowy plac czy lokalny festyn. To właśnie *Outreach* – praca społeczna w działaniu, z ludźmi i między ludźmi. To spotkanie z mieszkańcami w ich naturalnej przestrzeni – nie tylko fizycznej, lecz także mentalnej, z uwzględnieniem rytmu dnia i zwyczajów.

Jak to wygląda w praktyce?

Animatorzy lub edukatorzy organizują miejsce kontaktu – rozstawiają namiot, stolik albo mobilny punkt rozmowy – z mapą, plakatami, kolorowymi karteczkami i... termosem z kawą.

”

Praca społeczna na rzecz osób dorosłych to znacznie więcej niż niesienie im pomocy – to przede wszystkim tworzenie przestrzeni do rozmowy.

Celem tych spotkań nie są formalne konsultacje, lecz swobodna rozmowa, która zaczyna się od zwykłych pytań: „Co najbardziej lubi pan/pani w tej okolicy?”, „Gdyby mógł pan / mogła pani coś tu zmienić, co by to było?”. Z takich prostych interakcji rodzą się historie, potrzeby i pomysły. Animatorzy zbierają te inspiracje (czasem w postaci zdjęć) i na ich podstawie tworzą wspólną „mapę marzeń”. Nie ma znaczenia, czy przechodnie zostają tylko na chwilę przy stoisku, czy siadają na ławce i przez dłuższy czas opowiadają o swoim osiedlu – liczy się każdy głos i każda opinia.

Outreach – przykłady działań

- „Mapa rozmów” – wielkoformatowy plan dzielnicy, na którym mieszkańcy zaznaczają ulubione miejsca i te, które wymagają interwencji.
- Spacer badawczy – wspólna wędrówka, podczas której mieszkańcy przedstawiają swoje pomysły na zmianę okolicy.
- Miniwarsztat plenerowy – np. sesja prostych pytań z odpowiedziami zapisywanymi na tablicy, organizowana przy okazji lokalnej imprezy.
- Sonda uliczna – animator z tabletem lub kartką zadaje jedno pytanie przechodniom: „Co w naszej społeczności dobrze się sprawdza, a co warto poprawić?”.

Dlaczego to działa?

Outreach obniża „próg wejścia” – nie wymaga zapisów, formalności ani odwagi, by zabrać głos w jakiejś sprawie. To rozmowa prowadzona w naturalnym rytmie – pomiędzy zakupami, po pracy, w drodze do przedszkola po dziecko. Dzięki tej metodzie ludzie czują, że instytucja naprawdę chce ich wysłuchać, a nie tylko „odhaczyć” konsultacje.

Wskazówka

Nie czekaj, aż ludzie przyjdą do instytucji – z otwartością, uśmiechem i gotowością do słuchania udaj się tam, gdzie już są.

Skrzynka pomysłów – małe narzędzie, duża zmiana

Nie zawsze jest czas na spotkanie, ale zawsze można się podzielić swoją refleksją. Skrzynka pomysłów to jedno z najprostszych, a zarazem najbardziej skutecznych narzędzi aktywizacji dorosłych. Działa nieformalnie, dyskretnie, ale potrafi się stać katalizatorem realnych zmian.

Jak to wygląda w praktyce?

- Umieśćcie przyciągając wzrok skrzynkę w często odwiedzanym miejscu, np. w holu biblioteki lub przy wejściu do domu kultury.
- Obok skrzynki zostawcie kartki z konkretnymi pytaniami (np. „Co moglibyśmy zrobić lepiej?”, „Jakie działania byłyby dla Ciebie interesujące?”, „Co warto zmienić w naszej organizacji?”).
- Zadbajcie o anonimowość i dostępność – każdy powinien móc wrzucić kartkę z odpowiedzią w dogodnym dla siebie czasie.
- Raz w miesiącu lub raz na kwartał powołany do tego zespół przegląda propozycje, wybiera te możliwe do realizacji i ogłasza, które da się wdrożyć.

Można dodać wersję online skrzynki (np. w formie tablicy Padlet lub prostego formularza na stronie instytucji), aby jak największa grupa chętnych mogła się wypowiedzieć.

Dlaczego to działa?

Skrzynka pomysłów to narzędzie „niskoprogowe” z dużym potencjałem, bo to właśnie w anonimowych notkach często kryją się najlepsze pomysły. Rozwiązanie to daje dorosłym realne poczucie, że ich głos ma znaczenie, a także jest sygnałem, że instytucja naprawdę słucha odbiorców.

Wskazówka

Jeśli wdrożycie pomysł z karteczki, koniecznie to ogłoście! Potwierdzenie, że wskazówka mieszkańca została wprowadzona w życie, to najskuteczniejszy sposób budowania zaufania.

Ciche diagnozy – pisz, rysuj, myśl na papierze

Nie każdy czuje się komfortowo podczas wystąpień publicznych. Niektórzy wolą pisać, rysować albo po prostu słuchać. Dlatego w pracy z dorosłymi warto sięgać po ciche metody diagnozy – takie, które pozwalają każdemu wyrazić siebie w swoim stylu.

Jak to wygląda w praktyce?

- Swobodne pisanie: uczestnicy przez kilka minut zapisują przemyślenia na dany temat (np. „Co mogłoby poprawić życie w naszej miejscowości?”). Nie ma złych odpowiedzi, nie ma poprawek – liczy się szczerłość.
- „Mapa emocji” lub „tablica nastroju”: wspólne tworzenie kolaży ze słów, rysunków, zdjęć lub kolorowych karteczek. Taka tablica może wisieć na ścianie przez cały tydzień, co pozwala dopisywać pomysły w dowolnym momencie.
- Słowa klucze: uczestnicy zapisują pojedyncze hasła określające, jakie uczucia towarzyszą im w ich społeczności (np. „bliskość”, „chaos”, „nadzieja”), a następnie omawiają je w grupie.

Dlaczego to działa?

Ciche diagnozy umożliwiają zabranie głosu osobom refleksyjnym, nieśmiałym, które nie zawsze chcą się odzywać na forum. Dzięki tym metodom czują się one bezpiecznie – nikt ich nie ocenia, a mimo to ich zdanie może wybrzmieć.

Wskazówka

Po zebraniu kartek zróbcie im zdjęcia i wróćcie do nich za jakiś czas – to kopalnia cytatów i tematów do dalszych działań.

”

Każda zmiana społeczna wychodzi od prostego komunikatu: „Porozmawiajmy!”. Rozmowa to jednak dopiero początek drogi. Prawdziwa wartość diagnozy i konsultacji ujawnia się wtedy, gdy zebrane pomysły zostają uporządkowane, a ich autorzy są zaproszeni do ich wspólnego wdrażania. Efekt spotkań musi być żywy – nie stać się kolejnym raportem na półce, lecz planem, który jest realizowany.

Jak prowadzić dobre konsultacje z dorosłymi?

Bez względu na to, którą metodę wybieriecie, pamiętajcie o kilku złotych zasadach.

1. **Zacznijcie od słuchania:** przychodźcie z ciekawością, a nie z gotowym planem.
2. **Używajcie prostego języka:** np. zamiast o „partycypacji obywatelskiej” mówcie o „wspólnym działaniu”.
3. **Dbajcie o równość:** każdy głos ma taką samą wartość – na wagę wypowiedzi nie powinny wpływać takie czynniki, jak wiek czy pozycja zawodowa.
4. **Przekazujcie informację zwrotną:** informujcie, co się stało z pomysłami uczestników.
5. **Doceniajcie różnorodność:** nie wszyscy chcą się wypowiadać publicznie – dajcie inne możliwości uczestnictwa.

Od rozmowy do wspólnego działania

Każda zmiana społeczna wychodzi od prostego komunikatu: „Porozmawiajmy!”. Rozmowa to jednak dopiero początek drogi. Prawdziwa wartość diagnozy i konsultacji ujawnia się wtedy, gdy zebrane pomysły zostają uporządkowane, a ich autorzy są zaproszeni do ich wspólnego wdrażania. Efekt spotkań musi być żywy – nie stać się kolejnym raportem na półce, lecz planem, który jest realizowany.

Dobre przeprowadzone konsultacje z osobami dorosłymi to nie ankieta, lecz rzeczywiste spotkanie. Czasem odbywa się ono przy kawie, czasem pod namiotem na rynku, a czasem za pośrednictwem anonimowej karteczki wrzuconej do skrzynki. To właśnie w tych momentach rodzi się wspólnota, która ma moc sprawczą. Nikt nie zna potrzeb społeczności lepiej niż ludzie, którzy ją tworzą – trzeba dać im przestrzeń, by o tym opowiedzieli.

Komentarze z platformy EPALE

KAROLINA SUSKA

Ten wpis to przypominajka, że praca z dorosłymi może się zaczynać od decyzji: najpierw słucham, potem planuję. Kiedy dajemy ludziom przestrzeń, narzędzia i szacunek, rozmowa staje się początkiem realnego działania, a społeczność – współautorem zmiany.

NATALIA MARCINIAK-MADEJSKA

Doceniam, że kierujesz uwagę na to, iż rozmowa z dorosłymi uczestnikami edukacji jest świadomie zaprojektowanym procesem – z odpowiednim doбором narzędzi, pytań i strategii dialogu. To ważne zwłaszcza dla początkujących edukatorów. Zgadzam się z tym, że świadome zastosowanie narzędzi (np. strukturalnych rund, pytań otwartych czy mapowania doświadczeń) realnie wzmacnia zaangażowanie uczestników i pozwala nadać sens ich aktywności. Szczególnie wartościowe wydaje się zwrócenie uwagi na to, że osoby dorosłe oczekują podmiotowego traktowania – nie są jak „puste kartki”. Trzeba z szacunkiem podchodzić do ich wiedzy i doświadczeń.

 Like  Comment  Share

MARLENA PUJSZA-KUNIKOWSKA

Dziękuję za tak uważny i wzmacniający komentarz. Bardzo się cieszę, że zwrócenie uwagi na świadome projektowanie procesu edukacyjnego rezonuje z Twoimi doświadczeniami. Zgadzam się, że odpowiednio dobrane narzędzia i strategie dialogu realnie podnoszą jakość pracy z grupą i wspierają jej zaangażowanie. Szczególnie ważne jest dla mnie to, co podkreślasz – że dorośli nie zaczynają od zera i należy docenić ich wiedzę oraz doświadczenie. Dziękuję, że tak trafnie to ujęłaś i wniosłaś do rozmowy dodatkową perspektywę!

 Like  Comment  Share



Marlena Pujsza-Kunikowska

Pedagożka, mentorka, doradczyni zawodowa oraz ekspertka edukacji pozaformalnej, międzykulturowej i wolontariatu. Od kilkunastu lat z pasją działa na rzecz rozwoju osobistego i społecznego, angażując się w międzynarodowe projekty edukacyjne oraz wolontariackie w Polsce i za granicą. Współzałożycielka i była prezesa Fundacji CAT w Lesznie, obecnie członkini grupy roboczej ds. aktywizmu i wolontariatu przy Komitecie do spraw Pożytku Publicznego. Prowadzi własną firmę – Harmonia Życia. Ambasadorka EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł
o projekcie Erasmus+ „DEMOS – Dialogi
dla demokracji” i poznaj narzędzia,
które pomogą Ci zorganizować
własną sesję dialogową.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Gdzie ci faceci?



BARTEK LIS

Na spotkaniu dotyczącym lokalnego projektu edukacyjno-kulturalnego dla seniorów usłyszałem od jednej z uczestniczek: „Tutaj głównie panie przychodzą”, a druga dodała: „Mężczyzn raczej na ryby trzeba by zaprosić... albo na mecz”. Takie komentarze pojawiają się dość często. Stanowią one odzwierciedlenie istotnego problemu – obserwujemy bowiem stopniowe znikanie mężczyzn z przestrzeni edukacyjnych i kulturalnych – nie tylko w grupie senioralnej. W badaniach dotyczących uczestnictwa w kulturze, edukacji pozaformalnej czy wolontariacie mężczyźni wypadają znacznie słabiej niż kobiety.

Męska nieobecność?

To nie jest nowy temat, choć przez długi czas traktowano go z przymrużeniem oka. Dziś coraz wyraźniej widzimy, że nie jest to jedynie drobna statystyczna różnica, lecz szerszy wzorec społeczny. Mężczyźni rzadziej niż kobiety korzystają z oferty domów kultury, bibliotek, z kursów, rzadziej też angażują się w wolontariat. Co się z nimi dzieje? Gdzie są?

Jedna z odpowiedzi brzmi: są tam, gdzie czują się kompetentni i „na swoim miejscu” – na stadionie, w garażu, na działce, czasem w zaciszu domowym przy komputerze. Problem polega na tym, że przestrzenie edukacyjne i kulturalne często bywają kodowane jako „kobiece” – oparte na miękkiej komunikacji, nastawione na wyrażanie emocji i relacyjność. Warsztaty ceramiczne czy dyskusyjne kluby książki nie zawsze wpisują się w męskie wyobrażenie o aktywności.

Dlaczego warto się tą kwestią zająć? Po pierwsze, dlatego że edukacja i kultura mogą oddziaływać terapeutycznie i profilaktycznie. Samotność, wycofanie społeczne czy brak sieci wsparcia to czynniki zwiększające ryzyko depresji, uzależnień i chorób somatycznych. Statystyki dotyczące samobójstw mężczyzn w Polsce są alarmujące. Nie tylko rzadziej sięgają oni po profesjonalną pomoc, ale też są w mniejszym stopniu niż kobiety obecni w miejscach, w których mogliby otrzymać wsparcie niejako „przy okazji”.

Po drugie – kultura potrzebuje różnorodności, także płciowej. Gdy z jakiegś przestrzeni znika jedna grupa, kobiety lub mężczyźni, traci ona swój potencjał spotkania. A edukacja dorosłych powinna się opierać właśnie na spotkaniach i wymianie doświadczeń.

Co można zrobić?

Zacznijmy od tego, że nie ma sensu tworzyć specjalnych „męskich” programów edukacyjnych z siekierą i motocyklem w tle. Chodzi raczej o przemyślenie języka komunikacji, form zaproszenia, a także samej treści działania. W Oławie powstał projekt „OrlikLAB”, w ramach którego boisko piłkarskie zmieniono w miejsce spotkań i rozmów o lokalnych sprawach. Z kolei „Męska Szopa” to inicjatywa, w której naprawianie rowerów stało się pretekstem do wspólnego działania i budowania relacji.

Czym są „Męskie Szopy”? To przestrzenie stworzone z myślą o mężczyznach, głównie starszych, którzy chcą robić coś razem, ale niekoniecznie mają ochotę na rozmowy o emocjach przy kawie. Pełnią one funkcję warsztatów umożliwiających wspólne majsterkowanie, naprawę mebli i rowerów czy tworzenie prostych konstrukcji. Tego rodzaju działania nie tylko zwiększają poczucie sprawczości, lecz także pozwalają tworzyć więzi w naturalny, nieformalny sposób. W „Męskich Szopach” nie chodzi o klasycznie rozumianą terapię lub edukację, ale o bycie razem i robienie czegoś, co ma sens. Dla wielu uczestników są to miejsca, w których czują się potrzebni i dostrzeżeni. To przestrzenie wolne od oceniania, gdzie nie trzeba się popisywać wiedzą, ale można się dzielić doświadczeniem. A stąd już tylko krok do głębszych rozmów i refleksji.

Historia „Męskich Szop” rozpoczęła się w Australii. W latach 90. XX wieku zaczął narastać problem pogarszającego się stanu zdrowia psychicznego mężczyzn, zwłaszcza emerytów. Zorganizowano zatem pierwsze miejsca, w których mogli się oni spotykać, pracować fizycznie i budować relacje w nieformalnej atmosferze. Pomysł szybko zyskał popularność na całym świecie.

Dziś „Męskie Szopy” są uznanym narzędziem wspierania dobrostanu, integracji i aktywizacji społecznej, sprawdzającym się szczególnie w pracy z osobami starszymi. W Polsce „Męskie Szopy” z powodzeniem funkcjonują m.in. w Bydgoszczy¹ i Warszawie².

Warto zwrócić uwagę na te inicjatywy. Dzięki nim możemy zrozumieć, że do mężczyzn skuteczniej dociera się nie przez plakat z hasłem „Warsztaty rozwoju osobistego”, ale przez zachętę do zrobienia wspólnie czegoś konkretnego, z perspektywą rozwoju niejako przy okazji. Edukacja może się przecież realizować przez działanie, a nie tylko rozmowę.

Zakończenie bez kropki

Niniejszy tekst nie zawiera gotowej recepty. Jest raczej zaproszeniem do uważniejszego przyjrzenia się własnemu otoczeniu i zadania sobie pytania: Kto jest obecny, a kogo brakuje? To punkt wyjścia do refleksji nad tym, co każdy z nas może zrobić, aby ta obecność – w całej swojej różnorodności – stała się po prostu pełniejsza.

”

*Obserwujemy stopniowe
znikanie mężczyzn z przestrzeni
edukacyjnych i kulturalnych
– nie tylko w grupie senioralnej.
W badaniach dotyczących uczestnictwa
w kulturze, edukacji pozaformalnej
czy wolontariacie mężczyźni
wypadają znacznie słabiej
niż kobiety.*



¹ aktywnywarsztat.pl/meska-szopa.

² wck-wola.pl/miejsce/meska-szopa.

Komentarz z platformy EPALE

AGNIESZKA LEŚNY

„Męskie Szopy” brzmią jak wyciąganie mężczyzn z domu. To jest ważne, ale jednak czy nie chodzi nam o szerszą integrację? O szukanie właśnie form, które są otwarte dla wszystkich, takich jak OSP czy harcerstwo? A może parytety? Dostrzegam ten trend za granicą, w społeczności osób związanych ze świadomym tańcem. Niektórzy prowadzący wyznaczają limit miejsc dla kobiet i dla mężczyzn.

 Like  Comment  Share



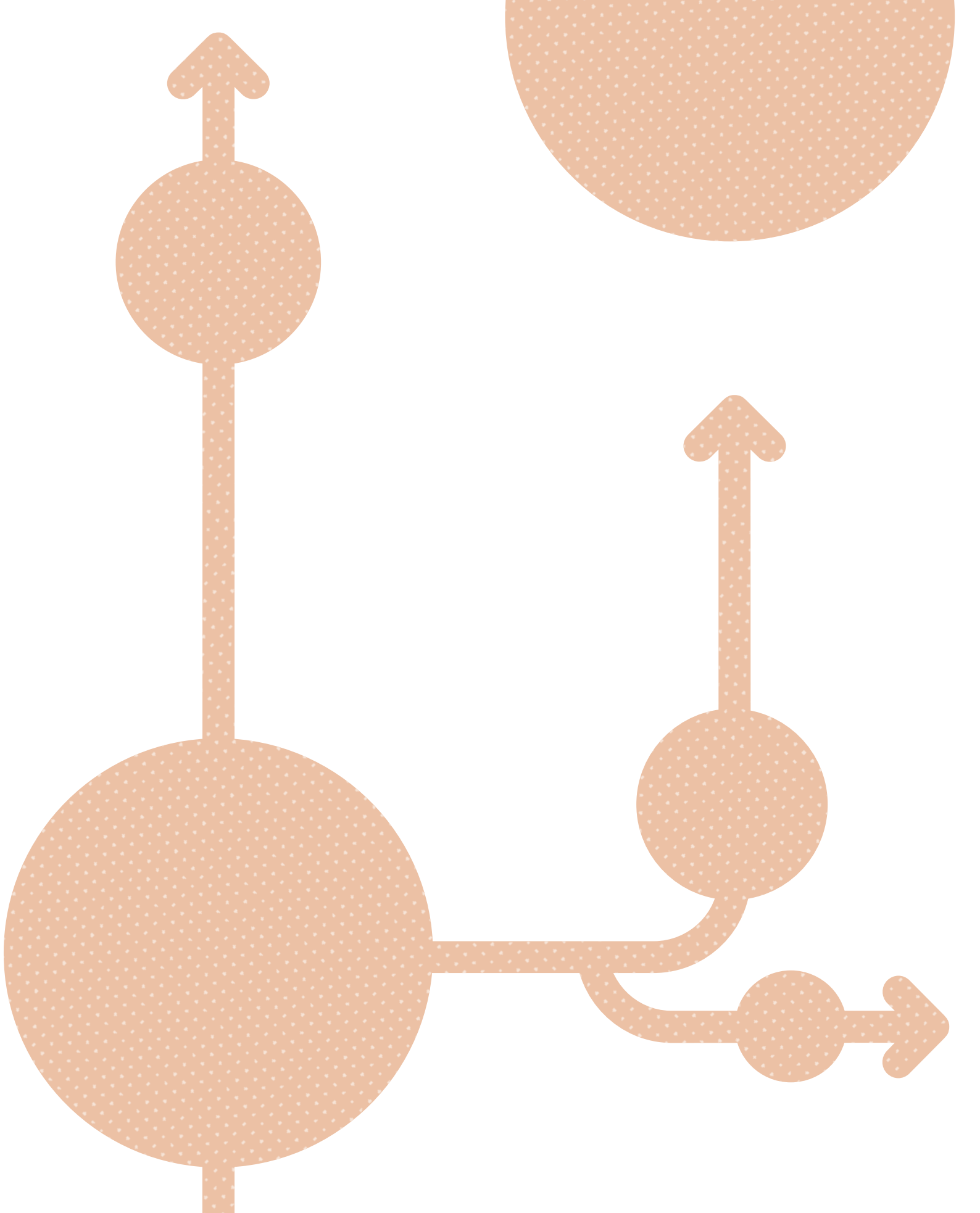
dr Bartek Lis

Socjolog, badacz społeczny, animator kultury, edukator. Kierownik Działu Badań i Rozwoju w Instytucie Kultury Miejskiej w Gdańsku. Od 2012 roku stały współpracownik Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „ę”. W latach 2017–2024 związany z Centrum Kultury ZAMEK jako kurator, badacz i animator. Do 2017 roku kurator projektów społecznych w Muzeum Współczesnym Wrocław. Obszary jego specjalizacji to: włączanie społeczne, studia o niepełnosprawnościach, senioralna „zależność”, rozwój publiczności, edukacja obywatelska, sztuka jako narzędzie animacji społecznej, *gender*, *queer* oraz *crip studies*. Ambasador EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł zawierający wskazówki, jak sensownie budować misję i wizję w instytucjach kultury.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Jak „Nadwarciański Młyn” buduje sąsiedztwo w centrum Poznania



MATEUSZ SZYMANDERA

Duże miasta sprzyjają pędowi: biegniemy na tramwaj, naciskamy klakson, żeby zdążyć przed czerwonym światłem, szybkim krokiem przemierzamy kolejne metry na chodnikach. Tak właśnie wygląda codzienność na Starym Mieście w Poznaniu. I w takiej przestrzeni działa Centrum Inicjatyw Lokalnych „Nadwarciański Młyn”, którego celem jest wzmocnienie relacji sąsiedzkich w przestrzeni miejskiej i uświadomienie Poznaniakom, że mijane codziennie osoby nie są anonimowymi przechodniami, lecz przede wszystkim ich sąsiadami. Centrum konsekwentnie przypomina, że sąsiedztwo nie tworzy się automatycznie, lecz wymaga czasu, uwagi i regularnych spotkań.

Zadanie, którego podjęła się Fundacja „Młyn Wsparcia”, stojąca za projektem „Nadwarciański Młyn”, nie należy do łatwych. Przedsięwzięcie jest realizowane w jednej z najbardziej dynamicznych części Poznania, w której więcej jest turystów i studentów niż stałych mieszkańców, wiążących z nią swoją przyszłość. Wiele lokali jest wynajmowanych, a Stare Miasto bywa traktowane jak etap przejściowy do kolejnego, być może docelowego, rozdziału w życiu.

Centrum Inicjatyw Lokalnych mieści się w niewielkim, 42-metrowym biurze przy ulicy Mostowej, które zaraz po otwarciu zamienia się w prawdziwy młyn aktywności obywatelskich (stąd nazwa przedsięwzięcia). Zadaniem fundacji jest wspieranie działań sprzyjających spotkaniom, integracji i realizacji oddolnych pomysłów. W dzielnicy charakteryzującej się dużą rotacją mieszkańców Centrum jest katalizatorem sąsiedzkiej współpracy oraz buforem między szybkim, korporacyjnym trybem życia a potrzebą budowania relacji i wartości rodzinnych.

– Najważniejsze jest dla nas, żeby ludzie czuli, że to jest ich miejsce. Nie narzucamy gotowych rozwiązań. Słuchamy i sprawdzamy poprzez konkretne działania, czego naprawę potrzebują mieszkańcy – mówią osoby stojące za projektem „Nadwarciański Młyn”.

Podstawą tej inicjatywy są warsztaty rękodzielnicze i zajęcia kreatywne, m.in. z tworzenia świec zapachowych, ozdób sezonowych czy ceramiki. Spotkania mają charakter otwarty, często nie wymagają wcześniejszych zapisów ani posiadania specjalistycznych umiejętności. Ich największą wartością jest samo spotkanie. – W trakcie wspólnej pracy bardzo szybko znikają bariery. Ludzie zaczynają ze sobą rozmawiać, nawet jeśli wcześniej się nie znali. Nagle się okazuje, że mieszkają obok siebie i codziennie mijają się na przejściu dla pieszych – podkreślają realizatorzy projektu.

Istotną częścią oferty są także działania skierowane do dzieci. W 2025 roku Fundacja zorganizowała zajęcia wakacyjne, które cieszyły się ogromnym zainteresowaniem. Na liście rezerwowej znalazło się dwa razy więcej osób chętnych niż dostępnych miejsc, co dowodzi, jak bardzo w centrum miasta brakuje bezpłatnych działań skierowanych do najmłodszych.

W ramach tygodniowych półkolonii odbyły się zajęcia kreatywne, zabawy terenowe oraz wycieczki do muzeów, pozwalające dzieciom odkrywać Poznań na nowo. Jednym z odwiedzonych miejsc było Rogalowe Muzeum Poznania, a zrealizowane w nim warsztaty w umiejętny sposób łączyły zabawę z poznawaniem wielkopolskiej tradycji. – Dzieci bardzo przeżywały te wycieczki. Rodzice często nie mają czasu na wyjście do muzeum, mimo że znajduje się ono tak blisko. Cieszy nas, gdy dziecko wraca do domu i mówi rodzicom, że chciałoby wybrać się tam z nimi – podkreślają założyciele fundacji.

Działalność Centrum Inicjatyw Lokalnych nie ogranicza się do okresu wakacyjnego. W trakcie roku szkolnego „Nadwarciański Młyn” prowadzi poniedziałkowe „odrabianki”, czyli otwartą przestrzeń wsparcia edukacyjnego. Dzieci mogą tu wykonać zadanie domowe, skorzystać z komputera i materiałów biurowych lub po prostu popracować w ciszy. – To nie są korepetycje w tradycyjnym rozumieniu. Udostępniamy miejsce, w którym dziecko może liczyć na pomoc w zrozumieniu tematów trudnych także dla rodziców. Wielu z nas nie pamięta już ułamków czy pojęć fizycznych, a u nas są osoby, które potrafią wytłumaczyć to w prosty sposób – mówią pomysłodawcy projektu.

Wyróżnikiem „Nadwarciańskiego Młyna” są oddolne inicjatywy, zgłaszane przez mieszkańców Starego Miasta. Fundacja wspiera je organizacyjnie i finansowo, umożliwiając realizację pomysłów wynikających z potrzeb lokalnej społeczności. W ten sposób narodziły się spotkania dla nowych mieszkanek miasta, działania rodzinne oraz warsztaty prowadzone przez pasjonatów. – Moment, w którym ktoś do nas wraca i mówi, że chce zrealizować własny pomysł, jest dla nas sygnałem, że to miejsce naprawdę działa.

„Nadwarciański Młyn” prowadzi również zajęcia międzypokoleniowe, duży nacisk kładąc na aktywizację seniorów, którzy często pojawiają się na zajęciach wspólnie ze swoimi dziećmi i wnukami. To jest powodem do dumy dla pomysłodawców projektu. – Trzy pokolenia przy jednym stole to obraz, który najlepiej oddaje sens naszej pracy. Warsztaty bywają jedynie pretekstem do spotkania się, na co w codziennym pędzie po prostu brakuje czasu.

Centrum ściśle współpracuje z lokalnymi partnerami, m.in. ze szkołą, która udostępnia przestrzeń na większe wydarzenia i zajęcia taneczne, a wyroby rękodzielnicze powstające podczas warsztatów trafiają na kiermasze. Takie działania są zgodne z ideą, że lokalność buduje się z małych gestów i długofalowych relacji.

– Stare Miasto cały czas ewoluuje, dlatego musimy być elastyczni – mówią realizatorzy projektu. Integralną częścią przedsięwzięcia są w związku z tym diagnozy potrzeb lokalnych, które pozwalają dostosowywać ofertę Fundacji „Młyn Wsparcia” do zmieniającej się struktury mieszkańców.

Centrum Inicjatyw Lokalnych jest dziś ważnym punktem na mapie poznańskich inicjatyw społecznych. W miejscu, gdzie tempo życia nie sprzyja budowaniu głębszych relacji, staje się przestrzenią spotkań, współdziałania i sąsiedzkiej obecności. Ma to ogromne znaczenie, sąsiedztwo nie rodzi się bowiem po uzyskaniu urzędowego potwierdzenia zameldowania na Starym Mieście, lecz wtedy, gdy ludzie siadają przy jednym stole i pracują nad tym, by razem stworzyć coś dobrego w swoim otoczeniu.

”

Najważniejsze jest dla nas, żeby ludzie czuli, że to jest ich miejsce. Nie narzucamy gotowych rozwiązań. Słuchamy i sprawdzamy poprzez konkretne działania, czego naprawdę potrzebują mieszkańcy – mówią osoby stojące za projektem „Nadwarciański Młyn”.

Komentarz z platformy EPALE

BARTEK LIS

Znam Poznań, ale o tej inicjatywie i o tym miejscu wcześniej nie słyszałem. Tym bardziej interesujące jest zobaczyć, jak w samym centrum miasta konsekwentnie budowane jest sąsiedztwo oparte na codziennych relacjach i długofalowej obecności. To przykład działań, które nie opierają się na deklaracjach, lecz na praktyce i pracy z konkretnym kontekstem miejsca. Mam nadzieję przy okazji którejś z wizyt w „Pyrlandii” zahaczyć o to miejsce. :)

 Like  Comment  Share



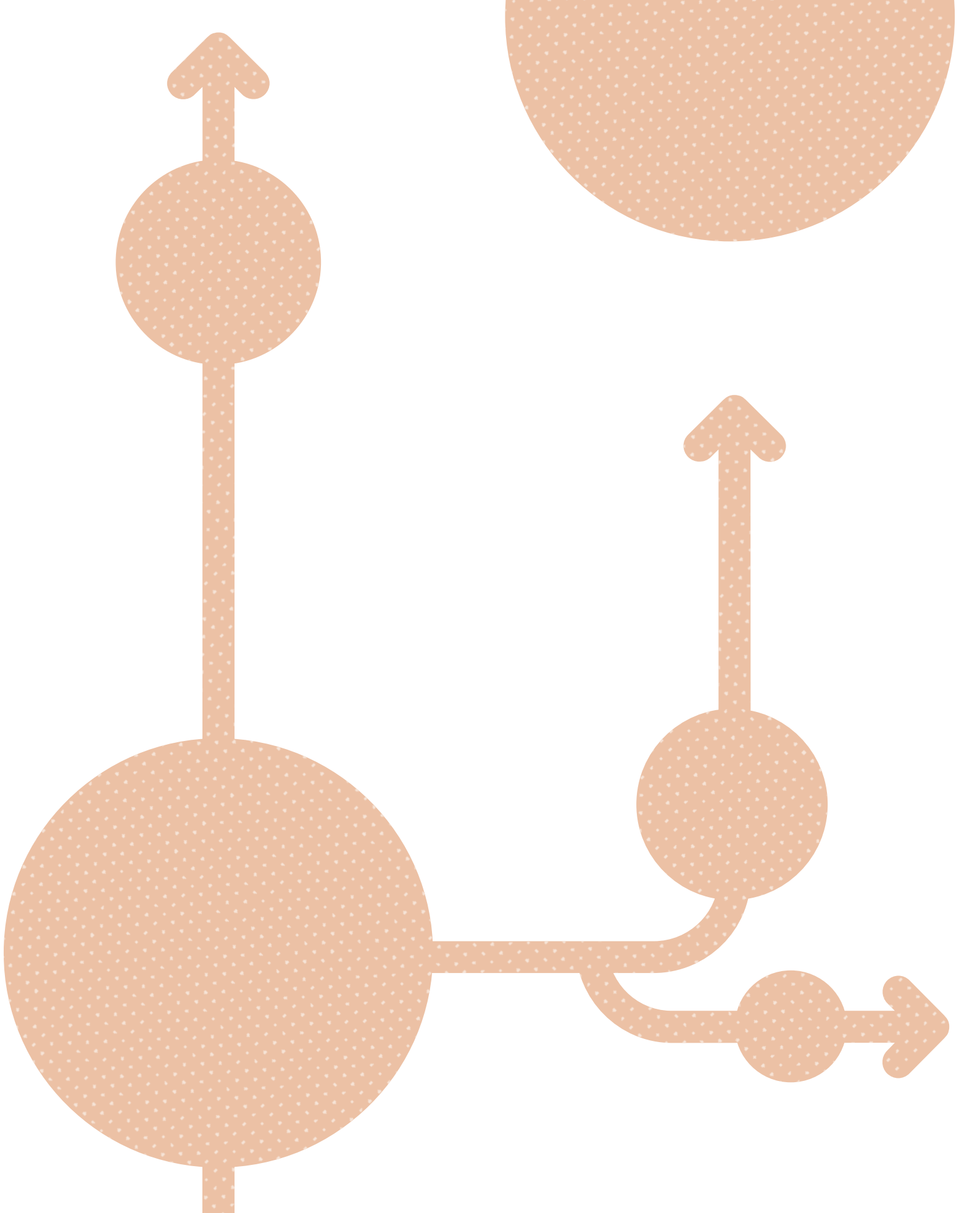
Mateusz Szymandera

Absolwent filologii polskiej oraz dziennikarstwa na Uniwersytecie im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Zawodowo był związany z Polską Agencją Prasową oraz Ringier Axel Springer Polska, gdzie publikował m.in. w „Przeglądzie Sportowym”. Odpowiadał za komunikację w klubie KKS Lech Poznań. Jego teksty ukazywały się w magazynach i publikacjach książkowych. Obecnie zajmuje się komunikacją i promocją w jednej z podpoznańskich gmin. Współpracownik Fundacji „Młyn Wsparcia”.

Przeczytaj na EPALE artykuł pokazujący
rolę badań w budowaniu otwartej
i uważnej kultury miejskiej.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Placemaking w bibliotece – tworzenie przestrzeni społeczeństwa wiedzy



KATARZYNA ŻĄK-CAPLOT

Placemaking w instytucjach publicznych oznacza przekształcanie ich w centra życia społecznego, kulturalnego i edukacyjnego poprzez zaangażowanie społeczności lokalnej. Koncepcja ta wywodzi się z refleksji urbanistów, takich jak Jane Jacobs i William H. Whyte, którzy rozwijali swoje idee w latach 60. XX wieku. Jacobs w książce *Śmierć i życie wielkich miast Ameryki* (ang. *The Death and Life of Great American Cities*)¹ zwracała uwagę na znaczenie „oczu na ulicy”² jako elementu bezpieczeństwa i więzi społecznych. Whyte z kolei w publikacji *The Social Life of Small Urban Spaces*³ analizował, jakie elementy otoczenia (ławki, zielen, ruchome meble) sprzyjają tworzeniu żywych przestrzeni miejskich.

W 1975 roku Fred Kent założył organizację Project for Public Spaces (PPS), która przekształcała te idee w metodyczne podejście do projektowania miejsc użyteczności publicznej. *Placemaking* definiowany jest przez PPS jako proces partycypacyjny pozwalający użytkownikom współtworzyć funkcje, tożsamość i komfort danego miejsca. W jego ramach przestrzenie mają być nie tylko estetyczne, lecz przede wszystkim „żywące” – odzwierciedlać realne potrzeby i kulturę lokalnej społeczności. Według Project for Public Spaces dobrze zaprojektowane miejsce to takie, w którym można zrealizować co najmniej dziesięć aktywności wynikających z potrzeb osobistych, społecznych lub kulturowych (np. wypić kawę, spotkać się ze znajomymi, pójść na spacer, obejrzeć wystawę, doksztalać się, realizować hobby).

Biblioteka jako przestrzeń dialogu i zaangażowania

Project for Public Spaces podkreśla też, że *placemaking* to proces wielowymiarowy, oparty na partnerstwie, działaniach edukacyjnych, animowaniu wydarzeń oraz prowadzeniu badań służących tworzeniu zróżnicowanych przestrzeni publicznych. W kontekście biblioteki oznacza to uruchamianie stref wielofunkcyjnych: kawiarni, obszarów coworkingowych, kącików literackich, miejsc zabaw dla dzieci.

Inspirującym przykładem jest program PPS „Outside the Box”, który poprzez organizację wydarzeń plenerowych przekształcał otoczenie amerykańskich bibliotek w żywe centra lokalnej aktywności. Działania te skutecznie przełamywały bariery architektoniczne i mentalne między instytucją a jej otoczeniem⁴.



¹ Jacobs, J. (2014). *Śmierć i życie wielkich miast Ameryki*. Warszawa.

² Sąsiedzka czujność i nieintencjonalne patrołowanie ulicy wzrokiem przez jej mieszkańców, czyli np. przechodniów, sąsiadów patrzących przez okno.

³ Whyte, W. H. (1980). *The Social Life of Small Urban Spaces*. New York.

⁴ Więcej o projekcie można przeczytać tutaj: bit.ly/3N8reWh.

Kreatywność i wzmocnienie *sense of place*

Organizacje takie jak Center for the Future of Libraries (CFFL), działające przy Amerykańskim Stowarzyszeniu Bibliotek (American Library Association, ALA), uznają *placemaking* za skuteczne narzędzie realizacji misji biblioteki: równości, kreatywności, zaangażowania społecznego i wspólnotowego zarządzania. W tym ujęciu przestaje ona być wyłącznie miejscem przechowywania i udostępniania zbiorów – staje się aktywnym uczestnikiem życia społecznego oraz przestrzenią twórczą mającą realne znaczenie dla mieszkańców.

Placemaking opiera się na idei wzmacniania „poczucia miejsca” (ang. *sense of place*), czyli emocjonalnej i tożsamościowej więzi ludzi z daną przestrzenią. Dobrze zaprojektowana biblioteka może się stać lokalnym centrum kultury, otwartym na dialog i współtworzenie, a także biorącym współodpowiedzialność za swoje otoczenie. Kreatywność w tym kontekście nie oznacza jedynie organizowania warsztatów artystycznych – odnosi się również do innowacyjnego podejścia do zarządzania przestrzenią, programowania oferty oraz budowania relacji z otoczeniem.

”

Według Project for Public Spaces dobrze zaprojektowane miejsce to takie, w którym można zrealizować co najmniej dziesięć aktywności wynikających z potrzeb osobistych, społecznych lub kulturowych (np. wypić kawę, spotkać się ze znajomymi, pójść na spacer, obejrzeć wystawę, dokształcać się, realizować hobby).

Placemaking w praktyce

Placemaking w bibliotece można wdrażać poprzez różnorodne formy aktywności, w tym:

- wystawy lokalnych artystów – które nie tylko upiększają wnętrze, lecz przede wszystkim wzmacniają więź między lokalną społecznością a biblioteką;
- pop-upy tematyczne – krótkookresowe instalacje lub strefy (np. nauki, literatury obcojęzycznej, historii lokalnej), które wprowadzają elastyczne i angażujące elementy programowe;
- wydarzenia tematyczne – warsztaty, spotkania autorskie, wieczorki poetyckie, które zmieniają bibliotekę w miejsce spotkań, a nie tylko źródło informacji;
- makerspace’y – przestrzenie przeznaczone do eksperymentowania i praktycznej realizacji pomysłów (sztuki wizualne, robotyka itp.).

Jednym z najbardziej inspirujących przykładów zastosowania idei *placemakingu* w praktyce jest biblioteka publiczna w duńskim Aarhus, która zdobyła tytuł światowej biblioteki roku 2016. Dlaczego warto przyrzeć się akurat tej instytucji? Jej projekt opierał się na wielopłaszczyznowym rozumieniu miejsca jako przestrzeni doświadczeń, zaangażowania, wsparcia i innowacji. Znajdują się tu zarówno czytelnie naukowe, audioteka, informatoria, jak i kawiarnia, place i kąciaki zabaw, sale koncertowe, zachwycające tarasy z widokiem na miasto i port. Instytucja została – co oczywiste – wyposażona w niezbędne udogodnienia dla wszystkich użytkowników. Najważniejsze jednak jest to, że przestrzeń zaprojektowano we współpracy z mieszkańcami⁵,



⁵ Więcej o bibliotece tutaj: bit.ly/3Y7CGUy.

i właśnie to społeczne zaangażowanie wyróżnia bibliotekę w Aarhus, sprawiając, że stała się ona żywym sercem miasta, a nie jest tylko imponującym budynkiem.

Podsumowanie

Placemaking w bibliotece to strategia społeczno-edukacyjna, która przekształca instytucję kultury w tętniące życiem centrum – miejsce integracji lokalnej społeczności, a także odkryć i budowania relacji. Dzięki partycypacji, elastycznemu kształtowaniu przestrzeni oraz skupieniu się na kulturowej wartości miejsca biblioteka staje się autentycznym „trzecim miejscem”, w którym można się uczyć, spotykać i tworzyć. Ważne jest zrozumienie, że działanie w duchu *placemakingu* nie musi się wiązać z dużymi nakładami finansowymi. Fundamenty zmian to przede wszystkim kreatywne pomysły i wrażliwość na potrzeby społeczności lokalnej.

”

Placemaking to proces wielowymiarowy, oparty na partnerstwie, działaniach edukacyjnych, animowaniu wydarzeń oraz prowadzeniu badań służących tworzeniu zróżnicowanych przestrzeni publicznych. W kontekście biblioteki oznacza to uruchamianie stref wielofunkcyjnych: kawiarni, obszarów coworkingowych, kącików literackich, miejsc zabaw dla dzieci.



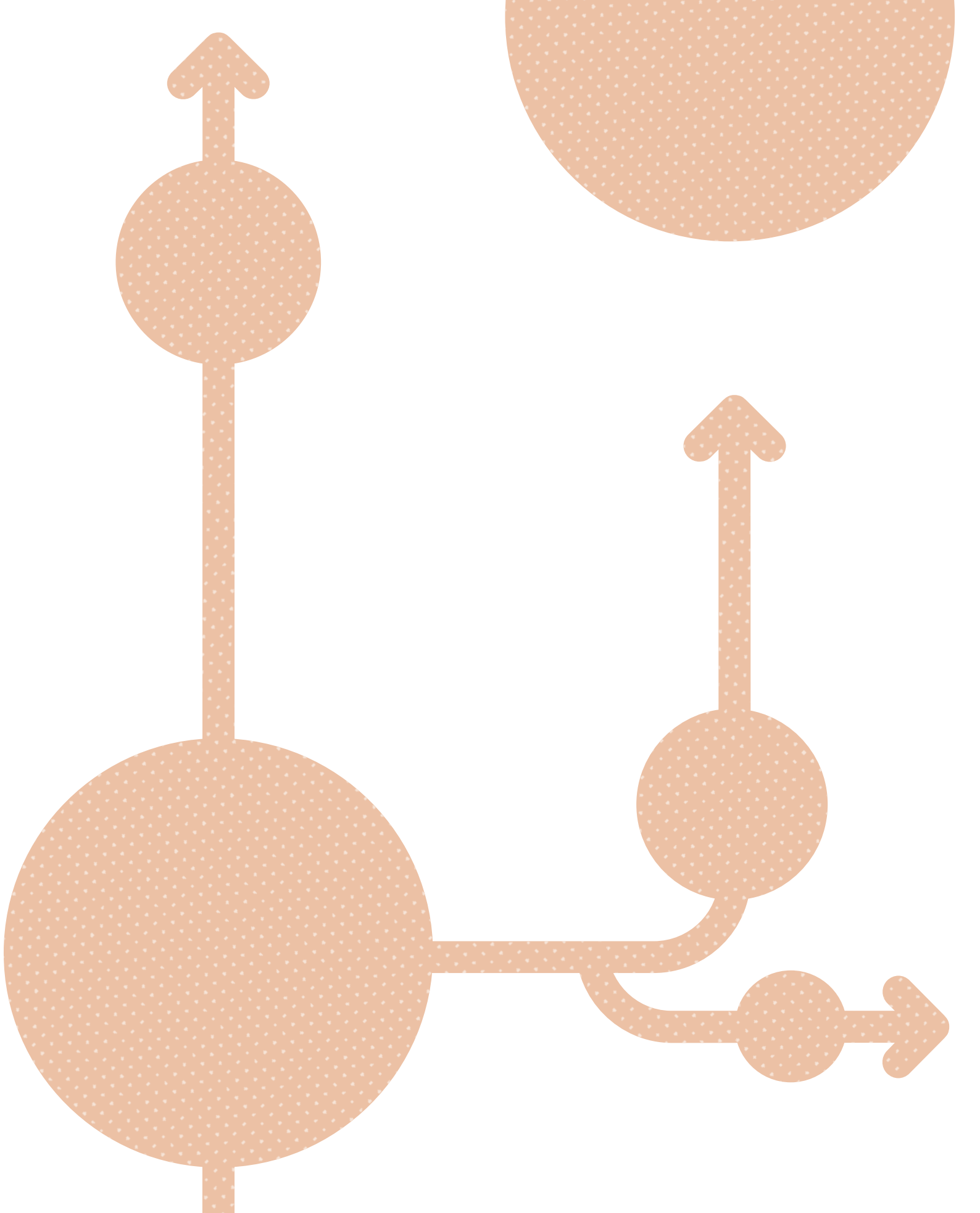
Katarzyna Żák-Caplot

Kierowniczka Biblioteki Muzeum Warszawy, lektorka j. polskiego i czeskiego. Autorka językowych projektów bibliotecznych i muzealnych. Laureatka European Language Label. Bibliotekarz 2019 woj. mazowieckiego i laureatka III miejsca w Ogólnopolskim Konkursie Bibliotekarz Roku 2019. Mówi po polsku, czesku, francusku, angielsku i serbsku. Ambasadorka EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł, w którym autorka traktuje czytanie jako ważną kompetencję obywatelską.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



10 pomysłów na działania edukacyjne na wsi



KAROLINA SUSKA

Edukacja osób dorosłych na terenach pozamiejskich zyskuje na znaczeniu. Współczesna wieś dynamicznie się zmienia, w związku z czym jej mieszkańcy chcą zdobywać nowe kompetencje – cyfrowe, ekologiczne, społeczne, kulturowe bądź zdrowotne. Zaproponowanie im atrakcyjnych form edukacji służy nie tylko podnoszeniu kwalifikacji, lecz także budowaniu silniejszej, bardziej zintegrowanej społeczności lokalnej. W tym artykule przedstawiam 10 inicjatyw edukacyjnych, które mogą być z powodzeniem wdrażane przez instytucje kultury, organizacje pozarządowe (np. koła gospodyń wiejskich) lub samych mieszkańców.

1. Warsztaty ekologiczne i klimatyczne

Zagadnienia związane ze zmianami klimatu i ochroną przyrody są niezwykle istotne także dla terenów pozamiejskich. Edukacja prośrodowiskowa osób dorosłych może uwzględniać takie zagadnienia, jak: segregacja odpadów, techniki kompostowania, racjonalne gospodarowanie zasobami wody i energii, wykorzystanie odnawialnych źródeł energii (np. fotowoltaiki) oraz promowanie postaw proekologicznych.

Warsztaty tego rodzaju można łączyć z działaniami praktycznymi: tworzeniem łąk kwietnych, sadzeniem drzew, budową domków dla owadów czy porządkowaniem lokalnych terenów zielonych.

2. Kursy rozwoju osobistego

Spora grupa dorosłych mieszkańców wsi (w tym rodzice, seniorzy) potrzebuje wsparcia w radzeniu sobie z codziennym stresem, w komunikacji społecznej czy osiągnięciu dobrostanu. Zajęcia dotyczące samodoskonalenia, warsztaty motywacyjne, treningi komunikacji, opanowania emocji czy asertywności przynoszą wymierne korzyści zarówno samym uczestnikom, jak i całej społeczności.

Doskonale sprawdzają się również grupy wsparcia lub otwarte prelekcje prowadzone przez psychologa. Tego rodzaju oferta zajęć na terenach pozamiejskich jest zazwyczaj mocno ograniczona, tym bardziej warto je realizować na wsiach.

3. „Szkoła zdrowia”

Edukacja zdrowotna to ważna kwestia, jednak często zaniedbywana w małych społecznościach lokalnych. W ramach „Szkoły zdrowia” można zainicjować: konsultacje z dietetykiem, wykłady dotyczące profilaktyki chorób cywilizacyjnych, zajęcia ruchowe (np. nordic walking, gimnastykę dla seniorów, jogę lub taniec) oraz warsztaty kulinarne.

Istotne jest także propagowanie zdrowego trybu życia poprzez kampanie społeczne, konkursy dla rodzin, zorganizowane wyjazdy na badania profilaktyczne czy lokalne dni zdrowia (z ofertą np. darmowych pomiarów ciśnienia, poziomu cukru, BMI).

4. Szkolenia zawodowe i wsparcie lokalnej przedsiębiorczości

Mieszkańcy terenów wiejskich coraz częściej szukają dodatkowych źródeł dochodu – prowadzą drobną działalność gospodarczą, zajmują się dystrybucją rękodzieła oraz produktów lokalnych, rozwijają ofertę agroturystyczną. Warto więc organizować dla nich kursy typu: „Jak założyć działalność gospodarczą?”; „Marketing w małym biznesie”; „Sprzedaż przez internet”; „Pozyskiwanie funduszy oraz dotacji zewnętrznych”.

Uzupełnieniem takich szkoleń może być animowanie lokalnych sieci współpracy między rolnikami, rzemieślnikami czy artystami.

5. „Inspiratornie” – cykliczne spotkania z ekspertami

Raz w miesiącu lub co kwartał można zaplanować w świetlicach wiejskich (lub innych lokalnych centrach aktywności) prelekcje z udziałem specjalistów z różnych dziedzin. Zaproszenie lekarzy, prawników, leśników, psychologów, doradców rolniczych, weterynarzy, ratowników medycznych umożliwia lokalnej społeczności dostęp do rzetelnych informacji, przekazywanych w bezpośredniej, przystępnej formie. Taka formuła pozwala uczestnikom na bieżąco rozwiewać wątpliwości poprzez zadawanie pytań, a także ułatwia zrozumienie zmian zachodzących w świecie.

6. Kursy dotyczące kompetencji cyfrowych i wykorzystania nowych technologii

W dobie powszechnej cyfryzacji coraz więcej codziennych aktywności przenosi się do sieci: od załatwiania spraw urzędowych, przez operacje bankowe i e-zdrowie, aż po składanie wniosków o dopłaty w Agencji Restrukturyzacji i Modernizacji Rolnictwa.

Niektóre osoby dorosłe, zwłaszcza seniorzy, mają jednak ograniczone umiejętności w tym zakresie. Warsztaty poświęcone obsłudze komputera, smartfona, korzystaniu z ePUAP, e-recept i bankowości elektronicznej czy kursy tematyczne (np. „Bezpieczeństwo w sieci”, „Korzystanie z aplikacji mobilnych krok po kroku”, „Social media w praktyce”), mogą znacząco poprawić standard życia mieszkańców wsi.

7. Wiejski klub edukacyjny

Czerpiąc z idei uniwersytetów ludowych, warto powołać do życia wiejski klub edukacyjny (np. przy bibliotece gminnej, świetlicy lub centrum kultury), oferujący cykliczne spotkania dla dorosłych. Mogą one przybierać formę wykładów, kursów, dyskusyjnych klubów książki, debat,

”

Współczesna wieś dynamicznie się zmienia, w związku z czym jej mieszkańcy chcą zdobywać nowe kompetencje – cyfrowe, ekologiczne, społeczne, kulturowe bądź zdrowotne. Zaproponowanie im atrakcyjnych form edukacji służy nie tylko podnoszeniu kwalifikacji, lecz także budowaniu silniejszej, bardziej zintegrowanej społeczności lokalnej.

podczas których poruszane są zagadnienia z różnych obszarów, np. historii Polski lub dziejów lokalnych, literatury, sztuki, samorozwoju, ekologii, filozofii, edukacji obywatelskiej. Kluczem do sukcesu tego rodzaju działalności jest zbudowanie dobrych relacji społecznych, regularność i otwarta, przyjazna atmosfera.

8. Warsztaty obywatelskie i zaangażowanie społeczne

Kształtowanie postaw obywatelskich to fundamentalny element rozwoju każdej zbiorowości. Warto angażować osoby dorosłe w aktywne działania na rzecz wsi. Można z nimi prowadzić konsultacje społeczne, a także włączać je w przygotowania wydarzeń lokalnych. Warsztaty z zakresu legislacji, zasad samorządności, praw konsumenckich, sposobów pozyskiwania grantów czy organizowania wydarzeń pomogą mieszkańcom wsi realnie oddziaływać na otoczenie. Kluczowe jest, aby uczestnicy takich inicjatyw zyskali poczucie sprawstwa i mieli świadomość, że ich zaangażowanie przynosi konkretne efekty.

9. Międzypokoleniowe warsztaty i wymiana umiejętności

Edukacja oznacza również dzielenie się wiedzą przez przedstawicieli różnych grup wiekowych. Seniorzy są w stanie prowadzić warsztaty w zakresie tradycyjnego rzemiosła (np. pieczenia chleba, szycia, przygotowywania przetworów), podczas gdy młodzi mieszkańcy mogą wspierać starszych w obsłudze zaawansowanych urządzeń i aplikacji mobilnych czy robienia fotografii cyfrowych. Takie działania wzmacniają więzi społeczne i zapobiegają wykluczeniu społecznemu, a efekty współpracy różnych pokoleń stymulują rozwój każdej ze stron.

10. Lokalne warsztaty rękodzieła i rzemiosła tradycyjnego

Obszary wiejskie szczycą się bogatym dziedzictwem kulturowym – od tkactwa i garncarstwa, po plecionkarstwo, hafciarstwo czy snycerstwo. Organizowanie warsztatów z udziałem miejscowych twórców pozwala na ocalenie tego rodzaju umiejętności od zapomnienia oraz przekazanie ich kolejnym pokoleniom. Tego typu aktywności kształtują cierpliwość, precyzję oraz kreatywność, a jednocześnie budują lokalną tożsamość opartą na szacunku do tradycji.

Zaprezentowane pomysły to tylko fragment bogatego spektrum aktywności prorozwojowych dla mieszkańców terenów wiejskich. Opisane rozwiązania sprawdzą się zarówno w instytucjach kultury, jak i organizacjach oraz grupach nieformalnych ubiegających się o granty na realizację projektów. Należy pamiętać, że edukacja dorosłych przybiera wiele form, od praktycznych warsztatów, przez kursy i wykłady, po działania społeczno-kulturalne integrujące wspólnotę lokalną. Kluczem do sukcesu w tej dziedzinie jest dostosowanie tematów wydarzeń do potrzeb, wykorzystanie dostępnych zasobów i miejscowego potencjału oraz stworzenie przyjaznej, bezpiecznej przestrzeni do nauki.

”

Inwestowanie w edukację dorosłych przekłada się bezpośrednio na poprawę jakości życia całej społeczności wiejskiej. Przyczynia się do wzmocnienia podmiotowości obywatelskiej, rozwijania kompetencji zawodowych i społecznych oraz pozytywnie wpływa na relacje sąsiedzkie.

Inwestowanie w edukację dorosłych przekłada się bezpośrednio na poprawę jakości życia całej społeczności wiejskiej. Przyczynia się do wzmocnienia podmiotowości obywatelskiej, rozwijania kompetencji zawodowych i społecznych oraz pozytywnie wpływa na relacje sąsiedzkie. Warto zatem konsekwentnie realizować inicjatywy edukacyjne dla dorosłych, traktując je jako filar rozwoju lokalnego.

Komentarz z platformy EPALE

JĘDRZEJ SZYŃKOWSKI

Przydatny pakiet inspiracji na dobry start. Super, że pokazujesz różnorodne opcje – to może być świetny punkt zaczepienia dla ludzi, którzy szukają pomysłu na pierwsze działanie albo mają potrzebę odświeżenia dotychczasowej oferty. Od siebie dorzucam apel do czytających Twój tekst: Potraktujcie społeczność jak partnerów działań, a nie jak biernych odbiorców przygotowanego programu.

Przed zainwestowaniem czasu w organizację spotkań albo cyklu warsztatów warto zorganizować spotkanie w celu zbadania potrzeb i zainteresowań odbiorców. Co, jeśli ludzie nie wiedzą, czego chcą (albo poruszają się wyłącznie po znanych sobie ścieżkach)? Dobrym rozwiązaniem jest przedstawienie im kilku opcji (np. warsztaty kompetencji cyfrowych, rękodzieło, spotkania wokół zdrowia) i sprawdzić, co cieszy się największym zainteresowaniem. Daje to poczucie wpływu i ułatwia przygotowania oferty szytej na miarę. :)

 Like  Comment  Share



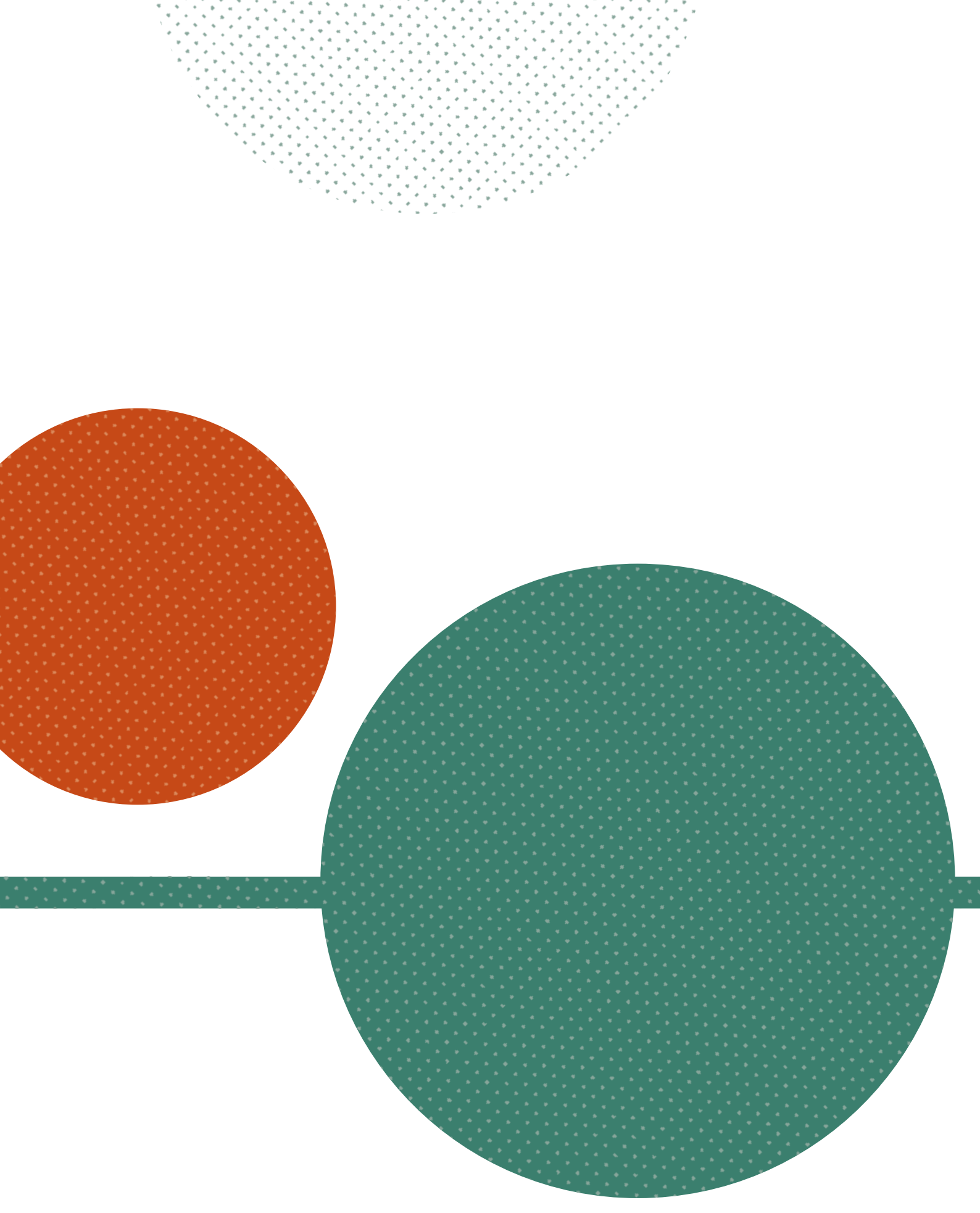
Karolina Suska

Socjolożka, edukatorka, tutorka. Trenerka WenDo. Absolwentka UJ, Szkoły Liderów PAFW i Akademii Liderów Kultury. Członkini działającej przy Ministerstwie Rolnictwa Rady Kobiet. Aktywistka zafascynowana pracą na rzecz lokalnych społeczności, ze szczególnym uwzględnieniem działań na rzecz kobiet. Pasjonatka odkrywania potencjału drzemiącego w ludziach. Twórczyni profilu na Facebooku: „Kobiety na wsi by Karolina Suska”. Ambasadorka EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł dotyczący wyzwań związanych z angażowaniem mieszkańców wsi oraz prezentujący sposoby przełamywania barier.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!





Twórcza partycypacja dorosłych

Rozdział zawiera przykłady kreatywnej partycypacji, ukazując różnorodność metod i form wspierających rozwój w ramach nieformalnej edukacji dorosłych. Od uniwersytetów ludowych i odwróconej burzy mózgów, po street art oraz opowieści biograficzne – uczestnicy tego rodzaju inicjatyw twórczo się angażują, rozwijają krytyczne myślenie i budują silne więzi. Wspólne przedsięwzięcia, wymiana doświadczeń oraz praca grupowa to fundament skutecznej edukacji dorosłych. Aktywne uczestnictwo wzmacnia kompetencje uczących się i sprzyja ich integracji społecznej.

Jak w uniwersytecie ludowym uczyć dorosłych krytycznego myślenia?



DOROTA PRONOBIS

Krytyczne myślenie to nie tylko umiejętność analizowania informacji i ich kwestionowania – to także zdolność do wyciągania logicznych wniosków oraz rozważania zagadnień z różnych perspektyw. Uczy ono, jak unikać pułapek myślenia automatycznego opartego na nawykach, emocjach czy stereotypach. Jest niezbędne do rzetelnej analizy i oceny rzeczywistych sytuacji, stając się istotną umiejętnością w codziennym życiu. Jak zatem wyposażać dorosłych w to nieocenione narzędzie podczas nauki w uniwersytecie ludowym?

Znaczenie krytycznego myślenia

Współczesny świat jest przesycony informacjami. Z jednej strony mamy dostęp do nieograniczonych zasobów danych, z drugiej coraz częściej stykamy się ze zjawiskiem dezinformacji i fake newsami. Umiejętność krytycznego myślenia – rozumiana jako zdolność do filtrowania informacji, wyciągania z nich sensu i decydowania o ich wiarygodności – jest zatem nie tylko pożądana, lecz wręcz niezbędna. Zrozumienie tego faktu to klucz do skutecznego kształtowania tej kompetencji.

Z perspektywy edukacji dorosłych krytyczne myślenie wpływa na:

- **rozwiązywanie problemów:** osoby dorosłe na co dzień mierzą się z trudnymi sytuacjami życiowymi, zawodowymi i społecznymi. Umiejętność krytycznego myślenia przydaje się podczas analizy tych wyzwań oraz poszukiwania optymalnych rozwiązań;
- **ocenę sytuacji i podejmowanie decyzji:** krytyczne myślenie ułatwia wyważony ogląd różnych opcji z uwzględnieniem wszystkich dostępnych informacji i potencjalnych konsekwencji. Zdolność wyciągania wniosków na podstawie dowodów, a nie emocji czy uprzedzeń, to fundament procesu podejmowania świadomych decyzji;
- **zrozumienie złożoności świata:** w dzisiejszych czasach większość zjawisk ma wymiar wieloaspektowy. Dzięki krytycznemu myśleniu dostrzegamy zależności i odczytujemy kontekst, co jest niezbędne do zrozumienia złożonych problemów gospodarczych, politycznych oraz społecznych.

Edukacja dorosłych powinna się koncentrować na rozwoju kompetencji ułatwiających aktywne włączanie się w życie społeczne. Krytyczne myślenie stanowi jedno z kluczowych narzędzi wspierających ten proces. Ucząc dorosłych, w jaki sposób analizować różne źródła informacji, jak poszukiwać wiarygodnych danych oraz jak wyciągać wnioski na podstawie faktów, przygotowujemy ich do radzenia sobie w różnorodnych, również trudnych, okolicznościach.

Osoby dorosłe decydują się na udział w inicjatywach edukacyjnych często z chęci poprawy swojej sytuacji zawodowej. W tym przypadku krytyczne myślenie jest niezwykle istotne, gdyż umożliwia rzetelną analizę rynku pracy. Pomaga rozumieć stawiane wymagania oraz uświadomić sobie, jakie umiejętności są najbardziej cenione w konkretnej profesji. Przygotowuje też do radzenia sobie w dynamicznie zmieniającym się świecie.

Krytyczne myślenie ułatwia podejmowanie decyzji dotyczących kariery. Jest pomocne zarówno podczas analizy ofert pracy, jak i przy wyborze najkorzystniejszej ścieżki zawodowej z punktu widzenia unikalnych umiejętności, aspiracji oraz możliwości danej osoby.

W jaki sposób uczyć krytycznego myślenia w uniwersytecie ludowym?

Ucząc dorosłych krytycznego myślenia, należy przedstawić im tę umiejętność nie tylko jako technikę logicznego rozumowania, lecz jako sposób patrzenia na świat. Aby to osiągnąć, nauczyciele i edukatorzy powinni tworzyć warunki sprzyjające rozwojowi tej kompetencji. Kluczowe jest promowanie otwartości na różne perspektywy. Ważne, aby dorośli nie przyjmowali jednej, niepodważalnej prawdy, lecz uczyli się dostrzegać wielość punktów widzenia. Pomaga to w rozwijaniu zdolności aktywnego słuchania oraz empatii.

Wspólna analiza wybranych przypadków (np. artykułów prasowych, informacji z mediów społecznościowych) pozwoli uczestnikom zajęć oceniać rzeczywiste problemy i podejmować decyzje na podstawie dostępnych dowodów. Dzięki temu rozważanie różnych opcji i osadzanie ich w kontekście realnych sytuacji stanie się naturalnym nawykiem.

Podczas zajęć w uniwersytecie ludowym warto tworzyć przestrzeń do swobodnej wymiany poglądów. Należy zachęcać uczestników do dyskusji, podczas których będą się dzielili opiniami, doświadczeniami i analizami. Dyskusja stanowi bowiem doskonałą okazję do kształtowania umiejętności krytycznego myślenia w praktyce.

Ważne jest zadawanie pytań, które stymulują myślenie. Pytania otwarte skłaniają nie tylko do udzielania wyczerpujących odpowiedzi, ale przede wszystkim do głębszej refleksji. Zachęcają one do poszukiwania nowych rozwiązań, a ponadto rozwijają kreatywność.

Warto również położyć nacisk na rozwijanie umiejętności analizy i oceny źródeł informacji. W dobie internetu, przy nieograniczonym dostępie do danych, kluczowe jest nauczenie dorosłych, jak sprawdzać fakty oraz odróżniać wiarygodne dane od tych, które mogą być zmanipulowane lub niewiarygodne. Istotna jest również kontekstualizacja informacji. Ważną umiejętność stanowi rozumienie okoliczności, w jakich pojawiają się przekazy, oraz zastanowienie się nad potencjalnymi konsekwencjami ich dalszego rozpowszechniania.

”

Współczesny świat jest przesycony informacjami. Z jednej strony mamy dostęp do nieograniczonych zasobów danych, z drugiej jednak coraz częściej stykamy się ze zjawiskiem dezinformacji i fake newsami. Umiejętność krytycznego myślenia – rozumiana jako zdolność do filtrowania informacji, wyciągania z nich sensu i decydowania o ich wiarygodności – jest zatem nie tylko pożądana, lecz wręcz niezbędna.

Nie można zapominać o zachęcaniu dorosłych do autorefleksji. Świadomość własnych uprzedzeń bywa kluczowa dla rozwoju krytycznego myślenia. Użyteczne mogą być dzienniki refleksji – regularne zapisywanie myśli i przekonań pomoże uczestnikom zajęć analizować własne podejście do różnych kwestii. Należy także skłaniać ich do samodzielnej oceny argumentów – zarówno własnych, jak i cudzych. To ćwiczenie świetnie rozwija zdolność obiektywnego rozumowania.

W procesie nauczania warto również wykorzystywać technologie i narzędzia cyfrowe. Platformy edukacyjne, aplikacje do tworzenia „map myśli” czy gry edukacyjne mogą znacząco ułatwić naukę krytycznego myślenia. Przydatne są zwłaszcza aplikacje do współpracy online, umożliwiające np. zespołowe analizowanie studiów przypadku lub wspólne rozwiązywanie problemów.

Krytyczne myślenie bazuje nie tylko na analizie logicznej, lecz także na zdolności zarządzania emocjami. Trzeba więc wspierać dorosłych w rozwijaniu empatii czy odporności na stres, co pomoże im zachować obiektywizm – a ten jest niezbędny w świecie nadmiaru bodźców i informacji.

Edukacja dorosłych w uniwersytetach ludowych daje możliwość tworzenia bezpiecznego i otwartego środowiska, w którym wszyscy czują się komfortowo podczas wyrażania opinii. Krytyczne myślenie wymaga przestrzeni na wątpliwości, istotne jest zatem kształtowanie kultury, w której błąd nie jest traktowany wyłącznie negatywnie, lecz jako istotna część procesu uczenia się.

”

Ucząc dorosłych krytycznego myślenia, należy przedstawić im tę umiejętność nie tylko jako technikę logicznego rozumowania, lecz jako sposób patrzenia na świat. Warto zachęcać do kwestionowania przyjętych założeń, zadawania pytań i poszukiwania alternatywnych rozwiązań.

Komentarz z platformy EPALE

KATARZYNA ŽÁK-CAPLOT

Zgadzam się, że krytyczne myślenie to coś więcej niż tylko „bycie logicznym” – to cały sposób patrzenia na świat i reagowania na to, co się dzieje dookoła. Super, że autorka zwraca uwagę na atmosferę zajęć – bez zaufania, otwartości i miejsca na błąd trudno mówić o prawdziwym myśleniu krytycznym. Od siebie dodałabym, że odpowiednio dobrane cyfrowe narzędzia (np. AI) – jeśli tylko wiemy, jak ich mądrze używać – mogą nie tylko ułatwiać analizę informacji, ale też pomóc uczestnikom wyjść ze schematów.



Like



Comment



Share



Dorota Pronobis

Trenerka, ekspertka w obszarze edukacji pozaformalnej dorosłych. Absolwentka filologii polskiej w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Bydgoszczy oraz studiów podyplomowych (m.in. w zakresie PR i komunikacji społecznej, edukacji regionalnej, zarządzania kulturą w strukturach UE). Jej zainteresowania badawcze i naukowe skupiają się na wzmacnianiu aktywności obywatelskiej i społecznej młodzieży oraz seniorów. Założycielka i koordynatorka Nadgoplańskiego Uniwersytetu Ludowego, a także Ogólnopolskiego Forum Uniwersytetów Ludowych. Od 2023 roku aktywna członkini Akademickiego Towarzystwa Andragogicznego. Realizatorka wielu krajowych i międzynarodowych projektów edukacyjnych.

Przeczytaj na EPALE wspomnienia
nauczycielki z Uniwersytetu
Ludowego w Gardzienicach.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Burza mózgów na opak – dwa sposoby poszukiwania rozwiązań



JĘDRZEJ SZYNKOWSKI

Co roku 21 kwietnia obchodzimy Światowy Dzień Kreatywności i Innowacji. To dobry moment, aby przyjrzeć się narzędziom, które mogą wnieść powiew świeżości do sesji generowania pomysłów.

W jednym z tekstów zamieszczonych na platformie EPALE pisałem o tym, jak zaplanować trening twórczości z wykorzystaniem metody pięciu kroków¹. Ostatnim etapem tego schematu jest moduł poświęcony rozwiązywaniu problemów. Zgodnie z obietnicą będę się dzielił technikami, które mogą stanowić wartościowe uzupełnienie lub alternatywę dla klasycznej burzy mózgów.

Na początek proponuję kruszenie oraz paradoksalną burzę mózgów. Obie metody wymagają elastyczności myślenia i ułatwiają dostrzeżenie nieoczywistych aspektów problemu, choć prowadzą do tego celu nieco innymi ścieżkami. W dalszej części tekstu znajdziesz opis każdej z nich, główne założenia oraz sposób ich wykorzystania zilustrowany konkretnymi przykładami.

Kruszenie (odwrotna burza mózgów)

Idea kruszenia² może się początkowo wydać dyskusyjna. Jej istotą jest bowiem podważanie zastanej sytuacji oraz niszczenie dotychczasowych założeń, a pierwszy krok to krytyka obiektów lub idei. Właśnie ze względu na ten zabieg kruszenie bywa nazywane odwrotną burzą mózgów. O 180 stopni odwraca ono założenia klasycznego podejścia, które bazuje na swobodnym generowaniu pomysłów przy jednoczesnym powstrzymywaniu się od ich oceniania. W przypadku kruszenia to krytyka jest punktem wyjścia do poszukiwania rozwiązań. Nie chodzi tu jednak o blokowanie pomysłów innych osób uczestniczących w sesji, lecz o pełną koncentrację na wadach i słabych punktach proponowanych rozwiązań.

”

Krytyka w odwrotnej burzy mózgów koncentruje się na identyfikacji wad istniejącego obiektu (produktu, idei, stanu rzeczy), a same poszukiwania przebiegają z zachowaniem konkretnych reguł: nie krytykuj krytyki; im więcej zauważonych wad, tym lepiej; podchwytyj i uzupełniaj wcześniej zgłoszone uwagi.



¹ Szykowski, J. (2025). *Jak zaplanować trening twórczości? Metoda pięciu kroków*, bit.ly/41WMeTf.

² Nęcka, E. (1994). *TROP... Twórcze Rozwiązywanie Problemów*, Oficyna Wydawnicza Impuls, s. 98–101.

Upraszczając: aby wprowadzić usprawnienia, niezbędne jest dogłębne zrozumienie tego, co w danej chwili wymaga poprawy.

Zasady kruszenia

Krytyka w odwrotnej burzy mózgów koncentruje się na identyfikacji wad istniejącego obiektu (produktu, idei, stanu rzeczy), a same poszukiwania przebiegają z zachowaniem konkretnych reguł:

1. Nie krytykuj krytyki – nie kwestionuj wad zgłaszanych przez inne osoby;
2. Im więcej zauważonych wad, tym lepiej – liczba dostrzeżonych mankamentów przekłada się na jakość analizy (krytyki);
3. Podchwytyj i uzupełniaj wcześniej zgłoszone uwagi – po to, aby „pognębić” i obnażyć potencjalne słabości.

Etapy kruszenia

Etap krytyki powinien być intensywny i dynamiczny. Zaleca się, aby trwał od kilku do kilkunastu minut (maksymalnie pół godziny, choć sugeruję krótsze sesje – wyczerpana grupa generuje słabsze rozwiązania). Takie kruszenie obiektu ma na celu przygotowanie uczestników do dalszej pracy.

Kolejnym krokiem jest analiza zgłoszonych wad. W przypadku obiektów fizycznych dzieli się je na cztery kategorie:

- wady trywialne – łatwe do usunięcia natychmiast, bez konieczności angażowania twórczego myślenia;
- wady nietrywialne, choć oczywiste – możliwe do usunięcia pod warunkiem posiadania odpowiednich zasobów (finansowych, organizacyjnych itp.);
- wady ukryte – takie, z których wcześniej nie zdawaliśmy sobie sprawy, a których usunięcie wymaga twórczego podejścia;
- wady urojone – najczęściej pozornie dowcipne uwagi, które w rzeczywistości nie mają znaczenia ani dla użytkowników obiektu, ani dla grupy poszukującej realnych możliwości jego ulepszenia.

Jeśli prowadzisz sesję kruszenia idei, jednoznaczne przypisanie wad do powyższych kategorii nie zawsze będzie możliwe. Kluczowe jest co innego: w obu przypadkach (zarówno przy kruszeniu obiektów, jak i kruszeniu idei) chodzi przede wszystkim o dostrzeżenie wad ukrytych. To właśnie ich wskazanie pozwala na przeformułowanie problemu i wprowadzenie realnych ulepszeń.

Przydatne mogą się okazać również wady z pierwszej kategorii. Choć ich odkrycie rzadko prowadzi do przełomów, stanowi najszybszą drogę do wprowadzania drobnych usprawnień i bieżącej optymalizacji.

Po rozpoznaniu, analizie i zakwalifikowaniu wad do odpowiedniej kategorii następuje właściwa sesja generowania pomysłów.

Kruszenie w praktyce – przykład

Założmy, że szukasz pomysłów na ulepszenie domowych drukarek atramentowych.

Krok pierwszy: krytyka totalna

Na potrzeby przykładu ograniczę się do 10 wad (podczas sesji grupowych zachęcam do tworzenia znacznie dłuższej listy):

- kartridże/tonery szybko się kończą;
- powolne drukowanie – zwłaszcza w kolorze;
- hałas podczas pracy;
- komunikaty o niskim poziomie tuszu pojawiają się w nieodpowiednim momencie (za szybko lub za późno);
- wymiana tuszu brudzi ręce;
- podczas drukowania nie są poprawiane literówki;
- generowanie odpadów (puste kartridże);
- sprzęt zajmuje sporo miejsca;
- urządzenie nie odtwarza ulubionej muzyki podczas pracy;
- tusz zasycha przy sporadycznym użytkowaniu.

Krok drugi: Kategoryzacja wad

Teraz przypisujemy wady do odpowiednich grup, a tam, gdzie się da, wskazujemy możliwe rozwiązania problemów.

Kategoria 1. Wady trywialne:

- wymiana tuszu brudzi ręce (przeprojektowanie mechanizmu osłony);
- sprzęt zajmuje sporo miejsca (postawienie na bardziej kompaktowy design);
- hałas podczas pracy (zastosowanie wygłuszenia obudowy).

Kategoria 2. Wady nietrywialne, choć oczywiste:

- generowanie odpadów (zastosowanie droższych, biodegradowalnych materiałów albo wprowadzenie programu recyklingu);
- powolne drukowanie – zwłaszcza w kolorze (zainwestowanie w lepsze głowice i wydajniejsze procesory);
- kartridże/tonery szybko się kończą (zastosowanie większych pojemników lub opracowanie bardziej wydajnego tuszu).

Kategoria 3. Wady ukryte:

- komunikaty o niskim poziomie tuszu pojawiają się w nieodpowiednim momencie;
- zasychanie tuszu przy rzadkim korzystaniu ze sprzętu.

Kategoria 4. Wady urojone:

- urządzenie nie odtwarza ulubionej muzyki podczas pracy;
- w trakcie drukowania nie są poprawiane literówki.

Krok trzeci: Skupienie się na znalezieniu sposobu usunięcia wad ukrytych

W przykładzie wskazałem dwa obszary, którymi warto się zająć. Weźmy pod uwagę po trzy możliwe rozwiązania dla każdego z nich.

Problem 1: Nieprawidłowe komunikaty o niskim poziomie tuszu:

- wyświetlanie informacji o szacowanej liczbie stron, które możesz wydrukować przed wymianą pojemnika, zamiast mało czytelnych wskaźników graficznych;
- konfiguracja progu ostrzeżenia – możliwość samodzielnego określenia, w jakiej sytuacji drukarka wysyła ostrzeżenie o niskim poziomie tuszu;
- wizualizacja najintensywniej wykorzystywanych kolorów (na wzór heat-mapy stosowanej w analizach sportowych).

Problem 2: Zasychanie tuszu:

- zastosowanie systemu automatycznego płukania głowicy minimalną ilością tuszu raz na kilka dni;
- modułowa budowa pojemników z tuszem, pozwalająca na wymianę samej głowicy, bez marnowania niewykorzystanego tuszu;
- możliwość uruchomienia selektywnego cyklu czyszczenia kartridży tylko dla wybranego koloru.

Paradoksalna burza mózgów

Kolejną techniką, która odwraca założenia klasycznej sesji generowania pomysłów, jest paradoksalna burza mózgów³. W przeciwieństwie do kruszenia nie skupia się ona na krytyce istniejących obiektów – w tym przypadku motorem napędowym do działania jest... szukanie antypomysłów.

Etapy paradoksalnej burzy mózgów

Paradoksalna burza mózgów obejmuje trzy kroki.

Krok pierwszy: faza plus

To nic innego, jak doskonale znane podejście do poszukiwania rozwiązań. Jako trener(ka) przedstawiasz problem osobom biorącym udział w sesji, po czym łączysz je w mniejsze zespoły i prosisz, aby w ciągu kilku lub kilkunastu minut wypracowały jak najwięcej konkretnych pomysłów. Na tym etapie twoim głównym zadaniem jest zadbanie o to, aby grupa stosowała cztery podstawowe zasady: brak krytyki, koncentrację na liczbie pomysłów, zachęcanie do rozwijania propozycji innych osób oraz odważne poszukiwanie niestandardowych rozwiązań.

”

Paradoksalna burza mózgów jest techniką, która odwraca założenia klasycznej sesji generowania pomysłów. W przeciwieństwie do kruszenia nie skupia się ona na krytyce istniejących obiektów – w tym przypadku motorem napędowym do działania jest... szukanie antypomysłów.



³ Szmidt, K. (2013). *Trening kreatywności. Podręcznik dla pedagogów, psychologów i trenerów grupowych*. Wydawnictwo Helion, s. 230–233.

Krok drugi: faza minus

Tu robi się ciekawiej. W tym kroku przeformułujesz problem na jego całkowite przeciwieństwo. Rolą zespołów jest teraz wygenerowanie listy antypomysłów – propozycji, które realnie pogarszają sytuację. Co ważne, zachęcasz grupę do pracy z zachowaniem pełnej powagi i generowania rozwiązań „na serio”. To podejście jest kluczowe dla powodzenia ostatniego etapu pracy.

Krok trzeci: druga faza plus

Ta część polega na przekształceniu antypomysłów w rozwiązania konstruktywne i możliwe do zastosowania. Jakie korzyści płyną z takiego podejścia? Odwrócenie problemu pozwala spojrzeć na wyzwanie z nowej perspektywy i eksplorować wątki, które prawdopodobnie nie pojawiłyby się podczas klasycznej burzy mózgów. To wariant, który sprawdzi się szczególnie dobrze przy poszukiwaniu ulepszeń lub w pracy nad problemami, wobec których uczestnicy mają już określone przekonania.

Paradoksalna burza mózgów w praktyce – przykład

Nawet jeśli nie posiadasz własnego auta, z pewnością masz na koncie wiele podróży samochodem. Pytanie o to, jak ulepszyć to doświadczenie, wykorzystam jako punkt wyjścia do paradoksalnej burzy mózgów.

Krok 1. Faza plus: Jak sprawić, żeby podróż samochodem była przyjemniejsza?

Przykładowe pomysły na poprawę komfortu podróżujących:

- pełne wyciszenie wnętrza, dzięki czemu dźwięki jazdy nie zagłuszają rozmów ani muzyki;
- superwygodne fotele z systemem wentylacji;
- wbudowane mini-AGD: lodówka, ekspres do kawy, toster;
- personalizowane strefy klimatyzacji dla każdego pasażera;
- system inteligentnego wyszukiwania wolnych miejsc parkingowych;
- szyby z funkcją regulacji stopnia przyciemniania;
- system monitorowania zmęczenia kierowcy, z sugestiami przerw i postojów.

Zatrzymajmy się na tej „szczęśliwej siódemce”. Pora na drastyczne przeformułowanie problemu.

Krok 2. Faza minus: Jak można maksymalnie uprzykrzyć podróżowanie samochodem?

- system automatycznego najeżdżania na dziury w drogach;
- zmiana rozmieszczenia pedałów w taki sposób, aby ich obsługa wymagała przyjęcia nienaturalnej pozycji;
- system krytykujący styl jazdy kierowcy w czasie rzeczywistym;
- losowe postoje zarządzane przez system w samochodzie;
- wymóg rozwiązywania zadań logicznych – bez podania poprawnej odpowiedzi nie uruchomi się dana funkcja w samochodzie (np. włączenie wycieraczek);
- nawigacja proponująca najgorsze dostępne trasy;
- ograniczenie prędkości maksymalnej do 30 km/h;
- dwie opcje ustawienia klimatyzacji: „żar tropików” lub „arktyczny mróz”;
- irytujący głos lektora w nawigacji;
- mało pojemny bak, wymagający uzupełniania paliwa co 10 km.

Powyższe pomysły z pewnością nie trafią do TOP 10 udogodnień dla podróżnych, ale mogą posłużyć jako materiał do twórczych przekształceń na ostatnim etapie paradoksalnej burzy mózgów.

Krok 3. Druga faza plus: Jak przekształcić antypomysły w wartościowe rozwiązania?

Jak przejść od absurdalnych rozwiązań do sensownych koncepcji? Zilustruję to, odwołując się do trzech wcześniejszych przykładów.

Wymóg rozwiązywania zadań, aby samochód wykonał jakąś czynność, brzmi niedorzecznie. Jak go urealnić? Jedną z opcji jest wprowadzenie elementów grywalizacji – na przykład quizów dla pasażerów dotyczących mijanych zabytków lub prostych gier kooperacyjnych. To rozwiązanie, które ułatwi podróżowanie z dziećmi i pozwoli kierowcy skupić się na trasie. Innym tropem może być system bezpieczeństwa wymagający wykonania prostego testu refleksu przed ruszeniem w drogę, co skutecznie utrudni jazdę osobom nietrzeźwym lub skrajnie przemęczonym.

Kolejny antypomysł to nawigacja prowadząca najgorszymi trasami. Przeciwieństwem może być inteligentna nawigacja, która uczy się stylu jazdy kierowcy i jego preferencji. Zamiast proponować trasy wyłącznie z uwzględnieniem czasu przejazdu lub kosztów, system brałby pod uwagę inne czynniki, np. atrakcyjne miejsca widokowe albo postoje wyłącznie przy barach mlecznych z oceną powyżej 4,3. W ten sposób otrzymujemy ofertę hiperpersonalizowaną.

Ostatnia opcja to przeprojektowanie pedałów wymuszających nienaturalne ułożenie nóg. Krokiem w kierunku sensownego rozwiązania byłoby wprowadzenie pedałów adaptujących się do różnych trybów jazdy (np. stawiających większy opór w trybie ekonomicznym) lub opcja ich personalizacji w zależności od budowy ciała kierowcy. Wejściowy antypomysł może być też inspiracją do stworzenia alternatywnych systemów obsługi (manetki, joystick), ułatwiających prowadzenie auta osobom o ograniczonej sprawności nóg.

Podsumowanie

Wykorzystanie kruszenia lub paradoksalnej burzy mózgów pomoże urozmaicić sesje generowania pomysłów podczas warsztatów. W obu przypadkach doprowadzisz grupę do przeformułowania problemu i wypracowania nieoczywistych rozwiązań – choć każda z tych metod wiedzie do celu nieco inną ścieżką.

Kruszenie bazuje na krytyce i identyfikacji wad, które następnie grupuje się w odpowiednie kategorie. Dostrzeżenie nieoczywistych słabości obiektu jest naturalnym punktem wyjścia do projektowania konkretnych usprawnień.

W przypadku paradoksalnej burzy mózgów pierwszym krokiem – podobnie jak w klasycznym podejściu – jest poszukiwanie rozwiązań określonego problemu. Gdy grupa zbierze już wstępne pomysły, następuje zwrot: uczestnicy skupiają się na sformułowaniu antyrozwiązań. Ostatnim etapem jest urealnienie tych propozycji, tak aby nawet absurdalne założenia posłużyły jako inspiracje do przygotowania sensownych koncepcji działania.

”

Wykorzystanie kruszenia lub paradoksalnej burzy mózgów pomoże urozmaicić sesje generowania pomysłów podczas warsztatów. W obu przypadkach doprowadzisz grupę do przeformułowania problemu i wypracowania nieoczywistych rozwiązań – choć każda z tych metod wiedzie do celu nieco inną ścieżką.

Komentarze z platformy EPALE

AGNIESZKA LEŚNY

Zastanawiam się, jaką widzisz przewagę kruszonej burzy mózgów nad normalną? Od razu stają mi przed oczami te wszystkie badania dowodzące, o ile łatwiej nam znajdować wady niż zalety, formułować krytykę zamiast proaktywnych rozwiązań – a z nich najczęściej płynie wnioski, by odpuszczać krytykę, bo to umiemy najlepiej – a skupiać się na jej odwrotności, ponieważ to nasza zaniedbana umiejętność. Ty proponujesz coś innego. Każda faza pracy kreatywnej ma też swój koszt, więc faza krytyki zużywa paliwo. Czy jest to inwestycja warta tych zasobów?

 Like  Comment  Share

JĘDRZEJ SZYNKOWSKI

Moim zdaniem – zdecydowanie warto. Właśnie ze względu na szansę dojścia do realnych, nieuświadomionych wcześniej problemów. Podczas zajęć często widzę coś, co można nazwać... twórczym minimalizmem. Osoby uczestniczące w sesji generowania pomysłów w naturalny sposób sięgają po pomysły, które znają. To bezpieczne, ale rzadko prowadzi do świeżych koncepcji. Dlatego raczej nie martwiłbym się „zużywaniem paliwa”. Dobre pomysły i realne usprawnienia nie biorą się znikąd. Wymagają wysiłku – także poznawczego i analitycznego. Poza tym, tu nie chodzi o krytykę pomysłów, ale kruszenie stanu wejściowego, poddawanie go w wątpliwość, eksplorowanie możliwości. W tym kontekście takie działanie prowadzi do proaktywnych rozwiązań. Najpierw jednak muszę dostrzec to, co warto usprawnić, a czego na początku nie dostrzegałem.

 Like  Comment  Share



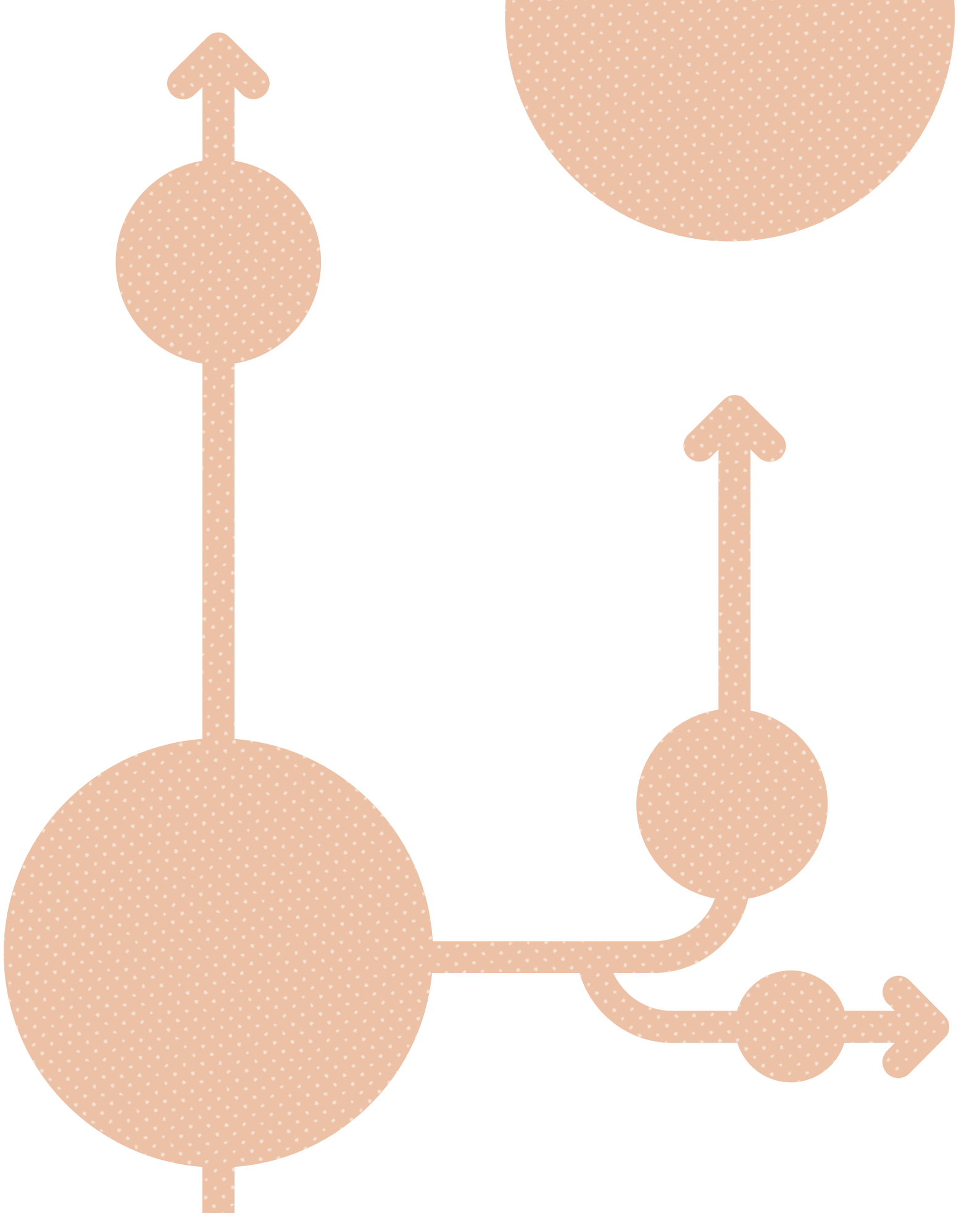
Jędrzej Szynkowski

Trener, psycholog i moderator Design Thinking. Specjalizuje się w psychologii twórczości oraz technikach twórczego rozwiązywania problemów. Od 2013 roku tworzy i realizuje projekty szkoleniowe dla biznesu, organizacji pozarządowych, uczelni oraz samorządów lokalnych. Ambasador EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł
prezentujący cztery proste
i skuteczne metody selekcji pomysłów
rodzących się podczas burzy mózgów.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Od pomysłu do działania. O tym, jak krok po kroku wspierać grupy senioralne w planowaniu działań



NINA WODERSKA

W Poznaniu odbyła się druga edycja „Poznańskiej Akademii Wolontariatu Senioralnego” – przedsięwzięcia, które mam przyjemność koordynować. To program, w ramach którego 15 osób w okresie późnej dorosłości tworzy cztery autorskie lokalne inicjatywy społeczne z zakresu wolontariatu. Działają w małych zespołach, rozwijają swoje pomysły, konsultują je, planują, angażują lokalne instytucje i na koniec – realizują działania mające wpływ na innych.

Brzmi jak scenariusz idealny? Może. Ale za tym sukcesem stoi coś więcej niż świetny pomysł i dobra wola – mianowicie proces, narzędzia i przestrzeń do współpracy. Mój tekst jest właśnie o tym, jak zabrać się za tworzenie inicjatyw społecznych z osobami, które nigdy wcześniej nie angażowały się w tego rodzaju aktywności.

Od czego zaczynam?

Pracy z osobami starszymi nie rozpoczynam od gotowych rozwiązań, ale od rozmowy i od ćwiczeń, które pomagają uczestnikom zdefiniować to, co jest dla nich naprawdę ważne. Zawsze stawiam pytania:

- Co was porusza?
- Co was martwi lub irytuje w najbliższym otoczeniu?
- Co chcielibyście/chcielibyście zmienić?

Takie pytania padają podczas pierwszych spotkań. To moment, w którym „zaglądamy pod powierzchnię codzienności” i przyglądamy się temu, co boli, niepokoi, ale i daje nadzieję.

Jednym z moich ulubionych narzędzi jest zdanie niedokończone: „Martwi mnie, że...” lub „Wkurza mnie, że...”. To pozornie proste stwierdzenia, które uruchamiają emocje i ułatwiają wejście w sferę osobistą. Dzięki nim uczestniczki i uczestnicy mogą się podzielić kwestiami, które ich poruszają, jak choćby: samotność sąsiadów, brak przestrzeni do spotkań, niedostateczna widoczność osób starszych w działaniach społecznych. Często takie spontaniczne wypowiedzi stają się zaledwie realnych działań.

Kiedy problem zostanie nazwany, sięgam po metodę „5 × dlaczego”. Wywodzi się ona z przemysłu (z japońskiego systemu produkcyjnego Toyoty). Jest to prosta technika, polegająca na powtarzaniu pytania „Dlaczego?” (liczba 5 jest umowna, można ją zmieniać w zależności od potrzeb) po każdej odpowiedzi, żeby dotrzeć do pierwotnej przyczyny danego zjawiska. To ćwiczenie dobrze się sprawdza w edukacji obywatelskiej, bo działa jak lupa – pozwala się przyjrzeć temu, co naprawdę kryje się za danym problemem albo ułatwia jego nazwanie. Jako przykład działania metody można wykorzystać analizę przyczyn braku zaangażowania osób starszych w wydarzenia sąsiedzkie.

1. **Dlaczego?** Bo nie wiedzą, że się odbywają.
2. **Dlaczego?** Bo nikt im o tym bezpośrednio nie mówi.
3. **Dlaczego?** Bo nie korzystają z Facebooka ani internetu.
4. **Dlaczego?** Bo nie czują się pewnie w środowisku cyfrowym.
5. **Dlaczego?** Bo nikt ich tego nie uczył.

To narzędzie pomaga grupie w skupieniu się na przyczynach zamiast na skutkach, co z kolei prowadzi do trafniejszych i trwalszych pomysłów na działania.

Kiedy problem zostaje już nazwany i rozpoznany emocjonalnie, zapraszam uczestników zajęć do pracy z obrazem. Czasami wykorzystuję ćwiczenie z metaforą góry lodowej. Pozwala ono rozdzielić objawy problemu (czyli to, co widoczne na pierwszy rzut oka) od głębszych przyczyn, często ukrytych pod powierzchnią. Przykładowo, jeśli uczestnicy mówią, że „osoby starsze nie angażują się w działania lokalne”, to na czubku góry mogą się znaleźć takie objawy, jak: brak frekwencji, wycofanie, brak zainteresowania. Kiedy jednak zejdziemy pod powierzchnię, trzeba rozważyć:

- Czy ktoś je wcześniej zapraszał?
- Czy czują się potrzebne?
- Czy nie mają trudnych doświadczeń odrzucenia?
- Czy barierą nie są zdrowie, finanse, transport, relacje społeczne?

Rysując wspólnie górę lodową, uczestnicy mogą precyzyjnie nazwać i uporządkować te elementy, a także dostrzec, że za dającym się zaobserwować zachowaniem często stoi cały zestaw społecznych mechanizmów, głębokich przekonań, barier oraz nierówności.

W tym miejscu chciałabym zrobić stopklatkę. Jeśli postanowicie zastosować te narzędzia, pamiętajcie, że potrafia one poruszyć skrywane emocje. Dlatego warto zadbać o to, aby dyskusja nie stała się zapłonem wyzwalającym falę złości skierowanej wobec konkretnych osób lub instytucji, a także o to, by nie przybrała formy czysto roszczeniowej. Zachęcajmy grupę raczej do badania uniwersalnych mechanizmów niż do szukania winnych.

Zadawajmy pytania:

- Z czego może wynikać ten opór?
- Co sprawia, że ktoś nie przychodzi / nie reaguje / nie angażuje się w oferowane działania?
- Co jako grupa możemy zrobić, aby zmienić tę sytuację, zaprosić osoby starsze, dać przestrzeń?

To ćwiczenie ma w założeniu budować wrażliwość i zbiorową odpowiedzialność za zmianę, a nie służyć do zrzucenia winy na innych.

Empatia jako fundament grup projektowych

Zanim uczestniczki i uczestnicy Akademii rozpoczną projektowanie działań, poznają ich odbiorców. Na tym etapie stosują technikę dobrze znaną w świecie projektowania usług, czyli „mapę empatii”. Pozwala ona dokładnie zrozumieć, co czuje, widzi, słyszy, myśli i mówi odbiorca inicjatywy – np. inna osoba starsza, sąsiad lub podopieczny domu dziennego pobytu.

”

Pracy z osobami starszymi nie rozpocynam od gotowych rozwiązań, ale od rozmowy i od ćwiczeń, które pomagają uczestnikom zajęć zdefiniować to, co jest dla nich naprawdę ważne.

Praktyka ta jest przydatna w pracy z osobami w okresie późnej dorosłości, ponieważ naturalnie zaprasza je do autorefleksji, rozmowy oraz dzielenia się doświadczeniem. Pokazuje im również, że niektóre wyzwania mają charakter uniwersalny i dotyczą szerszej społeczności, a nie wyłącznie wybranych jednostek.

Od pomysłu do planu dzięki prostym pytaniom

Na kolejnym etapie każda grupa odpowiada na pytania:

- Co chcemy osiągnąć? Co dokładnie ma się zmienić po zakończeniu naszej inicjatywy?
- Czy nasz cel jest konkretny i mierzalny?
- W jaki sposób sprawdzimy, czy udało się go zrealizować?

Formułujemy cele ogólne i szczegółowe (zgodnie z kryteriami SMART), tworzymy hipotetyczne opowieści o sukcesie (np. „Wyobraźmy sobie, że za rok ktoś pisze o naszym przedsięwzięciu artykuł. Co mogłoby się w nim znaleźć?”) i na tej podstawie projektujemy konkretne działania.

W tym procesie wspieramy się prostą kartą przygotowania inicjatywy – stworzoną na bazie klasycznych wniosków grantowych – w której osoby uczestniczące opisują krok po kroku:

- problem, który chcą rozwiązać;
- odbiorców i ich potrzeby;
- plan działania (w tym harmonogram);
- niezbędne zasoby;
- budżet;
- sposób ewaluacji efektów.

Grupa jako zasób

Praca zespołowa i praca projektowa są dla uczestników Akademii często nowym doświadczeniem. Dlatego już na starcie kładę nacisk na naukę wzajemnego wsparcia, sprawnego dzielenia się zadaniami oraz konstruktywnego przekazywania informacji zwrotnej. To ostatnie bywa zresztą ogromnym wyzwaniem, na sali szkoleniowej nierzadko słysząc szept: „Nie powiem jej tego, bo jeszcze się obrazi...” albo „Ona znowu bierze wszystko na siebie, a co z resztą z nas?”.

Żeby rozwiązać ewentualne obawy i wątpliwości uczestników zajęć, wprowadzam ćwiczenia z zakresu komunikacji, ról grupowych i budowania zaufania. Często jedno proste pytanie, takie jak: „Co was w sobie nawzajem pozytywnie zaskoczyło?”, działa integrująco na zespół – znacznie lepiej niż najbardziej szczegółowe wskazówki dotyczące współpracy.

Sprawny przepływ informacji pomaga także w budowaniu trwałych sojuszy lokalnych. Bardzo skuteczną praktyką jest sporządzenie mapy potencjalnych partnerów przez osoby planujące działania. Wypisuje się na niej instytucje, podmioty i konkretne osoby ze swojego najbliższego otoczenia: biblioteki, domy kultury, przedszkola, sklepy, rady osiedla czy media. Moją rolą, jako trenerki, jest przygotowanie ich do rozmów z partnerami. Posługuję się nawet w tym celu specjalną kartą,

”

Jeśli pracujesz z grupą osób w okresie późnej dorosłości, lokalnym klubem, organizacją czy nieformalnym ruchem, radzę zacząć od małych kroków. Nie potrzeba gigantycznych budżetów, żeby odnieść sukces – kluczem jest uważność, zadawanie trafnych pytań i zaufanie, że grupa wie, czego jej potrzeba.

dzięki której kontakt z nowymi osobami staje się mniej stresujący i zmienia się w zaproszenie do współtworzenia dobra. Naturalnym, następnym krokiem jest zatem odwiedzenie tych miejsc i przetestowanie w praktyce wiedzy zdobytej na szkoleniach i spotkaniach.

Na koniec zaproszenie

Jeśli pracujesz z grupą osób w okresie późnej dorosłości, lokalnym klubem, organizacją lub nieformalnym ruchem, radzę zacząć od małych kroków. Nie potrzeba gigantycznych budżetów, żeby odnieść sukces – kluczem jest uważność, zadawanie trafnych pytań i zaufanie, że grupa wie, czego jej potrzeba.

Jako inspiracja do działania mogą posłużyć moje teksty publikowane na platformie EPAL¹, w których pokazuję wielką siłę mikroinicjatyw, w tym innowacji społecznych. Może właśnie te opowieści o lokalnym zaangażowaniu staną się impulsem do rozpoczęcia własnych działań? Trzymam za to kciuki!



dr Nina Wodarska

Pedagożka, badaczka i trenerka edukacji obywatelskiej. Animatorka działań wolontaryjnych i prosenioralnych. Autorka publikacji naukowych i popularnonaukowych. Pracuje również jako trenerka w Stowarzyszeniu Creo i Poznańskim Centrum Wolontariatu. Chętnie dzieli się wiedzą nie tylko ze studentami, lecz także z młodzieżą, seniorami, pracownikami korporacji czy z osadzonymi w zakładach karnych. Fanka innowacji społecznych. Ambasadorka EPAL.

Przeczytaj na EPAL wywiad
dotyczący wolontariatu osób 60+
i roli centrów senioralnych
w kształtowaniu polityki miejskiej.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



¹ bit.ly/46pfa9D; bit.ly/4wN6Lrh; bit.ly/4reCr7G.

Metoda biograficzna w edukacji dorosłych



WOJCIECH ŚWITALSKI

Wandragogice pojęcie metody biograficznej pojawia się w dwóch zasadniczych kontekstach. Osobom o zacięciu badawczym zapewne w pierwszej kolejności przyjdzie na myśl strategia pozyskiwania materiału empirycznego z narracji lub dokumentów osobistych. Od razu wyjaśniam: nie o tym jest ten tekst. Omawianym terminem można wszak nazwać również sposób pracy samokształceniowej o wyraźnych celach edukacyjnych. I właśnie tego rozumienia dotyczy mój artykuł. W swoich rozważaniach będę nawiązywał do publikacji takich postaci jak Duccio Demetrio, Pierre Dominice czy Olga Czerniawska.

Osobiste historie można różnie wykorzystywać w edukacji. Lubimy słuchać ciekawych opowieści, które świetnie się sprawdzają jako studia przypadków do omówienia złożonych problemów. Stanowią one także znakomite tworzywo w zyskującym popularność storytellingu. Warto też przypomnieć o prowadzonej już od kilku lat inicjatywie „Historie EPALE”¹, dzięki której możemy poznawać doświadczenia edukatorów osób dorosłych z całej Europy, a także dzielić się własnym dorobkiem i refleksjami.

Metoda, o której chcę tutaj opowiedzieć, ma charakter warsztatowy, w związku z czym często określa się ją mianem warsztatów biograficznych. Ponieważ dotyczy ona pracy nad własną historią, chcąc być skrupulatnym, mógłbym użyć określenia „warsztaty autobiograficzne”.

Choć spoglądając na półki księgarskie, można odnieść wrażenie, że spisywanie prywatnych losów dotyczy przede wszystkim celebrytów lub postaci historycznych, to trzymam się prostego założenia: człowiek to z natury istota biograficzna. Jest zdolny do konstruowania własnej opowieści – w głowie nosi nie zawsze wypowiedziane wyobrażenia o tym, jak mógłby opisać swoje życie. Warsztaty oparte na wspomnianej metodzie służą temu, aby ten myślowy konstrukt wydobyć, zwerbalizować i nadać mu pełniejszy kształt. Innymi słowy: mają pomóc uczestnikom w świadomym budowaniu własnych biografii.

Jest to zajęcie niewątpliwie rozwijające. Nie jest łatwo je opisać w kategoriach użytecznych korzyści (np. przyrostu twardej wiedzy czy zdobycia konkretnych umiejętności zawodowych). Raczej trzeba się odwołać do pojęć bardziej nieuchwytnych, lecz fundamentalnych: samoświadomości, tożsamości lub bilansu życiowego.

W metodzie biograficznej powinniśmy się trzymać właściwej kolejności działań, obejmującej trzy następujące po sobie etapy.

- ➔ Najpierw przywołuje się jak największą liczbę wspomnień. Za pomocą ćwiczeń stymulujących uczestnicy zajęć zaglądają do najsłabszych zakamarków pamięci, odtwarzając sytuacje z kolejnych lat życia. Na tym poziomie kluczowa jest ilość.



¹ bit.ly/4gyXVB2.

- Następnie uczestnicy warsztatów skupiają się na ponownym przeżyciu minionych wydarzeń. Uwaga przenosi się na emocje, które niegdyś towarzyszyły danej sytuacji, oraz na odtworzenie jej pierwotnego kontekstu. Na tym poziomie kluczowa jest jakość.
- Ostatnia faza polega na ułożeniu zebranej mozaiki doświadczeń w jeden spójny obraz. O ile dwa wcześniejsze kroki miały charakter analityczny, ten jest syntezą. Dobrym mottem dla tego etapu jest hasło „Ocalić od zapomnienia”.

Tego typu zajęcia wymagają odpowiednich pytań i impulsów, które pozwolą wydobyć ukryte wątki z zakamarków pamięci i przenieść je na papier. Na rynku dostępne są poradniki ze wskazówkami metodycznymi w tym zakresie. Chciałbym wspomnieć o dwóch wartościowych – moim zdaniem – pozycjach:

*Autobiografia jako twórcze wyzwanie: scenariusze warsztatów biograficznych*² oraz *Zabawa na tle życia. Gra autobiograficzna w edukacji dorosłych*³. Aby przybliżyć charakter tych publikacji, opiszę poniżej dwa zaproponowane w nich ćwiczenia.

Ćwiczenie 1: Mijanie

Konstrukcja tego zadania jest niezwykle prosta. Tworzymy tabelę z dwoma kolumnami:

1) „byłem/byłam”, 2) „stałem się / stałam się”. W kolejnych wierszach wypisujemy jak najwięcej kategorii odzwierciedlających osobistą ewolucję. Mogą one dotyczyć sfery prywatnej, społecznej, zawodowej lub rodzinnej. Przykład: „byłem chłopcem – stałem się mężczyzną”, „byłem buntownikiem – zyskałem więcej pokory”, „byłem wypoczęty – stałem się permanentnie zmęczony”. Po spisaniu haseł warto je rozwinąć na forum, aby precyzyjniej uchwycić ich sens i wzbogacić opowieść o dodatkowe szczegóły.

Ćwiczenie 2: Kiedy po raz pierwszy...

Zadanie polega na wypełnieniu arkusza z pytaniami. Ich liczba może być dowolna, warto też dostosować je do profilu uczestników spotkania. Wszystkie powinny dotyczyć najdawniejszych wspomnień związanych z jakimś doświadczeniem, np.:

- Kiedy po raz pierwszy poczułeś/poczułaś, że jesteś na świecie?
- Kiedy po raz pierwszy kogoś pokochałeś/pokochałaś?
- Kiedy po raz pierwszy skorzystałeś/skorzystałaś z platformy EPALE?

”

Osobiste historie można różnie wykorzystywać w edukacji. Lubimy słuchać ciekawych opowieści, które świetnie się sprawdzają jako studia przypadków do omówienia złożonych problemów. Stanowią one także znakomite tworzywo w zyskującym popularność storytellingu. Warto też przypomnieć o prowadzonej już od kilku lat inicjatywie „Historie EPALE”, dzięki której możemy poznawać doświadczenia edukatorów osób dorosłych z całej Europy, a także dzielić się własnym dorobkiem i refleksjami.



² Lasocińska, & K., Wawrzyniak, J. (2013). *Autobiografia jako twórcze wyzwanie: scenariusze warsztatów biograficznych*. Warszawa.

³ Demetrio, D. (1999). *Zabawa na tle życia. Gra autobiograficzna w edukacji dorosłych*. Kraków.

Największy sens ma realizowanie tego rodzaju warsztatów w grupie. Przedstawiane przez innych wspomnienia i przeżycia stają się przyczynkiem do kolejnych refleksji u pozostałych współuczestników. Osoby biorące udział w sesji początkowo pomijają niektóre wątki (ludzka pamięć bywa przecież bardzo wybiórcza), jednak uzupełniają je, gdy zauważą, że dzielą z kimś podobne doświadczenia życiowe.

Komentarz z platformy EPALE

BARTEK LIS

Ten tekst jest mi bliski z perspektywy praktycznej. Jako socjolog mam czasami okazję pracować metodą biograficzną i bardzo ją cenię – z wielu powodów. Jednym z najważniejszych jest to, że widać, jak ta metoda „pracuje” nie tylko na poziomie materiału badawczego, ale w samych rozmowach (porządkowanie doświadczeń, nazywanie ich, czasem pierwszy raz wypowiedzenie ich na głos). Kluczowa jest tu realna uwaga po stronie osoby prowadzącej rozmowę. Potrzeba bycia wysłuchanym nie jest dodatkiem do metody, lecz jej fundamentem. Bez niej cała procedura może stracić sens.

 Like  Comment  Share



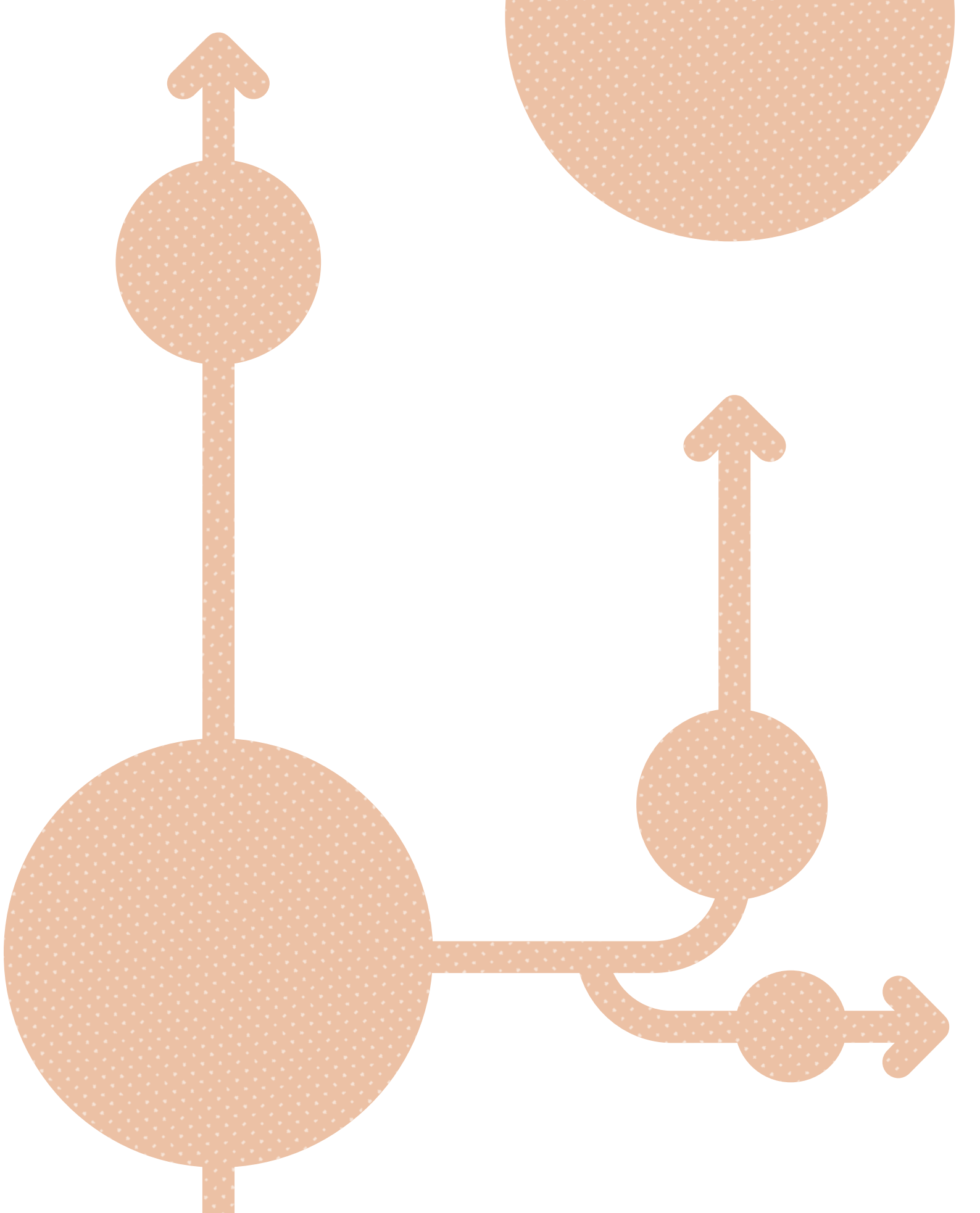
dr Wojciech Świtalski

Pedagog, andragog, adiunkt w Katedrze Andragogiki i Gerontologii Społecznej Uniwersytetu Łódzkiego. Specjalizuje się w metodyce kształcenia w środowisku szkolnictwa wyższego i edukacji dorosłych, zwłaszcza z wykorzystaniem gier i zabaw. Sprawny organizator licznych wydarzeń edukacyjnych. Ambasador EPALE.

Poznaj jedną z „Historii EPALE”,
by czerpać z doświadczeń
innych edukatorów.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Street art jako narzędzie edukacyjne. Integracja na przykładzie działań Galeria de Arte Urbana w Lizbonie



AGNIESZKA CHABERA

W 2025 roku Muzeum Narodowe w Warszawie zakończyło swój pierwszy krótkoterminowy projekt Erasmus+ w sektorze Edukacja dorosłych – „Rozwijaj się w MNW!”. Przedsięwzięcie zakładało realizację mobilności nastawionych na poszerzanie kompetencji pracowników naszej instytucji w zakresie tworzenia inkluzywnej oferty edukacyjnej, skierowanej do osób dorosłych o mniejszych szansach.

W ramach projektu w kwietniu 2024 roku podczas dwutygodniowego pobytu w Lizbonie miałam okazję zapoznać się z funkcjonowaniem miejscowej Gallerii de Arte Urbana (GAU), nad którą pieczę sprawuje lizboński urząd miasta. Wyjątkowy charakter tej instytucji wynika między innymi z faktu, że jej zbiory znajdują się w wielu punktach metropolii. Pomysł na powstanie galerii w 2008 roku wynikał z potrzeby ustrukturyzowania street artu – sztuki, która w sposób niekontrolowany zawładnęła ulicami miasta. Inicjatorzy dostrzegli ogromny potencjał edukacyjny, partycypacyjny oraz tożsamościowy tej formy ekspresji i podjęli wyzwanie zaaranżowania wspólnej przestrzeni twórczej dla artystów oraz mieszkańców. Ich wysiłki zaowocowały powstaniem miejsca, które – poza wyeksponowaniem walorów estetycznych Lizbony – zachęciło także społeczność do wspólnego, kreatywnego spędzania czasu oraz nawiązywania nowych znajomości.

”

W 2025 roku Muzeum Narodowe w Warszawie zakończyło swój pierwszy krótkoterminowy projekt Erasmus+ w sektorze Edukacja dorosłych – „Rozwijaj się w MNW!”. Przedsięwzięcie zakładało realizację mobilności nastawionych na poszerzanie kompetencji pracowników naszej instytucji w zakresie tworzenia inkluzywnej oferty edukacyjnej, skierowanej do osób dorosłych o mniejszych szansach.

Ścieżkami lisbońskiego street artu

Działalność tej nietypowej galerii rozpoczęła się od zbudowania wzdłuż ulicy Calçada da Glória paneli, na których artyści oraz ochotnicy mieli możliwość legalnego malowania, bez niszczenia mienia. Pomysł nie został wtedy przyjęty entuzjastycznie, jednak wstępny sprzeciw ze strony artystów (dla których street art z założenia ma charakter nielegalny) oraz lokalnej społeczności (nieznającej założeń tego rodzaju sztuki i uprzedzonej do niej) stopniowo malał, a sama Galeria de Arte Urbana po kilku latach zyskała światową renomę. Oferta programowa tej instytucji znacznie się rozszerzyła, obejmując m.in. organizowanie cyklicznego festiwalu MURO, prowadzenie warsztatów oraz spacerów edukacyjnych ze sztuką uliczną w tle. Galeria stała się pośrednikiem między artystami a osobami i instytucjami chcącymi urozmaicić przestrzeń publiczną.

Ciekawym doświadczeniem podczas wyjazdu do Lizbony okazała się wizyta w Muzeum Wojskowości (Museu Militar de Lisboa), które we współpracy z GAU proponowało artystom stworzenie murali na terenie całej instytucji. Obecnie Galeria de Arte Urbana jest odpowiedzialna nie tylko za edukację, realizację zleceń, lecz także konserwację lisbońskich dzieł sztuki ulicznej. Jednym z celów strategicznych instytucji była decentralizacja oferty kulturalnej miasta, czego przejawem jest między innymi to, że nadal zapewnia ona wszystkim chętnym miejsca do tworzenia legalnego graffiti. Dużą popularnością cieszą się również wycieczki śladami lisbońskiej sztuki ulicznej.

”

Celem mojej podróży była obserwacja działań skierowanych do osób dorosłych i próba znalezienia odpowiedzi na pytania: Jak street art wpływa na odbiorców? Jak można wykorzystać ten rodzaj sztuki w inicjatywach edukacyjnych w Polsce?

Jak można wykorzystać street art w edukacji dorosłych?

Celem mojej podróży była obserwacja działań skierowanych do osób dorosłych i próba znalezienia odpowiedzi na pytania: Jak street art wpływa na odbiorców? Jak można wykorzystać ten rodzaj sztuki w inicjatywach edukacyjnych w Polsce?

Przykładem ilustrującym powyższe zagadnienie jest festiwal MURO, który odbywa się co kilka lat w wybranych dzielnicach Lizbony. Każda jego edycja ma inny temat przewodni. W pierwszym etapie pracy nad przygotowaniem festiwalu pracownicy GAU odwiedzają wybraną dzielnicę, kontaktują się z miejscowymi instytucjami i organizują spotkania o charakterze rozpoznawczym oraz edukacyjnym, podczas których wyjaśniają, czym jest street art. Następnie opracowują program oraz ustalają wydarzenia towarzyszące. W trakcie samego festiwalu powstają nowe murale, instalacje, odbywają się także różnego rodzaju wydarzenia kulturalne. Istotnym elementem są warsztaty ze street artu dla społeczności lokalnej.

Poza standardowymi formami działań typowymi dla edukacji dorosłych (jak zwiedzanie czy wykłady), warto zwrócić uwagę na wydarzenia o charakterze twórczym. Poniżej kilka przykładowych aktywności.

„Puszka 65”¹ – warsztaty dla seniorów z tworzenia murali

Pozornie dziwić może to, że do aktywności streetartowych najbardziej chętni są seniorzy i seniorki – grupa najsilniej i najbardziej świadomie odczuwająca zmiany zachodzące w najbliższym otoczeniu. Żywo reagują na to, że w ich okolicy pojawiają się nowe murale i instalacje. Chętnie wchodzą w interakcje z artystami: dopytują o szczegóły techniczne lub po prostu zapraszają streetartowców na kawę po zajęciach. Przełamują tabu, pokazując, że sztuka współczesna nie jest im obca – współpracują, tworząc murale, dzięki czemu łatwiej się integrują ze sobą oraz z organizatorami działań edukacyjnych.

Sąsiedzkie malowanie murali w przestrzeni osiedla

W tego typu aktywnościach biorą udział osoby w różnym wieku i o różnym statusie – samotne pary, rodziny z dziećmi oraz starsze małżeństwa. Na co dzień nie wchodzą one ze sobą w interakcje, więc wspólne, twórcze spędzanie czasu to dobra okazja do poznania się.

Działania o charakterze kreatywnym mają w sobie ogromny potencjał budowania przynależności do miejsca zamieszkania oraz do społeczności. Street art staje się pretekstem do zacieśniania więzi i sposobem na miłe spędzenie czasu w towarzystwie sąsiadów.

Kultura poszczególnych dzielnic

Moją uwagę zwróciło to, że GAU koncentruje się na zaspokajaniu podstawowych potrzeb danej społeczności lokalnej, w tym wypadku – na wzmacnianiu poczucia przynależności oraz tożsamości. Wszystkie inicjatywy galerii są wcześniej konsultowane z mieszkańcami, dzięki czemu nie stanowią agresywnej ingerencji w otoczenie.

Lizbona jest miastem wielokulturowym, chętnie odwiedzanym przez turystów, wobec czego trudno zdefiniować jej charakter. Wyeksponowanie cech kulturowych poszczególnych dzielnic właśnie poprzez wspólną działalność artystyczną ich mieszkańców sprawia, że miejsca te nabierają barw, a oni sami mogą się identyfikować z otoczeniem.

Przykładem może być mural wykonany podczas jednej z edycji festiwalu MURO, poświęconej Ameryce Południowej. Hugo Cardoso z GAU opowiedział mi jego historię w trakcie spaceru po mieście. Dzieło przedstawiające Matkę Boską z Guadalupe zapoczątkowało nową lokalną tradycję – miejscowa społeczność katolicka zaczęła je bowiem wykorzystywać jako stację podczas procesji. To idealna ilustracja tego, jak artystyczna ingerencja w otoczenie odzwierciedla potrzeby mieszkańców, a sama sztuka przenika do ich świadomości.

”

Street art może być ciekawym narzędziem budowania poczucia przynależności, zwłaszcza że osoby dorosłe częściej niż we wcześniejszych pokoleniach zmieniają miejsce zamieszkania, w wielu przypadkach bez rodziny i znajomych, a do tego – w przeciwieństwie do dzieci – mają trudności w nawiązywaniu nowych, trwałych więzi.



¹ Nazwa „Puszka 65” (w oryginale „Lata 65”) jest bezpośrednim odwołaniem do tego, że street art oraz graffiti wykonuje się z wykorzystaniem sprayu z farbą. Liczba 65 odnosi się do wieku – w warsztatach uczestniczą seniorzy i seniorki.

Street art może być ciekawym narzędziem budowania poczucia przynależności, zwłaszcza że osoby dorosłe częściej niż we wcześniejszych pokoleniach zmieniają miejsce zamieszkania, w wielu przypadkach bez rodziny i znajomych, a do tego – w przeciwieństwie do dzieci – mają trudności w nawiązywaniu nowych, trwałych więzi.

„Od-czytać miasto”

W Muzeum Narodowym w Warszawie również staramy się budować relacje sąsiedzkie z lokalną społecznością. Choć nasza instytucja pełni zupełnie inne funkcje i ma inne priorytety niż Galeria de Arte Urbana, doświadczenie obserwacji pracy Portugalczyków jest niezwykle cenne – przede wszystkim pozwoliło nam się otworzyć na niestandardowe działania.

Bezpośrednim efektem mojej wizyty w Lizbonie było stworzenie w MNW cyklu edukacyjnego „Od-czytać miasto”, adresowanego do młodych ludzi w wieku 16–17 lat. Chciałam, aby street art stał się pretekstem do lepszego poznania stolicy oraz wspólnych twórczych aktywności, zwieńczonych stworzeniem muralu na warszawskiej Pradze. Uczestnicy projektu docenili zaproponowane im formy pracy, podkreślając skuteczność integracji oraz zmianę perspektywy w postrzeganiu otoczenia. Nasze doświadczenia wskazują, że street art jest efektywnym i atrakcyjnym narzędziem edukacyjnym budowania kompetencji przyszłości.



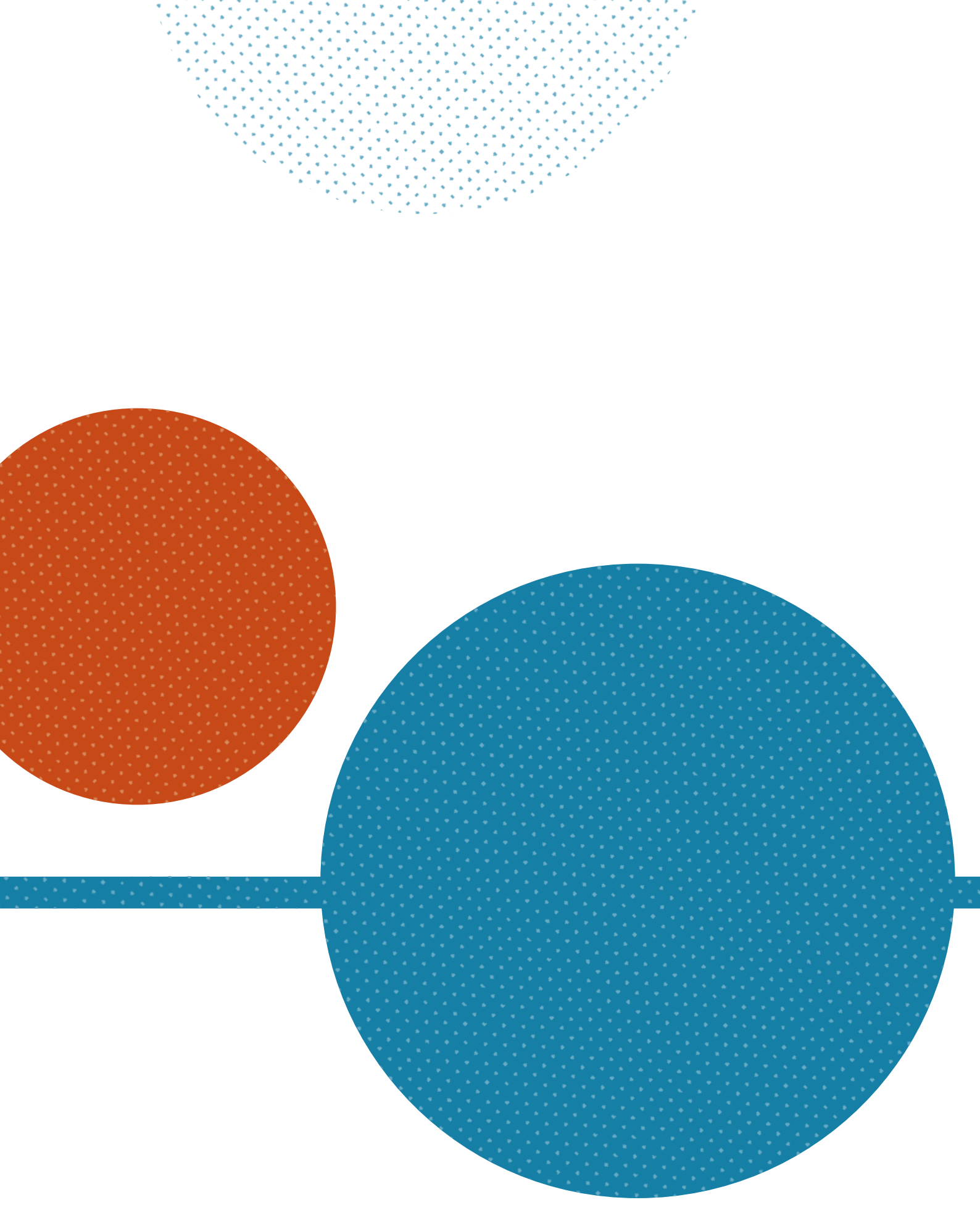
Agnieszka Chabera

Starsza Specjalistka w Dziale Edukacji Muzeum Narodowego w Warszawie, członkini Muzealnego Centrum Edukacji Szkolnej, trenerka Echocast, absolwentka Wydziału Pedagogicznego Uniwersytetu Warszawskiego. Samorzeczniczka w obszarze neuroróżnorodności. Projektantka działań edukacyjnych skierowanych do dzieci oraz młodzieży. Prowadzi warsztaty z edukacji artystycznej dla osób nauczycielskich oraz studenckich.

Przeczytaj na EPALE
artykuł dotyczący czterech
wymiarów edukacji o sztuce.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!





Trwałe wsparcie inicjatyw społecznych

Skuteczne wzmacnianie inicjatyw społecznych wymaga energii, mądrych struktur i dbałości o ludzi. Zebrane teksty pokazują, jak utrzymać zaangażowanie bez ryzyka przeciążenia, wzmacniać współpracę dzięki metodologii Liberating Structures oraz budować wspólnotę poprzez kulturę i edukację. Autorzy przyglądają się m.in.: muzeom społecznościowym, zwiększaniu inkluzywności w organizacjach i projektowaniu uniwersalnemu w bibliotekach. Sporo miejsca w rozdziale poświęcono inicjatywom skierowanym do osób starszych – od warsztatów z analizy wspomnień, przez zajęcia z wykorzystaniem muzyki, aż po wdrażanie podejścia DEI.

Pomiędzy zaangażowaniem a przeciążeniem – psychologiczne uwarunkowania równowagi



ALICJA GAŁĄZKA

Dzisiejszy świat premiuje wysokie zaangażowanie utożsamiane z ambicją, odpowiedzialnością oraz nastawieniem na rozwój. Narracja „bycia na 100 procent” przenika sferę zawodową, edukacyjną i relacje międzyludzkie. Jednak w literaturze psychologicznej coraz częściej akcentuje się fakt, że granica między konstruktywnym zaangażowaniem a destrukcyjnym przeciążeniem jest subtelna, dynamiczna i podatna na zatarcie pod wpływem presji otoczenia, perfekcjonizmu oraz chronicznego stresu (por. Maslach, Leiter, 2016). Przekroczenie tego progu bywa nieuświadomione, a jego następstwa obejmują pogorszenie dobrostanu, spadek poziomu motywacji oraz realne ryzyko wystąpienia syndromu wypalenia zawodowego.

Zaangażowanie: definicja i funkcje psychologiczne

Zaangażowanie można zdefiniować jako stan psychiczny charakteryzujący się energią, entuzjazmem oraz głębokim przekonaniem o celowości podejmowanych kroków. W psychologii pracy najczęściej odnosi się ono do koncepcji *work engagement*, opisującej trzy składowe: wigor (ang. *vigor*), oddanie (ang. *dedication*) oraz pochłonięcie zadaniem (ang. *absorption*), (Schaufeli, Bakker, 2004). Zaangażowanie jest zatem czymś więcej niż zwykłym wypełnianiem powinności – obejmuje motywację wewnętrzną, poczucie sprawczości i pozytywne doświadczanie własnej aktywności.

Z perspektywy psychologii stresu, wspomnianej postawie często towarzyszy eustres – forma stresu mobilizującego, sprzyjającego efektywności i rozwojowi (Selye, 1976). Jednak literatura przedmiotu wskazuje, że stan ten ma charakter warunkowy: jeśli wymagania środowiska przewyższają zasoby jednostki, konstruktywna stymulacja może się przekształcić w dystres, prowadząc w konsekwencji do wyczerpania.

Przeciążenie: charakterystyka i konsekwencje

Przeciążenie (ang. *overload*) definiowane jest jako stan, w którym obciążenia – emocjonalne, poznawcze lub fizyczne – wykraczają poza zdolności adaptacyjne jednostki. W modelach psychologicznych (np. *Job Demands–Resources Model*) podkreśla się, że zjawisko to występuje nie tylko przy nadmiarze zadań, lecz również w obliczu deficytu zasobów: wsparcia społecznego, autonomii, czasu na regenerację czy poczucia kompetencji (Bakker, Demerouti, 2007).

Paradoksalnie przeciążenie często rozwija się na fundamencie początkowo wysokiej i pozytywnej mobilizacji. W kulturze zachodniej, zwłaszcza w środowiskach silnie konkurencyjnych, chroniczne przeciążenie bywa społecznie wzmacniane – nagradza się nadmierną dyspo-

zycijność, wielozadaniowość i pracę ponad normy. Jednak badania dowodzą, że długotrwałe przemęczenie koreluje z obniżeniem efektywności poznawczej, wyższym prawdopodobieństwem wypalenia, zaburzeniami snu, stanami depresyjnymi oraz problemami somatycznymi, w tym immunologicznymi (McEwen, 2004).

Sygnały wskazujące na przechodzenie od zaangażowania do przeciążenia

Choć oba te stany mogą z zewnątrz sprawiać podobne wrażenie, ich subiektywne doświadczenie jest odmienne. W literaturze poświęconej funkcjonowaniu w stresie wyróżnia się kilka typowych symptomów przeciążenia:

- zmniejszenie satysfakcji z aktywności wcześniej uznawanych za źródło motywacji;
- trudności w psychologicznym „odłączaniu się” od pracy lub obowiązków (ruminacje zawodowe);
- zaniedbywanie podstawowych potrzeb fizjologicznych, w tym snu i odpoczynku;
- poczucie winy pojawiające się podczas przerw i regeneracji;
- wzrost drażliwości, napięcia emocjonalnego oraz natężenie stanów lękowych;
- osłabienie koncentracji, spowolnienie poznawcze i spadek sprawności działania mimo intensyfikacji wysiłku.

Uważna obserwacja tych oznak jest kluczowa dla wczesnej interwencji oraz wyznaczenia barier chroniących przed wypaleniem.

Psychologiczne i społeczne źródła przeciążenia

Na powstawanie przeciążenia wpływać może wiele składowych. Wśród czynników najczęściej analizowanych w badaniach znajdują się:

- **Presja kulturowa i normy społeczne**
W kulturach silnie zorientowanych na produktywność sukces utożsamiany jest z nieustannym działaniem, co sprzyja internalizacji nierealistycznych wzorców.
- **Perfekcjonizm**
Dążenie do doskonałości, zwłaszcza w dezadaptacyjnej formie, prowadzi do permanentnej pogoni za nieosiągalnym ideałem, co stanowi istotny predyktor przeciążenia i wypalenia (Flett, Hewitt, 2020).
- **Zacieranie granic między rolami**
Praca zdalna, elastyczne harmonogramy oraz stała dostępność technologiczna sprzyjają rozmyciu granic między sferą zawodową a prywatną, potęgując ryzyko przeciążenia poznawczego.
- **Motywacja zewnętrzna**
Aktywność podejmowana głównie w celu zdobycia gratyfikacji, prestiżu lub aprobaty otoczenia osłabia poczucie autonomii i sprzyja chronicznemu stresowi (Deci, Ryan, 2000).
- **Lęk przed oceną i porażką**
Utrzymywanie aktywności na wysokim poziomie często wynika z obawy przed utratą statusu, krytyką społeczną lub rozczarowaniem innych, co zwiększa podatność na dystres.

Strategie utrzymania równowagi psychicznej

W literaturze przedmiotu podkreśla się, że kluczową kompetencją chroniącą przed przeciążeniem jest samoregulacja, czyli świadomość emocjonalna, monitorowanie własnych zasobów i zdolność do ustalania granic.

Przykładowe strategie obejmują:

→ Wyznaczanie granic czasowych i przestrzennych

Klarowne rozdzielenie sfery zawodowej od prywatnej chroni przed nadmierną aktywizacją mechanizmów stresowych.

→ Regularna regeneracja

Odpoczynek traktowany jako element profilaktyki, a nie jako reakcja na kryzys, sprzyja stabilizacji posiadanych zasobów.

→ Orientacja na wartości

Zaangażowanie wynikające z wewnętrznych wartości, a nie oczekiwań zewnętrznych, to postawa dająca większą odporność na wypalenie.

→ Ograniczanie perfekcjonizmu

Akceptacja realizacji zadań na poziomie „wystarczająco dobrym” ułatwia realistyczne gospodarowanie energią.

→ Komunikowanie potrzeb i granic

Otwarte rozmowy z bliskimi i zespołem zmniejszają ryzyko nierównomiernego obciążenia odpowiedzialnością.

→ Separacja wartości od produktywności

Rozróżnienie między poczuciem własnej wartości a efektywnością podejmowanych działań (na co zwraca się uwagę w publikacjach dotyczących dobrostanu).

”

Dzisiejszy świat premiuje wysokie zaangażowanie utożsamiane z ambicją, odpowiedzialnością oraz nastawieniem na rozwój. Narracja „bycia na 100 procent” przenika sferę zawodową, edukacyjną i relacje międzyludzkie. Jednak w literaturze psychologicznej coraz częściej akcentuje się fakt, że granica między konstruktywnym zaangażowaniem a destrukcyjnym przeciążeniem jest subtelna.

Podsumowanie

Zaangażowanie jest ważnym zasobem psychologicznym, sprzyjającym rozwojowi osobistemu, efektywności i poczuciu celowości podejmowanych działań. Jego konstruktywny charakter ujawnia się jednak dopiero wtedy, gdy pozostaje w równowadze z procesami regeneracyjnymi i autorefleksją. W przeciwnym razie może się przeobrazić w przeciążenie, przyczyniając się do zmniejszenia dobrostanu psychicznego i pogorszenia sprawności funkcjonalnej.

Współczesne wyzwania społeczne oraz zawodowe sprawiają, że umiejętność rozpoznawania granicy między zdrowym zaangażowaniem a przeciążeniem, a także świadome dbanie o własne zasoby psychiczne, stają się kluczowymi kompetencjami adaptacyjnymi.

Bibliografia

- Allen, T. D., Golden, T. D., & Shockley, K. M. (2013). How effective is telecommuting? Assessing the status of our scientific findings. *Psychological Science in the Public Interest*, 14(2), 40–68.
- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2007). The job demands–resources model: State of the art. *Journal of Managerial Psychology*, 22(3), 309–328.
- Beck, U., & Beck-Gernsheim, E. (2002). *Individualization*. Sage.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The „what” and „why” of goal pursuits: Human needs and self-determination. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.
- Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2020). *Perfectionism: A relational approach to conceptualization, assessment, and treatment*. Guilford Press.
- Hakanen, J. J., Schaufeli, W. B., & Ahola, K. (2008). The job demands–resources model: A three-year cross-lagged study. *Work & Stress*, 22(3), 224–241.
- Limburg, K., Watson, H. J., Hagger, M. S., & Egan, S. J. (2017). The relationship between perfectionism and burnout: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 21(3), 262–286.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). *Burnout*. Routledge.
- McEwen, B. S. (2004). Protection and damage from acute and chronic stress. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1032, 1–7.
- Schaufeli, W. B., & Bakker, A. B. (2004). Job demands, job resources, and their relationship with burnout and engagement: A multi-sample study. *Journal of Organizational Behavior*, 25(3), 293–315.
- Selye, H. (1976). *Stress in health and disease*. Butterworth.
- Shimazu, A., Schaufeli, W. B., Kamiyama, K., & Kawakami, N. (2015). Work engagement and satisfaction with work across nations: A comparison of six countries. *Journal of Occupational Health*, 57(2), 183–192.
- Sonnentag, S., & Fritz, C. (2015). Recovery from job stress: The stressor-detachment model as an integrative framework. *Journal of Organizational Behavior*, 2, 361–389.

Komentarze z platformy EPALE

KAROLINA SUSKA

Gdy przeczytałam ten wpis, przypomniałam sobie, że prawdziwe zaangażowanie nie polega na ciągłym przekraczaniu siebie i swoich granic, lecz na świadomym gospodarowaniu własną energią, a to w praktyce zawodowej wielu osób wcale nie jest łatwe. Ten wpis to ważny głos normalizujący stawianie granic i regenerację jako kompetencje, a nie oznaki słabości. W codziennej praktyce zawodowej warto zwracać uwagę na sygnały przeciążenia i na to, by nie być non stop „na 100%”, bo to bardzo szybka droga do wypalenia.

AGNIESZKA LEŚNY

Dziękuję za ten zwięzły tekst. Zwróciło moją uwagę to, że jest on skierowany bardzo na proaktywność osoby pracującej. Tymczasem, gdy mówimy o destrukcyjnej presji społecznej, warto nie tylko pomagać samemu pracownikowi w jej odpieraniu (np. poprzez asertywne stawianie granic), ale też zająć się wytwórcą presji. Tak naprawdę wszelkie strategie same w sobie... generują kolejną presję. A to przecież JA mam stawiać granice, JA mam zarządzać swoim odpoczynkiem. Twórzmy równowagę, mówiąc również o tym, że pracodawca nie powinien oczekiwać od pracownika ciągłej dyspozycyjności czy sabotować jego wypoczynku.

 Like  Comment  Share



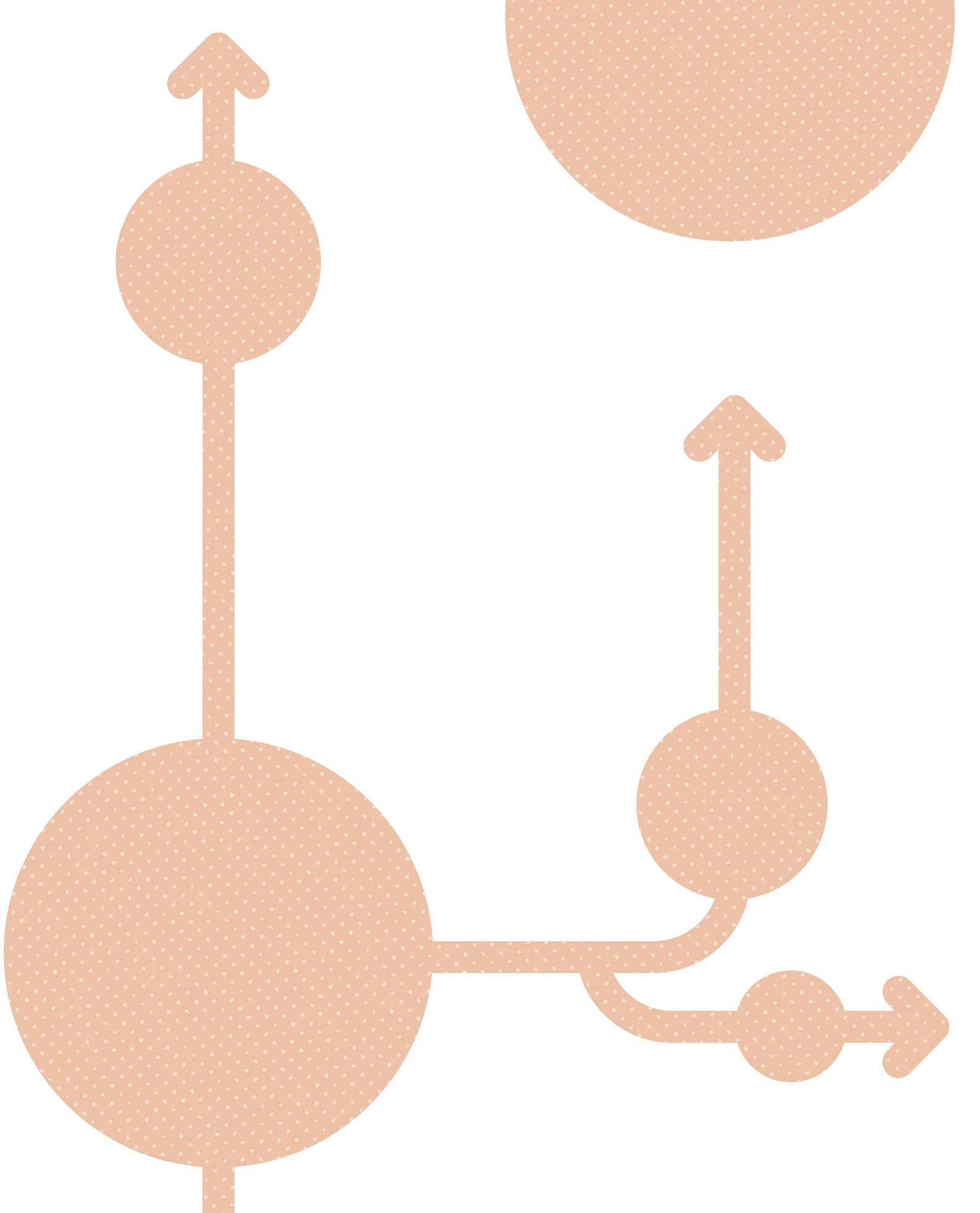
dr hab. Alicja Gałązka, prof. UŚ

Psychoterapeuta, psycholog i pedagog, lingwista, licencjonowany coach i trener. Prezes ICI (International Coaching Institute) w Polsce. Master Trainer z zakresu coachingu, NLP oraz psychologii pozytywnej. Ukończyła Uniwersytet Śląski, Exeter University oraz S. Freud University of Vienna. Wykładowca i pracownik naukowy w Uniwersytecie Śląskim oraz Śląskim Uniwersytecie Medycznym. Regionalny doradca Trinity College London w Polsce. Wykładowca w Pilgrims Training Centre, Oxford University oraz Macmillan UK. Założycielka i dyrektor Centrum Edukacyjnego FUTURE, które od 30 lat kształci dzieci, młodzież i dorosłych, realizując liczne projekty naukowe, unijne oraz szkoleniowe.

Przeczytaj na EPALE artykuł prezentujący zestaw praktycznych ćwiczeń, które wspierają wiarę w siebie (nie tylko) w zawodowych kryzysach.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Jak ograniczenia mogą uwolnić potencjał grupy – Liberating Structures w praktyce



EWA DUDA-MACIEJEWSKA

Liberating Structures to zestaw 33 mikrostruktur – gotowych instrukcji do facylitacji pracy grupowej, które tworzą przestrzeń angażującą każdą osobę uczestniczącą w spotkaniu.

Te innowacyjne formy współpracy zrodziły się z frustracji tradycyjnymi spotkaniami, które nie przynosiły wymiernych efektów. Analizując różne metody pracy zespołowej, Keith McCandless i Henri Lipmanowicz – autorzy publikacji *The Surprising Power of Liberating Structures*¹ – doszli do wniosku, że kluczem do efektywności są relacje. Selekcjonowali oni, modyfikowali i tworzyli metody (rzetelnie wskazując ich źródła), a następnie upraszczali tak, aby każdy mógł z nich korzystać samodzielnie bez wsparcia ekspertów.

W ten sposób powstał zbiór instrukcji wprowadzających celowe ograniczenia, których zadaniem jest uwolnienie uczestników od nieproduktywnych schematów oraz nadmiernej kontroli (stąd wzięła się ich nazwa: Liberating Structures – Struktury Uwalniające). Wdrożenie większości mikrostruktur zajmuje od 10 do 30 minut, dzięki czemu można je z łatwością wkomponować w standardowe harmonogramy pracy lub spotkań.

Jak działają mikrostruktury?

Liberating Structures opisane są według spójnego schematu, który ułatwia zrozumienie ich logiki, szybkie zastosowanie i łączenie w ciągi.

Każdy z opisów uwzględnia pięć elementów:

1. zaproszenie;
2. aranżacja przestrzeni i potrzebne materiały;
3. zasady uczestnictwa;
4. konfiguracja grup;
5. sekwencja kroków i czas ich realizacji.

Powtarzalne elementy mikrostruktur tworzą warunki sprzyjające kreatywności, poczuciu sprawstwa i współodpowiedzialności za przebieg spotkania. Choć każda z nich realizuje inny cel i oferuje odmienne możliwości, to jednak spójny sposób ich opisu ułatwia wybór i wdrożenie właściwej formy działania.



¹ Lipmanowicz, H., & McCandless, K. (2014). *The Surprising Power of Liberating Structures: Simple Rules to Unleash A Culture of Innovation*. Liberating Structures Press.

W otwartym dostępie znajduje się LS Menu – zestawienie wszystkich 33 mikrostruktur w polskim tłumaczeniu, przygotowanym na podstawie oryginalnej strony internetowej Liberating Structures². Przydatnym narzędziem jest także darmowa aplikacja mobilna³, umożliwiająca filtrowanie struktur według czasu trwania (10–120 minut) oraz kategorii, takich jak: odkrywanie, dzielenie się pomysłami, analiza, pomoc, tworzenie strategii czy planowanie działań.

Mikrostruktury organizują interakcje w taki sposób, aby każda osoba miała równe szanse uczestnictwa. Dzięki precyzyjnym instrukcjom pozwalają błyskawicznie reagować na potrzeby grupy, a także wspierają wymianę doświadczeń, rozwiązywanie problemów czy planowanie. Instrukcje są gotowe do natychmiastowego wykorzystania – zawierają dokładne opisy elementów składowych, ich pochodzenie, przykłady zastosowania i potencjalne korzyści. Wspomagają one przekształcenie sposobu współpracy zgodnie z ideą: „Zmień strukturę, zmienisz kulturę”.

Jasne cele = łatwe użycie

W menu na stronie internetowej Liberating Structures znajdziemy zarówno krótkie, kilkunastominutowe formy pracy (np. *Helping Heuristics*, *Impromptu Networking*, *TRIZ*), procesy średniej długości (np. *15% Solution*, *25/10 Crowd Sourcing*, *Celebrity Interview*), jak i bardziej rozbudowane narzędzia wymagające poświęcenia godziny lub dwóch (np. *Critical Uncertainties*, *Discover and Action Dialogue*, *Wise Crowd*). Wszystkie one zwiększają energię, zaangażowanie i kreatywność uczestników. Wybór odpowiedniej metody ułatwia LS Matchmaker⁴ – narzędzie pomagające szybko dopasować konkretną mikrostrukturę do pożądanego rezultatu spotkania.

Przykładowo, podstawowa mikrostruktura „1-2-4-WSZYSCY” (ang. *1-2-4-ALL*) to alternatywa dla klasycznej burzy mózgów. Jej celem jest zaangażowanie uczestników w proces zadawania pytań, generowania pomysłów oraz przekazywania sugestii. Metoda uwzględnia cztery etapy: refleksję indywidualną, rozmowy w parach, dyskusję w czwórkach oraz wymianę myśli. Taki model pracy pozwala krok po kroku budować poczucie bezpieczeństwa, sprzyjając zbieraniu, rozwijaniu i pogłębianiu koncepcji. Dzięki niemu na każdym etapie wzrasta jakość propozycji, a powtarzalność ułatwia uwalnianie zbiorowej kreatywności.

Potęga prostoty

Prostota tych narzędzi bywa myląca – w rzeczywistości mikrostruktury kryją w sobie ogromną moc transformacyjną. Wszystkie one opierają się na 10 zasadach, które wspierają dobre relacje i efektywne współdziałanie.

1. Angażuj i aktywizuj każdą osobę.
2. Praktykuj głęboki szacunek dla ludzi i lokalnych rozwiązań.
3. Buduj zaufanie małymi krokami.
4. Ucz się na błędach.
5. Odkrywaj zasoby drzemiące w jednostkach i grupie.
6. Wzmacniaj wolność i odpowiedzialność za wspólną pracę.
7. Doceniaj możliwości – uwierz, zanim zobaczysz.



² bit.ly/4q7ycd6.

³ liberatingstructures.app/en.

⁴ bit.ly/49x5AhG.

8. Zapraszaj do kreatywnej destrukcji, by robić miejsce na innowacje.
9. Pobudzaj ciekawość przez „poważną zabawę”.
10. Nigdy nie zaczynaj bez jasnego celu.

Keith McCandless i Henri Lipmanowicz podkreślają, że Liberating Structures wprowadzają drobne zmiany podczas spotkań, procesów planowania i podejmowania decyzji, a także w trakcie nawiązywania relacji. Oddają innowacyjną moc, niegdyś dostępną wyłącznie dla ekspertów, w ręce każdego. I właśnie takie założenie leżało u podstaw powstania mikrostruktur.

33 mikrostruktury i miliony możliwości

Każda z 33 podstawowych mikrostruktur, a także ponad 20 nowych, daje możliwość tworzenia wielu kombinacji. Pojedyncza metoda potrafi diametralnie zmienić dynamikę konkretnego zadania, natomiast przemyślane ciągi struktur ożywią całodniowe, a nawet kilkudniowe spotkania. Regularne stosowanie tych narzędzi sprawia, że stają się one naturalnym elementem warsztatu każdego uczestnika, co w dłuższej perspektywie trwale zmienia kulturę współpracy.

LS Design Storyboards⁵ pomaga projektować całe scenariusze spotkań.



Źródło: opracowanie własne na podstawie ilustracji Miro stworzonych przez Anja Eberes (www.akanto.de).

Choć autorzy opisali „tylko” 33 bazowe struktury, ich wzajemne powiązania pozwalają na projektowanie złożonych procesów trwających wiele godzin, a nawet dni. Przykładowe ciągi mikrostruktur można odnaleźć zarówno w aplikacji, jak i na stronie internetowej. Obrazują one, w jaki sposób – poprzez łączenie wielu metod – można tworzyć prototypy rozwiązań, uruchamiać oddolne inicjatywy czy wdrażać złożone procesy strategiczne.

Licencja na otwartą współpracę

Wszystkie mikrostruktury opisane przez McCandlessa i Lipmanowicza są dostępne na wolnej licencji⁶. Autorzy do dziś wspierają społeczność, która – bazując na pierwotnych zasadach i strukturach – stworzyła już ponad 20 nowych protokołów współpracy.



⁵ liberatingstructures.org.pl/design-storyboards.

⁶ liberatingstructures.com/commons.

Skuteczność tych uwalniających zasad pracy potwierdziła się również w środowisku online podczas pandemii COVID-19. Do dziś istnieje możliwość dołączenia do spotkań z twórcami i osobami uczącymi się, testującymi nowe kombinacje mikrostruktur. Obecnie działa ponad 60 grup w 25 krajach.

„Kiedy ludzie stają się «świadomi struktur», uzmysławiają sobie, że każdy z nas korzysta z mikrostruktur każdego dnia, aby wykonywać swoją pracę. Repertuar Liberating Structures daje im wybór spośród 33 prostych rozwiązań, które pozwalają osiągnąć lepsze rezultaty. Z naszych obserwacji wynika, że po doświadczeniu pracy z Liberating Structures, ludzie nie chcą już wracać do starych metod”⁷. Warto się o tym samemu przekonać!

Materiały pomocnicze

- strona internetowa Liberating Structures:
www.liberatingstructures.com
- archiwalna strona internetowa Liberating Structures:
archive.liberatingstructures.com
- europejska strona Liberating Structures
(informacje o społecznościach lokalnych):
liberatingstructures.eu
- polska strona Liberating Structures:
liberatingstructures.org.pl
- aplikacja mobilna:
liberatingstructures.app/en
- międzynarodowa społeczność eksperymentująca
z tworzeniem nowych struktur:
www.liberatingstructures.com/user-group
- przykładowe ciągi mikrostruktur w języku angielskim:
www.liberatingstructures.com/sample-strings
- nowe mikrostruktury w opracowaniu:
www.liberatingstructures.com/ls-in-development
- tablica Miro wspierająca tworzenie ciągów struktur:
miro.com/templates/liberating-structures-menu-and-principles
- narzędzia do pracy online:
fullcirc.com/resources/online-community-toolkit
- publikacja opisująca doświadczenia ostatnich kilkunastu lat
działania Liberating Structures i uaktualnione struktury:
www.liberatingstructures.com/2026-fieldbook
- artykuł na temat eksperymentów ze strukturami oraz AI LLM:
bit.ly/3YQRjMn.

”

Mikrostruktury organizują interakcje w taki sposób, aby każda osoba miała równe szanse uczestnictwa. Dzięki precyzyjnym instrukcjom pozwalają błyskawicznie reagować na potrzeby grupy, a także wspierają wymianę doświadczeń, rozwiązywanie problemów czy planowanie.



⁷ McCandless, K. (2020). *Liberating Structures: Change Methods for Everybody Every Day*, bit.ly/4wcB8aN [tłum. E. Duda-Maciejewska].



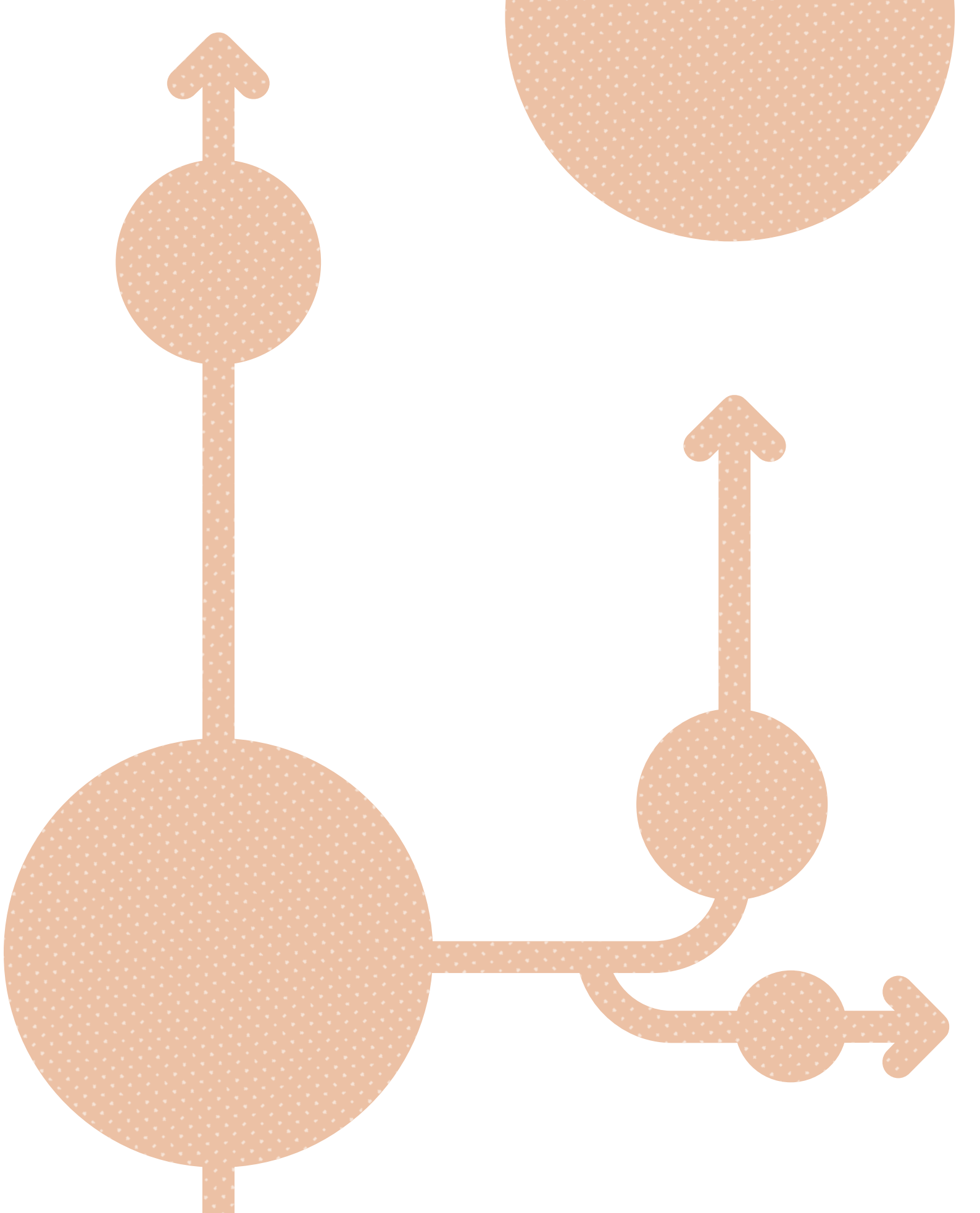
Ewa Duda-Maciejewska

Socjolożka, marketingowiec i wykładowczyni akademicka. Członkini Sektorowej Rady ds. Kompetencji Sektora Komunikacji Marketingowej oraz Grupy Ekspertckiej BKL 3.0. Współtwórczyni Akademickiego Centrum Doskonałości Uniwersytetu Civitas. W Szkole Doktorskiej Akademii Pedagogiki Specjalnej prowadzi badania nad regeneratywnymi doświadczeniami edukacyjnymi. Jest także trenerką Stowarzyszenia Trenerskiego Organizacji Pozarządowych, facylitatorką Design Sprint i Climate Fresk. Członkini Polskiego Towarzystwa Pedagogicznego, International Sociological Association oraz międzynarodowych społeczności The Creative Revolution oraz University Coalition for Students Inner Development. Pasjonuje się współtworzeniem holistycznych doświadczeń edukacyjnych. Ambasadorka EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł dotyczący społeczności IDG, której działalność pokazuje siłę współpracy w działaniach na rzecz zrównoważonego rozwoju.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Museos comunitarios

– uspołecznianie edukacji kulturowej



MARCIN SZELĄG

Coraz częściej poszukujemy alternatywnych form funkcjonowania w świecie zdominowanym przez kapitalistyczną logikę zarządzania i populizm – w świecie, w którym demokracja jest w kryzysie, a faktyczne rządy sprawują neoliberalne elity powiązane z globalnymi firmami technologicznymi. Sytuacja ta wymusza też na instytucjach kultury rewizję ich modeli działania i zarządzania. Podejmowane są próby wdrażania rozwiązań służących uspołecznieniu procesów decyzyjnych oraz wprowadzeniu bardziej demokratycznych metod administrowania i kontroli. Dyskusje te nie ograniczają się wyłącznie do mniejszych organizacji trzeciego sektora – pojawiają się one w centrum działań programowych największych muzeów.

Poznańska Scena Robocza w ramach Laboratorium Praktyk Twórczych organizuje panele poświęcone kryzysowi instytucjonalnemu, natomiast Muzeum Sztuki Nowoczesnej w Warszawie wdraża koncepcję „muzeum wspólnego”. Zakłada ona stworzenie mechanizmu umożliwiającego – artystom, artystkom oraz innym osobom tworzącym kulturę – realny wpływ nie tylko na program instytucji, lecz także na politykę kulturalną władz miejskich i państwowych.

Te dwa przykłady są wyrazem trendu obserwowanego w wymiarze globalnym. Na gruncie instytucjonalnym – zwłaszcza w placówkach zajmujących się dziedzictwem – oznacza to poszukiwanie alternatyw dla zachodniocentrycznych modeli działania. Uwaga badaczy i praktyków kieruje się w stronę osiągnięć muzeów społecznych oraz wspólnotowych, funkcjonujących na tzw. globalnym południu. Na podstawie ich doświadczeń da się wskazać praktyczne metody pracy z dorosłymi, które mogą się stać impulsem do zmiany sposobu myślenia o instytucjach kultury. Praktyki muzeów wspólnotowych dowodzą, że potrafią one skutecznie wspierać procesy demokratyzacji i uspołecznienia kluczowych decyzji.

Wspólnotowe tworzenie wiedzy i dialog międzypokoleniowy

Inicjatywy w tym zakresie bazują na zaangażowaniu społeczności lokalnej w procesy decyzyjne i rozwojowe, a to z kolei wymiennie zwiększa poczucie przynależności i sprawczości uczestników proponowanych działań edukacyjnych. Modelowym przykładem są meksykańskie muzea wspólnotowe znane jako *museos comunitarios*. Pierwsze z nich powstały w 1985 roku w stanie Oaxaca. Punktem wyjścia dla każdej instytucji było uzgodnienie z mieszkańcami kluczowych kwestii: o czym i w jaki sposób muzeum powinno opowiadać, aby zachować pamięć dla kolejnych pokoleń.

Każda społeczność wypracowała własne podejście. W Santiago Suchilquitongo (1988) organizowano spotkania w poszczególnych dzielnicach i lokalnych instytucjach, aby wyłonić najistotniejsze tematy – trzy z nich znalazły swoje odzwierciedlenie na muzealnych wystawach. Z kolei w Santiago Matatlán (2004) zwołano walne zgromadzenie, które wyłoniło dziesięcioosobowe zespoły – spośród ich pomysłów wybierano te, które zyskały aprobatę większości.

Obok metod opartych na szerokiej reprezentacji stawiano również na współpracę ze sprofilowanymi grupami. W San Juan Guelavía (2010) koncepcje wyjściowe opracowały kobiety, a ostatecznego wyboru dokonała cała społeczność na podstawie ankiet. W Santo Domingo Yanhuitlán (2013) komitet muzeum postawił na aktywny udział uczniów i uczennic szkół podstawowych. Dzieci rozmawiały z rodzicami oraz dziadkami o zagadnieniach, którymi powinna się zająć instytucja, a ostateczne decyzje podejmowało ogólne zgromadzenie mieszkańców.

W ramach współpracy ze społecznościami stosuje się różnorodne rozwiązania ułatwiające prowadzenie badań, definiowanie pytań badawczych i odkrywanie historii, które powinny zostać opowiedziane. W proces ten angażują się historycy i historyczki, nauczyciele i nauczycielki oraz członkowie i członkinie lokalnych wspólnot. Promują oni partycypacyjne metody historii mówionej oraz techniki osiągania porozumienia, takie jak burza mózgów i kategoryzacja pomysłów. Skutecznym narzędziem okazuje się również dokumentacja praktyk wspólnotowych oraz szczegółowe mapowanie ważnych miejsc. Doświadczenia z Santo Domingo Yanhuitlán dowodzą, że warto uzupełniać te działania międzypokoleniowym transferem wiedzy. Jego istotą nie jest jednostronny przekaz, lecz dialog: starsi członkowie społeczności dzielą się wiedzą o tradycji, a młodszy wnoszą nowe perspektywy, nadając dziedzictwu aktualny kontekst.

”

W obliczu poszukiwań alternatywnych modeli funkcjonowania instytucji kultury w świecie zdominowanym przez rynkową logikę zarządzania, doświadczenia muzeów wspólnotowych z globalnego południa stanowią cenne źródło inspiracji dla osób zajmujących się edukacją dorosłych w Polsce.

Mapowanie społeczności

Równie ciekawym narzędziem edukacyjnym jest mapowanie społeczności. Polega ono na dokumentowaniu miejsc, zasobów i tradycji ważnych dla tożsamości lokalnej oraz budowaniu świadomości wspólnotowej. Jego przydatność sprawdzono w trakcie projektu „EU-LAC-MUSEUMS”¹, mającego na celu przeprowadzenie analizy porównawczej małych i średnich muzeów wiejskich oraz ich społeczności w Europie, Ameryce Łacińskiej i na Karaibach. Adresatami były młode osoby zamieszkujące na terenach wiejskich i wyspiarskich oddalonych od miejskich aglomeracji. Cel projektu dotyczył wyzwań, jakie przed nimi stawia globalizacja potęgowana przez niestabilność społeczno-polityczną i zmiany klimatyczne, brak dostępu do zasobów, wyludnienie i nieetyczny rozwój gospodarczy.

Comiesięczne warsztaty w różnych krajach obejmowały szereg działań, które zachęcały młodych ludzi do angażowania się w sprawy związane z lokalnym środowiskiem przyrodniczym, dziedzictwem kulturowym i tożsamością. Skłaniały także do krytycznego myślenia o kwestiach, które ich dotyczą (takich jak wyludnienie, globalizacja i utrudniony dostęp do zasobów czy negatywne skutki turystyki). Realizowany w ramach projektu program wymiany uwzględniał



¹ eulacmuseums.net/index.php.

tw. spacery społecznościowe (ang. *community walkabouts*), podczas których gospodarze oprowadzali gości po swojej okolicy, wskazując miejsca o szczególnym znaczeniu (np. obiekty kultury, ciekawe budynki czy specyficzne okazy fauny i flory). Zwiedzający byli zachęceni do dokonywania porównań z własną społecznością. Zadaniem uczestników spacerów było mapowanie wspólnot, zabytków, zasobów oraz miejsc, które uznawali za istotne z punktu widzenia funkcjonowania osób starszych. Powstałe na tej podstawie prezentacje rejestrowano na potrzeby filmu dokumentalnego, a mapy były wykorzystywane w trakcie imprez związanych z projektem.

Edukacja przez działanie

Powszechnie stosowaną metodą w instytucjach kultury jest edukacja przez działanie, która w tym kontekście polega na uczeniu się poprzez wspólne zaangażowanie na rzecz społeczności – na przykład w obywatelskich projektach badawczych czy aktywnościach służących ochronie i regeneracji środowiska. Często wiąże się to z ekologicznym podejściem do edukacji, łączącym kwestie kulturowe z wyzwaniami środowiskowymi.

Przykładem jest Narodowa Galeria Kajmanów² w George Town na wyspie Grand Cayman, której program stopniowo podporządkowano zagadnieniom zmian klimatu, co zapoczątkowało proces kompleksowego uczenia się o zrównoważonym rozwoju. Edukacja przez działanie nie sprowadza się tu wyłącznie do aktywności manualnej, ruchowej czy prostego doświadczania – jak mogłoby się wydawać z perspektywy Europy, gdzie instytucje dziedzictwa głównie z tym są kojarzone. Służy ona wzmocnieniu więzi społecznych poprzez wspólną pracę. Dlatego właśnie aktywizm i zaangażowanie społeczne, będące rezultatem tych praktyk, same stają się istotnymi metodami edukacyjnymi.

Museo Comunitario Despierta Hermano de Malalhue w Chile powstało, aby zwalczać dyskryminację dzieci Mapuców. Inna chilijska instytucja – Centro Cultural Museo y Memoria de Neltume³ – przeciwdziała naruszeniom praw człowieka. Muzea te oferują przyjazne przestrzenie do krytycznej analizy mechanizmów dominacji i hegemonii, stwarzając bezpieczne warunki do przepracowania społecznych traum. Ich celem, choć może to zabrzmieć pretensjonalnie, jest doskonalenie sztuki życia, zamiast skupiania się wyłącznie na kwestiach rozwoju gospodarczego. To podejście stanowi alternatywę dla filozofii działania instytucji funkcjonujących w systemie nastawionym na permanentny wzrost.

Muzea wspólnotowe jako inspiracja dla edukacji dorosłych w Polsce

W obliczu poszukiwań alternatywnych modeli funkcjonowania instytucji kultury w świecie zdominowanym przez rynkową logikę zarządzania, doświadczenia muzeów wspólnotowych z globalnego południa stanowią cenne źródło inspiracji dla osób zajmujących się edukacją dorosłych w Polsce. Poniżej kilka przykładów działań wraz z propozycjami ich praktycznego zastosowania.

1. Wspólnotowe tworzenie wiedzy

Metoda ta opiera się na bezpośrednim angażowaniu społeczności w procesy decyzyjne i edukacyjne, co wzmocnia poczucie sprawstwa oraz przynależności.



² nationalgallery.org.ky.
³ museoneltume.cl.

Zastosowanie praktyczne: Instytucje kultury mogą ją adaptować do budowania programów edukacyjnych opartych na rzeczywistych potrzebach społeczności lokalnych, odchodząc od odgórnie narzucanych narracji (np. polityki historycznej) na rzecz tematów wypracowanych oddolnie.

2. Międzypokoleniowy transfer wiedzy

Fundamentem jest tu dialog – starsze pokolenia dzielą się doświadczeniem i tradycją, a przedstawiciele młodszych wnoszą nowe perspektywy interpretacyjne.

Zastosowanie praktyczne: Programy łączące seniorów z młodzieżą, w których obie grupy występują zamiennie w rolach osób uczących się i nauczających. Takie działania skutecznie przeciwdziałają wykluczeniu cyfrowemu i społecznemu starszych osób, jednocześnie wzmacniając tożsamość ludzi młodych.

3. Mapowanie społeczności

Polega na dokumentowaniu miejsc, zasobów oraz tradycji ważnych dla lokalnej tożsamości.

Zastosowanie praktyczne: Metoda sprawdza się zwłaszcza na wsiach i w małych miastach. Pomaga odkrywać i archiwizować lokalne dziedzictwo, tworząc jednocześnie mechanizmy przeciwdziałające marginalizacji oraz odpływowi mieszkańców.

4. Edukacja przez działanie

Metoda ta wyrasta z więzi społecznych budowanych podczas wspólnej pracy. Obejmuje zaangażowanie w obywatelskie projekty badawcze, ochronę środowiska oraz krytyczną refleksję nad mechanizmami dominacji czy traumami wspólnoty.

Zastosowanie praktyczne: Instytucje kultury mogą realizować programy edukacyjne łączące ochronę dziedzictwa z aktywizmem społecznym i ekologicznym, odpowiadające na konkretne, lokalne wyzwania środowiskowe.

Wnioski dla edukacji kulturowej osób dorosłych

Doświadczenia muzeów wspólnotowych pokazują, że instytucje kultury mogą się stać motorami demokratyzacji. Aby to osiągnąć, warto postawić na:

- **partnerstwo zamiast autorytetu**: odejście od modelu instytucji jako jedynej źródła wiedzy, na rzecz wspólnotowego tworzenia programów edukacyjnych;
- **użyteczność społeczną**: skupienie się na praktycznych aspektach edukacji, które pomagają rozwiązywać realne problemy danej społeczności;
- **potencjał lokalny**: wykorzystanie miejscowych zasobów kulturowych jako naturalnego punktu wyjścia dla działań edukacyjnych;
- **przestrzeń krytyczną**: stworzenie okazji do refleksji nad mechanizmami społecznymi i kulturowymi;
- **interdyscyplinarność**: integrację edukacji z aktywnością obywatelską i ekologiczną.

Praktyki te dowodzą, że możliwe jest realizowanie wartościowych programów edukacyjnych dla dorosłych, które nie tylko uczą, lecz przede wszystkim odpowiadają na faktyczne potrzeby społeczności lokalnych.

Inspiracją dla tekstu była publikacja: Brown K., Cummins A., & González Rueda A.S. (red.). (2024). *Communities and Museums in the 21st Century: Shared Histories and Climate Action*. Routledge.

Komentarz z platformy EPALE

NINA WODERSKA

Bardzo wartościowy przegląd! Dziękuję. Doceniam, jak pokazujesz, że prawdziwa edukacja w instytucjach kultury to dialog i wspólne działanie, a nie tylko przekaz gotowej wiedzy. Twoje przykłady z muzeów wspólnotowych zachęcają mnie do refleksji nad tym, jak każdy z nas – niezależnie od roli – może być współtwórcą lokalnych inicjatyw i wspomagać demokratyzację procesów decyzyjnych.

 Like  Comment  Share



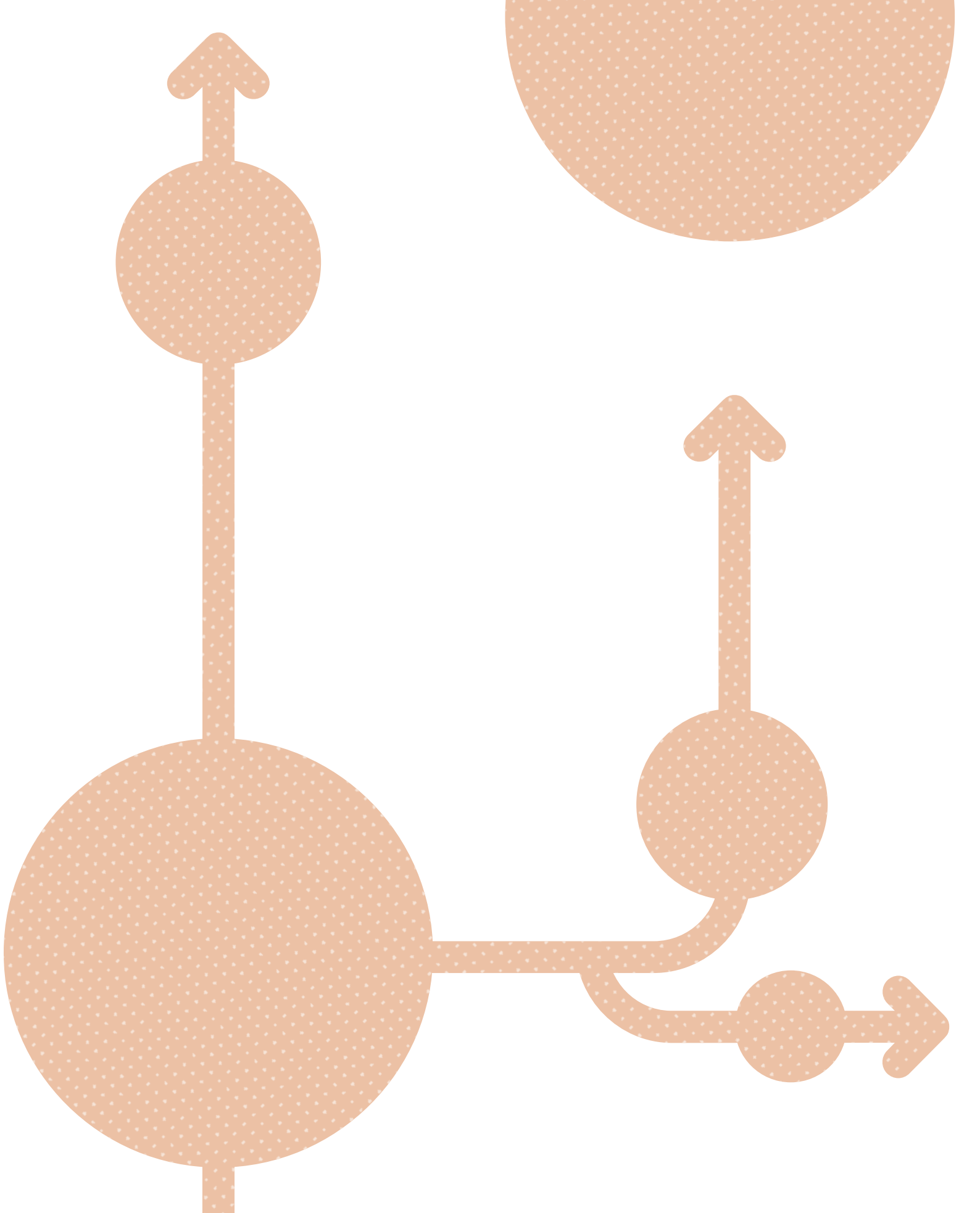
dr Marcin Szeląg

Historyk sztuki, edukator muzealny i kurator, adiunkt na Wydziale Edukacji Artystycznej i Kuratorstwa Uniwersytetu Artystycznego im. Magdaleny Abakanowicz w Poznaniu, gdzie pełni również funkcję Pełnomocnika Rektora ds. Kolekcji UAP. Zajmuje się edukacją w instytucjach kultury, szczególnie w muzeach i galeriach sztuki. Ambasador EPALE.

Przeczytaj na EPALE artykuł
o tworzeniu przestrzeni kultury
sprzyjających włączeniu społecznemu.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Edukacja – narzędzie zmiany kultury organizacyjnej „ku inkluzywności”



NATALIA MARCINIAK-MADEJSKA

Feminatywy to wymysł współczesności – to tylko jedna z negatywnych opinii, jakie słyszę, gdy pomagam wdrażać język inkluzywny jako element kultury organizacyjnej. Budowanie instytucji doceniającej różnorodność i sprzyjającej włączeniu społecznemu ma wiele wymiarów. Z jednej strony oznacza to kształtowanie środowiska pracy, ustalanie polityk oraz stosowanie procedur pomagających stworzyć „dobrą przestrzeń”, w której nikt nie będzie się czuł wykluczony. Z drugiej – istotna jest zmiana postaw. Nie wystarczy, by otoczenie „nie miało nic przeciwko” nowym rozwiązaniom – konieczne jest aktywne zaangażowanie członków danej społeczności oraz modyfikacja ich przekonań i zachowań.

Tolerancja i akceptacja to nie synonimy

Postawa wobec różnorodności może być tolerująca lub włączająca. „Nie lubię słowa «tolerancja», ponieważ zakłada ono, że tolerujący jest powyżej tolerowanego. Jest wart więcej niż tolerowany, więc robi mu łaskę, uprzejmość i go toleruje. Nie jestem również do końca przekonany do słowa «akceptacja», ponieważ zakłada, że akceptuję cię pomimo tego, że coś jest z tobą nie tak. Lubię słowo «współistnienie»” – powiedział Andrzej Seweryn, reżyser i aktor, w rozmowie z magazynem K MAG¹.

Zgodnie z definicją ze *Słownika Języka Polskiego PWN* tolerancja oznacza „poszanowanie czyichś poglądów, wierzeń, upodobań, różniących się od tych, które samemu się przejawia”. W praktyce jest to postawa pasywna: nie utrudniamy nikomu funkcjonowania, ale jednocześnie nie angażujemy się i nie okazujemy otwartości.

Włączenie to jakość znacznie głębsza – oznacza uznanie, że różnorodność jest wartością oraz docenienie jej znaczenia. Jest to pełna aprobatą dla czyichś cech i postępowania, a także aktywne działanie zmierzające do zrozumienia innych osób i pełnego wykorzystania ich potencjału. W praktyce przejawia się m.in. poprzez włączanie ich do zespołu, uwzględnianie w dyskusjach, pytanie o ich potrzeby oraz realne działania na rzecz równości i reprezentacji.

W tym kontekście kluczowe staje się zrozumienie, czym w ogóle jest postawa. Psychologia definiuje ją jako względnie trwałą, pozytywną lub negatywną ocenę danego obiektu, charakteryzującą się konkretną siłą i zgodnością z naszym wewnętrznym systemem wartości².



¹ bit.ly/4esOp90.

² Strelau, J. (red.). (2005). *Psychologia. Podręcznik akademicki* (Vol. 3). Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.

Postawy można podzielić na:

- deklaratywne (świadome) – możliwe do werbalnego wyrażenia;
- niedeklaratywne (nieświadome) – funkcjonujące na poziomie automatycznych skojarzeń.

W strukturze postawy wyróżniamy trzy komponenty:

- poznawczy, obejmujący myśli i przekonania o danym obiekcie;
- emocjonalny, opisujący uczuciowe reakcje na obiekt;
- behawioralny, określający typowe zachowania wobec obiektu.

Z tej potrójnej struktury wynika, że trwała zmiana postawy wymaga działania na każdym z wymienionych poziomów. Z mojej perspektywy kluczem jest komponent poznawczy – to, co wiem, co rozumiem, co potrafię nazwać, buduje moje przekonania. Te z kolei wpływają na emocje pojawiające się w reakcji na konkretną osobę lub sytuację. To zaś determinuje sposób, w jaki wobec niej się zachowujemy. Dlatego w procesie zmiany postaw z dyskryminujących na włączające fundamentalne znaczenie ma edukacja.

Model zmiany według Virginii Satir: od oporu do włączenia

Do zbudowania inkluzywnej kultury organizacyjnej konieczne jest rozpoznanie modeli zarządzania zmianą. Znajomość tych mechanizmów pozwala zrozumieć kolejne etapy modyfikacji i właściwie na nie reagować, a tym samym skutecznie nimi kierować. W mojej praktyce najbardziej użyteczny jest model Virginii Satir, amerykańskiej terapeutki rodzinnej. Uwzględnia on pięć następujących po sobie kroków:

- status quo;
- wprowadzenie zmiany (bodziec);
- chaos;
- integracja (wgląd, zrozumienie);
- nowe status quo³.

Wdrożenie nowych elementów – np. polityk, zasad czy standardów komunikacji – nieuchronnie wywołuje chaos. Nie należy traktować tego jako błędu systemu, lecz jako całkowicie naturalną fazę. W tym momencie jednostka lub grupa traci dotychczasowe punkty odniesienia, mierząc się z niepewnością i zagubieniem. Pojawia się także chęć obrony dawnych nawyków. Biorąc pod uwagę kwestię różnorodności, na tym etapie ludzie poznają nowe słowa, normy, formy komunikacji i nie zawsze potrafią się w tej sytuacji odnaleźć.

To właśnie na etapie chaosu rodzi się największy opór wynikający z konfrontacji z odmiennym systemem znaczeń oraz z wartościami, które stoją w wyraźnej opozycji do tego, co dotychczas znane i bezpieczne.

”

Budowanie instytucji doceniającej różnorodność i sprzyjającej włączeniu społecznemu ma wiele wymiarów. Z jednej strony oznacza to kształtowanie środowiska pracy, ustalanie polityk oraz stosowanie procedur pomagających stworzyć „dobrą przestrzeń”, w której nikt nie będzie się czuł wykluczony. Z drugiej – istotna jest zmiana postaw.



³ Satir, V., Banmen, J., Gerber, J., & Gomori, M. (1991). *The Satir Model: Family Therapy and Beyond*. Science and Behavior Books.

Mechanizmy psychologiczne stojące za oporem

Istnieje szereg mechanizmów psychologicznych, które utrudniają adaptację do nowych reguł. Zalicza się do nich:

- **grupizm**: ewolucyjna potrzeba przynależności do własnego kręgu i nieufność wobec obcych, z czego wynika silny podział na „my” kontra „oni”;
- **ksenofobia**: lęk przed tym, co nieznanne. Objawia się oporem lub lękiem przed obcymi językami, religiami, zwyczajami;
- **stereotypizacja**: poznawcze upraszczanie rzeczywistości. Schematy myślowe umożliwiają błyskawiczną ocenę innych, ale jednocześnie prowadzą do ignorowania indywidualnych cech jednostki;
- **dysonans poznawczy**: według Leona Festingera⁴ sprzeczność między dotychczasowymi przekonaniami a napływającymi nowymi informacjami. To wywołuje silny dyskomfort i przyczynia się do odruchowej obrony przed zmianą własnych przekonań;
- **zagrożenie tożsamości**: zmiany językowe, symboliczne i normatywne bywają odbierane jako atak na znaną nam „oswojoną” rzeczywistość;
- **presja społeczna**: zarówno konserwatywne, jak i postępowe środowiska mogą generować opór poprzez ośmieszanie, zawstydzanie lub izolację osób o odmiennych poglądach;
- **psychologia kontroli**: odgórne narzucenie modyfikacji zachowań (np. bezwzględny obowiązek stosowania feminatywów lub radykalna redefinicja ról społecznych) jest potencjalnie zarzewiem buntu, nawet gdy wprowadzane zasady mają racjonalne uzasadnienie.

Wymienione mechanizmy są naturalnymi reakcjami ludzkiego umysłu na niepewność, jaką niesie ze sobą proces zmiany. Da się je jednak przepracować i złagodzić, o ile stworzymy bezpieczne warunki edukacji i refleksji.

Edukacja jako narzędzie zmiany

Jest wiele sposobów wspierania ewolucji postaw i skracania fazy chaosu. Przede wszystkim znaczenie ma precyzyjne planowanie – korzystne jest wprowadzanie zmian stopniowo, w przeciwnym bowiem wypadku zbyt wiele jednoczesnych modyfikacji przytłacza i wywołuje opór w odbiorcach. Warto także porzucić nawyk natychmiastowego oceniania na rzecz zadawania pytań – przyjęcie poznawczej pokory nie tylko łagodzi napięcia, ale też otwiera przestrzeń do wspólnego uczenia się. Potrzebna jest również cierpliwość – zmiana postaw nie następuje z dnia na dzień, lecz jest to długofalowy proces wymagający wsparcia. Całą transformację można ułatwić, przywołując autentyczne historie, organizując spotkania

”

Do zbudowania inkluzywnej kultury organizacyjnej konieczne jest rozpoznanie modeli zarządzania zmianą. Znajomość tych mechanizmów pozwala zrozumieć kolejne etapy modyfikacji i właściwie na nie reagować, a tym samym skutecznie nimi kierować. W mojej praktyce najbardziej użyteczny jest model Virginii Satir, amerykańskiej terapeutki rodzinnej.



⁴ Festinger, L. (2007). *Teoria dysonansu poznawczego*. Wydawnictwo Naukowe PWN.

z osobami z różnych grup społecznych, kulturowych bądź tożsamościowych oraz pokazując dobre praktyki dowodzące, że ten wysiłek ma głęboki sens.

Fundamentalną rolę odgrywa jednak edukacja. Tylko dobrze zaprojektowany proces uczenia się jest realną dźwignią zmiany – ułatwiając jednostkom i zespołom nie tylko rozumienie nowej rzeczywistości, ale wręcz aktywne jej współtworzenie. Poprzez rozwijanie komponentu poznawczego, czyli dostarczanie faktów, wyjaśnień i kontekstów, realnie wpływamy na emocje: wyciszamy lęk, zmniejszamy wstyd i poczucie niepewności. To z kolei przekłada się na nowe zachowania, w tym na budowanie relacji społecznych opartych na szacunku, akceptacji i partnerskiej współpracy.

Budowanie inkluzywnej kultury organizacyjnej nie jest jednorazowym aktem wdrożeniowym, lecz procesem głębokiej transformacji – zarówno w zakresie struktur, jak i postaw. Przejście od perspektywy tolerancji ku aktywnej akceptacji wymaga przede wszystkim pracy nad zrozumieniem, przekonaniami i emocjami członków instytucji. W tym procesie kluczowe stają się kompetencje trenerskie i dydaktyczne: umiejętność kreowania przestrzeni do zadawania pytań, oferowania wsparcia i dzielenia się wiedzą – po to, by inspirować, nie osądzać.

Działania edukacyjne pełnią w tym procesie funkcję katalizatora. To właśnie one pozwalają rozpoznać i zrozumieć mechanizmy obronne, a także uzyskać sprawdzone informacje na temat innych grup, kultur, religii, tożsamości i cech, które dotychczas mogły stanowić dla nas „nieznany ocean”. Edukacja zmienia język, poszerza horyzonty, dostarcza narzędzi do działania i stymuluje rozwój – jednostek, zespołów oraz całych instytucji. Dzięki niej możliwa jest autentyczna ewolucja: od niechętnego znoszenia inności ku świadomej, aktywnej postawie włączającej. W tym sensie edukacja nie tylko wspiera nową kulturę organizacyjną – ona bezpośrednio ją współtworzy.

Komentarz z platformy EPALE

LIDIA MIROWSKA

Bardzo wartościowy tekst, który przypomina, że inkluzywność to nie tylko hasło, ale konkretna praktyka, którą można – i trzeba – oswajać przez codzienną edukację. Zgadzam się, że szkoła ma ogromną moc kształtowania postaw otwartości, empatii i zrozumienia. Kluczowe jest jednak, by nie traktować inkluzywności jako jednorazowego projektu, lecz jako stały element kultury szkoły lub organizacji – obecny w języku, relacjach, metodach pracy i podejściu do różnorodności. Edukacja inkluzywna to proces, który zaczyna się od refleksji, a rozwija poprzez świadome działanie.

 Like  Comment  Share



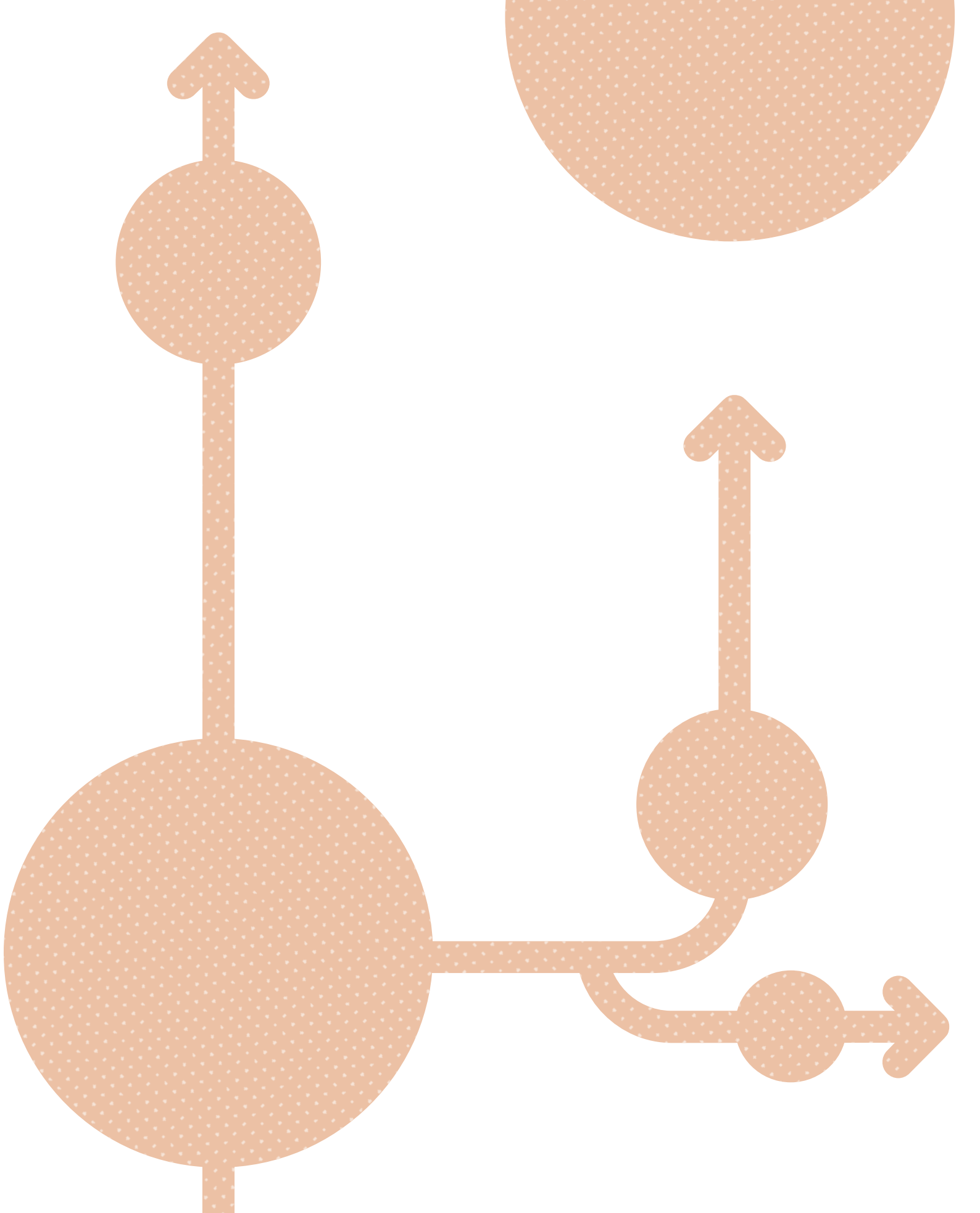
dr Natalia Marciniak-Madejska

Socjolożka, edukatorka, działaczka społeczna. Co-CEO, Head of Trainings & Consulting w Grupie SENSE. Wykładowczyni akademicka i konsultantka w zakresie projektowania uniwersalnego, prostego języka, zarządzania projektami i inkluzywnego zarządzania. Autorka publikacji na temat różnorodności i włączenia społecznego. Redaktorka pierwszego w Polsce trendbooka poświęconego *Diversity, Equity & Inclusion*. Wiceprzewodnicząca Polskiej Izby Firm Szkoleniowych (2020–2023). Członkini Krajowej Rady Konsultacyjnej przy Pełnomocniku Rządu ds. Osób z Niepełnosprawnościami (2017–2021). Społecznie zarządza organizacjami pozarządowymi, budując lokalne wspólnoty i grupy liderów społecznych. Ambasadorka EPALE.

Na EPALE znajdziesz ciekawe materiały
z Seminarium EPALE:
„Edukacja włączająca w praktyce.
Inspiracje dla edukatorów”.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



0 książkach projektowanych uniwersalnie i ich wykorzystywaniu w bibliotece



AGNIESZKA KOSZOWSKA

Celem nowatorskiego projektu „Books Without Borders” („Książki bez granic”) jest wspieranie dorosłych osób mających problemy z czytaniem, poprzez zapewnienie im dostępu do literatury tworzonej zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego oraz przygotowanie bibliotekarek i bibliotekarzy do pracy z takimi osobami.

W XXI wieku, zdominowanym przez media cyfrowe, wskaźniki czytelnictwa mogą budzić zaniepokojenie. Osoby nieczytające pozbawione są możliwości i korzyści, jakie zapewnia kontakt z książką – mowa tu o większej sprawności intelektualnej, szerszym słownictwie i bogatszej wyobraźni, a także o kształtowaniu empatii, krytycznego myślenia czy kompetencji komunikacyjnych.

Niski poziom czytelnictwa wynika z wielu przyczyn. Jedną z nich jest niedostosowanie oferty wydawniczej lub zasobów bibliotek do potrzeb osób mających problemy z czytaniem. Mogą one być skutkiem zaburzeń poznawczych, neuroatypowości (czyli odmiennych od standardowych wzorców funkcjonowania mózgu), schorzeń neurodegeneracyjnych, podeszłego wieku lub niedostatecznej znajomości języka. Wielu potencjalnych czytelników nie natrafiło dotąd na publikacje skrojone na miarę ich możliwości, a lektura tekstów ogólnodostępnych stanowi dla nich zbyt duży wysiłek.

Na powyższe wyzwania odpowiada nasz projekt. Tworząc go, skorzystaliśmy z doświadczeń norweskiej organizacji Stiftelsen Lese¹, która od lat opracowuje książki projektowane uniwersalnie i upowszechnia je m.in. w bibliotekach.

Pojęcie projektowania uniwersalnego wywodzi się z architektury oraz sektora usług publicznych. Zgodnie z tą filozofią przestrzenie czy usługi powinny być w maksymalnym stopniu dostępne i użyteczne dla wszystkich w największym możliwym zakresie, bez konieczności wprowadzania dodatkowych modyfikacji czy specjalistycznych rozwiązań. W projekcie „Books Without Borders” zaadaptowaliśmy te założenia do tworzenia beletrystyki dla dorosłych. Choć z powstałych w ten sposób publikacji może korzystać bardzo szeroka i różnorodna grupa odbiorców, to przede wszystkim są one przeznaczone dla osób doświadczających trudności w czytaniu.

Norweski model „Książki dla wszystkich”



¹ stiftelsenlese.no.

Fundamentem merytorycznym „Books Without Borders” jest autorska metoda wypracowana przez Stiftelsen Lese. Nasz partner od lat z powodzeniem stosuje te założenia w swojej działalności wydawniczej. W proponowanym podejściu różnorodne potrzeby potencjalnych czytelników i czytelniczek są uwzględniane na każdym etapie projektu. Prace rozpoczynają się już w fazie kreowania świata przedstawionego, bohaterów i struktury fabularnej, przechodząc przez budowanie narracji, dobór stylu i słownictwa, aż do formy edytorskiej: kompozycji, czcionek, ilustracji, składu, a nawet rodzaju papieru. Przygotowane w tym trybie książki są łatwiejsze do przyswojenia, m.in. dzięki zastosowaniu szerszych marginesów, większej interlinii, czytelnych fontów, składu chorągiewkowego (bez justowania) czy odpowiedniego kontrastu między tekstem a tłem.

Eliminacja barier utrudniających czytanie sprawia, że lektura staje się atrakcyjna, przyjemna i angażująca. Nadrzędnym celem jest umożliwienie jak najszerszej grupie czerpania satysfakcji oraz korzyści z obcowania z literaturą piękną.

Działania projektowe

W ramach współpracy przygotowaliśmy kompleksowe kompendium wiedzy – przewodnik *Książki projektowane uniwersalnie – jak je tworzyć i wykorzystywać w pracy biblioteki?*², dostępny w pięciu wersjach językowych: angielskiej, polskiej, niemieckiej, norweskiej oraz ukraińskiej. Zawiera on szczegółową analizę kolejnych etapów procesu wydawniczego, wykaz kryteriów oceny dostępnych książek, wskazówki dotyczące ich wykorzystania w bibliotekach oraz przykłady dobrych praktyk (działań skierowanych do osób doświadczających trudności w czytaniu). Wśród opisanych metod aktywizacji znalazły się: kluby czytelnicze, techniki czytania uczestniczącego oraz kafejki językowe.

W każdym z krajów partnerskich powstały bazy lub zestawienia literatury dostępnej na rynkach wydawniczych albo w bibliotekach, które przynajmniej w wybranym zakresie spełniają standardy projektowania uniwersalnego. Wymienione publikacje można polecić osobom doświadczającym trudności w czytaniu lub wykorzystać w pracy z nimi. Bazy (listy) książek można sprawdzić na stronach internetowych partnerów z poszczególnych krajów: Polski³, Niemiec⁴, Norwegii⁵, Ukrainy⁶.

Partnerzy przeprowadzili u siebie szkolenia (stacjonarne i online) dla bibliotekarek i bibliotekarzy. Program zajęć łączył teoretyczne podstawy projektowania uniwersalnego z praktycznymi metodami pracy z dorosłymi o różnych potrzebach.

”

Celem nowatorskiego projektu „Books Without Borders” („Książki bez granic”) jest wspieranie dorosłych osób mających problemy z czytaniem, poprzez zapewnienie im dostępu do literatury tworzonej zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego oraz przygotowanie bibliotekarek i bibliotekarzy do pracy z takimi osobami.



² bit.ly/47g5WHC.

³ biblioteki.org/bwb.

⁴ bit.ly/4ldgsLx.

⁵ boksok.no.

⁶ drive.google.com/file/d/1EC8qksSJY1iR5cScRoBZsZ6PLrdFOhk/view.

Nasza organizacja, Fundacja Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego, zainicjowała cykl eksperckich webinarów poświęconych specyfice pracy z odbiorcami z grup doświadczających trudności w czytaniu (w tym z osobami z ADHD, dysleksją, demencją czy w spektrum autyzmu). Nagrania z tych spotkań zostały udostępnione online⁷. Istotnym uzupełnieniem oferty szkoleniowej jest seria czterech filmów instruktażowych pod wspólnym tytułem *Jak pozyskać zaangażowanych czytelników*⁸, przygotowanych przez Stiftelsen Lese.

Partnerzy projektu w poszczególnych krajach zaprosili do współpracy autorów i ilustratorów, którzy stworzyli publikacje zgodnie z zasadami projektowania uniwersalnego. W Polsce powstało dziewięć książek wydanych przez Fundację Powszechnego Czytania w serii „Mosty”⁹, z których trzy zostały przetłumaczone na język niemiecki. Ukraińskie Stowarzyszenie Bibliotek (Українська бібліотечна асоціація) przygotowało komiks *Słowa jak pieśń. Językowe wędrówki po Ukrainie*¹⁰. W Norwegii ukazały się dwa tomy poezji autorstwa ukraińskich twórców: Serhija Żadana i Iryny Szuwałowej – w edycji dwujęzycznej: ukraińskiej oraz norweskiej.

Biblioteki uczestniczące w projekcie przeprowadziły pilotażowe warsztaty z wykorzystaniem powstałych książek, skierowane do różnych grup odbiorców mających problemy z czytaniem. Z kolei Fundacja Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego przygotowała kurs online pt. „Projektowanie uniwersalne w bibliotece. Jak usuwać bariery w dostępie do literatury / kultury książki i zapraszać nowych czytelników”¹¹, przeznaczony dla bibliotekarzy, edukatorów, animatorów kultury oraz osób pracujących z odbiorcami neuroatypowymi.

Zorganizowaliśmy ponadto wyjazd studyjny do Norwegii, podczas którego bibliotekarki i bibliotekarze z krajów partnerskich poznawali dobre praktyki w zakresie działań włączających czytelników o różnicowanych potrzebach. Projekt zamknęły konferencje i warsztaty służące wymianie doświadczeń oraz prezentacji rezultatów.

”
Dzięki upowszechnianiu nowatorskiej i sprawdzonej metody projektowania uniwersalnego w literaturze skutecznie niwelujemy bariery czytelnicze i ułatwiamy dostęp do książek osobom o różnicowanych potrzebach, w tym grupom zagrożonym wykluczeniem społecznym.

Seria „Mosty” – polskie książki projektowane uniwersalnie

Publikacje z polskiej serii „Mosty” są różnicowane pod względem formy, gatunku i tematyki. Są to propozycje dla osób o różnych potrzebach i doświadczeniach czytelniczych – także tych, które dotąd nie czuły się zaproszone do świata literatury.

Pod tym szyldem ukazały się: powieść obyczajowa *Przystanek Miłość* Barbary Kwinty, kryminał *Mroczne tajemnice Osiedla Chryzantem* Joanny Jagiełło, biografia Ireny Szewińskiej *Sprinterka* pióra Anny Kamińskiej, łącząca prozę i poezję adaptacja poematu *Pan Tadeusz*



⁷ biblioteki.org/projekty/ksiazki-bez-granic.

⁸ bit.ly/4aKYrAO.

⁹ fpc.org.pl/nasze-projekty/ksiazki-bez-granic.

¹⁰ drive.google.com/file/d/1iLHcVGIgxC33geRNES9YDTnGCO6zcpTJ/view.

¹¹ bit.ly/4r41YyK.

w interpretacji Jarosława Kaczmarka oraz współczesna wersja klasycznej powieści Jane Austen *Duma i uprzedzenie* autorstwa Katarzyny Majgier. Listę uzupełniają: powieść *Rodzinne sekrety* Justyny Bednarek, komiks historyczny *Niusiek. Wojenne losy dzieci maharadży* Moniki Kowaleczko-Szumowskiej i Urmasa Viika, książka obrazkowa Aleksandry Cieślak *Podwieczorek 17:05* oraz dwujęzyczny (polsko-ukraiński) tom poetycki *Notatki z czasu wojny* Oleksandra Korotki i Jarosława Mikołajewskiego.

Zgodnie z tytułem serii każda z tych książek jest zaproszeniem do budowania połączeń – między ludźmi, pokoleniami, światami i emocjami. Publikacje mają dawać wolność wyboru, inspirować i oswajać czytanie jako doświadczenie dostępne również dla osób, którym kontakt z literaturą wcześniej nie sprawiał przyjemności. Twórcy zadbali zarówno o staranną warstwę edytorską, jak i o przemyślany dobór tekstów, łącząc literaturę współczesną z klasyką, powieść z komiksem oraz książkę obrazkową z poezją. Książki zostały bezpłatnie przekazane zainteresowanym bibliotekom.

Wartość projektu dla bibliotek oraz innych instytucji i organizacji zajmujących się kulturą, edukacją i włączeniem społecznym

Dzięki upowszechnianiu nowatorskiej i sprawdzonej metody projektowania uniwersalnego w literaturze skutecznie niwelujemy bariery czytelnicze i ułatwiamy dostęp do książek osobom o zróżnicowanych potrzebach, w tym grupom zagrożonym wykluczeniem społecznym.

Metoda ta łączy promocję czytelnictwa (poprzez podkreślanie korzyści z lektury, kreowanie pozytywnych doświadczeń, zapraszanie osób wcześniej nieczytających do poznawania książek) z podejściem włączającym i spajającym społeczność. Wdrażając różnorodne formy zajęć, podczas których czytanie staje się wspólnym doświadczeniem, biblioteki oraz inne instytucje i organizacje wspierają procesy integracyjne w swoich miejscowościach.

Materiały wypracowane w projekcie są wartościowymi zasobami edukacyjnymi, umożliwiającymi rozwój kompetencji bibliotekarek i bibliotekarzy, a także innych osób działających w obszarze kultury lub edukacji, szukających nowych metod pracy z różnorodnymi grupami. Wydane przez nas publikacje mogą zainspirować rynek wydawniczy do inicjowania nowatorskich przedsięwzięć, które uwzględnią specyficzną sytuację, potrzeby, bariery i wrażliwość osób pozostających dotychczas poza obiegiem czytelniczym.

Projekt Erasmus+ „Books Without Borders” został zrealizowany w partnerstwie, w którego skład wchodzi: Fundacja Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego (Polska, lider), Fundacja Powszechnego Czytania (Polska), Stadt Köln (Niemcy), Stiftelsen Lese (Norwegia), Trøndelag fylkesbibliotek (Norwegia), Українська бібліотечна асоціація (Ukraina – partner stowarzyszony).



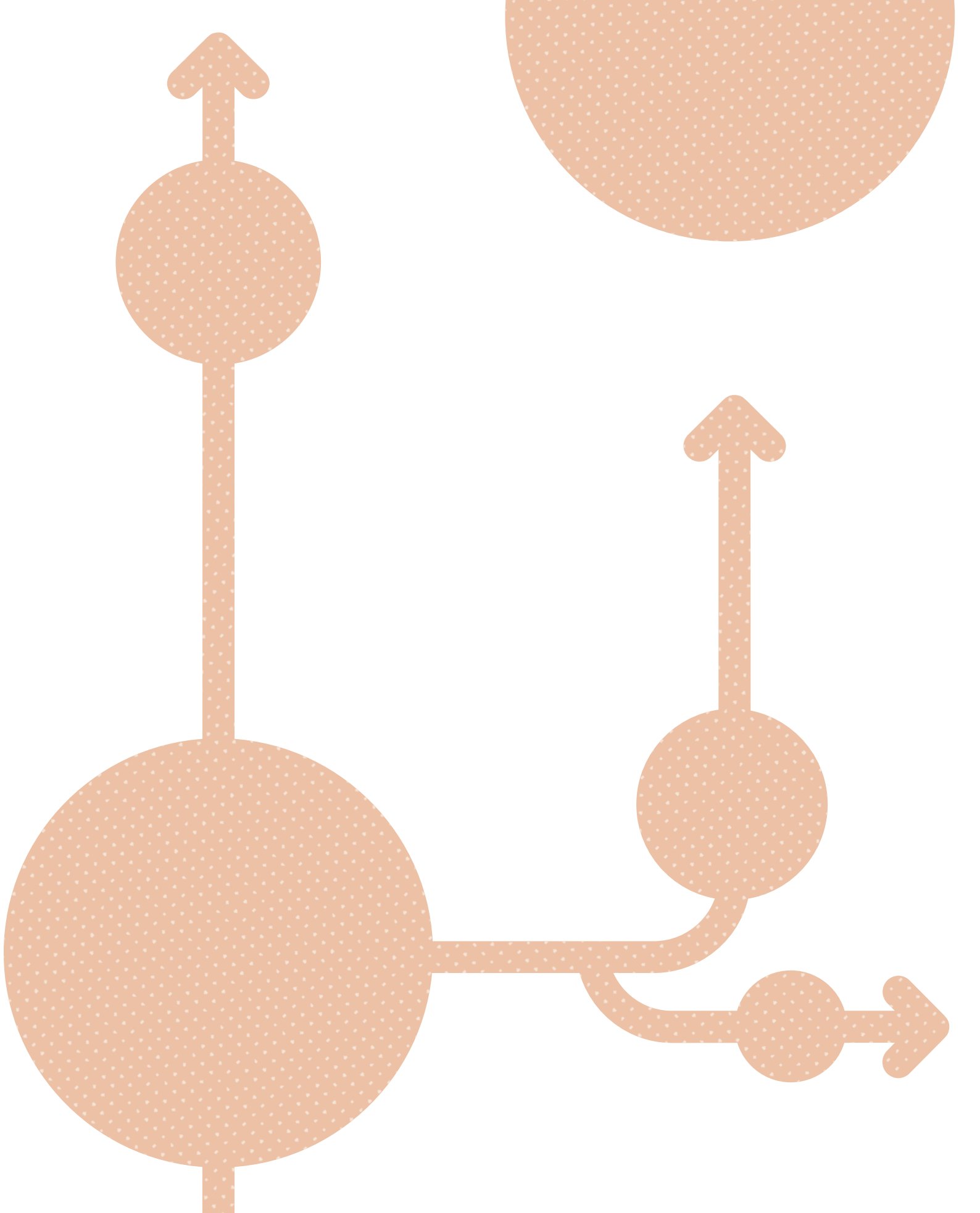
Agnieszka Koszowska

Redaktorka ogólnopolskiego portalu www.biblioteki.org, koordynatorka projektów i trenerka w Fundacji Rozwoju Społeczeństwa Informacyjnego. Absolwentka bibliotekoznawstwa i informacji naukowej (Uniwersytet Śląski w Katowicach) oraz studiów podyplomowych z zakresu europeistyki i informatyki (Uniwersytet Jagielloński). Brała również udział w programie stypendialnym Library of Congress – Soros Foundation Visiting Fellows. Realizuje projekty i prowadzi szkolenia w obszarach: edukacja dorosłych, edukacja i higiena cyfrowa, e-learning, twórcze przestrzenie i STEAM, integracja osób z doświadczeniem migracji, krytyczne myślenie i przeciwdziałanie dezinformacji. Wyróżniona przez Szerokie Porozumienie na Rzecz Umiejętności Cyfrowych w Polsce miejscem na liście 100 osób, które w szczególny sposób przyczyniły się do rozwoju kompetencji cyfrowych Polaków.

Na EPALE znajdziesz publikacje
projektowane uniwersalnie,
z polskiej serii „Mosty”.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Odzyskiwanie wspomnień – seniorzy śladami pamięci



JOANNA KULIŚ

W sierpniu 2025 roku grupa 24 seniorów – aktywnych słuchaczy Fundacji „Bez Różnicy” – wzięła udział w mobilności edukacyjnej do Niemiec w ramach projektu Erasmus+ „Odzyskiwanie wspomnień – międzynarodowa mobilność seniorów śladami pamięci”. Uczestnicy wyjazdu zgłębiali temat pamięci – zarówno w wymiarze osobistym, jak i zbiorowym – z odniesieniem do wydarzeń historii powszechnej. Proces ten opierał się na konfrontowaniu własnych doświadczeń z dziejami miasta Bad Freienwalde oraz europejskimi narracjami dotyczącymi II wojny światowej. Cała inicjatywa stała się wzorcowym przykładem precyzyjnie zaprojektowanego działania z zakresu edukacji dorosłych. Oparto ją na metodach pozaformalnych, szacunku dla indywidualnych losów uczestników oraz wykorzystaniu nowoczesnych narzędzi cyfrowych.

Wprowadzenie do mobilności – pamięć jako most między pokoleniami

Pierwszy dzień pobytu w Niemczech został świadomie zaplanowany jako łagodne wprowadzenie w tematykę edukacji dla pamięci, osadzone w szerokim kontekście kulturowym. Spotkanie rozpoczęło się od szczegółowego przedstawienia celów i programu mobilności – seniorzy zapoznali się z planem pracy na dziesięć dni, w tym z kluczowymi wątkami merytorycznymi i zakładanymi efektami. Istotnym punktem było podkreślenie, że główny nacisk zostanie położony na poszukiwanie nowych form zachowywania wspomnień, pracę z historią i emocjami oraz budowanie międzypokoleniowych i międzykulturowych „mostów pamięci”.

Następnie przedstawiciele organizacji goszczącej (Verein zur Förderung von Beschäftigung u. Qualifizierung Bad Freienwalde e.V.) przybliżyli profil swojej działalności, skupiając się na inicjatywach na rzecz osób starszych i zachowania pamięci o dziejach lokalnych. Już na tym etapie uczestnicy poczuli, że nie są jedynie odbiorcami przekazywanej im wiedzy, ale pełnoprawnymi partnerami instytucji, która od lat pracuje z seniorami, wykorzystując historię regionu. Taka forma powitania wzmocniła motywację grupy i podkreśliła partnerski wymiar współpracy między instytucjami.

Centralnym punktem dnia był wykład wprowadzający do kampanii #StolenMemory, poświęcony więźniom obozów koncentracyjnych oraz osobistym pamiątkom przechowywanym w archiwach. Dzięki niemu seniorzy uświadamiali sobie, że przedmioty – obrączki, dokumenty czy fotografie – czasem „mówią więcej niż słowa”, ocalając od zapomnienia losy konkretnych osób. Dodatkowym, niezwykle poruszającym akcentem była symboliczna zbieżność dat: startu wyjazdu z rocznicą wybuchu Powstania Warszawskiego. Dla wielu słuchaczy historia wciąż była obecna w rodzinnych opowieściach, zatem projekt stał się przestrzenią, w której te wspomnienia mogły wyjść z prywatnych domów i zostać włączone w szerszy kontekst europejskiej pamięci.

Po lunchu zrealizowano warsztaty storytellingowe, podczas których seniorzy dzielili się historiami przedmiotów o szczególnym znaczeniu osobistym. W ćwiczeniu celowo wykorzystano metody analogowe – żywy dialog, gesty, emocje – rezygnując na tym etapie z technologii.

Przywołano obrazy dzieciństwa, losy rodziców, a także opowieści o powojennej biedzie i pierwszych sukcesach. Dzień zakończył się w bezpiecznej, refleksyjnej atmosferze – uczestnicy zapisywali na kartkach odpowiedź na pytanie „Co mnie poruszyło?”, a ich notatki trafiły do pudełka, które miało zostać otwarte na zakończenie pobytu. Była to dobra praktyka ewaluacyjna: już od początku mobilności seniorzy wiedzieli, że ich emocje i pytania stanowiły integralny element procesu edukacyjnego.

Łączenie języka, historii i kompetencji cyfrowych

Drugiego dnia uczestnicy skupili się na budowaniu narzędzi umożliwiających autentyczny dialog z gospodarzami – nie tylko na płaszczyźnie emocjonalnej, lecz również językowej. Zajęcia rozpoczęły się od lekcji z podstaw słownictwa niemieckiego związanego z historiami rodzinnymi, emocjami i przedmiotami codziennego użytku. Taki dobór materiału nie był przypadkowy – wszystkie treści nawiązywały do motywu pamięci i kampanii #StolenMemory. Osadzenie nauki języka w konkretnym kontekście tematycznym okazało się dobrą praktyką: seniorzy sprawniej przyswajali nowe słowa, mogąc natychmiast używać ich w rozmowach.

Kolejnym punktem programu był wykład pt. „Losy zaginionych – jak Arolsen Archives szuka rodzin ofiar”, przybliżający działania tej instytucji. Uczestnicy dowiedzieli się, jak ogromne znaczenie w procesie odzyskiwania pamięci o osobach zaginionych podczas II wojny światowej miały zachowane dokumenty i pamiątki. Dla wielu była to pierwsza okazja do tak szczegółowego zapoznania się z warsztatem pracy archiwistów – od technicznych aspektów weryfikacji kartotek i pamiątek, po proces odnajdywania członków rodzin.

Popołudniowy blok zajęć przeznaczono na warsztaty cyfrowe z wykorzystaniem aplikacji Canva. Zadaniem seniorów było zaprojektowanie plakatów informacyjnych dotyczących kampanii #StolenMemory. Choć dla części uczestników było to pierwsze spotkanie z programem graficznym, to dzięki pracy w parach i asyście trenera udało się płynnie połączyć rozwój w zakresie nowych technologii z zaangażowaniem w ważny społecznie temat. Powstałe projekty wykraczały poza ramy zwykłego ćwiczenia technicznego – stały się osobistym gestem, wyrazem włączenia się w upowszechnianie idei kampanii na rzecz zachowania pamięci historycznej.

Dzień zwińczyło spotkanie z niemieckimi seniorami, a punktem wyjścia były rozmowy wokół rodzinnych fotografii. Wspólne oglądanie zdjęć i dzielenie się opowieściami – przy wykorzystaniu nowo poznanego słownictwa – stworzyły atmosferę empatii i wzajemnej uważności.

Przemyślana struktura zajęć: od warsztatu językowego, przez merytoryczny wykład i trening cyfrowy, aż po integrację społeczną, stanowi wzorcowy przykład holistycznego podejścia do edukacji dorosłych, w którym rozwój różnych umiejętności odbywa się w sposób naturalny i celowy.

„Skradziona pamięć” – historia Bronisława Chwalczuka jako serce projektu

Trzeci dzień okazał się jednym z najbardziej poruszających momentów, stając się punktem odniesienia dla całego wyjazdu. Jego osią była biografia ojca jednej z uczestniczek – Bronisława Chwalczuka, więźnia niemieckich obozów koncentracyjnych: Stutthof (numer obozowy 17111) i Sachsenhausen (53058)¹.



¹ Link do wystąpienia uczestniczki: facebook.com/reel/760447529964664.

Opowieść rozpoczęła się od znamiennych słów: „Kiedy coś zostaje ukradzione – trzeba tego szukać. A pamięć o moim ojcu została skradziona”. To zdanie natychmiast nadało ton całemu wydarzeniu – nie chodziło jedynie o przekaz faktów, ale o próbę odzyskania tego, co zostało odebrane: historii, głosu, godności. Słuchacze poznali losy młodego elektryka, technika i zawiadowcy stacji kolejowej w Łapach, cenionego pracownika, którego życie odmieniło się w czasie II wojny światowej po odkryciu przez Niemców jego działalności sabotażowej. Zdrada współpracownika doprowadziła do aresztowania i deportacji Chwalczuka za unieruchamianie transportów wojskowych i wspieranie ruchu oporu.

Seniorzy słuchali opisu trzech lat i siedmiu miesięcy spędzonych w obozach, w tym o pracy w zakładach lotniczych Heinkla, gdzie więźniowie wsypywali cukier do silników, w ramach cichej dywersji. Usłyszeli o powrocie ojca do Polski w 1945 roku, o marszu śmierci, który mógł zostać przerwany 1 maja i o trudnej decyzji pozostania na rodzinnym Podlasiu – mimo propozycji wyjazdu do Stanów Zjednoczonych lub Brazylii.

W świadectwie córki szczególnie przejmująco wybrzmiały skutki powojennej traumy. Zebrani dowiedzieli się, że ojciec budził się nocami z krzykiem, meldując swój obozowy numer po niemiecku: „Jawohl, Oberleutnant, meine Nummer ist 53058!”. Usłyszeli, że nigdy nie opowiedział w pełni, co mu odebrano w obozie, dlatego rodzina nie mogła zgłosić się do organizatorów kampanii #StolenMemory po zwrot pamiętek. Symbolem „skradzionej pamięci” stał się zeszyt w płóciennym oprawie, w którym mężczyzna spisywał swoje wspomnienia i który spalił tuż przed śmiercią. Do dziś przetrwały jedynie fragmenty: zniszczona legitymacja więzienna, dokumenty, wyrzucona w rozpaczy opaska z numerem.

Ważnym elementem było wyprowadzenie tej historii poza sferę czysto emocjonalną. Dzięki projektowi „Archiwum Pełne Pamięci” rodzinne pamiętki trafiły do zasobów Instytutu Pamięci Narodowej, gdzie zostały zdigitalizowane. Uczestnicy wyjazdu mogli zatem na tym przykładzie zaobserwować kompletny „łańcuch pamięci”: od intymnej opowieści, przez dokumentację archiwalną, aż po systemowe działania na rzecz zachowania prawdy historycznej.

Reakcją zespołu projektowego na to świadectwo była bieżąca elastyczna modyfikacja programu mobilności – podjęto decyzję o sentymentalnej podróży do byłego obozu Sachsenhausen. Zamiast sztywno trzymać się pierwotnego planu uznano, że historia Bronisława Chwalczuka powinna wyznaczyć kierunek dalszej pracy. Wizyta w miejscu uwięzienia ojca uczestniczki połączona została z warsztatami, zwiedzaniem muzeum oraz próbą poszukiwania dodatkowych informacji o jego losach.

Z perspektywy metodycznej była to sytuacja modelowa: wyjazd służył nie tylko realizowaniu założeń kampanii #StolenMemory, ale stał się narzędziem odzyskiwania konkretnej, rodzinnej przeszłości. Seniorzy się przekonali, że ich doświadczenia są traktowane z należytym szacunkiem, a proces edukacyjny podąża za potrzebami grupy – nie odwrotnie. Dzień zwieńczyła ewaluacja w formie mapy myśli „Moja kampania pamięci”, podczas której poszukiwano sposobów zachowywania wspomnień o najbliższych. Wypracowane pomysły – od rodzinnych spotkań, przez lokalne wystawy, po działania w internecie – stały się załącznikiem mikrodziałań planowanych na ostatni dzień mobilności.

Gry miejskie i spacer śladami lokalnej historii – Bad Freienwalde jako żywe archiwum

Czwarty oraz siódmy dzień pobytu poświęcono na realizację gier miejskich w Bad Freienwalde. Zostały one zaplanowane jako dwie uzupełniające się części jednego procesu:

odkrywania „śladów pamięci” w mieście oraz pogłębiania refleksji nad uczeniem się o przeszłości.

Pierwsza faza zajęć obejmowała instruktaż i wskazanie trasy, pracę w terenie oraz popołudniowy blok prezentacyjno-refleksyjny. Uczestnicy podzieleni na zespoły odwiedzili 12 punktów związanych z dziejami miejscowości. W każdym z nich mierzyli się z zadaniami wymagającymi współpracy, interpretacji przeszłości oraz odwoływania się do wiedzy zdobytej w poprzednich dniach – w tym do założeń kampanii #StolenMemory oraz historii konkretnych osób, odtwarzanych na podstawie materiałów/źródeł archiwalnych. Abstrakcyjne daty i fakty przekształciły się w żywe, spersonalizowane opowieści dzięki zastosowaniu elementów storytellingu i powiązaniu miejsc z losami pojedynczego człowieka lub rodziny.

Piknikowy lunch w parku wprowadził swobodniejszą atmosferę, stając się jednocześnie naturalną przestrzenią do wymiany spostrzeżeń. Po powrocie do sali szkoleniowej grupy prezentowały efekty swoich poszukiwań, dzieląc się emocjami oraz napotkanymi trudnościami i wątpliwościami. Wieczorna debata „Czy historia nas dzieli, czy łączy?” domknęła dzień, dowodząc, że aktywność w terenie i gra mogą stanowić impuls do rozmowy o odpowiedzialności za pamięć oraz do rozważań o możliwościach budowania porozumienia ponad granicami mimo różnic w postrzeganiu różnych kwestii.

Kolejna odsłona gry – „Tropy przeszłości – część II” – dopełniała tę koncepcję. Tym razem do nawigacji i odkrywania informacji wykorzystano kody QR oraz zagadki cyfrowe, co pozwoliło słuchaczom użyć smartfonów jako narzędzi badawczych. Ćwiczenie to stanowiło połączenie edukacji nt. historii lokalnej z doskonaleniem kompetencji cyfrowych: seniorzy skanowali kody, czytali krótkie teksty, oglądali zdjęcia, rozwiązywali łamigłówki. Popołudniowa prezentacja wyników wraz z dyskusją o sposobach uczenia historii poza salą szkoleniową umocniła w uczestnikach przekonanie, że nauka o przeszłości może być dynamiczna, angażująca i otwarta na międzypokoleniowe doświadczenia.

Niezwykle wartościowym elementem stała się także ewaluacja metodą „pustych krzeseł” – słuchacze zastanawiali się, co powiedziałyby postaci z przeszłości, gdyby mogła zasiąść obok nich. To ćwiczenie pozwoliło na symboliczne włączenie perspektywy tych, których losy przywoływano na trasie gry miejskiej. Wieczór wspomnień, wypełniony opowieściami niemieckich seniorów o dzieciństwie po wojnie, ukazał, jak wzajemne dzielenie się biografiami potrafi niwelować dawne uprzedzenia i likwidować podziały.

Pamięć w erze cyfrowej – od Kahoota po Prezi i film

Podczas piątego oraz ósmego dnia wyjazdu skupiono się na cyfrowym wymiarze utrwalania pamięci. Organizatorzy zaplanowali działania umożliwiające rozwijanie kompetencji cyfrowych w ścisłym powiązaniu z tematyką projektu oraz założeniami kampanii #StolenMemory.

Dzień piąty rozpoczął się od interaktywnego quizu na platformie Kahoot, zatytułowanego „Berlin i jego historia”. Służył on jako rozgrzewka, utrwalenie dotychczas zdobytej wiedzy oraz

”

Motyw pamięci – osobistej, lokalnej, europejskiej, cyfrowej – przenikał wszystkie działania i był ujęty z różnych stron: biograficznej, archiwalnej, cyfrowej, artystycznej, ekologicznej. Dzięki temu seniorzy zgłębiali temat wielowymiarowo, wychodząc poza ramy klasycznych wykładów.

merytoryczne przygotowanie do nadchodzącego wyjazdu edukacyjnego do Berlina. Grywalizacja i elementy humorystyczne pozwoliły skutecznie zredukować lęk przed nowymi technologiami. Następnie odbyła się prelekcja „Pamięć w erze cyfrowej – wyzwania i możliwości”, podczas której analizowano rolę archiwów cyfrowych i mediów społecznościowych, a także zjawiska takie jak dezinformacja czy „cyfrowa amnezja”.

Po krótkiej przerwie seniorzy, podzieleni na cztery zespoły, pracowali nad prostymi prezentacjami w programie Prezi. Każda z nich dotyczyła wybranej postaci z kampanii #StolenMemory. Pod okiem trenera uczestnicy uczyli się dodawać zdjęcia, mapy, teksty, a także tworzyć proste animacje. Dzięki temu przekonali się, że dojrzały wiek nie jest barierą w tworzeniu nowoczesnych, angażujących materiałów edukacyjnych. Ćwiczenia zakończyła ewaluacja przeprowadzona na wizualnej osi czasu, na której każdy zaznaczał, co zapamiętał, czego się nauczył i co go poruszyło. Taka forma pozwoliła dostrzec dynamikę własnego procesu poznawczego.

Ósmego dnia pogłębiano wątek kompetencji kluczowych w obszarze cyfrowym. Rozpoczęto od analizy zasobów, jakimi dysponują seniorzy w sieci, a następnie – w parach – uczestnicy opracowywali koncepcję kampanii internetowej skupionej wokół jednej z historii z inicjatywy #StolenMemory. Ćwiczenie to wymagało zarówno myślenia strategicznego (do kogo kierować przekaz, jak ustalać najważniejszy komunikat), jak i kreatywności. Kolejnym etapem były warsztaty z edycji wideo, podczas których powstawały krótkie, osobiste klipy promujące kampanię – proste, bazujące na zdjęciach i hasłach. Ewaluację przeprowadzono w formie kolażu graficznego, co pozwoliło połączyć refleksję z twórczym działaniem.

Z perspektywy dobrych praktyk obydwie dni udowodniły, że edukacja cyfrowa seniorów przynosi najlepsze rezultaty, gdy jest osadzona w głębokim, emocjonalnie istotnym kontekście. Uczestnicy nie uczyli się obsługi konkretnych programów tylko po to, by zdobyć biegłość techniczną, lecz po to, by oddać głos bohaterom przeszłości i wspierać międzynarodową kampanię przywracania pamięci.

Berlin jako przestrzeń konfrontacji i dialogu

Zszóstego dnia grupa udała się do Berlina. Program został skonstruowany tak, aby połączyć wizyty w miejscach pamięci z refleksją i dyskusją, odchodząc od formuły biernego zwiedzania na rzecz aktywnego uczestnictwa.

Zajęcia rozpoczęły się przy Pomniku Pomordowanych Żydów Europy wprowadzeniem pt. „Berlin – miasto pamięci i napięć”. Seniorzy poznali symbolikę tego miejsca oraz zapoznali się z różnorodnymi głosami w debacie publicznej na temat sposobów upamiętniania przeszłości. Następnie odwiedzili Muzeum Żydowskie, gdzie korzystali z przygotowanych dla nich kart pracy. Ten prosty, lecz skuteczny zabieg metodyczny sprawił, że wizyta nie była jedynie spacerem po ekspozycji – uczestnicy mierzyli się z konkretnymi zadaniami, pytaniami do przemyślenia, sytuacjami do opisanie. Po wspólnym posiłku odbyła się debata „Rozliczenie z historią – jak budować mosty?”, podczas której seniorzy dzielili się refleksjami na temat odpowiedzialności narodów, ryzyka powtarzania błędów przeszłości i roli edukacji historycznej.

Dzień zwińczyła ewaluacja w formie krótkiego storytellingu pod hasłem „Berlin moimi oczami”. Każdy z uczestników mógł podzielić się opowieścią o miejscu, które wywarło na nim największe wrażenie, oraz myślą towarzyszącą mu w drodze powrotnej. Dzięki takiemu podejściu Berlin przestał być jedynie „stolicą, którą się odwiedziło”, a stał się częścią osobistej mapy pamięci każdego z seniorów.

Bezpieczeństwo w sieci, ekologia i integracja

Dziewiąty dzień poświęcono bezpieczeństwu cyfrowemu i odpowiedzialnemu publikowaniu treści. Wykład pt. „Senior online – jak chronić siebie i pamięć w sieci” przybliżył zasady ochrony prywatności, rozpoznawania zagrożeń oraz świadomego udostępniania materiałów, ze szczególnym uwzględnieniem tych związanych z pamięcią historyczną. W części warsztatowej seniorzy ćwiczyli redagowanie postów i komentarzy, aby móc skutecznie popularyzować kampanię, zachowując przy tym szacunek wobec osób, których historie są przywoływane.

Po przerwie odbyły się zajęcia „Storytelling przez obrazy”, podczas których tworzone grafiki i plakaty skłaniające do refleksji nad pamięcią. Dzień zwieńczył wspólny spacer ścieżką ekologiczną z udziałem niemieckich seniorów. Spotkanie to połączyło edukację przyrodniczą z integracją międzykulturową i międzypokoleniową – rozmowy dotyczyły zarówno lokalnej fauny i flory, jak i osobistych wspomnień.

Ostatni dzień mobilności otworzył wykład „#StolenMemory – historia, dziś i jutro kampanii pamięci”, podsumowujący wcześniejsze działania. W trakcie warsztatów „Co dalej? Jak działać lokalnie” uczestnicy opracowywali pomysły na mikroakcje – takie jak spotkania w klubie seniora, lokalne prezentacje i małe wystawy, działania w mediach społecznościowych – które mogli wdrożyć po powrocie. Sesja „Żywa biblioteka pamięci” pozwoliła seniorom opowiedzieć własne historie, emocje i doświadczenia – przed kamerą lub w rozmowach z zaproszonymi gośćmi. Całość zwieńczyły: ewaluacja końcowa w formie kręgu refleksji, ankiety oraz praca z kartą „Moja ścieżka kompetencji” i wręczenie certyfikatów.

Uczestnicy projektu docenili nie tylko merytoryczną jakość programu, lecz także zaangażowanie polskiego i niemieckiego zespołu. Seniorzy podkreślali pracowitość i uważność opiekunów. Dbano o komfort psychiczny i bezpieczeństwo – zwłaszcza w projekcie o tak silnym ładunku emocjonalnym – została uznana za kluczowy element dobrych praktyk wypracowanych podczas mobilności.

Dobre praktyki projektowe – wnioski z mobilności

Dziesięciodniowy wyjazd w ramach projektu „Odzyskiwanie wspomnień” zaowocował wieloma dobrymi praktykami, z których mogą skorzystać organizacje działające w obszarze edukacji dorosłych. Zaproponowane rozwiązania są skuteczne z kilku powodów.

- Po pierwsze, program był spójny tematycznie. Motyw pamięci – osobistej, lokalnej, europejskiej, cyfrowej – przenikał wszystkie działania i był ujęty z różnych stron: biograficznej, archiwalnej, cyfrowej, artystycznej, ekologicznej. Dzięki temu seniorzy zgłębiali temat wielowymiarowo, wychodząc poza ramy klasycznych wykładów.

”

Projekt „Odzyskiwanie wspomnień” pozostawił po sobie coś więcej niż certyfikaty i pamiątkowe zdjęcia. Przyniósł konkretne umiejętności, gotowe pomysły na lokalne mikroakcje, wzmocnił kompetencje cyfrowe i społeczne uczestników, a przede wszystkim – pomógł odzyskać i chronić wspomnienia, którym groziło zapomnienie. Dowiódł tym samym, jak ogromny potencjał tkwi w mądrze zaplanowanej mobilności edukacyjnej opartej na szacunku i partnerstwie.

- Po drugie, szeroko wykorzystano metody pozaformalne. Storytelling, gry miejskie, quizy, prace w grupach, debaty, wyjazdy edukacyjne, kreatywne formy ewaluacji (takie jak „pudełko refleksji”, „mapa myśli”, „oś czasu”, „puste krzesła”, kolaże graficzne, „manifest pamięci”) sprzyjały aktywności uczestników, wzmacniały ich sprawczość i umożliwiały swobodne wyrażanie emocji i formułowanie wniosków.
- Po trzecie, ważnym elementem była elastyczność i otwartość na głos grupy. Historia Bronisława Chwalczuka stała się centralnym punktem mobilności nie dlatego, że została wcześniej wpisana w harmonogram, ale raczej dlatego, że okazała się tak ciekawa. Decyzja o modyfikacji planu i wizycie w Sachsenhausen dowiodła, że projekt był realnie skoncentrowany na uczestnikach, a nie jedynie na „odhaczaniu” zaplanowanych działań.
- Po czwarte, wartością dodaną było połączenie analogowych form pracy z nowoczesnymi narzędziami cyfrowymi. Seniorzy nie tylko dzielili się opowieściami, ale też tworzyli plakaty w aplikacji Canva, prezentacje w Prezi, krótkie filmy, kampanie online. W ten sposób projekt skutecznie rozwijał kompetencje cyfrowe, obywatelskie i kulturowe, odpowiadając na współczesne wyzwania stojące przed osobami starszymi.
- Po piąte, konsekwentnie budowano wymiar międzykulturowy i międzypokoleniowy. Liczne spotkania z niemieckimi seniorami, wspólne gry miejskie, spacer historyczny i ekologiczny, wieczory wspomnień – wszystko to sprawiało, że wyjazd nie okazał się jednostronną „wizytą edukacyjną”, lecz rzeczywistą okazją do wymiany doświadczeń, dowodząc, że pamięć może być mostem, a nie murem.
- Po szóste, atutem była pogłębiona, przemyślana ewaluacja. Dzięki narzędziom takim jak karta „Moja ścieżka kompetencji” uczestnicy od pierwszego dnia mogli nazywać swoje odczucia, refleksje i artykułować potrzeby, a na końcu dostrzec rozwój osobisty. Tego typu podejście pozwoliło wzmocnić samoświadomość seniorów.

Wreszcie warto podkreślić, że mobilność osadzono mocno w polskim kontekście pamięci. Symboliczne rozpoczęcie działań w rocznicę wybuchu Powstania Warszawskiego oraz uwzględnienie losów Bronisława Chwalczuka pokazały, że polskie doświadczenie historyczne jest częścią europejskiej opowieści. Seniorzy nie byli jedynie odbiorcami „niemieckiej historii”, ale współtwórcami dialogu o pamięci, który toczył się między krajami, pokoleniami i instytucjami.

Projekt „Odyskiwanie wspomnień” pozostawił po sobie coś więcej niż certyfikaty i pamiątkowe zdjęcia. Przyniósł konkretne umiejętności, gotowe pomysły na lokalne mikroakcje, wzmocnił kompetencje cyfrowe i społeczne uczestników, a przede wszystkim – pomógł odzyskać i chronić wspomnienia, którym groziło zapomnienie. Dowiódł tym samym, jak ogromny potencjał tkwi w mądrze zaplanowanej mobilności edukacyjnej opartej na szacunku i partnerstwie.

Komentarz z platformy EPALE

BARTEK LIS

Bardzo ciekawy i poruszający tekst o pracy z pamięcią. Dobrze pokazuje, jak wiele znaczeń kryje się w indywidualnych wspomnieniach, i to, że mogą one być punktem wyjścia do działań wspólnotowych. Mam poczucie, że takie projekty działają najlepiej wtedy, gdy nie próbują „wydobywać” historii na siłę, ale tworzą bezpieczną przestrzeń do spokojnego wybrzmienia opowieści. To podejście, które mogą wykorzystać np. instytucje kultury.

 Like  Comment  Share



Joanna Kuliś

Prezesa Fundacji „Bez Różnicy”, edukatorka osób dorosłych i inicjatorka działań wspierających aktywność społeczną, edukacyjną oraz cyfrową seniorów w Płocku i Gdyni. Od ponad 10 lat pracuje z osobami starszymi, tworząc dla nich dostępne oraz praktyczne programy edukacyjne odpowiadające na wyzwania współczesnego świata. Szczególne miejsce w jej pracy zajmuje łączenie nowoczesnych narzędzi cyfrowych z historią, pamięcią lokalną i osobistymi opowieściami uczestników. Pokazuje, że smartfon, internet, aplikacje multimedialne czy cyfrowe archiwa mogą służyć nie tylko zdobywaniu informacji, lecz także dokumentowaniu rodzinnych wspomnień, historii miejsc i doświadczeń kolejnych pokoleń. Angażuje seniorów w działania oparte na storytellingu, pracy ze zdjęciami, pamiątkami, dokumentami oraz relacjami świadków historii. Uczestniczy również w działaniach związanych z międzynarodową Kampanią #StolenMemory. Od 2023 roku, z ramienia Fundacji „Bez Różnicy”, aktywnie angażuje się w projektowanie i organizację ponadnarodowych mobilności edukacyjnych dla seniorów.

Na EPALE znajdziesz materiały edukacyjne „Sztuka opowiadania”, służące aktywizacji osób starszych poprzez storytelling i gry fabularne.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Włączenie osób starszych w życie społeczne poprzez muzykę, wspólnotę i podejście DEI



KASIA ZABRATAŃSKA

Starzenie się społeczeństw to zjawisko ogólnoeuropejskie, które w najbliższych dekadach będzie miało wpływ nie tylko na systemy ochrony zdrowia, lecz także edukację dorosłych i różne obszary polityki społecznej (Eurostat, 2023). W tej sytuacji szczególnego znaczenia nabiera perspektywa DEI (ang. *Diversity, Equity, Inclusion*). Podkreśla ona konieczność tworzenia przestrzeni dostępnych dla wszystkich, mając na uwadze trzy czynniki: różnorodność, równość i włączenie. Idea ta jest niezwykle ważna zwłaszcza w odniesieniu do osób w wieku senioralnym, wciąż nierzadko marginalizowanych lub zupełnie wykluczanych z głównego nurtu życia społecznego.

Narzędziami, które w naturalny sposób wspierają realizację strategii DEI, są muzyka i taniec. Uniwersalny charakter aktywności tego typu pozwala łączyć różnorodne doświadczenia, zapewnia równy dostęp do kultury oraz skutecznie integruje seniorów – niezależnie od ich poziomu sprawności, stanu zdrowia czy sytuacji życiowej.

Muzyka jako inkluzywne narzędzie pracy z różnorodnymi grupami seniorów

Osoby w wieku senioralnym nie stanowią jednolitej grupy – mają różne doświadczenia życiowe, kompetencje, style uczenia się, ograniczenia fizyczne, a także poziom sprawności poznawczej. Muzyka pozwala uwzględnić tę różnorodność, ponieważ działa na emocje i pamięć autobiograficzną, umożliwia uczestnictwo osobom z ograniczonymi możliwościami komunikacji werbalnej, wspiera zdolność do samodzielnego decydowania o własnym życiu oraz zwiększa poczucie sprawczości. Dzieje się tak wtedy, gdy osoby uczestniczące w zajęciach mogą np. wybierać utwory, proponować formy aktywności, dzielić się wspomnieniami i współtworzyć harmonogram spotkań. Dzięki temu mają bezpośredni wpływ na proces edukacyjny, a nie są jedynie odbiorcami oferowanych działań.

Dodatkowo udział w zajęciach muzycznych nie wymaga wcześniejszego przygotowania. To wszystko sprawia, że stają się one praktyką równościową, otwierającą dostęp do kultury i motywującą do aktywnego życia również tych seniorów, którzy często czują się wykluczeni.

Rytm i ruch – profilaktyka neurodegeneracji

Włączenie do oferty edukacyjnej dla seniorów elementów rytmicznych i ruchowych ma pozytywne skutki na wielu płaszczyznach. Tego rodzaju aktywności wpływają korzystnie na procesy poznawcze i opóźniają objawy demencji. Pozwalają też wspierać osoby z chorobą Alzheimera i innymi schorzeniami neurodegeneracyjnymi oraz ułatwiają rehabilitację neurologiczną (Särkämö i in., 2014).

Badania potwierdzają, że rytm i muzyka w połączeniu z ruchem aktywizują wiele obszarów mózgu jednocześnie (Moumdjian i in., 2017). Wprowadzenie ich na zajęciach sprzyja poprawieniu:

- uwagi i koncentracji,
- pamięci krótkotrwałej i długotrwałej,
- funkcji wykonawczych,
- orientacji przestrzennej,
- stabilności emocjonalnej.

Wspólnota i inkluzja jako fundament zdrowego starzenia

Podstawą podejścia DEI jest założenie, że udział w życiu wspólnoty to prawo, a nie przywilej. W przypadku seniorów działania społecznościowe mają szczególne znaczenie. Przede wszystkim pozwalają przeciwdziałać izolacji oraz poprawić kondycję psychiczną i zwiększyć poczucie wartości. Działając w grupie, osoby starsze budują relacje oparte na wzajemnym szacunku i dostają możliwość współtworzenia swojej rzeczywistości, a nie tylko biernego uczestnictwa w proponowanych im aktywnościach.

Zasada ta dotyczy też osób na różnym poziomie funkcjonowania – także tych z łagodnymi zaburzeniami poznawczymi (ang. *Mild Cognitive Impairment*, MCI), po udarach czy w początkowych fazach choroby Alzheimera (Sherman i in., 2017). Regularność spotkań, ich przejrzysta struktura i zapewnienie bezpieczeństwa emocjonalnego zachęcają do uczestnictwa w zajęciach. Powtarzalny rytm spotkań ułatwia orientację, zmniejsza poziom niepokoju i ogranicza konieczność każdorazowego uczenia się nowych zasad współpracy w grupie. Dzięki temu osoby uczestniczące chętniej angażują się w aktywność, utrzymują relacje społeczne i dłużej zachowują samodzielność w codziennym funkcjonowaniu.

”

Narzędziami, które w naturalny sposób wspierają realizację strategii DEI, są muzyka i taniec. Uniwersalny charakter aktywności tego typu pozwala łączyć różnorodne doświadczenia, zapewnia równy dostęp do kultury oraz skutecznie integruje seniorów – niezależnie od ich poziomu sprawności, stanu zdrowia czy sytuacji życiowej.

Wymiana międzykulturowa jako kluczowy element DEI w edukacji senioralnej

Polska i inne państwa europejskie stoją przed podobnymi wyzwaniami, ale różnią się tradycjami wspólnotowości i kulturą aktywizacji. Perspektywa DEI zakłada, że warto się uczyć od siebie, rozwijać kompetencje i wykorzystywać zasoby poszczególnych krajów. Szczególnie ciekawe lokalne inicjatywy oparte na pracy społecznościowej, edukacji międzypokoleniowej oraz wykorzystaniu muzyki i kultury, jako narzędzi budowania dobrostanu osób w wieku senioralnym, od lat promuje m.in. Portugalia.

Poznanie stosowanych tam rozwiązań umożliwił projekt „Be Included”, realizowany w ramach programu Erasmus+.

Jego uczestniczki – ekspertki z Innej Fundacji – miały okazję wziąć udział w wizycie szkoleniowej w portugalskiej organizacji Human Coop w Abrantes, która od lat pracuje z osobami starszymi, w tym dotkniętymi różnego rodzaju zaburzeniami poznawczymi i ograniczeniami funkcjonalnymi.

Program wyjazdu obejmował zarówno szkolenia poświęcone metodom wspierania funkcji poznawczych oraz wykorzystaniu muzyki, rytmu i tańca w pracy z seniorami, jak i naukę przez doświadczenie. Ekspertki w ramach obserwacji uczestniczącej poznawały w praktyce sposoby budowania bezpiecznej, włączającej wspólnoty oraz możliwości zastosowania metod opisanych w niniejszym artykule.

Bezpośredni kontakt z odbiorcami zajęć, możliwość analizy zastosowanych metod oraz wymiana doświadczeń z portugalskimi specjalistkami – te działania pozwoliły na zdobycie wiedzy, a także zweryfikowanie skuteczności opisywanych rozwiązań w praktyce. To z kolei ułatwia ich adaptowanie do warunków lokalnych i rozwijanie bardziej włączających form edukacji senioralnej¹.

Szkolenia i projekty międzynarodowe dotyczyły:

- metod wzmocnienia kognicji,
- działań muzykoterapeutycznych,
- tańca senioralnego,
- pracy z grupą z wykorzystaniem metod takich jak „równoważne dzielenie” – opierających się na równości ekspresji, słuchania i współtworzenia.

Wymiana doświadczeń realnie zwiększa dostępność działań dla różnorodnych grup senierek i seniorów w całej Europie.

Polska i Portugalia – dwa konteksty, wspólne cele DEI

Doświadczenia zdobyte podczas projektu „Be Included” pokazały, że w poszczególnych krajach europejskich – w tym w Polsce i w Portugalii – wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa są bardzo podobne. Coraz wyraźniejsza staje się potrzeba tworzenia przestrzeni,

”

Podstawą podejścia DEI jest założenie, że udział w życiu wspólnoty to prawo, a nie przywilej. W przypadku seniorów działania społecznościowe mają szczególne znaczenie. Przede wszystkim pozwalają przeciwdziałać izolacji oraz poprawić kondycję psychiczną i zwiększyć poczucie wartości.



¹ bit.ly/4hFwSMU.

w których osoby starsze mogą aktywnie działać, budować relacje i uczestniczyć w życiu społecznym – niezależnie od wieku, sprawności czy poziomu funkcjonowania poznawczego. Różnice między oboma krajami dotyczą przede wszystkim stopnia rozwoju i upowszechnienia takich działań.

Polska

- jedno z najszybciej starzejących się społeczeństw Unii Europejskiej,
- wciąż niewystarczająca liczba programów muzycznych i ruchowych,
- rosnąca potrzeba działań kognitywnych i profilaktyki demencji,
- rozwijająca się świadomość roli kultury i zasad równościowych w aktywizacji seniorów.

Portugalia

- silnie zakorzeniona kultura wspólnotowości,
- liczne programy muzyczno-ruchowe dla seniorów,
- intensywna praca międzypokoleniowa,
- polityki publiczne sprzyjające równemu dostępowi do oferty działań kulturalnych.

Portugalia stosuje rozwiązania oparte na pracy wspólnotowej, wykorzystaniu muzyki, ruchu i edukacji międzypokoleniowej już od wielu lat, podczas gdy w Polsce tego typu inicjatywy zyskują dopiero popularność. To właśnie wymiana doświadczeń i wzajemne uczenie się dzięki współpracy międzynarodowej pozwalają przenosić sprawdzone rozwiązania do lokalnych społeczności i skuteczniej realizować zasady DEI w praktyce.

Włączanie osób starszych w życie społeczne poprzez muzykę i wspólnotę jest nie tylko działaniem edukacyjnym, lecz także strategią DEI, która ułatwia dostęp do kultury, pomaga w utrzymaniu zdrowia i w budowaniu relacji.

Bibliografia

- Eurostat. (2023). *Ageing Europe: Statistics on Population Developments and Health*. Publications Office of the European Union.
- Fancourt, D., & Finn, S. (2019). *What is the evidence on the role of the arts in improving health and well-being? A scoping review (Health Evidence Network synthesis report 67)*. World Health Organization, Regional Office for Europe.
- Moumdjian, L., Sarkamo, T., Leone, C., Leman, M., & Feys, P. (2017). Effectiveness of music-based interventions on motricity or cognitive functioning in neurological populations: A systematic review. *European Journal of Physical and Rehabilitation Medicine*, 53(3), 466–482.
- Särkämö, T., Tervaniemi, M., Laitinen, S., Numminen, A., Kurki, M., Johnson, J. K., & Rantanen, P. (2014). Cognitive, emotional, and social benefits of regular musical activities in early dementia: randomized controlled study. *Gerontologist*, 54(4), 634–650.
- Sherman, K. B., Mauser, J., Nuno, M., & Gottlieb, L. (2017). The impact of structured social and cognitive activities on mild cognitive impairment in older adults. *Journal of Aging and Health*, 29(5), 789–805.

Komentarz z platformy EPALE

NINA WODERSKA

Bardzo ważny i potrzebny tekst. Szczególnie cenne jest wyraźne powiązanie działań muzyczno-ruchowych z perspektywą DEI, która w kontekście seniorów wciąż bywa pomijana lub sprowadzana do haseł. Ukazanie muzyki jako narzędzia równości, sprawczości i realnej profilaktyki neurodegeneracyjnej jest niezwykle przekonujące.

 Like  Comment  Share



dr* Kasia Zabratańska

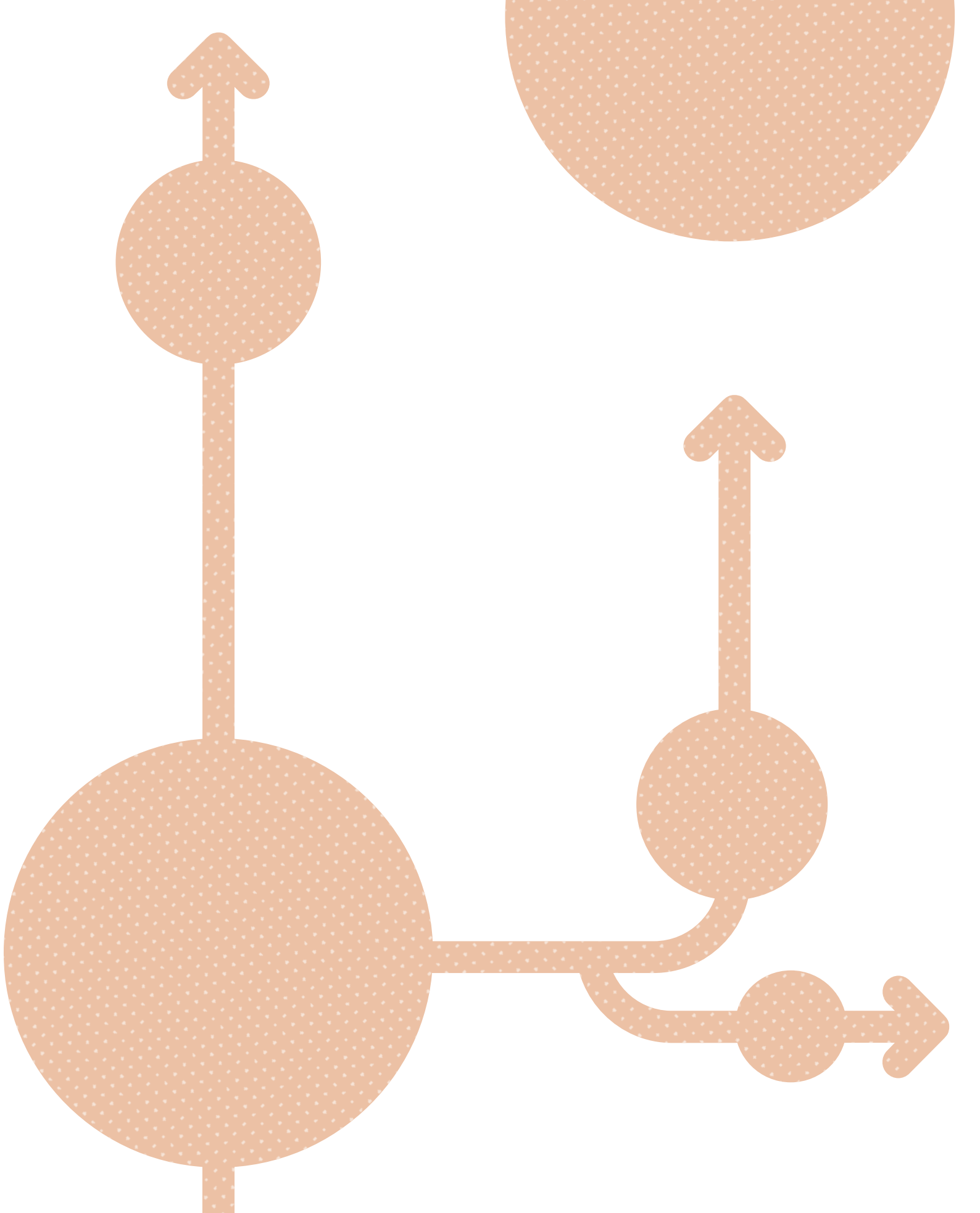
Z wykształcenia socjolożka, historyczka, kulturoznawczyni i animatorka kultury. Prezeska Innej Fundacji, ekspertka DEI, badaczka oraz trenerka antydyskryminacyjna, antyprzemocowa i WenDo (asertywności i samoobrony dla kobiet i dziewcząt). Swoje doświadczenie zawodowe wykorzystuje, współpracując z organizacjami międzynarodowymi, biznesem, NGO i administracją publiczną przy tworzeniu oraz wdrażaniu standardów i polityk DEI. Autorka artykułów i raportów. W pracy stawia na zadawanie pytań i słuchanie. Pracuje po polsku, angielsku, rosyjsku i ukraińsku.

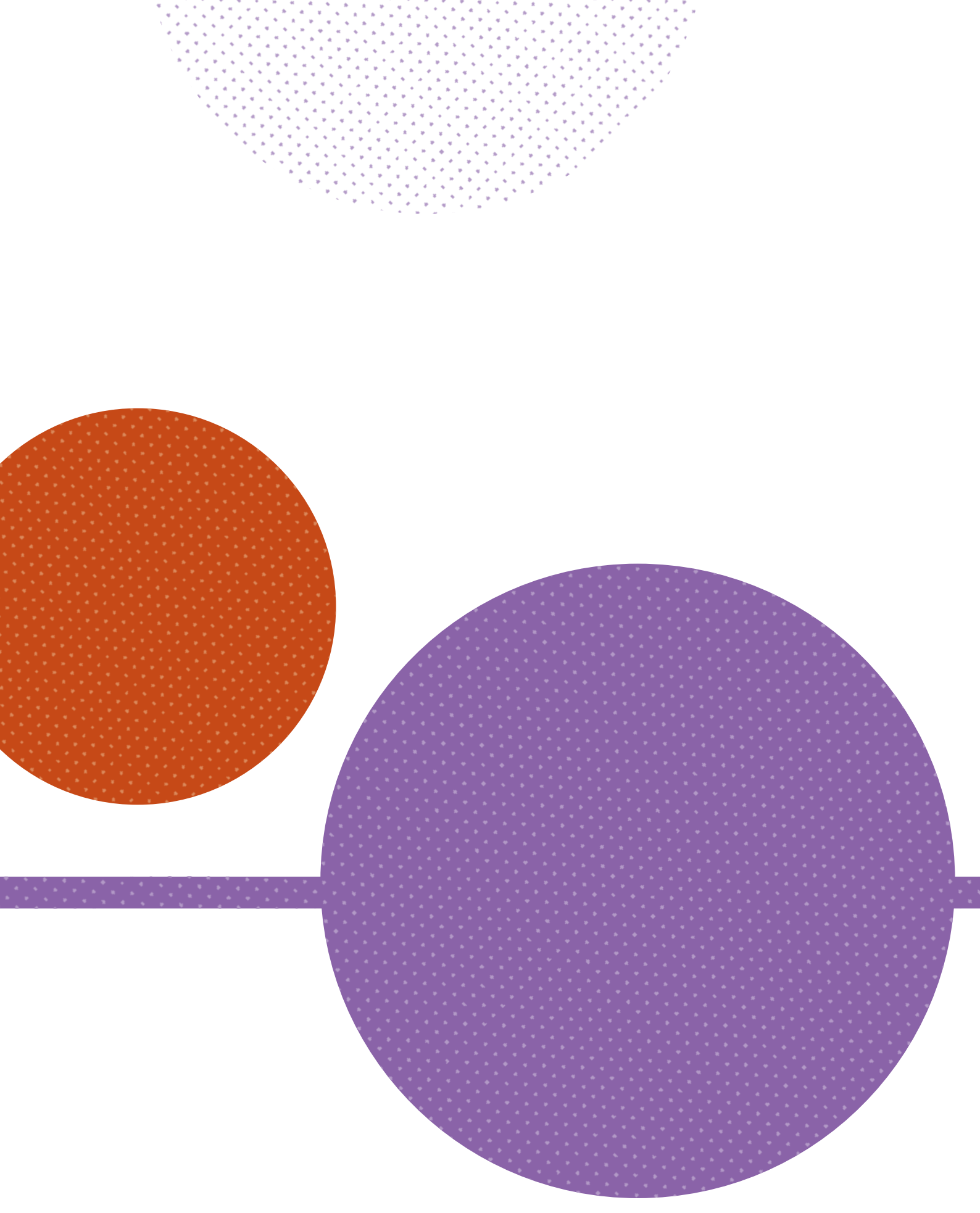
Na EPALE znajdziesz ciekawe materiały z Seminarium EPALE: „Edukacja seniorów w praktyce. Inspiracje dla edukatorów”.

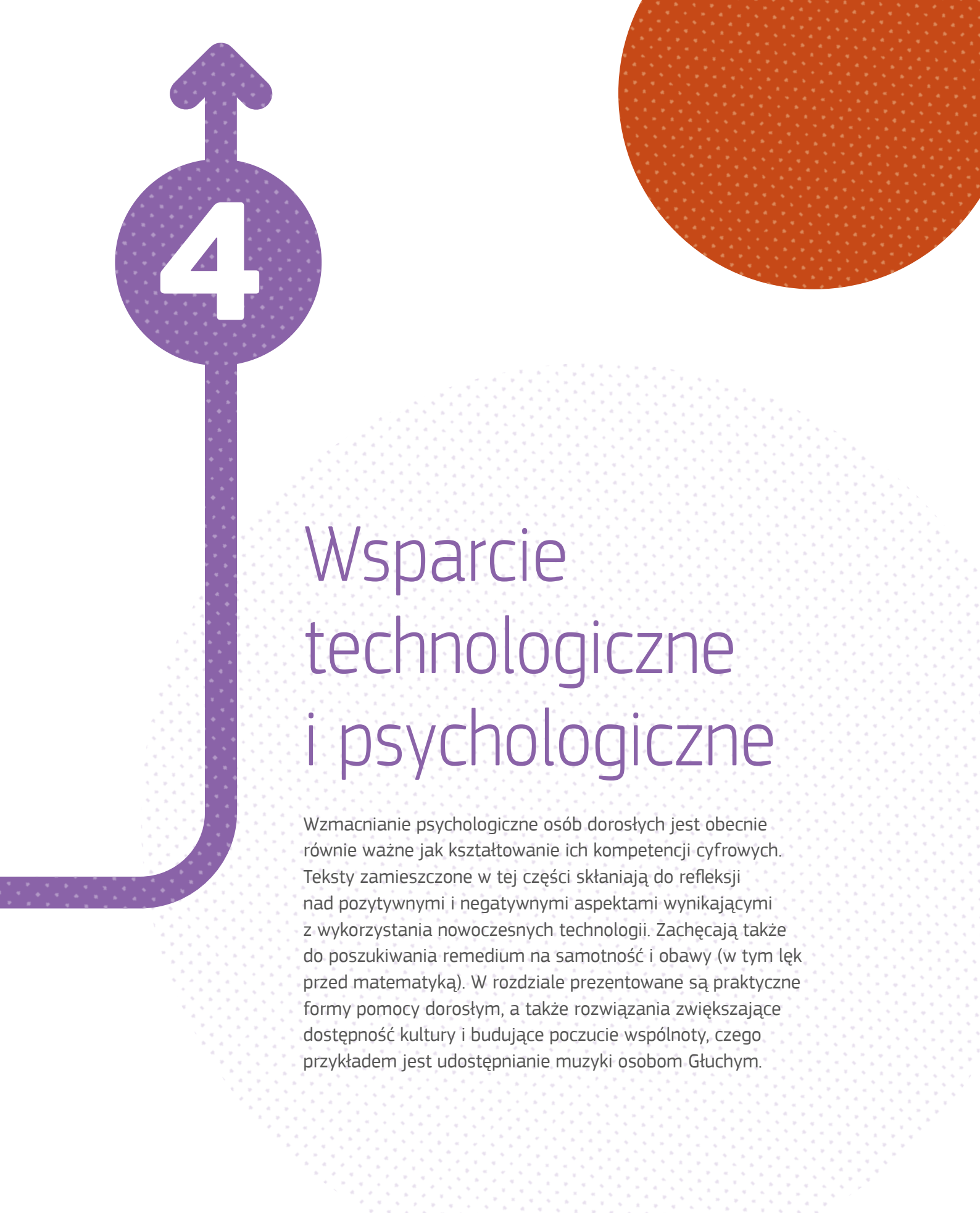


Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

* Zapis zgodny z życzeniem autorki.







4

Wsparcie technologiczne i psychologiczne

Wzmacnianie psychologiczne osób dorosłych jest obecnie równie ważne jak kształtowanie ich kompetencji cyfrowych. Teksty zamieszczone w tej części skłaniają do refleksji nad pozytywnymi i negatywnymi aspektami wynikającymi z wykorzystania nowoczesnych technologii. Zachęcają także do poszukiwania remedium na samotność i obawy (w tym lęk przed matematyką). W rozdziale prezentowane są praktyczne formy pomocy dorosłym, a także rozwiązania zwiększające dostępność kultury i budujące poczucie wspólnoty, czego przykładem jest udostępnianie muzyki osobom Głuchym.

See, Think, Wonder, czyli co sprzyja refleksji, nie tylko nad AI



LIDIA MIROWSKA

Przestańmy się oszukiwać: studenci i uczniowie – mimo rozmaitych wytycznych ograniczających lub wręcz zakazujących korzystania z AI – i tak sięgają po takie narzędzia jak ChatGPT. Zastanówmy się zatem, jak mogą używać ich mądrzej i bardziej świadomie, a także, czy jako edukatorzy i edukatorki możemy im w tym pomóc. Włączając sztuczną inteligencję do swoich zajęć, mamy szansę stać się przewodnikami w odpowiedzialnym stosowaniu tej technologii, a także inicjatorami nowych sytuacji dydaktycznych. Dobrze pokierowane zajęcia z AI mogą znacząco wzbogacić proces uczenia się.

Zaproś AI na swoje zajęcia

Poszukajmy odpowiedzi na pytania:

- Jak zaprojektować sytuację dydaktyczną, która uwalnia potencjał krytycznego myślenia wobec AI?
- W jaki sposób zaprosić AI na swoje zajęcia, aby wniosła nową jakość?
- Jak wykorzystać znane metody aktywizujące do pracy z AI, żeby uzyskać wartość dodaną?

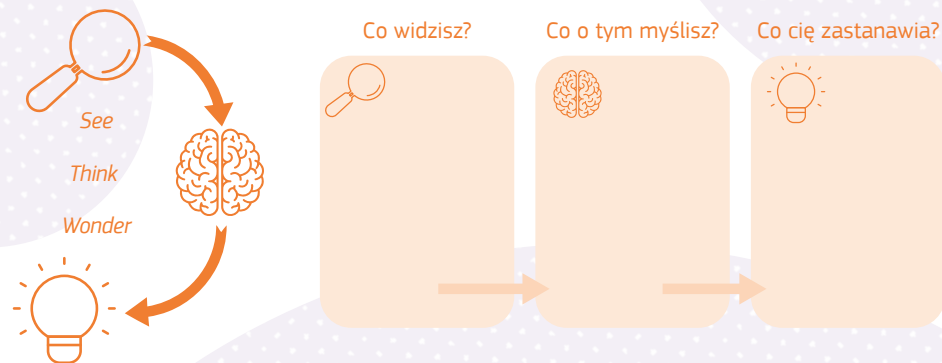
Jakiś czas temu zaproponowałam zastosowanie AI na zajęciach z licealistami. Uczniowie projektowali prompty, na podstawie których generowane były grafiki przedstawiające ich wizję szkoły przyszłości. Efekty udostępniali na Padlecie, dzięki czemu mogli porównać swoje prace. Podczas dyskusji, która służyła refleksji nad efektami działań, wykorzystałam rutynę myślową *See, Think, Wonder* (widzę, myślę, zastanawiam się). To prosta, a zarazem wszechstronna procedura, którą można zastosować na dowolnym etapie edukacji i w zróżnicowanych sytuacjach dydaktycznych¹.

W trakcie tego procesu uczestnicy uważnie obserwują, starannie interpretują swoje spostrzeżenia i formułują pytania, które pobudzają ciekawość oraz napędzają dalsze dociekania. U podstaw rutyny leży fundamentalny akt „widzenia”. Ten początkowy krok zachęca do zaangażowania zmysłów i otwiera na bogactwo szczegółów.



¹ Więcej informacji o metodzie *See, Think, Wonder*: bit.ly/4qyl1Sj; bit.ly/44xxk8R.

Rysunek 1. Rutyna myślenia *See, Think, Wonder*



Źródło: pz.harvard.edu/resources/see-think-wonder.

Podczas fazy „myślenia” uczestnicy analizują swoje obserwacje, konstruują znaczenia, tworzą powiązania oraz przewidyują i odkrywają nowe możliwości. Ten proces analitycznego i krytycznego myślenia zachęca do wyciągania wniosków, identyfikowania wzorców oraz dokonywania świadomych interpretacji.

Na etapie „zastanawiania się” generują pytania wynikające bezpośrednio z ich spostrzeżeń. Pytania te są bramą do uczenia się opartego na dociekaniu, pobudzają ciekawość i stanowią punkt wyjścia do dalszych, samodzielnych badań.

Rutyna myślenia *See, Think, Wonder* to w istocie proces empatyzacji, podobny do tego stosowanego w metodologii Design Thinking. Istotne jest w nim stworzenie „mapy empatii”², która umożliwia wczucie się w perspektywę danej osoby poprzez analizę tego, co widzi, słyszy, myśli, czuje, mówi i robi.

Technikę tę można stosować w wielu kontekstach: od analizy dzieł sztuki i tekstów literackich, przez badanie zjawisk przyrodniczych, aż po przywoływanie wydarzeń historycznych. Obserwacja pomaga w głębszej eksploracji i zrozumieniu danego obszaru. Metodę da się również wykorzystać na każdym etapie pracy z AI, aby zobaczyć, przemyśleć i odkryć potencjał uzyskiwanych treści. Całość można zwieńczyć etapem „napisz” – realizowanym w tradycyjny sposób lub z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych (np. Padlet³). O tej rutynie myślowej wspomina prof. Joanna Mytnik podczas niezwykle ciekawego webinarium⁴.

W trakcie wspomnianej lekcji z licealistami okazało się, że kolorystyka wygenerowanych przez nich prac, często niezdefiniowana na etapie prompta, była bardzo podobna. Zachwyt nad możliwościami AI minął, kiedy uczniowie mieli wytypować projekty, które mogą zostać faktycznie wdrożone w naszym klimacie – w przedbiegach odpadły otwarte przestrzenie, tropikalna roślinność. Dzięki „widzę” i „myślę” uruchomiło się u nich myślenie analityczne, a dzięki „zastanawiam się” – krytyczne. Uczniowie dostrzegli, że niektóre zaproponowane rozwiązania architektoniczne, choć na pierwszy rzut oka efektowne, okazują się nieużyteczne.



² Rudzka-Stankiewicz, U. (2022). *Projektujesz? Zaczynj od stworzenia osoby. Zawsze!*; bit.ly/49fZgAA.

³ Mirowska, L. (2024). *Padlet – wirtualna tablica współpracy na Twoim szkoleniu*; bit.ly/48NxRo8.

⁴ youtube.com/watch?v=mShQ5NgrlHc.

Dla osób, które chcą efektywnie wykorzystać sztuczną inteligencję w edukacji, przygotowałam listę pogłębionych pytań pomocniczych. Dzięki nim edukatorzy i uczestnicy szkoleń będą mogli świadomie i krytycznie przyrzeć się zastosowaniom AI w uczeniu się i nauczaniu w konkretnej sytuacji.

See – zobacz, jakie możliwości stwarza wykorzystanie AI w danym kontekście edukacyjnym

Przykładowe pytania:

- Jakie działania wykonuje AI w danej sytuacji (np. generowanie treści, sprawdzanie prac, rekomendacje)?
- Jakie informacje są prezentowane? Jakie dane przetwarzają narzędzia AI?
- Jak przebiega podział decyzji między użytkownikiem a sztuczną inteligencją? Które zadania są wykonywane automatycznie przez algorytm, a które wymagają decyzji, korekty bądź akceptacji użytkownika?
- Czy widać efekty działania sztucznej inteligencji? Jakie to efekty (np. poprawa wyników, ułatwienie pracy)?
- Jakie treści lub obrazy zostały stworzone przez AI? Czy są oznaczone jako wytwory sztucznej inteligencji?

Think – pomyśl, jaka jest twoja opinia na temat użycia AI? Jakie mogą być tego konsekwencje?

Przykładowe pytania:

- Czy zastosowanie AI wspiera proces uczenia się, czy raczej go zastępuje?
- Co AI robi dobrze? Gdzie mogą się pojawić błędy lub przekłamania?
- Jakie potencjalne korzyści dla nauczycieli i uczniów wynikają z zastosowania AI?
- Czy w danym przypadku AI pomaga rozwijać umiejętności krytycznego myślenia, czy raczej je osłabia?
- Jakie wartości edukacyjne są (lub nie) obecne w tym rozwiązaniu?
- Czy użytkownik wie, jak działa AI, czy traktuje ją bezrefleksyjnie?
- Jakie rodzaje ryzyka (etyczne, poznawcze, społeczne) wynikają z zastosowania AI?

Wonder – zastanów się, co cię nurtuje i co warto zgłębić

Przykładowe pytania:

- Czego chcę się dowiedzieć o działaniu AI?
- Jakie pytania warto zadać, zanim zastosuję AI w edukacji?
- Czy użytkownicy wiedzą, że korzystają z AI? Czy potrafią ocenić jakość efektów pracy AI?
- Jak można nauczyć siebie i nauczycieli uczestników zajęć rozpoznawania wiarygodnych treści generowanych przez AI?
- Jak zapewnić przejrzystość i odpowiedzialność w korzystaniu z AI?
- W jakich sytuacjach nie powinno się wspomagać narzędziami AI?
- Jakie nowe kompetencje powinni zdobywać nauczający i uczący się w świecie AI?

Powyższe pytania mogą być wykorzystane podczas:

- analizy konkretnych narzędzi AI;
- refleksji (samodzielnej bądź grupowej) po lekcji lub ćwiczeniu z użyciem sztucznej inteligencji;
- dyskusji z uczestnikami szkoleń na temat odpowiedzialnego i etycznego korzystania z technologii.

Refleksja – jak słusznie zauważyła Barbara Habrych w komentarzu pod jednym z moich artykułów na EPALe o cyklu Kolba⁵ – to najtrudniejszy etap. Opisana przeze mnie rutyna myślowa *See, Think, Wonder* sprzyja refleksji, pozostawiając przestrzeń na świadomą decyzję o użyciu AI⁶. Mam nadzieję, że po zapoznaniu się z jej założeniami wiesz już, jak odpowiedzieć na zasadnicze pytanie: Czy zastosowanie sztucznej inteligencji rzeczywiście wpłynie na jakość efektów mojej pracy?

Komentarz z platformy EPALe

JĘDRZEJ SZYNKOWSKI

Bardzo podoba mi się ten tekst! Struktura See, Think, Wonder spokojnie mogłaby pojawić się w programie studiów albo jako jeden z elementów szkoleń „train the trainer”. Zwłaszcza w przypadku osób, które stawiają pierwsze kroki w uczeniu innych. To prosty, łatwy do załapania schemat i przydatny drogowy wskaz do projektowania aktywności. Super, że dzielisz się konkretnym przykładem zastosowania See, Think, Wonder w kontekście AI. Dzięki!

 Like  Comment  Share



Lidia Mirowska

Wykładowczyni akademicka, nauczycielka, ekspertka e-learningu. E-nauczycielka i e-metodyczka certyfikowana przez Stowarzyszenie E-learningu Akademickiego. Trenerka kompetencji cyfrowych. Metodyczka zdalnego nauczania na Polskim Uniwersytecie Wirtualnym. Wykorzystuje technologię w edukacji, pracuje w projektach międzynarodowych, wdraża innowacje dydaktyczne, działa projektowo. Ambasadorka EPALe.

Posłuchaj podcastu EPALe
na temat bycia w dialogu z AI.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



⁵ bit.ly/4pN8daw.

⁶ Na platformie EPALe pisze o tym m.in. prof. Anna Turula; bit.ly/44vvDIV.

Dlaczego sztuczna inteligencja nie zmniejszy nierówności w dostępie do edukacji?



PIOTR MACZUGA

Nowe technologie edukacyjne często witane są entuzjastycznymi hasłami o „rewolucji” w dostępie do wiedzy. W XX wieku każde kolejne medium – radio, film, telewizja, komputer, internet – obiecywało demokratyzację edukacji, obniżenie jej kosztów i podniesienie jakości, a także całkowite zniesienie dotychczasowych barier¹.

Rzeczywistość okazała się jednak mniej spektakularna. Mimo deklarowanej transformacji wpływ wspomnianych wynalazków na praktykę szkolną i wyniki uczniów był co najwyżej przeciętny. Innymi słowy, same narzędzia nie sprawiły cudu – nierówności edukacyjne pozostały i rzutują na naszą codzienność.

Podobnie rzecz się ma dziś ze sztuczną inteligencją w edukacji. Entuzjaści przypisują algorytmom potencjał pełnej personalizacji nauczania i zdemokratyzowania dostępu do wiedzy. Jednak już teraz widać, że choć miliony uczniów czerpią korzyści z tych rozwiązań, to miliardy innych – z powodu wykluczenia cyfrowego – są ich pozbawione. Eksperci ostrzegają, że bez świadomego działania pierwsze masowe wdrożenia AI w edukacji mogą wręcz pogłębić dotychczasowe podziały. Winna jest tu dominująca narracja branży EdTech, która naiwnie zakłada, że za pomocą szybkich narzędzi cyfrowych można rozwiązać skomplikowane problemy społeczne, znane ludzkości co najmniej od czasów Arystotelesa.

Sztuczna inteligencja jest po prostu kosztowna w utrzymaniu, co kłóci się z ideą powszechnej dostępności i nie sprzyja usuwaniu barier. Nie mówimy tu jedynie o globalnych kontrastach między krajami rozwijającymi się a Europą czy Stanami Zjednoczonymi. Rzecz w tym, że na moich zajęciach prowadzonych na dużej uczelni w europejskiej metropolii, siedzą obok siebie przedstawiciele dwóch zupełnie różnych światów. Jeden student rozwiązuje testy semestralne za pomocą ChatGPT, podczas gdy drugi zraził się do AI dwa lata temu i polega wyłącznie na własnej wiedzy. Pierwszy systematycznie zdobywa maksymalną liczbę punktów, a drugi – tyle, na ile pozwolą mu własne możliwości. Taki stan rzeczy pogłębia nierówności, zamiast im zapobiegać, a skutecznych rozwiązań nie widać na horyzoncie.

W praktyce wszelkie innowacje, które nie dotyczą głębszych przyczyn wykluczenia oraz niesprawiedliwości, mogą co najwyżej w ograniczonym stopniu poprawić wyniki nauczania.



¹ Warto przy tym wspomnieć o największym przełomie w tej dziedzinie na przestrzeni ostatnich trzech wieków, jakim okazały się... tablica i kreda.

Jak zauważają Sahan Bulathwela i współautorzy², inkluzja musi stać w centrum edukacji – w przeciwnym razie nawet najnowocześniejsze technologie niewiele zmienią.

Co więcej, niewłaściwie używana sztuczna inteligencja może utrwalić system dwutorowy: uczniowie z zamożniejszych rodzin będą systematycznie rozwijać swoje kompetencje cyfrowe, podczas gdy reszta zostanie w tyle. W dłuższej perspektywie doprowadzi to do pogłębienia podziałów. Jednych będzie stać na angażujący proces nauczania z udziałem nauczycieli/trenerów, a mniej uprzywilejowanym zafunduje się budżetową edukację zdalną. Poleganie na AI jako szybkim remedium na braki systemowe jest nie tylko naiwne, lecz także nieodpowiedzialne³.

Naukowcy i biznes nie mają na celu zbawiania świata

Warto spojrzeć na to, komu tak naprawdę służą nowe wynalazki na poszczególnych etapach swojej ewolucji. Najpierw są one domeną naukowców i inżynierów – skupionych na odkrywaniu nieznanych wcześniej możliwości, publikacjach oraz doskonaleniu algorytmów. Ich celem nie jest na ogół rozwiązywanie problemów społecznych, lecz postęp wiedzy i unowocześnianie narzędzi. Następnie technologia trafia w ręce biznesu, którym kieruje nadrzędny imperatyw: zysk. Korporacje – o ile nie wymuszają na nich tego legislatorzy lub opinia publiczna – skupiają się na zamożnych klientach, ignorując mniej „dochodowe” warstwy społeczne. Pozostawione samym sobie, robią dokładnie to, czego się po nich spodziewamy: obsłużą płacących użytkowników i nie będą się przejmować marginalizowanymi grupami.

Ta sama logika przekłada się na sektor edukacji. Cyfrowe innowacje częściej napędza chęć zwiększenia efektywności kosztowej lub stworzenia nowego rynku niż autentyczna troska o wyrównanie szans. Mówi się wiele o „demokratyzacji dostępu” czy „spersonalizowanym nauczaniu dla każdego”, ale w praktyce za wdrażaniem nowych rozwiązań edukacyjnych nierzadko stoi dążenie do redukcji wydatków (np. poprzez zastępowanie części pracy nauczyciela oprogramowaniem) albo do pozyskania zamożnych klientów. Wizja równości doskonale współgra z wizerunkiem firm oferujących systemy AI, ponieważ jest plastyczna PR-owo i deklaratoryjnie pozwala wpisywać się w cele społeczne zrównoważonego rozwoju.

Jeśli decyzje co do kierunku ewolucji technologii pozostawimy wyłącznie rynkowi, nie oczekujmy, że w magiczny sposób rozwiąże on problem nierówności – mechanizmy rynkowe po prostu nie uwzględniają takiej motywacji. Innymi słowy: żadna firma ani laboratorium badawcze z definicji nie zajmuje się ratowaniem świata, chyba że okaże się to „skutkiem ubocznym” ich właściwych, komercyjnych celów.

Autonomiczne auta nie likwidują wykluczenia

W Polsce wykluczenie komunikacyjne dotyczy około 40% społeczeństwa – szacunkowo 15 milionów osób, głównie mieszkańców małych miejscowości, dzieci, seniorów oraz osób z niepełnosprawnościami. W ostatnich dekadach zlikwidowano wiele połączeń autobusowych i kolejowych do mniejszych miast, co sprawiło, że całe społeczności zostały odcięte od możliwości dojazdu do szkół, pracy czy ośrodków kultury. Czy pojawienie się supernowoczesnych



² Bulathwela, S., Pérez-Ortiz, M., Holloway, C., Cukurova, M., & Shawe-Taylor, J. (2024). Artificial Intelligence Alone Will Not Democratise Education: On Educational Inequality, Techno-Solutionism and Inclusive Tools. *Sustainability*, 16(2), 781.

³ Mollenkamp, D. (2024). *Will AI Shrink Disparities in Schools, or Widen Them?*. bit.ly/4nY5v1G.

nowinek technicznych, jak pojazdy autonomiczne, rozwiązało ten problem? Oczywiście – nie. Autonomiczne samochody testuje się w bogatych metropoliach, a nie na prowincji. Prywatne firmy skupiają się na rozwoju takiego transportu tam, gdzie widzą realny rynek – czyli raczej w centrach dużych miast niż na wiejskich drogach.

Co więcej, niektórzy eksperci ostrzegają, że era samochodów bez kierowcy może wręcz pogłębić dotychczasową przepaść⁴. Już teraz osoby o niższych dochodach wydają proporcjonalnie więcej na przemieszczanie się, a są skazane na niedofinansowane autobusy czy nie zawsze punktualne pociągi. Ta analogia pokazuje, że sam fakt istnienia nowej technologii nie gwarantuje równego dostępu do usługi – do tego potrzebna jest świadoma polityka oraz inwestycje, by innowacje służyły wszystkim, a nie tylko wybranym. Dokładnie tak samo jest z edukacją: nawet najinteligentniejsze algorytmy nie pomogą wykluczonym uczniom, jeśli nie zapewnimy im podstawowej infrastruktury i odpowiedniego wsparcia.

Lekcje z historii

Hasło „e-learning” również jest wynalazkiem XXI wieku. Już w pierwszej połowie XX wieku radio przenosiło wykłady i lekcje bezpośrednio do domów – do dzieci na odludnych australijskich farmach słuchających „School of the Air”, jak i w formacie amerykańskich programów edukacyjnych. Radio, pierwsze masowe medium elektroniczne, miało przekraczać bariery odległości i wyrównywać szanse. Faktycznie, jego zasięg sprawił, że mieszkańcy odległych regionów mogli usłyszeć nauczyciela bez opuszczania domu. Jednak czy to zlikwidowało nierówności? Niestety nie. Każda kolejna innowacja – od radia przez telewizję aż po komputer i internet – raczej utrzymywała istniejące dysproporcje, niż je niwelowała. Jak zauważył Steven Mintz, wprowadzeniu każdego nowego medium towarzyszyły marzenia o edukacyjnej rewolucji, lecz ich wpływ na praktykę nauczania okazywał się znikomy.

Uwaga: w żadnym stopniu nie odbiera to prawa ówczesnym twórcom edukacyjnych audycji radiowych lub programów telewizyjnych do bycia dumnymi ze swojej pracy. Była ona niezwykle potrzebna i jestem pewien, że przyniosła świetne rezultaty. Wymagała jednak od ludzi świadomości udziału w pewnej specyficznej misji ratowania świata, o której dziś już dawno zapomniano.

Pamiętacie jeszcze MOOC (Massive Open Online Courses)? Otwarte kursy online dostępne dla każdego – koncepcja ta doskonale wpisywała się w hasła równości społecznej. Oto treści zarezerwowane dla studentów stawały się ogólnodostępne. Podobnie wygląda sytuacja z ideą mikropoświadczeń. Nie musisz studiować przez trzy lata, aby zdobyć dyplom – można zbierać częściowe certyfikaty i samodzielnie budować własne portfolio kompetencji. Zamysł także

”

W praktyce wszelkie innowacje, które nie dotyczą głębszych przyczyn wykluczenia i niesprawiedliwości, mogą co najwyżej w ograniczonym stopniu poprawić wyniki nauczania [...]. Inkluzja musi stać w centrum edukacji – w przeciwnym razie nawet najnowocześniejsze technologie niewiele zmienią.



⁴ Creger, H. (2019). *How Self-Driving Cars Could Harm Marginalized Communities*. bit.ly/4fPAMCO.

świetny. Jednak im mocniej pochylają się nad nim firmy technologiczne, tym mniej zostaje z oryginału. Platformy MOOC stały się dla niektórych uczelni i instytucji po prostu elementem modelu biznesowego, a idea mikropoświadczeń została zredukowana do odznak i certyfikatów. I nie chodzi tutaj o brak dostępu do technologii. Rzecz w tym, że gdy potencjał w danym rozwiązaniu dostrzeże przedsiębiorca, myśli o tym, jak na nim zarobić. A gdy ten sam potencjał zauważy edukator, pisze o tym artykuł na platformie EPAL lub opowiada na konferencji.

Zapomniane podstawy

W XXI wieku e-learning przeobraził się w standardowy produkt rynkowy. Platformy kursowe, aplikacje edukacyjne oraz narzędzia e-learningowe stały się częścią ogromnego przemysłu EdTech. Jak każdy produkt podlega on mechanizmom rynkowym: marketingowi, kreowaniu popytu czy cykлом sezonowych mód. Zawsze słyszymy, że trzeba się uczyć więcej, szybciej, w bardziej innowacyjny sposób, a kolejne start-upy oferują „rewolucyjne” rozwiązania. Jednak realia pokazują, że często mamy do czynienia z przerostem formy nad treścią.

Technologiczny szum bywa napędzany obietnicami bez pokrycia, co z czasem rodzi naturalny sceptycyzm odnośnie do prawdziwej wartości tych nowinek. Gdyby firmy „dowodziły” swoje obietnice, na rynku już dawno nie byłoby miejsca dla platform takich jak Moodle.

Jednocześnie w tym wyścigu za innowacjami często gubimy podstawy dydaktyki. Trudno oczekiwać, że cudowna aplikacja poprawi efekty nauki, jeśli nauczyciele i uczniowie nie mają opanowanych fundamentów procesu nauczania/uczenia się. Przykładowo, już w 1956 roku Benjamin Bloom opracował swoją taksonomię celów edukacyjnych, porządkującą poziomy uczenia się – od wiedzy faktów przez zrozumienie aż po syntezę i ocenę. Czy dzisiejsi entuzjaści cyfrowej edukacji znają i stosują tę klasyfikację? Mówiąc najogólniej i starając się ująć to w dyplomatyczny sposób, powiem, że bywa z tym bardzo różnie. Prawie wszystkie znane mi systemy skupiają się na dostarczeniu treści w atrakcyjny sposób, ale nie wspierają prawdziwego rozwoju kompetencji poznawczych.

Technologia sama w sobie nie jest czynnikiem wyrównującym szanse – staje się nim dopiero sposób, w jaki ją zastosujemy. Edukacja była, jest i będzie przede wszystkim działaniem społecznym. Żaden algorytm nie zdejmie z nas odpowiedzialności za to, by każdy człowiek miał równe prawo do rozwoju.

Mój tekst jest polemiką z artykułem pt. *Sztuczna inteligencja na rzecz edukacji włączającej: Szansa dla osób o niskim poziomie kwalifikacji*, bit.ly/4edX0fL.

Komentarz z platformy EPALE

BARTEK LIS

Zgadzam się – entuzjazm wobec AI często przesłania pytanie: Dla kogo ta technologia ma być użyteczna? Bez włączenia osób z mniejszym kapitałem technologicznym i edukacyjnym narzędzia te będą użyteczne tylko dla uprzywilejowanych. Potrzebujemy polityk, które uwzględnią nie tylko dostęp do sprzętu, ale i do kompetencji. To trudniejsze niż wdrażanie kolejnych aplikacji – ale bardziej potrzebne.

 Like  Comment  Share



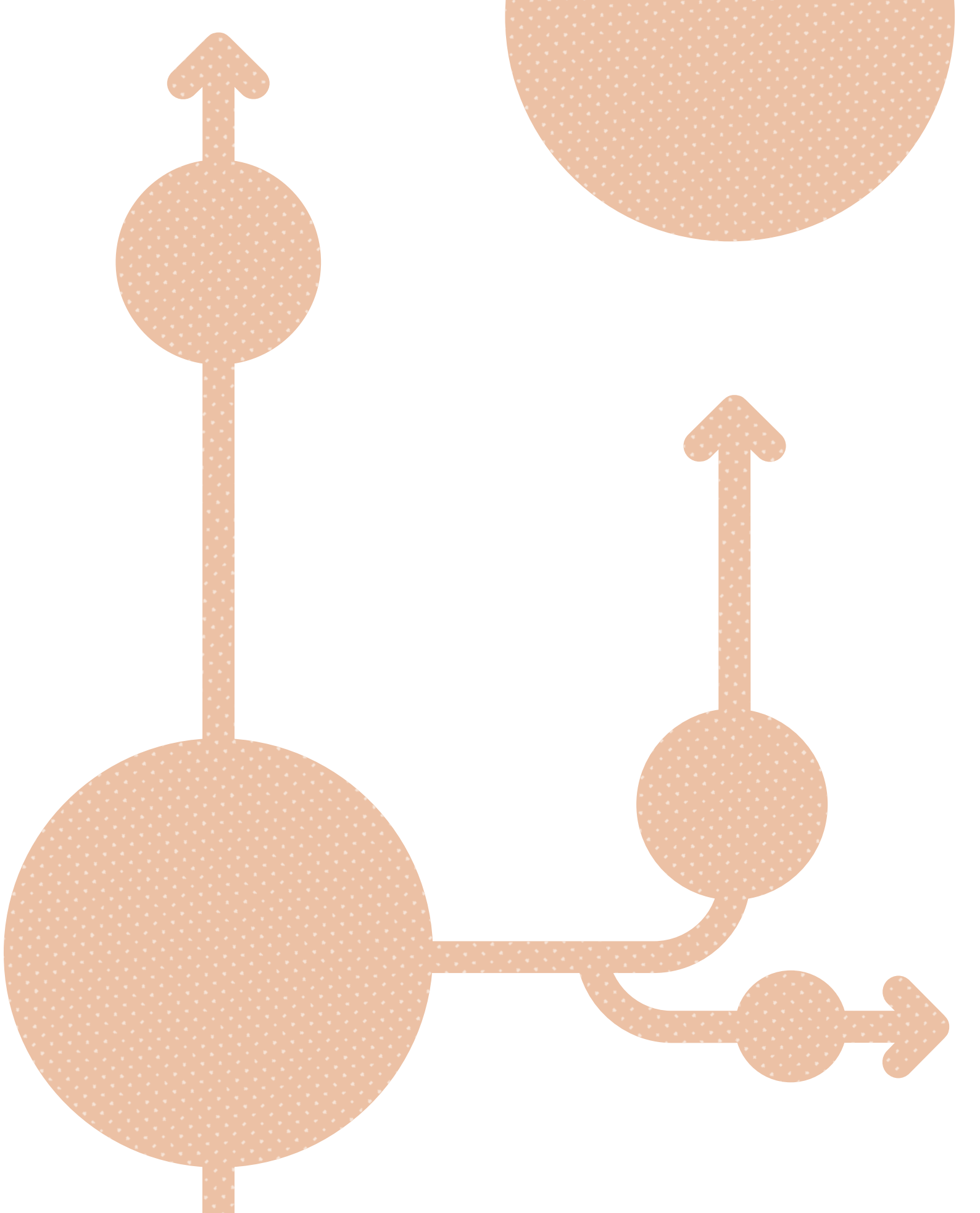
Piotr Maczuga

Pisze, nagrywa, szkoli i występuje publicznie, przybliżając temat nowych technologii w edukacji dorosłych. Na co dzień produkuje treści edukacyjne i cyfrowe eventy oraz buduje i modernizuje studia multimedialne. Współzałożyciel Fundacji Digital Creators. Ambasador EPALE.

Na EPALE znajdziesz opracowanie pokazujące, jak technologie wpływają na uczenie się dorosłych.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



W poszukiwaniu remedium na samotność



ILONA ZAKOWICZ

Uznawana coraz częściej za jedną z chorób cywilizacyjnych XXI wieku samotność, budzi coraz większy niepokój, a co za tym idzie – także uzasadnione zainteresowanie ekspertów. Mówi się wręcz o „epidemii osamotnienia” wyrażającej się gwałtownym wzrostem liczby osób doświadczających dotkliwego braku satysfakcjonujących relacji, wyobcowania czy poczucia społecznej izolacji.

Zjawisko to bywa rozmaicie definiowane. W świetle koncepcji Doris Wolf jest to stan, w którym życie – przeżywane zarówno w pojedynkę, jak i w związku – przepętia poczucie wyobcowania i opuszczenia. Być samotnym oznacza odczuwać cierpienie z powodu braku głębokiego kontaktu psychicznego ze sobą lub z innymi ludźmi¹. Mamy zatem do czynienia z subiektywnym odczuciem doświadczanym na wiele różnych sposobów, a także ze złożonym stanem emocjonalnym. W jego przebiegu wyróżnia się trzy zasadnicze fazy: samotność chwilowa, stopniowe odstawianie oraz samotność chroniczna².

Kryzysu relacyjnego doświadczać można niezależnie od wieku, płci czy statusu społecznego. Bywa on skutkiem sytuacji życiowej i trwa krótko – wówczas mówimy o formie przejściowej. Gdy jednak poczucie pustki i braku nie mija wraz z upływem czasu, rozwija się faza samotności przewlekłej. To właśnie to chroniczne stadium jest w opinii ekspertów niezwykle niebezpieczne dla zdrowia psychicznego i fizycznego.

Samotność może być konsekwencją wielu nagłych zdarzeń losowych, takich jak śmierć współmałżonka lub partnera życiowego, zmiana struktury rodzinnej (np. syndrom „pustego gniazda”) czy znaczne ograniczenie relacji koleżeńskich wywołane przejściem na emeryturę. Bez względu jednak na pierwotną przyczynę stan ten definiuje się jako dotkliwe poczucie bycia samym lub też – jak twierdzi Adam A. Zych – egzystencję w izolacji od innych osób, zwłaszcza rodziny, bliskich i przyjaciół³.

Osamotnienie to problem globalny, który dotyka zarówno ludzi młodych, osoby w średnim wieku, jak i pokolenie w późnej dorosłości. Z raportu Komisji Europejskiej, opracowanego przez Wspólne Centrum Badawcze (Joint Research Centre – JRC), wynika, że 13% Europejczyków doświadcza tego stanu przez większość czasu, a jedna trzecia zmaga się z nim przynajmniej okazjonalnie. Taki wynik dały badania ankietowe przeprowadzone w listopadzie i grudniu 2022 roku wśród blisko 26 tysięcy mieszkańców krajów UE w wieku powyżej 16 lat⁴. Zgromadzone dane pokazują, że doświadczenie samotności towarzyszy najczęściej mieszkańcom Irlandii



¹ Wolf, D. (1995). *Pokonać samotność*. Czytelnik, s. 20.

² Tamże.

³ Zych, A. A. (2019). *Leksykon gerontologii*. Oficyna Wydawnicza „Impuls”, s. 155.

⁴ EU Loneliness Survey 2022.

(ponad 20%), a zbliżone wskaźniki odnotowano także w Luksemburgu, Bułgarii i Grecji. Najniższy poziom tego zjawiska zdiagnozowano wśród Austriaków, Czechów, Chorwatów i Holendrów (poniżej 10%). Polska uplasowała się pośrodku europejskiej skali, z wynikiem 13%.

Warto w tym miejscu przywołać przykład Wielkiej Brytanii, gdzie w 2018 roku ówczesna premier Theresa May utworzyła stanowisko ministra ds. samotności. Do zadań tego resortu należało m.in. opracowywanie strategii przeciwdziałania samotności i jej konsekwencjom. Kryzys relacyjny stał się istotnym problemem także w Japonii, w związku z czym w 2021 roku powołano tam pierwszego w historii ministra ds. samotności i izolacji, którym został Tetsushi Sakamoto. Japoński rząd w ramach swoich struktur stworzył także biuro ds. przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu.

Trzeba zaznaczyć, że samotność w sposób szczególny dotyczy najstarszej grupy demograficznej – osób powyżej 80. roku życia. Dlatego tak ważne jest podejmowanie inicjatyw mających na celu niwelowanie ich poczucia marginalizacji, a także projektowanie takiej polityki, która w sposób holistyczny odpowiadałaby na realne potrzeby seniorów.

Pomimo podejmowanych na coraz szerszą skalę działań osłonowych, a także dynamicznego rozwoju nowych technologii, w tym technologii informacyjno-komunikacyjnych ułatwiających kontakt z innymi ludźmi, samotność wydaje się jednym z najpoważniejszych i narastających wyzwań współczesności. Zyskała ona na sile w czasie pandemii COVID-19, która w sposób radykalny odizolowała osoby starsze jako grupę podwyższonego ryzyka, potęgując w nich poczucie odosobnienia.

Równocześnie postęp technologiczny przyczynia się do wzrostu zainteresowania gerontechnologiami, w tym robotyzacją. Coraz większa dostępność zaawansowanych urządzeń sprawia, że w krajach rozwiniętych znajdują one zastosowanie np. w domach opieki, gdzie wspierają personel placówek, co – według zapewnień konstruktorów – pozwala redukować poczucie wyobcowania u podopiecznych. Robotyzacja pracy socjalnej staje się tam możliwa dzięki projektowaniu, programowaniu i konstruowaniu maszyn pełniących funkcję „towarzyszy”, „opiekunów” czy „asystentów”. W takich państwach, jak Japonia, Stany Zjednoczone i Wielka Brytania, proces ten już się rozpoczął. Roboty są tam coraz częściej wykorzystywane w codziennym wsparciu seniorów, co z jednej strony wynika ze starzenia się społeczeństw i deficytu kadr opiekuńczych, z drugiej zaś – z ekspansji nowoczesnych rozwiązań generujących innowacje społeczne.

Robot społeczny, zgodnie z założeniami twórców, powinien być użyteczny i mieć zdolność do komunikowania się z użytkownikiem za pomocą tak zwanych sygnałów społecznych. Wspomniana interakcja może przebiegać na wielu różnych płaszczyznach i dotyczyć zarówno sfery werbalnej, jak i niewerbalnej: od płynnej mowy, przez spojrzenie i gesty, aż po mimikę.

”

Osamotnienie to problem globalny, który dotyka zarówno ludzi młodych, osoby w średnim wieku, jak i pokolenie w późnej dorosłości. Z raportu Komisji Europejskiej, opracowanego przez Wspólne Centrum Badawcze, wynika, że 13% Europejczyków doświadcza tego stanu przez większość czasu, a jedna trzecia zmagająca się z nim przynajmniej okazjonalnie.

Współczesne maszyny potrafią już m.in. przywitać gości, przypomnieć o przyjęciu lekarstw, pomóc w poruszaniu się, a także wezwać służby ratownicze w sytuacjach kryzysowych.

Urządzenia te zaliczane są do szerszej kategorii robotów asystujących, które w najbliższej przyszłości – jak prognozują eksperci – będą w stanie odciążać, a nawet wyręczyć ludzi w sprawowaniu pieczy nad osobami starszymi. Na rynku dostępnych jest już wiele rozwiązań przeznaczonych dla instytucji opiekuńczych. Należy do nich Care-O-bot, opracowany przez niemiecką instytucję badawczą Fraunhofer-Institut für Produktionstechnik und Automatisierung IPA, który został pomyślany jako zaawansowany mobilny asystent. Jego zadaniem jest aktywne wspomaganie człowieka w codziennych czynnościach w domach, hotelach, zakładach opieki i szpitalach. Care-O-bot nie tylko przynosi napoje i transportuje przedmioty, ale także podaje lekarstwa i asystuje przy chodzeniu czy nakrywaniu do stołu. Innym, nie mniej interesującym przykładem jest Pepper – produkt japońskiego SoftBanku, przedstawiany jako innowacyjny humanoid potrafiący rozpoznawać ludzkie emocje.

Wykorzystanie robotów w roli opiekunów czy asystentów wciąż pozostaje tematem otwartym, a dla niektórych środowisk wręcz kontrowersyjnym. Dowodzi jednocześnie, że współczesna rewolucja cyfrowa obejmuje także obszar starości, stając się fundamentem dynamicznie rozwijającej się dziedziny – gerontechnologii.



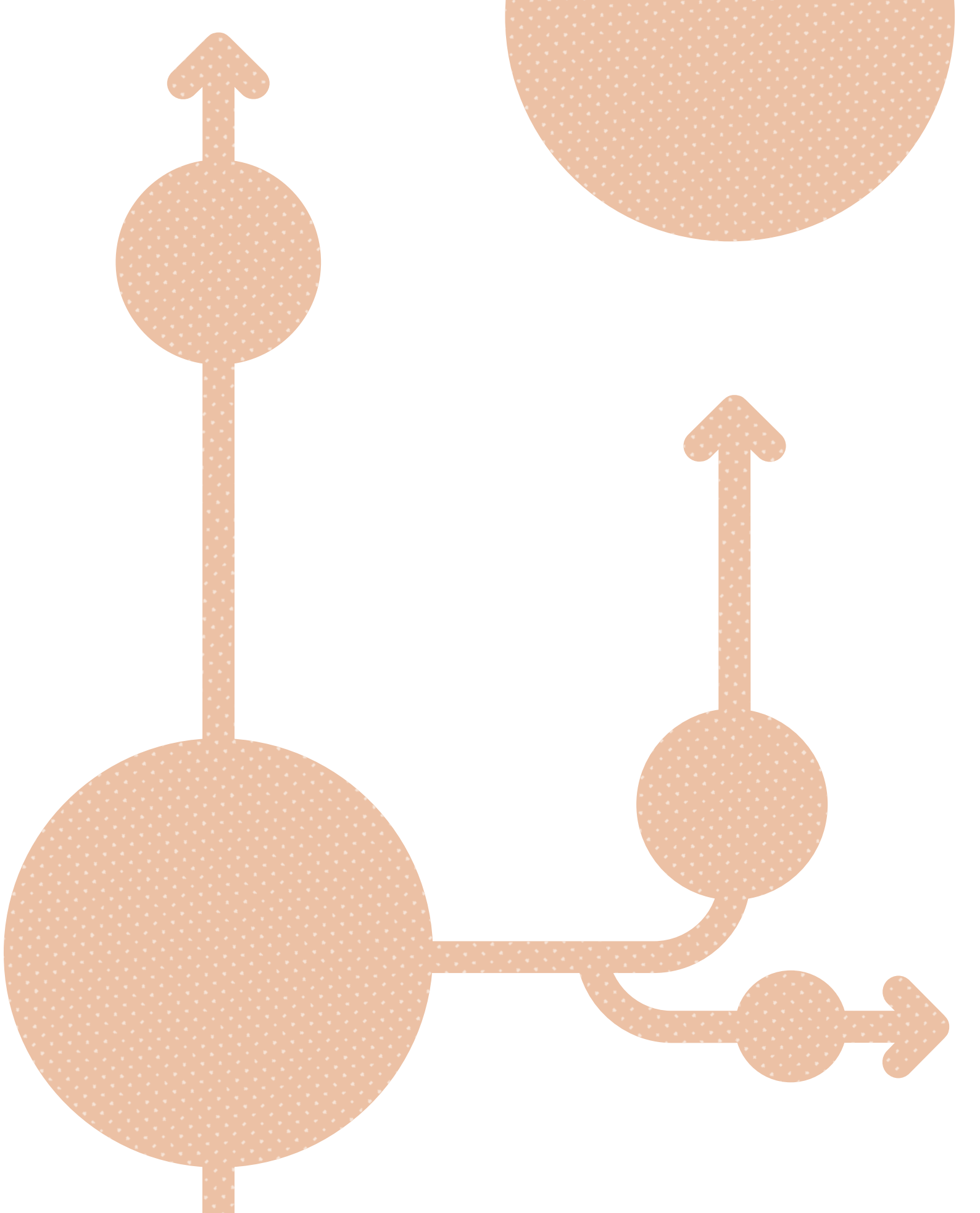
dr Ilona Zakowicz

Doktorka nauk społecznych, pedagożka, gerontolożka i kulturoznawczyni oraz psychoterapeutka w trakcie szkolenia. Od kilkunastu lat związana ze szkolnictwem wyższym jako nauczycielka akademicka, badaczka i edukatorka. Angażuje się w pracę z osobami starszymi i na ich rzecz. Pracowała w międzynarodowych zespołach projektowych i badawczych, zarówno w roli członkini, jak i liderki. Autorka programów szkoleń, warsztatów, opracowań, a także 30 publikacji naukowych z zakresu andragogiki, gerontologii i tanatologii oraz kilkudziesięciu artykułów popularnonaukowych. Obecnie związana z Uniwersytetem WSB Merito we Wrocławiu, gdzie pracuje jako specjalistka ds. metodyki nauczania.

Przeczytaj na EPALe artykuł o projekcie Erasmus+ wspierającym osoby 50+ w dbaniu o zdrowie i dobrostan. Efektem projektu są m.in. scenariusze warsztatów.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Poradnie z Po-MOCą dorosłym!



KAROLINA SINDREWICZ

W świetle wyników badań opublikowanych w 2020 roku, przeprowadzonych za pomocą Kwestionariusza Wypalenia Rodzicielskiego (PBA – Parental Burnout Assessment) w 42 krajach świata, Polska uplasowała się na pierwszym miejscu z najwyższym odsetkiem przypadków wypalenia rodzicielskiego. Zjawisko to, ściśle powiązane z przewlekłym stresem towarzyszącym opiece nad dziećmi, stanowi jedno z najpoważniejszych wyzwań współczesnego systemu wsparcia rodziny.

Zauważając ten problem, zespół specjalistów z Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 5 w Warszawie rozpoczął w październiku 2024 roku realizację projektu Erasmus+ (sektor Edukacja dorosłych) „Po-MOC: Wzmocnienie kompetencji kadry, aby rozwijać umiejętności rodziców”¹. Jego celem było poznawanie europejskich rozwiązań w zakresie wspierania rodzin oraz rozwijanie kompetencji osobistych (w tym rodzicielskich), społecznych i komunikacyjnych uczestników. Przedsięwzięcie uwzględniało działania skierowane do kadry naszej placówki (*job shadowing* w szwedzkiej szkole oraz kursy metodyczne i językowe), a także do rodziców dzieci pozostających pod opieką poradni. Odbył się m.in. grupowy wyjazd mam z dzielnicy Praga-Północ (pod hasłem „Mamy z Pragi do Pragi po-MOC!”) oraz cykl warsztatów „Rodzic na 5!”.

W codziennej praktyce poradni diagnozujemy dzieci i młodzież, prowadzimy dla nich zajęcia oraz stymulujemy ich rozwój poprzez wdrażanie planów terapeutycznych. Zdajemy sobie jednak sprawę, że to kompetentny, świadomy dorosły – rodzic lub opiekun prawny – jest filarem, bez którego nasze działania ukierunkowane na najmłodszych nie odniosą pełnego, długofalowego sukcesu. Dlatego w projekcie w centrum uwagi postawiliśmy właśnie matki i ojców.

Punktem wyjścia do dalszych działań było sprawdzenie, w jakim stopniu wypalenie rodzicielskie dotyczy osób uzyskujących pomoc w naszej placówce. Wyniki ankiety przeprowadzonej na początku 2024 roku wśród prawie 90 praskich rodziców potwierdziły, że jest to niezwykle istotna kwestia. Działania projektowe skoncentrowaliśmy więc na doskonaleniu kompetencji osób dorosłych w zakresie wspierania rozwoju dzieci oraz na przekazywaniu wiedzy na temat strategii radzenia sobie z trudnościami wychowawczymi. Założenia te realizujemy wielotorowo: poprzez indywidualne konsultacje, zajęcia grupowe, warsztaty i szkolenia oraz grupy wsparcia. Podczas spotkań grupowych poruszane są kwestie zdrowia psychicznego, dobrostanu rodziny, komunikacji. Dzięki temu uczestnicy zyskują realną pomoc w rozwiązywaniu konkretnych problemów wychowawczych, emocjonalnych i edukacyjnych. Zajęcia są również doskonałą okazją do integracji społeczności lokalnej i wymiany doświadczeń między rodzicami.



¹ Więcej informacji na temat projektu: bit.ly/3Se96NB.

Z oferty poradni korzystają rodzice o bardzo zróżnicowanym profilu pod względem wieku, wykształcenia oraz kapitału osobistego i społecznego. Większość uczestników spotkań to osoby z grupy 25–55 lat – zarówno takie z wykształceniem wyższym, jak i podstawowym – z niskimi umiejętnościami społecznymi (w tym z doświadczeniem wychowania w pieczy zastępczej). Po pomoc zgłaszają się również nastoletni rodzice. Część z nich potrzebuje szczególnego wsparcia w opiece nad dziećmi, zwłaszcza tymi z niepełnosprawnościami. Wiele rodzin trafiających do poradni korzysta z pomocy społecznej, co pokazuje złożoność problemów, z którymi mierzą się one na co dzień. Dla osób, które nie mają odpowiednich wzorców rodzicielskich, a same nie zdobyły kompetencji wychowawczych i osobistych to właśnie poradnia staje się miejscem, w którym mogą znaleźć wsparcie w pokonywaniu trudności i ograniczeń wynikających z wychowywania dzieci. Warto zaznaczyć, że część rodziców trafia do nas nie z wyboru, tylko w efekcie wdrożenia procedur prawnych – skierowana przez uprawnione organy, takie jak sądy rodzinne, kuratorzy czy placówki oświatowe.

Z naszej perspektywy poradnie psychologiczno-pedagogiczne są niezwykle istotną częścią systemu edukacji osób dorosłych, zwłaszcza rodziców i opiekunów dzieci. Oferowane przez nie różnorodne formy wsparcia oraz pełna dostępność placówek pomagają w budowaniu zdrowego środowiska rodzinnego. Jego sercem staje się kompetentny rodzic lub opiekun – wyposażony w rzetelną wiedzę o rozwoju emocjonalnym dziecka, świadomy własnych potrzeb, będący źródłem stabilności dla całej rodziny. Dlatego tak ważne jest to, że efekty projektu są wykorzystywane w codziennej pracy poradni, pomagając poprawić jakość usług oferowanych w placówce.

”

Poradnie psychologiczno-pedagogiczne są niezwykle istotną częścią systemu edukacji osób dorosłych. Oferowane przez nie różnorodne formy wsparcia oraz pełna dostępność placówek pomagają w budowaniu zdrowego środowiska rodzinnego.



Karolina Sindrewicz

Logopedka, koordynatorka projektu „Po-MOC: Wzmocnienie kompetencji kadry, aby rozwijać umiejętności rodziców”. Ukończyła studia na kierunkach logopedia ogólna i kliniczna oraz dziennikarstwo i komunikacja społeczna na Uniwersytecie Warszawskim. Odbyła liczne praktyki i staże w poradniach psychologiczno-pedagogicznych, żłótkach, przedszkolach, szkołach. W Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej nr 5 w Warszawie prowadzi terapię dzieci z różnymi zaburzeniami mowy.

Na EPALE znajdziesz bazę gotowych do pobrania materiałów do pracy psychoedukacyjnej.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Lęk przed matematyką wśród osób dorosłych



MICHAŁ OCHOCKI

Lęk przed matematyką to zjawisko znacznie głębsze niż prosta niechęć do nauk ścisłych. Problem ten ujawnia się nie tylko w warunkach szkolnych, lecz także w dorosłym życiu w codziennych sytuacjach wymagających przeliczania jednostek, operowania procentami czy analizowania danych liczbowych w dokumentach administracyjnych, bankowych i medycznych.

Paradoks wykształcenia i umiejętności

Spora grupa osób dorosłych – także tych legitymujących się dobrym wykształceniem – posiada niskie kompetencje matematyczne. Powody tej rozbieżności są złożone. Przede wszystkim przez dziesięciolecia system edukacji faworyzował algorytmiczne opanowanie działań na liczbach, a nie ich praktyczne zastosowanie. Matematyka była postrzegana jako przedmiot szkolny „dla wybranych” – tych, którzy posiadają specyficzne predyspozycje.

Osoby, które nie wpisywały się w ten schemat, szybko internalizowały przeświadczenie o braku zdolności matematycznych i unikały sytuacji wymagających wysiłku poznawczego w tej dziedzinie. Po latach to przekonanie utrzymywało się, przechodząc w trwały lęk.

Mechanizmy lęku matematycznego

Lęk przed matematyką to nie tylko zwykła niechęć – to silna, emocjonalna reakcja stresowa pojawiająca się w sytuacjach wymagających operowania na liczbach. Osoby dotknięte tym problemem doświadczają blokady poznawczej: mają trudności z koncentracją, odczuwają napięcie i niepewność, co przekłada się na gorsze wyniki. Mechanizm ten jest dobrze opisany w literaturze psychologicznej – lęk pochłania zasoby pamięci roboczej, które są niezbędne do przetwarzania informacji. Dodatkowo w przypadku części seniorów pojawia się też naturalne osłabienie sprawności poznawczych.

Wielu dorosłych, zwłaszcza seniorów, przenosi negatywne emocje z dzieciństwa w dojrzałe życie. Przekonania typu: „nigdy tego nie rozumiałem”, „zawsze miałam dwóję z matematyki” czy „to nie dla mnie” działają jak samospełniająca się przepowiednia. Unikanie kontaktu z matematyką prowadzi do spadku umiejętności, a to z kolei jeszcze wzmacnia lęk.

Deskilling i zmiany w systemie edukacji

Zjawisko lęku przed matematyką pogłębia proces deskillingu, czyli stopniowego zanikania umiejętności niewykorzystywanych w codziennym życiu. Seniorzy przez dziesięciolecia mogli polegać na kalkulatorach, gotowych tabelach czy wsparciu innych osób, co prowadziło do naturalnej erozji ich kompetencji matematycznych. Przez długie lata nie było potrzeby samodzielnego wykonywania nawet podstawowych działań – rachunki opłacano na pocztce, ceny były stałe, a system zdrowotny mniej zbiurokratyzowany niż obecnie.

Istotnym czynnikiem są również zmiany w sposobie nauczania. Podczas gdy współczesna dydaktyka kładzie większy nacisk na kontekst i zrozumienie mechanizmów danego zjawiska, wiele osób dorosłych kształciło się w modelu pamięciowym i odtwórczym. Matematyka była dla nich zbiorem abstrakcyjnych wzorów oderwanym od realiów codziennego życia. W efekcie osoby o zainteresowaniach humanistycznych traciły chęć zgłębiania przedmiotów ścisłych.

Społeczno-kulturowa niechęć do matematyki

Na zjawisko lęku matematycznego wpływają również czynniki kulturowe. Przez lata w Polsce akceptowano, a wręcz legitymizowano publiczne deklaracje typu: „jestem humanistą, nie ogarniam matematyki”. W przeciwieństwie do umiejętności czytania i pisanie, brak kompetencji matematycznych był społecznie tolerowany, co utrzymywało niski poziom kompetencji w tym obszarze. Seniorzy dorastali w czasach, kiedy matematyka była przedstawiana jako bariera nie do pokonania, a nie dziedzina realnie ułatwiająca codzienne życie.

Dziś problem ten nabiera szczególnej wagi, ponieważ wymagania w zakresie kompetencji liczbowych znacząco wzrosły. Funkcjonowanie w świecie cyfrowym, finansów i zdrowia wymaga elementarnej biegłości matematycznej. Tymczasem wielu seniorów wchodzi w ten etap życia z silnym lękiem i deficytami kompetencyjnymi, których źródła tkwią głęboko w przeszłości edukacyjnej oraz procesach społeczno-psychologicznych.

”

Lęk przed matematyką to nie tylko zwykła niechęć – to silna, emocjonalna reakcja stresowa pojawiająca się w sytuacjach wymagających operowania na liczbach. Osoby dotknięte tym problemem doświadczają blokady poznawczej: mają trudności z koncentracją, odczuwają napięcie i niepewność, co przekłada się na gorsze wyniki.

Brak podstawowych kompetencji matematycznych jako forma wykluczenia społecznego

Niedostatki kompetencji matematycznych wśród dorosłych, zwłaszcza seniorów, to problem wykraczający poza indywidualne braki w edukacji. To zjawisko o daleko idących konsekwencjach społecznych, ekonomicznych i zdrowotnych, które w praktyce prowadzą do realnego wykluczenia z wielu sfer życia. W świecie, w którym niemal każda czynność wymaga elementarnej umiejętności interpretowania danych liczbowych, osoby z niskimi kompetencjami matematycznymi znajdują się w niekorzystnym położeniu.

Jednym z najbardziej dotkliwych skutków tej sytuacji jest utrudniony dostęp do usług publicznych i komercyjnych. Osoby, które nie czują się pewnie w liczeniu i mają problemy ze zrozumieniem instrukcji, stoją przed barierą nie do przebycia przy wypełnianiu formularzy bankowych, wniosków administracyjnych czy analizie dokumentacji medycznej. Często nie chodzi o rozwiązywanie skomplikowanych równań, lecz o sprawne operowanie procentami czy kontrolowanie harmonogramu miesięcznych opłat. Konieczność ciągłego proszenia o pomoc innych w tych sprawach osłabia w nich poczucie samodzielności i sprawczości.

Dezinformacja i podatność na manipulację

Deficyty w zakresie kompetencji matematycznych mają negatywne przełożenie na zdolność krytycznego myślenia i odporność na dezinformację. Przestrzeń publiczna jest nasycona danymi, wykresami, statystykami, które często służą jako fundament „faktów”. Jeśli ktoś niewłaściwie interpretuje skale wykresów, myli pojęcia procentu z punktem procentowym czy nie umie ocenić wartości względnych, staje się bezbronny wobec manipulacji i fałszywych narracji.

Szczególnie mocno tego typu problemy uwiarygodniły się podczas pandemii COVID-19. Wiele osób dorosłych miało trudności ze zrozumieniem danych epidemiologicznych, wskaźników zakażeń i statystyk dotyczących skuteczności szczepionek. W efekcie wzrosła podatność na dezinformację zdrowotną, co miało realne konsekwencje zarówno w wymiarze jednostkowym, jak i całego społeczeństwa.

Trudności w codziennych czynnościach

Brak podstawowej wiedzy matematycznej komplikuje nawet najprostsze czynności. Seniorzy często mają problem ze zrozumieniem wytycznych dotyczących dawkowania leków, precyzyjnym odmierzaniem składników podczas przygotowywania posiłków, planowaniem budżetu domowego czy krytycznym porównywaniem ofert cenowych. Niekiedy trudności dotyczą podstawowych operacji, takich jak dodawanie kwot na rachunkach czy orientowanie się w terminach płatności.

W erze cyfrowej problem ten staje się jeszcze bardziej palący. Przeniesienie dużej części usług do internetu sprawiło, że aplikacje bankowe, systemy e-rejestracji czy elektroniczne recepty wymagają od użytkownika nie tylko sprawności technicznej, ale przede wszystkim biegłości liczbowej.

Wpływ na zdrowie psychiczne i poczucie sprawczości

Seniorzy, którzy nie są w stanie samodzielnie poradzić sobie z podstawowymi operacjami liczbowymi, zmagają się z frustracją i obniżeniem samooceny. Uczuciom tym towarzyszy lęk przed popełnieniem błędu, który mógłby przynieść poważne konsekwencje finansowe lub zdrowotne. W efekcie wiele osób całkowicie unika sytuacji wymagających liczenia, co prowadzi do pogłębienia się ich izolacji społecznej.

Poczucie wykluczenia ma także wymiar międzypokoleniowy. W kontaktach z młodszymi generacjami, które biegle operują danymi i narzędziami cyfrowymi, seniorzy często czują, że pozostają w tyle. Ten dystans przyczynia się do ograniczenia ich aktywności w życiu społecznym. Brak podstawowych kompetencji matematycznych może w dłuższej perspektywie prowadzić do marginalizacji całych grup społecznych.

”

Niedostatki kompetencji matematycznych wśród dorosłych, zwłaszcza seniorów, to problem wykraczający poza indywidualne braki w edukacji. To zjawisko o daleko idących konsekwencjach społecznych, ekonomicznych i zdrowotnych, które w praktyce prowadzą do realnego wykluczenia z wielu sfer życia.

Kontekst ekonomiczny i obywatelski

Nie można pominąć konsekwencji ekonomicznych wynikających z niskich umiejętności matematycznych. Osoby, które nie potrafią ocenić realnych kosztów produktów, usług czy zobowiązań kredytowych, częściej podejmują niekorzystne decyzje konsumenckie i są narażone na wpadnięcie w spiralę zadłużenia. Problem ten jest jednak szerszy i sięga sfery obywatelskiej. Brak umiejętności interpretacji danych ogranicza bowiem zdolność do uczestniczenia w debacie publicznej opartej na faktach. W praktyce oznacza to, że osoby o niskich kompetencjach mają mniejszy wpływ na decyzje polityczne i społeczne, które ich dotyczą.

Trzeba zatem mieć świadomość, że brak podstawowej wiedzy matematycznej nie jest „drobnostką” ani jedynie prywatnym deficytem. To znaczący czynnik wykluczenia, który dotyka coraz większą grupę osób starszych. W miarę jak rośnie złożoność życia społecznego, gospodarczego i technologicznego, luka kompetencyjna staje się coraz bardziej dotkliwa.

Potrzeba systemowej i praktycznej odpowiedzi

Skala problemu wymaga podejścia znacznie szerszego niż jednorazowe kursy czy doraźne kampanie informacyjne. Potrzebne są działania długofalowe, praktyczne i skrojone na miarę specyficznych potrzeb osób dorosłych, które często dźwigają bagaż szkolnych niepowodzeń, utrwalony lęk matematyczny. Skuteczna edukacja skierowana do tej grupy musi uwzględniać konteksty społeczny i kulturowy, które wpływają na sposób uczenia się w wieku późnej dorosłości.

Tradycyjne metody dydaktyczne w tym przypadku zawodzą. Powielanie szkolnych schematów – wykłady, praca z podręcznikiem czy rozwiązywanie abstrakcyjnych zadań – jedynie utrwała negatywne skojarzenia i wzmacnia blokady. Dorośli uczą się skuteczniej, gdy widzą bezpośredni sens i użyteczność przekazywanych im treści, gdy są aktywnie włączeni w proces poznawczy, a nauka odbywa się w atmosferze bezpieczeństwa i wzajemnego szacunku.

Założenia projektu „Beyond the formula – kształtowanie podstawowych umiejętności matematycznych dorosłych słuchaczy”

Odpowiedzią na powyższe wyzwania jest projekt Erasmus+ „Beyond the formula – kształtowanie podstawowych umiejętności matematycznych dorosłych słuchaczy”, zainicjowany przez Fundację DeployingFuture we współpracy z hiszpańskim partnerem – firmą Universal Mobility SL. Jego celem jest stworzenie praktycznych narzędzi edukacyjnych oraz przestrzeni, umożliwiających seniorom przełamywanie barier w codziennym operowaniu na liczbach.

Projekt realizowany w ramach programu Erasmus+ stanowi bezpośrednią odpowiedź na realne potrzeby osób dorosłych, w tym seniorów w zakresie rozwijania podstawowych kompetencji matematycznych. Szczególny nacisk położono na praktyczny kontekst nauczania – treści warsztatów zostały ściśle powiązane z realnymi sytuacjami, z którymi uczestnicy mierzą się w życiu prywatnym i społecznym.

Warsztaty są oparte na autentycznych przykładach. Podczas zajęć seniorzy analizują strukturę rachunków za prąd i gaz, przeliczają jednostki miary w kuchni oraz obliczają rzeczywisty koszt kredytów. Program obejmuje również krytyczną interpretację danych statystycznych podawanych w mediach oraz naukę poprawnego rozumienia instrukcji dawkowania leków. Dzięki takiemu podejściu matematyka zostanie „odczarowana”, zmieniając się w użyteczne narzędzie wspierające codzienne decyzje.

Metody pracy i przełamywanie lęku

Kluczowym celem projektu jest zmniejszanie lęku matematycznego seniorów. Dlatego pierwszy etap przedsięwzięcia został poświęcony „oswojeniu” tej dziedziny. Edukatorzy zastosowali metodę małych kroków przy wprowadzaniu treści, pracę w niewielkich grupach oraz pozytywne wzmocnienia i tworzenie sytuacji sukcesu, co wpłynie na poczucie bezpieczeństwa i motywację uczestników.

Ważne było także odejście od szkolnego modelu hierarchicznego. Edukator jest dla uczestników zajęć partnerem, a nie surowym egzaminatorem. Błędy są traktowane jako naturalny element procesu uczenia się, a seniorzy są zachęceni do aktywnego udziału i wspierania się. Uzupełnieniem warsztatów będą elementy uczenia międzypokoleniowego – do zajęć dołączą młodszy wolontariusze lub członkowie rodzin.

Zrealizowane działania projektowe

- Organizacja **praktycznych warsztatów matematycznych** – cyklu zajęć tematycznych w małych grupach, poświęconych m.in. prowadzeniu finansów osobistych, planowaniu wydatków, przeliczaniu jednostek miar i interpretowaniu danych statystycznych.
- Przygotowanie **modułów łączących edukację matematyczną i cyfrową** – dotyczących m.in. obsługi kalkulatorów online, interpretacji danych w aplikacjach bankowych oraz wykorzystania prostych arkuszy kalkulacyjnych w codziennym życiu.
- Zainicjowanie **spotkań międzypokoleniowych** – wspólnego rozwiązywania zadań praktycznych przez seniorów i młodszych uczestników, które wzmocnią współpracę obu grup i przełamią lęk osób w dojrzałym wieku przed technologią.
- Opracowanie **materiałów dydaktycznych i kart pracy** dostosowanych do sposobu percepcji osób dorosłych.
- **Początkowa i końcowa ewaluacja kompetencji**, umożliwiająca zmierzenie realnych efektów działań projektowych i określenie kierunków dalszego wsparcia.
- Prowadzenie **spotkań refleksyjnych** po każdym cyklu zajęć – dzięki nim uczestnicy mogą omówić trudności, sukcesy i potrzeby, a to z kolei pozwala elastycznie dostosować program zajęć do ich potrzeb.

W perspektywie długofalowej projekt ma się przyczynić do większej obecności seniorów w życiu publicznym i do wymiernej poprawy ich codziennego funkcjonowania. Nadrzędnym celem jest „odzyskanie” matematyki – przekształcenie jej z dotychczasowego źródła stresu i frustracji w narzędzie wspierające sprawczość.

Komentarz z platformy EPALE

KAROLINA SUSKA

Bardzo ciekawe działanie! Ten projekt już teraz wnosi nową perspektywę dla osób pracujących z dorosłymi – informację, że kompetencje matematyczne nie rozwijają się w izolacji, lecz są ściśle powiązane z emocjami, poczuciem własnej skuteczności i wcześniejszymi doświadczeniami edukacyjnymi. Będę z zainteresowaniem obserwowała działania projektowe.

 Like  Comment  Share



Michał Ochocki

Absolwent Uniwersytetu Łódzkiego na kierunkach Informatyka i Ekonometria oraz Integracja Europejska. Ukończył studia podyplomowe Business Intelligence w Szkole Głównej Handlowej oraz program MBA w Szkole Biznesu Politechniki Warszawskiej. Od prawie 20 lat skutecznie łączy świat biznesu i technologii, projektując rozwiązania informatyczne i wspierając organizacje w efektywnym oraz bezpiecznym zarządzaniu danymi. Od kilku lat aktywnie działa w Fundacji DeployingFuture, w której inicjuje i realizuje projekty z zakresu edukacji nieformalnej osób dorosłych, partycypacji obywatelskiej oraz aktywizacji i bezpiecznego rozwoju młodzieży w cyfrowym świecie. Tworzy materiały szkoleniowe, projektuje gry miejskie i prowadzi praktyczne warsztaty edukacyjne.

Posłuchaj podcastu EPALE nt. edukacji
finansowej osób dorosłych.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

„D.E.M.O.O.” – udostępnianie muzyki Głuchym poprzez naukę pozaformalną



RADOSŁAW KWIECIŃ

Muzyka jest często określana mianem języka uniwersalnego – czymś, co łączy ludzi z różnych kultur i pokoleń, tworzy więzi i wywołuje emocje, których słowa nie są w stanie wyrazić. Co się jednak dzieje, gdy świat dźwięków staje się niedostępny? Dla osób Głuchych muzyka jest odległą i nieosiągalną dziedziną aktywności twórczej, kojarzącą się z barierami uniemożliwiającymi pełne uczestnictwo w życiu kulturalnym i społecznym.

W odpowiedzi na te wyzwania powstał projekt „D.E.M.O.O.” (*Deaf Enjoy Music and Overcome Obstacles* – Głusi cieszą się muzyką i pokonują przeszkody). Jego celem było stworzenie innowacyjnych metod edukacyjnych otwierających świat muzyki przed dorosłymi osobami Głuchymi. Inicjatywa ta miała dostarczyć nauczycielom oraz edukatorom konkretne narzędzia i strategie niezbędne do pracy z tą grupą odbiorców.

O projekcie

„D.E.M.O.O.” to projekt partnerski na małą skalę, realizowany w sektorze Edukacja dorosłych programu Erasmus+ (od lutego 2024 roku do lipca 2025 roku). W jego ramach współpracę nawiązały cztery organizacje z Włoch, Hiszpanii i Polski specjalizujące się w edukacji dorosłych i aktywizowaniu społeczności osób niesłyszących. Wspólnie dążyły do tego, by stworzyć bardziej włączające środowisko edukacyjne, w którym dorosłe osoby Głuche mogłyby doświadczać muzyki i wykorzystywać jej potencjał społeczny oraz emocjonalny.

Głównym rezultatem projektu jest model uczenia się pozaformalnego i inkluzywnego, mający na celu zwiększenie dostępności muzyki dla dorosłych niesłyszących. Proponowany program edukacyjny obejmuje zajęcia praktyczne i doświadczenia twórcze, które pozwalają uczestnikom:

- **odkrywać muzykę poprzez alternatywne ścieżki sensoryczne** (wzrok, dotyk, ruch);
- **wykorzystywać język migowy** do wykonywania utworów i przekazywania rytmu, znaczenia oraz emocji;
- **współpracować z technologią i narzędziami multisensorycznymi** poprawiającymi percepcję muzyczną.

Model umożliwia dorosłym niesłyszącym odkrywanie muzyki w nowy sposób, jednocześnie angażując edukatorów w roli moderatorów, a profesjonalnych muzyków jako partnerów kreatywnych.

Dlaczego program jest potrzebny?

Większość osób Głuchych – ze względu na brak odpowiednich metod i zasobów – wciąż nie ma możliwości doświadczania muzyki. Analiza potrzeb przeprowadzona w krajach partnerów projektu wykazała, że największymi przeszkodami w tym zakresie są:

- niewielka oferta specjalistycznych narzędzi lub platform ułatwiających osobom Głuchym kontakt z muzyką;
- ograniczone możliwości uczestnictwa osób Głuchych w wydarzeniach kulturalnych, co pogłębia ich wykluczenie społeczne;
- wykorzystywanie w największej mierze filmów z napisami, które nie oddają doświadczeń muzycznych;
- dyskryminacja i brak reprezentacji kultury osób Głuchych w kontekstach muzycznych.

Osoby profesjonalnie zajmujące się muzyką dostrzegły możliwość zmiany tego stanu rzeczy. Proponowana w ramach projektu innowacja uwzględnia m.in. wprowadzenie edukacji muzycznej od najmłodszych lat, włączenie języka migowego do występów na żywo oraz wykorzystanie nowych technologii (np. urządzeń wibracyjnych i platform wizualnych) w celu zwiększenia dostępności.

Dla kogo jest model „D.E.M.O.O.”?

Program edukacyjny opracowany w ramach projektu jest przeznaczony dla trzech grup odbiorców:

- **dorostych niesłyszących**, którzy angażując się w muzykę poprzez doświadczenia wizualne i dotykowe, mogą nawiązywać głębszą więź emocjonalną, mocniej integrować się społecznie i realizować twórczo;
- **edukatorów**, którzy dzięki zastosowaniu innowacyjnych metod nauczania zwiększą swoje kompetencje kulturowe i umiejętności prowadzenia zajęć inkluzyjnych, zorientowanych na osobę uczącą się;
- **profesjonalistów z branży muzycznej**, którzy dzięki współpracy ze społecznością niesłyszących poznają nowe techniki wykonawcze, poszerzą grono odbiorców i przyczynią się do kreowania bardziej inkluzyjnego krajobrazu kulturowego.

Budowanie mostów poprzez muzykę

Wartość dodana modelu wynika z ducha współpracy, który jest jego immanentną cechą. Przedsięwzięcie to łączy trzy wspomniane grupy, które budują wspólną przestrzeń edukacyjną, w której ramach wiedza, kreatywność i innowacja rozwijają się w wielu kierunkach. Tym samym „D.E.M.O.O.” pomaga nie tylko pojedynczym osobom, lecz także przyczynia się do wzmacniania więzi pomiędzy społecznościami.

”

Dla osób Głuchych muzyka jest odległą i nieosiągalną dziedziną aktywności twórczej, kojarzącą się z barierami uniemożliwiającymi pełne uczestnictwo w życiu kulturalnym i społecznym. W odpowiedzi na te wyzwania powstał projekt „D.E.M.O.O.” (Deaf Enjoy Music and Overcome Obstacles – Głusi cieszą się muzyką i pokonują przeszkody). Jego celem było stworzenie innowacyjnych metod edukacyjnych otwierających świat muzyki przed dorosłymi osobami Głuchymi.

Projekt pomaga w przełamywaniu barier w dostępie osób Głuchych do świata muzyki, dowodząc, że muzyka nie ogranicza się do dźwięku, ale można ją również postrzegać, odczuwać i wyrażać w nowy, inspirujący sposób.

Omawiany model nauczania i pozostałe materiały opracowane przez partnerów (w tym filmy instruktażowe w języku włoskim, polskim i hiszpańskim) są dostępne na stronie internetowej projektu¹.

Komentarz z platformy EPALE

EWA DUDA-MACIEJEWSKA

Wizualizacja dźwięku, tłumaczenia, projektowanie wykorzystujące fale dźwiękowe... Pomysły na wielozmysłowe doświadczenia muzyczne wzbogacone przykładami pobudzają do myślenia. Dziękuję serdecznie za podzielenie się tym inspirującym materiałem, który wspiera myślenie o projektowaniu holistycznych doświadczeń edukacyjnych.

 Like  Comment  Share



Radostaw Kwiecień

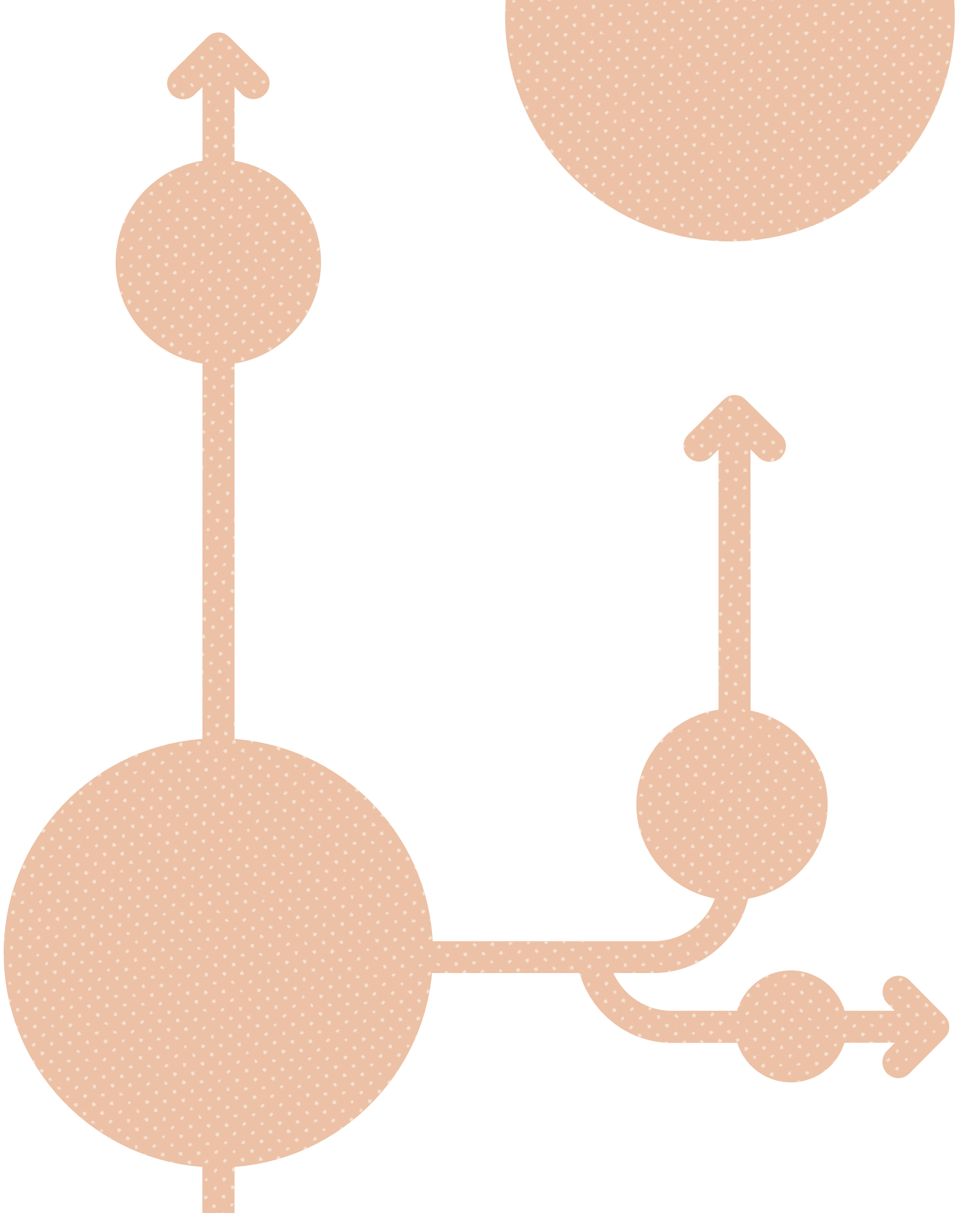
Animator i menedżer kultury. Absolwent studiów magisterskich na UMCS i podyplomowych na WSPA w Lublinie. Zajmuje się realizacją projektów krajowych oraz europejskich z zakresu kultury, edukacji i inkluzji, a także montażem filmów, tworzeniem materiałów edukacyjnych oraz rozwijaniem kursów języka migowego.

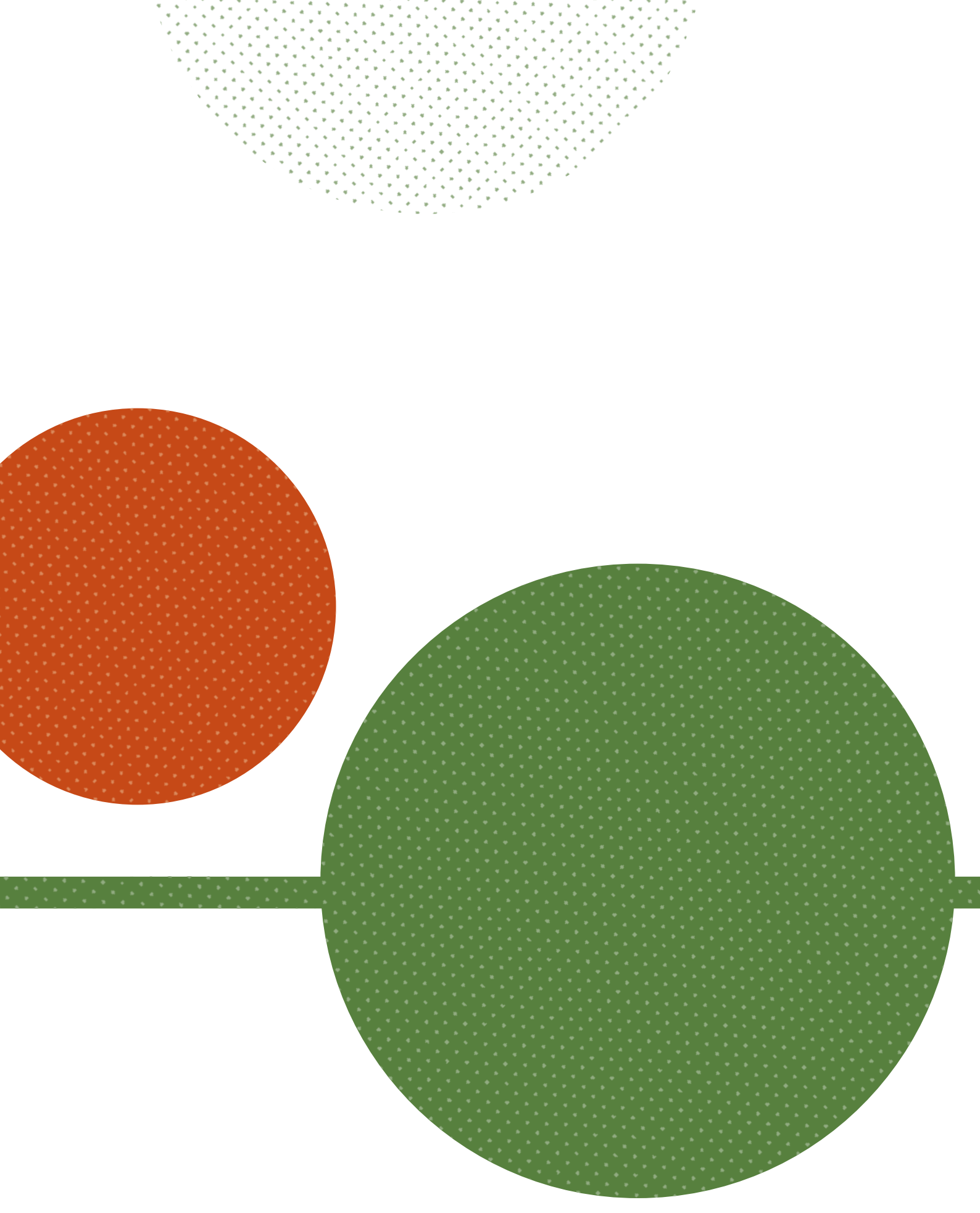
Przeczytaj na EPALE
artykuł nt. tworzenia dostępnych
spacerów miejskich z udziałem osób
o różnorodnej sprawności.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

¹ demooproject.eu.







Edukacja a rynek pracy i zmieniające się umiejętności

Współczesna edukacja dorosłych bazuje na potrzebie ciągłego rozwoju. Każdy z artykułów w tej części książki przybliży wyzwania, z jakimi mierzą się organizacje oraz osoby dorosłe w procesie uczenia się przez całe życie. Autorzy poruszają tematy foresightu, inkluzji, mikropoświadczeń i motywacji, pokazując, że praktyka i teoria mogą się wzajemnie uzupełniać. W obliczu dynamicznych zmian na rynku pracy i ewolucji oczekiwań pracodawców ciągłe podnoszenie kwalifikacji staje się niezbędne do utrzymania aktywności zawodowej. Ta wieloaspektowość rozważań odzwierciedla polską rzeczywistość, w której edukacja stanowi absolutną podstawę rozwoju.

Trzy cnoty poznawcze XXI wieku: niepewność, rozmowa, rozumienie



IZABELA KIELAR

Zatrzymaj się w swojej niewiedzy i obejrzyj ją... To więcej, niż ci się zdaje. Jeśli wiesz, że nie wiesz, możesz uniknąć fałszu, zakłamania i głupoty (Lewandowski, 2007).

Pokora i refleksja to niezbędne towarzyszki w drodze do wiedzy. Obawiam się jednak, że we współczesnym świecie są one coraz rzadziej zapraszane w tę podróż przez człowieka zaplątanego w internetowe sieci „wiedzy instant” – informacji produkowanej i przetwarzanej masowo przez kombajny treści AI oraz samozwańczych ekspertów, bezrefleksyjnie tworzących dobrze klikane teksty.

„Nie wiem” jako kompetencja XXI wieku

Człowiek zanurzony w mediach społecznościowych i stale goszczący na forach internetowych może odnieść wrażenie, że każdy użytkownik jest w obowiązku mieć wyrobioną opinię na każdy temat. Stara się sprostać tym oczekiwaniom, stara się odpowiedzieć – jakkolwiek. Niepewność i zwykłe „nie wiem” bywają traktowane jako słabość, ignorancja lub brak profesjonalizmu. Na spotkaniach, w sieci, w pracy – obowiązuje niepisana zasada: „trzeba wiedzieć”.

Tymczasem to właśnie niewiedza i wątpliwości stanowią pole poszukiwań oraz okazję do prowadzenia otwartego dialogu, zdobywania nowych doświadczeń i poznawania odmiennych perspektyw. To w uczciwym „nie wiem” kryje się źródło „chcę wiedzieć” – wewnętrznej motywacji, która prowadzi do prawdziwych, a czasem wręcz spektakularnych sukcesów edukacyjnych. Od niewiedzy zaczyna się autentyczna nauka, dlatego edukacja dorosłych powinna być przestrzenią, w której pokora poznawcza nie jest karana, ale pielęgnowana. Pokora nie oznacza braku wiedzy, ale świadomość jej granic. To umiejętność powiedzenia: „Na ten temat wiem tylko tyle”, zamiast udawania eksperta.

Rezygnując z poszukiwania szybkich, gotowych odpowiedzi w systemie zero-jedynkowym (tu czarne – tu białe), otwieramy pole dla szczerych dialogów edukacyjnych, w których nie chodzi o przekonanie kogoś do swoich racji, lecz o głębokie zrozumienie, uchwycenie wielowymiarowości i dostrzeżenie odcieni szarości.

W szkolnym systemie kształcenia to nauczyciel „wie”, a uczeń „nie wie”. W edukacji dorosłych ta relacja może się odwrócić – uczestnicy szkoleń nierzadko mają większą wiedzę życiową, bogatsze doświadczenie i wnoszą nowe konteksty do danego zagadnienia. Edukator przestaje być wtedy wyłącznie dostarczycielem odpowiedzi, a staje się kreatorem pytań, które po sokratejsku prowadzą do poznawczej pokory.

Przyznanie się do niewiedzy jest dziś niemal aktem odwagi. To także wyraz zaufania – do siebie, do rozmówcy i do samego procesu uczenia się. Proces ten przypomina górską ścieżkę: czasem stromą, czasem trudną i wymagającą przystanków, ale malowniczą, pozwalającą

jącą ujrzyć świat z nowej perspektywy. Może właśnie dlatego najpiękniejsze drogi wiodą przez miejsca, w których nie wiemy dokładnie, dokąd idziemy – dopóki nie zobaczymy widoku rozpościerającego się ze szczytu.

Uczenie się rozmowy – o zanikającej sztuce dialogu

Obszarem wymagającym szczególnej troski jest wyludniająca się sfera komunikacji, zdominowana przez czaty, komentarze i emotikony. W cyfrowym świecie zatracamy umiejętność głębokiej koncentracji (Carr, 2013) – także sztukę słuchania. Edukacja dorosłych – w tym młodych dorosłych – może się stać przestrzenią odzyskiwania rozmowy: słuchania, rozumienia i autentycznej dialogowości. To tu edukator i uczestnik kursu powinni się spotkać nie jako „prowadzący” i „odbiorca”, lecz jako dwa podmioty wspólnie tworzące sens.

Nawiązując do koncepcji Martina Bubera (1992), można stwierdzić, że w edukacji dorosłych należy porzucić niedojrzałą relację „ja – to” (w której druga osoba traktowana jest instrumentalnie) na rzecz „ja – ty”. To w niej dochodzi do prawdziwego spotkania – bez kalkulacji i bez walki o rację. Rozmowa prowadzona z uważnością, pozbawiona rywalizacji, staje się formą kolektywnego poznania, a dialog – rodzajem wspólnego myślenia. David Bohm, przeciwstawiając dialog dyskusji, pisał: „W dialogu natomiast nikt nie stara się wygrać. Wygrywają wszyscy, gdy wygra ktokolwiek. Właściwy mu jest inny duch [...]. Dialog ma w sobie coś ze współuczestnictwa, w którym nie rozgrywamy partii przeciw sobie, lecz wspólnie z innymi. W dialogu wygrywają wszyscy” (Bohm, 1990).

Otwarcie na drugiego człowieka w szczerzej rozmowie jest gestem uznania kogoś, kto ma swój głos, unikalny język i inaczej interpretuje świat. W doświadczenie takiego rodzaju można wprowadzić grupę poprzez zastosowanie metody kręgów (ang. *Circle of Dialogue / Talking Circle*), inspirowanej tradycjami rdzennych ludów Ameryki Północnej. Dzięki temu każdy zyskuje prawo głosu i każdy jest wysłuchany z pełnym szacunkiem i uwagą. Obowiązuje zasada „przedmiotu głosu”: mówi tylko osoba trzymająca w dłoni ustalony symboliczny przedmiot (np. kamień, muszlę, długopis). Każdy ma prawo się odezwać lub milczeć, ale nie może przerywać, komentować, interpretować. Po domknięciu pełnego kręgu otwiera się przestrzeń dialogu spontanicznego. Ta nietypowa dla naszej kultury forma rozmowy uczy pokornego, refleksyjnego słuchania – słuchania po to, by zrozumieć, a nie po to, by natychmiast odpowiedzieć.

Między danymi a znaczeniem – o odwadze rozumienia

Łatwo byłoby napisać, że poddani wszechobecnej retoryce technologii chcielibyśmy dzisiaj zmierzyć, zważyć i policzyć cały świat. O zjawisku tym, jeszcze w latach 40. ubiegłego wieku, kiedy nikt nawet nie śnił o sztucznej inteligencji, Antoine de Saint-Exupéry pisał: „Dorośli kochają liczby. Jeśli opowiadacie im o swoim nowym przyjacielu, nigdy nie są ciekawi spraw zasadniczych. Nie pytają nigdy: «Jak brzmi jego głos?», «W co najbardziej lubi się bawić?», «Czy zbiera motyle?». Pytają was: «Ile ma lat?», «Ilu ma braci?», «Ile waży?», «Ile zarabia jego ojciec?»” (Saint-Exupéry, 1995).

”

Od niewiedzy zaczyna się autentyczna nauka, dlatego edukacja dorosłych powinna być przestrzenią, w której pokora poznawcza nie jest karana, ale pielęgnowana. Pokora nie oznacza braku wiedzy, ale świadomość jej granic. To umiejętność powiedzenia: „Na ten temat wiem tylko tyle”, zamiast udawania eksperta.

„Dorośli jednak tak mało rozumieją” – ubolewał bohater jednej z najpiękniejszych powiastek filozoficznych. Wiedział on bowiem o tym, że rozumienie wymaga czasu, zatrzymania się w odpowiednim kontekście oraz uważności w chwytaniu emocji. To wymaga odwagi. Tylko w ten sposób można odnaleźć sens i naprawdę spotkać drugiego człowieka.

Przekarmieni terabajtami informacji serwowanych na cyfrowych talerzach, paradoksalnie umieramy z głodu – klikając w nieskończoność w poszukiwaniu znaczeń i autentycznych treści. Rozumienie nie dzieje się w liczbach ani w chmurze danych, ale między nimi – w przestrzeni interpretacji, dialogu i refleksji.

Trzy cnoty poznawcze XXI wieku: niepewność, rozmowa i rozumienie, tworzą wspólną drogę. Prowadzi ona od pokory wobec tego, czego nie wiemy, przez otwartość na drugiego człowieka, aż po odwagę szukania sensu w świecie, który woli liczyć, niż rozumieć. W rzeczywistości, która mówi coraz głośniejsze, ale słucha coraz słabiej, te trzy postawy mogą się stać naszym kompasem – prowadzącym nie tyle do certyfikatów, co do mądrości.

Bibliografia

- Bohm, D. (1990). *O dialogu*. PhildeaFLeming, bit.ly/4yG0sHE.
Buber, M. (1992). *Ja i Ty: Wybór pism filozoficznych*. Pax.
Carr, N. (2013). *Płytki umysł. Jak Internet wpływa na nasz mózg*. Helion S.A.
Lewandowski, K. T. (2007). *Most nad otchłanią*. Fantasmagoricon.
Saint-Exupéry, A. de. (1995). *Mały Księż*. Nasza Księgarnia.



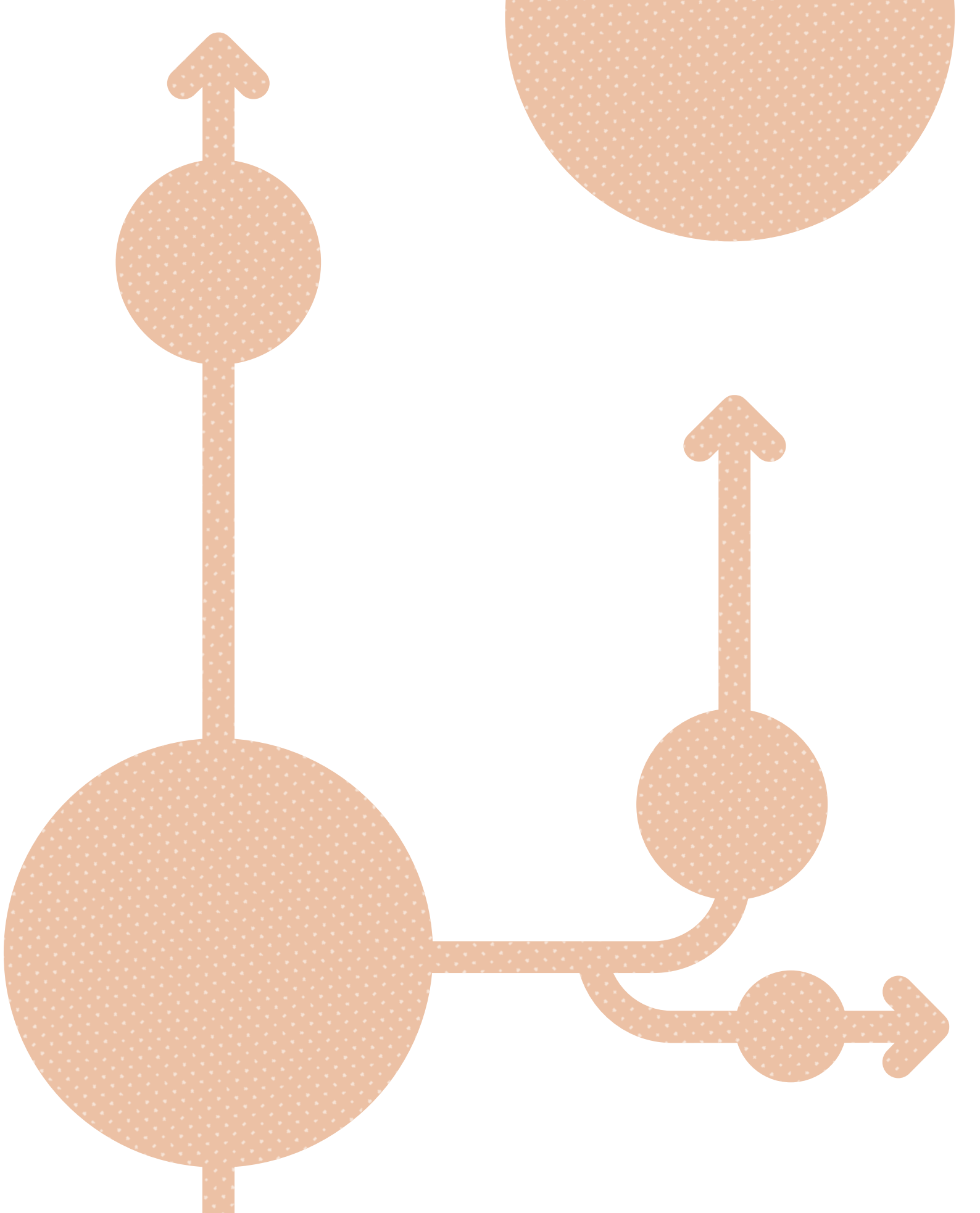
Izabela Kielar

Pracuje na stanowisku asystenta w Instytucie Pedagogiki UJ. Jej zainteresowania oscylują wokół nowych technologii w edukacji, e-learningu, cyfryzacji edukacji, upowszechniania czytelnictwa, różnych metod nauki czytania oraz inicjacji literackiej.

Przeczytaj na EPALe artykuł
dotyczący uczenia się
w świecie postprawdy.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Edukacja dla dojrzałości foresightowej polskich organizacji



MAŁGORZATA PISKÓRZ, MICHAŁ STOKOWSKI

Foresight to systematyczny, uporządkowany proces badania trendów, zagrożeń, szans, którego celem jest odkrywanie przyszłości. Jego ustrukturyzowany charakter gwarantuje, że choć wiedza pozyskiwana na temat przyszłości bazuje na przypuszczeniach, to ma ona solidne podstawy merytoryczne. Wykorzystanie tego rodzaju informacji w procesach decyzyjnych danej organizacji sprawia, że foresight może skutecznie wspomagać kadrę zarządzającą w kształtowaniu długoterminowych strategii.

Nasz projekt „Foresight Edu” ma na celu popularyzację mechanizmu odkrywania przyszłości poprzez: wzmacnianie kompetencji foresightowych, rozwijanie sieci specjalistów oraz promowanie nowych podejść, które wspierałyby wdrażanie idei foresightowych w organizacjach¹. Przedsięwzięcie jest realizowane równolegle w Polsce oraz w Holandii. W tym artykule przedstawiamy wnioski z analiz dojrzałości foresightowej polskich organizacji i zestawiamy je z wnioskami z rynku holenderskiego.

Od foresightu do decyzji

Świadome kształtowanie przyszłości może przybierać różne formy – od kompleksowych, wieloetapowych projektów po działania wdrażane stopniowo. Wybór modelu zależy od poziomu dojrzałości organizacyjnej, specyfiki potrzeb czy dostępnych zasobów. Poniżej prezentujemy model procesu foresightowego podzielony na trzy główne fazy². Każda z nich składa się z trzech kroków.

Faza 1. Diagnoza stanu obecnego – punkt startowy całego procesu. Etap ten tworzy fundament, na którym opierają się dalsze działania foresightowe.

Faza 2. Skanowanie zmian – etap analiz. Ta część procesu polega na identyfikacji sygnałów zmian, śledzeniu trendów, megatrendów³ i ocenianiu ich potencjalnego wpływu na organizację.

Faza 3. Kreowanie przyszłości – przejście od analizy do działania. Na podstawie zgromadzonych danych powstają scenariusze rozwoju, opracowuje się rekomendacje dla organizacji.



¹ Więcej informacji na temat foresightu można znaleźć na platformie EPALE: bit.ly/4ie7iuh.

² Piskórz, M., & Stokowski, M. (2025). *Foresight Edu. Wprowadzenie do pracy z przyszłością*, Busola Trends.

³ Długofalowe, globalne procesy i trendy, które wywierają trwały wpływ na światową gospodarkę, społeczeństwo, politykę i środowisko.

Tabela 1. Model procesu foresightowego

Faza 1. Diagnoza stanu obecnego	Faza 2. Skanowanie zmian	Faza 3. Kreowanie przyszłości
Krok 1: określenie zakresu eksploracji	Krok 4: poszukiwanie sygnałów zmian	Krok 7: konstrukcja scenariuszy przyszłości
Krok 2: opis otoczenia	Krok 5: grupowanie i analiza trendów	Krok 8: eksploracja przyszłości
Krok 3: analiza interesariuszy i otoczenia zewnętrznego	Krok 6: definiowanie i analiza megatrendów jako ram przyszłości	Krok 9: opracowanie rekomendacji na rzecz preferowanej przyszłości

Źródło: Piskórz, M., Stokowski, M. (2025). *Foresight Edu. Wprowadzenie do pracy z przyszłością*.

Przełożenie pozyskanej wiedzy o organizacji na zestaw rekomendacji stanowi zwieńczenie całego procesu foresightowego. Celem nie jest dostarczenie gotowych instrukcji postępowania, lecz zaprojektowanie ścieżek działania. Punktem wyjścia jest założenie, że jedyną stałą jest... zmienność – w tym zmienność otoczenia i szans. Co ciekawe, rekomendacje te nie przewidują jednej wersji przyszłości – zamiast tego wyznaczają kierunek, który pomoże organizacji przygotować się na wiele możliwych scenariuszy i dostosować jej funkcjonowanie do nowych potrzeb.

Ocena dojrzałości foresightowej polskich organizacji okiem ekspertów

Zaprezentowany model może posłużyć jako narzędzie do wstępnej oceny dojrzałości organizacji w obszarze zarządzania przyszłością. Analiza stopnia zaawansowania poszczególnych etapów pozwala na sklasyfikowanie instytucji na jednym z czterech poziomów dojrzałości foresightowej:

Poziom 1. Brak dojrzałości – organizacja nie podejmuje żadnego z wymienionych kroków przewidzianych w modelu;

Poziom 2. Niska dojrzałość – organizacja realizuje wyłącznie kroki wymienione w pierwszej fazie;

Poziom 3. Umiarkowana dojrzałość – organizacja wykonuje kroki wymienione w pierwszej i drugiej fazie;

Poziom 4. Wysoka dojrzałość – organizacja stosuje kroki ze wszystkich trzech faz procesu.

W ramach projektu „Foresight Edu” do oceny dojrzałości foresightowej zaprosiliśmy ekspertów zajmujących się prognozami dla Polski. W tym gronie znaleźli się przedstawiciele firm foresightowych, analitycy trendów, trenerzy *futures thinking*, innowatorzy oraz naukowcy specjalizujący się w badaniach nad przyszłością. Uczestników podzielono na trzy grupy przypisane do konkretnych obszarów: edukacji, administracji publicznej oraz biznesu. Na podstawie opracowanego modelu eksperci mieli:

- ocenić ogólną dojrzałość podmiotów w danym sektorze;
- wskazać kroki, które są najczęściej podejmowane przez podmioty z danego sektora.

Tabela 2. Karty oceny dojrzałości foresightowej i powszechności kroków

Karta oceny dojrzałości foresightowej

Poziom dojrzałości	Definiowanie obiektu badania	Poziom dojrzałości	Skanowanie zmian	Poziom dojrzałości	Kreowanie przyszłości
	1. Określenie zakresu eksploracji		4. Poszukiwanie sygnałów zmian		7. Planowanie scenariuszowe
	2. Opis otoczenia wewnętrznego		5. Grupowanie, testowanie i opisywanie trendów		8. Eksploracja scenariuszy i wybór preferowanej przyszłości
	3. Opis otoczenia zewnętrznego		6. Definiowanie megatrendów i opisywanie ram prawdopodobnej przyszłości		9. Wdrażanie wyników projektów foresightowych

Karta oceny powszechności kroków

Wykorzystanie	Definiowanie obiektu badania	Wykorzystanie	Skanowanie zmian	Wykorzystanie	Kreowanie przyszłości
	1. Określenie zakresu eksploracji		4. Poszukiwanie sygnałów zmian		7. Planowanie scenariuszowe
	2. Opis otoczenia wewnętrznego		5. Grupowanie, testowanie i opisywanie trendów		8. Eksploracja scenariuszy i wybór preferowanej przyszłości
	3. Opis otoczenia zewnętrznego		6. Definiowanie megatrendów i opisywanie ram prawdopodobnej przyszłości		9. Wdrażanie wyników projektów foresightowych

Źródło: opracowanie własne.

Ocena dojrzałości foresightowej w poszczególnych sektorach

Sektor edukacji w ocenie ekspertów charakteryzuje się niskim poziomem dojrzałości foresightowej. Instytucje edukacyjne wprawdzie są zdolne do identyfikacji bieżących wyzwań, ale wykorzystują jedynie dane ze swojego sektora. Prowadzone przez nie analizy, dotyczące np. niskiego zainteresowania danym kierunkiem studiów, rzadko uwzględniają czynniki makro-ekonomiczne (takie jak: zmiany demograficzne, technologiczne czy społeczne). Największym wyzwaniem dla instytucji edukacyjnych jest przełożenie uzyskanej wiedzy

na działania strategiczne – refleksja nad przyszłością ma przeważanie charakter reaktywny (następuje zwykle dopiero w obliczu kryzysu), a nie jest wynikiem świadomego planowania.

Niską ocenę w badaniu uzyskała również **administracja publiczna**. Niektóre jednostki potrafią przeprowadzić diagnozę otoczenia zewnętrznego, choć – jak się okazuje – często jedynie w kontekście pozyskiwania środków, a nie w odpowiedzi na realne potrzeby. Pojawiają się też pozytywne wyjątki, np. wykorzystanie megatrendów czy planowania scenariuszowego, ale mają one głównie charakter badawczy, a nie wdrożeniowy. W rezultacie dokumenty strategiczne powstają w oderwaniu od rzeczywistych analiz, co zmniejsza ich skuteczność w procesie planowania rozwoju instytucji.

Sektor biznesu – pomimo ogólnej oceny wskazującej na „niewystarczającą dojrzałość” – uzyskał najwyższe noty na tle pozostałych sektorów. Eksperti docenili rosnącą świadomość znaczenia trendów oraz gotowość do wykorzystania narzędzi foresightowych. Było to widoczne zwłaszcza w większych przedsiębiorstwach oraz w korporacjach, a działania w tym zakresie polegały m.in. na: korzystaniu z raportów trendowych, analizie scenariuszowej czy monitoringu zmian. Jednak w wielu firmach – zwłaszcza tych z sektora małych i średnich przedsiębiorstw (MŚP) – nadal proces prognozowania nie jest traktowany jako integralny element codziennego zarządzania strategicznego. Wewnątrz organizacji brakuje osób, które mogłyby samodzielnie analizować i interpretować zjawiska, co znacznie ogranicza zdolność do długofalowego planowania i opracowania strategii.

Analiza porównawcza trzech sektorów wykazała, że dojrzałość foresightowa zależy od poziomu zrozumienia strategicznego potencjału prognozowania. Dalszy wzrost tej świadomości wymaga systemowego wsparcia w zakresie transferu wiedzy o narzędziach foresightowych oraz rozwoju kompetencji kadr w tym obszarze. Każdy z omówionych sektorów wymaga jednak innego podejścia. Mimo istniejących barier – takich jak brak zasobów, luki kompetencyjne czy opór przed zmianą – pojawiają się również pozytywne inicjatywy, które mogą inspirować innych. Dobre praktyki z wybranych instytucji czy z projektów foresightowych dowodzą, że prognozowanie w polskich warunkach jest możliwe – pod warunkiem że będzie elementem świadomej pracy nad budowaniem strategii organizacji, a przy tym zostanie potraktowane poważnie i systemowo.

Wnioski z wizyty studyjnej w Holandii

W ramach projektu „Foresight Edu” polski zespół wziął udział w warsztatach zorganizowanych przez partnera Happy Futures Lab w Amsterdamie. Celem spotkania, w którym uczestniczyli działający na rynku holenderskim specjaliści w obszarach foresightu i futures thinkingu, było wspólne zdefiniowanie wartości prognozowania, identyfikacja kluczowych wyzwań dotyczących jego wdrażania oraz wymiana dobrych praktyk.

Wizyta studyjna wykazała, że holenderski system foresightu jest znacznie dojrzałszy niż polski – zarówno pod względem liczby osób, jak i instytucji zajmujących się tą dziedziną. Specjalizacja foresightowa funkcjonuje tam jako samodzielna ścieżka zawodowa w strukturach

”

Świadome kształtowanie przyszłości może przybierać różne formy – od kompleksowych, wieloetapowych projektów po działania wdrażane stopniowo. Wybór modelu zależy od poziomu dojrzałości organizacyjnej, specyfiki potrzeb czy dostępnych zasobów.

korporacyjnych, urzędach miejskich oraz w sektorze niezależnych konsultantów. Praktyki takie jak analiza trendów i planowanie scenariuszowe zyskują na skuteczności dzięki ich włączeniu w codzienną działalność organizacji oraz wykorzystaniu narzędzi AI. Sztuczna inteligencja może pomóc w tworzeniu i wizualizacji scenariuszy. Sprawdza się w zadaniach analitycznych, wymagających przeprowadzenia wnioskowania logicznego i syntezy informacji, a także w budowaniu spójnych narracji. Trzeba jednak pamiętać, że choć AI pomaga w usprawnieniu niektórych procesów, to nie zastąpi działań ukierunkowanych na poszerzenie percepcji interesariuszy czy wypracowanie kolektywnych wizji przyszłości. Efektywna synergia tych narzędzi z metodologią foresightową zależy od stopnia profesjonalizacji procesów antycypacyjnych oraz nakładów pracy na rozwój narzędzi cyfrowych w tym obszarze.

W Polsce foresight częściej jest wdrażany poza strukturami organizacji, oddolnie przez wybrane osoby w ramach samorozwoju. Rzadko wynika z systemowego przydziału zadań czy pełnionej funkcji. W konsekwencji w polskich realiach idea foresightu rzadko przenika do świadomości pracowników danej instytucji, ponadto mało kto łączy ją z rozwojem i tworzeniem strategii miejsca pracy.

Rozmowy i obserwacje pozwalają wysnuć wniosek, że holenderskie organizacje reprezentują wyższy poziom dojrzałości foresightowej. Wiąże się to z wyraźniej zaznaczoną obecnością systemowych praktyk oraz ich silniejszym zakorzenieniem w zarządzaniu strategicznym. Jednak mimo tych różnic, rynek holenderski i polski mierzą się z podobnymi wyzwaniami, szczególnie na etapie przekładania analiz foresightowych na procesy decyzyjne organizacji. Bariery w tym zakresie wynikają nie tylko z braku wiedzy, lecz także z uwarunkowań systemowych i organizacyjnych.

Karolina Thakker, badaczka i założycielka Happy Futures Lab, w artykule *State of Futures* zebrała kluczowe wyzwania wskazywane przez holenderskich specjalistów. Podzieliła je na cztery grupy (tłum. M. Piskórz, M. Stokowski):

- „A. Wyzwania strukturalne – kiedy systemy nagradzają działania krótkoterminowe;
- B. Dynamika branży – rozbieżność między wizją a popytem;
- C. Bariery systemowe – czyją przyszłość sobie wyobrażamy;
- D. Praktyczne trudności – realia codzienności”⁴.

Analiza tych obszarów pozwala wskazać dwie fundamentalne przyczyny, dla których idea foresightu wciąż z trudem zakorzenia się w strukturach organizacyjnych:

- traktowanie foresightu jako elementu uzupełniającego główną działalność organizacji, a nie jako integralnego komponentu rozwoju;
- brak jasno zdefiniowanych wskaźników wpływu prognozowania na funkcjonowanie organizacji, co utrudnia uzasadnienie decyzji o wprowadzeniu zmian na podstawie danych uzyskanych w procesie foresightu i późniejszą ocenę efektów.

Powstaje błędne koło: bez adaptacji rozwiązań foresightowych nie da się budować miarodajnych wskaźników, a bez wskaźników – trudno kogokolwiek przekonać do wdrożenia.

W Holandii (podobnie jak w Polsce) pojawia się również zjawisko futurewashingu, czyli powierzchownego wykorzystywania narracji o przyszłości w celach wizerunkowych, bez realnego przełożenia na działania. Może to osłabiać zaufanie do foresightu i redukować jego potencjał jako narzędzia zmiany.



Dojrzałość foresightowa a potrzeby edukacyjne

Polska i Holandia mierzą się z problemami wprowadzenia w życie wyników foresightu i realnego przełożenia ich na działania strategiczne organizacji. Przykład Holandii pokazuje, że ogólny rozwój rynku wciąż nie wystarcza, gdy wśród decydentów brakuje przekonania oraz kompetencji pozwalających zrozumieć, na czym polegają wykonywane procesy i jak zastosować ich wyniki.

Kluczowym czynnikiem umożliwiającym poprawę sytuacji jest zwiększanie kompetencji – zarówno na poziomie indywidualnym, jak i instytucjonalnym. Przyszłości nie da się przewidzieć z pełną dokładnością, ale można się na nią przygotować. Do tego potrzebna jest edukacja, która:

- rozbudza ciekawość i myślenie systemowe, co pozwala kształtować zdolność dostrzegania zależności między trendami, sektorami i zjawiskami społecznymi;
- dostarcza metody pracy z przyszłością, w tym narzędzia foresightowe (np. analiza megatrendów, scenariusze czy *backcasting*⁵);
- wzmacnia odporność decyzyjną poprzez ćwiczenie umiejętności adaptacyjnego działania w warunkach niepewności;
- zwiększa sprawczość – przekonanie, że przyszłość nie dzieje się sama, lecz może być współtworzona.

Włączanie foresightu do programów edukacyjnych – zarówno w szkolnictwie wyższym, jak i administracji czy biznesie – jest więc niezwykle istotne. Edukacja nie może się bowiem koncentrować wyłącznie na wiedzy o przeszłości i teraźniejszości. Potrzebujemy nauczycieli i liderów, którzy potrafią uczyć myślenia o jutrze – z wyobraźnią, ale też z narzędziami w ręku. Tylko w ten sposób możliwe jest kształtowanie organizacji i społeczeństwa gotowych na przyszłość.

”

Foresight to systematyczny, uporządkowany proces badania trendów, zagrożeń, szans, którego celem jest odkrywanie przyszłości. Jego ustrukturyzowany charakter gwarantuje, że choć wiedza pozyskiwana na temat przyszłości bazuje na przypuszczeniach, to ma ona solidne podstawy merytoryczne.



⁵ Metoda planowania strategicznego, która wyróżnia się odwróconą logiką wnioskowania, tzn. rozpoczynamy od określenia docelowej wizji przyszłości, a następnie krok po kroku cofamy się do teraźniejszości.



Małgorzata Piskórz

Badaczka, prognostka i analityczka trendów. Założycielka studia foresightowego Busola Trends, w ramach którego wspiera miasta oraz organizacje we wdrażaniu myślenia długoterminowego do procesów innowacyjnych oraz w kreowaniu strategii odpornych na przyszłość. Członkini Polskiego Towarzystwa Badaczy Rynku i Opinii, z bogatym doświadczeniem w obszarze badań społecznych i rynkowych, m.in. dla branż FMCG, finansowej oraz e-commerce. W swojej pracy integruje wiedzę badawczą z metodologią foresightową, żeby oferować rezultaty oparte na wysokiej jakości danych.



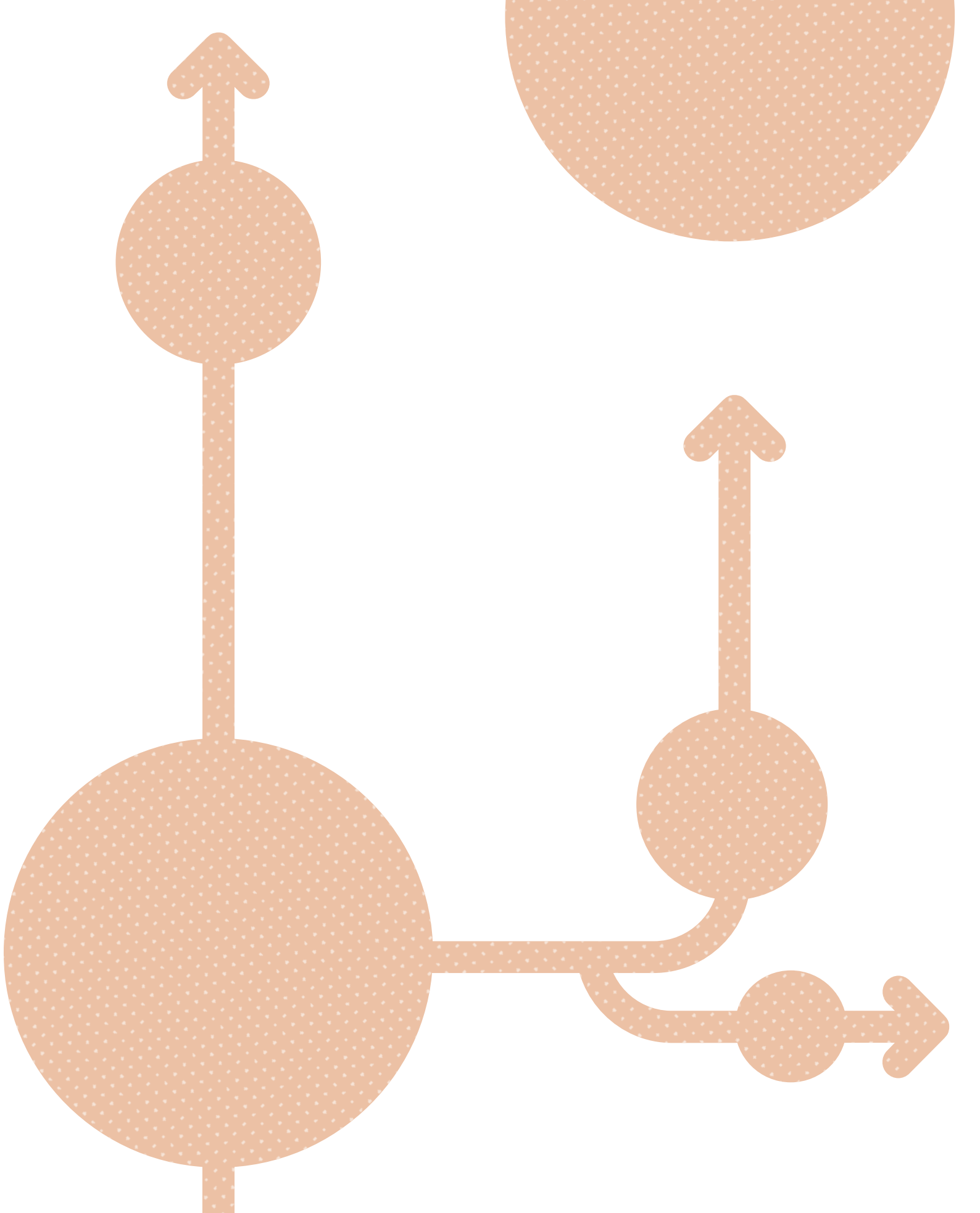
Michał Stokowski

Badacz, specjalista w zakresie rozwoju miast i foresightu. Absolwent kierunku gospodarka przestrzenna na Wydziale Geografii i Studiów Regionalnych Uniwersytetu Warszawskiego, doktorant Szkoły Doktorskiej Nauk Społecznych UW, stypendysta Rządu Francuskiego na Uniwersytecie Sorbońskim w Paryżu. Współzałożyciel organizacji studenckiej Ad Futurum i członek zespołu Busola Trends. W pracy badawczej najważniejsze dla niego jest praktyczne zastosowanie i przekazywanie pozyskanej wiedzy.

Przeczytaj na EPALE artykuł
prezentujący program edukacyjny
zrealizowany w projekcie „Foresight Edu”.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Długi staż to nie alibi. O potrzebie uczenia się mimo doświadczenia



MAŁGORZATA ROSALSKA

W tradycyjnym modelu kariery staż pracy – rozumiany jako łączny czas spędzony na etacie – stanowił jedno z najważniejszych kryteriów oceny doświadczenia pracownika i podstawę wielu decyzji kadrowych. Od wystęgi lat zależały nie tylko wynagrodzenie i awans, ale też dostęp do konkretnych przywilejów: dodatkowych dni urlopu, wcześniejszej emerytury czy gwarancji stabilnego zatrudnienia.

Współczesny dynamiczny i nieprzewidywalny rynek wymusza jednak postawienie pytania, czy długość zatrudnienia odzwierciedla realny potencjał zawodowy i posiadane kompetencje. Kwestia ta nabiera szczególnego znaczenia w działaniach edukacyjnych skierowanych do osób dorosłych, których ścieżki zawodowe bywają nieregularne i nielinearne.

Staż pracy – niezależnie od jego długości – wymaga krytycznej refleksji. Wieloletnie trwanie w jednej organizacji może być świadectwem lojalności, cierpliwości i zdolności adaptacyjnych – jednak równie dobrze może wskazywać na stagnację zawodową, na opór przed zmianą lub świadczyć o braku alternatyw. Długi staż nie musi się przekładać na specjalistyczne kwalifikacje, zwłaszcza w sektorach wymagających ciągłego doskonalenia. Z drugiej strony osoby często zmieniające pracę (tzw. job hopperzy), choć bywają postrzegane jako niestałe lub niesolidne, z reguły dysponują wszechstronnymi doświadczeniami, wysokim potencjałem innowacyjności i umiejętnościami transferowalnymi między różnymi branżami.

Z tego powodu coraz więcej instytucji przechodzi na model kompetencyjny, w którym o ocenie pracownika decydują realne umiejętności, a nie czas spędzony na etacie. Rozwój koncepcji uczenia się przez całe życie, uznawania efektów edukacji pozaformalnej czy walidacji doświadczenia zawodowego są kierunkami, które wyraźnie odchodzą od prostego sumowania lat. Dla doradców zawodowych oznacza to konieczność zmiany perspektywy: zamiast pytać „ile lat przepracowałeś?”, warto dociekać „czego się nauczyłeś?”, „jakie problemy rozwiązywałeś?”, „w jakich kontekstach działałeś?”.

Staż pracy jako tarcza obronna

Doświadczenie zawodowe stanowi niezaprzeczalną wartość – niesie ze sobą wiedzę praktyczną, znajomość realiów organizacyjnych, umiejętność radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych i często intuicyjną znajomość specyfiki danej branży czy konkretnego środowiska pracy. Osoby z długim stażem potrafią dostrzegać niuanse i trafnie przewidywać konsekwencje podejmowanych decyzji, w związku z czym stają się dla mniej doświadczonych członków zespołu naturalnymi mentorami. Jednak coraz częściej – zwłaszcza w dobie błyskawicznego postępu technologicznego, powszechnej cyfryzacji i reorganizacji zakładów pracy – długość zatrudnienia bywa wykorzystywana jako tarcza obronna.

Zamiast służyć za fundament rozwoju, staje się niekiedy pretekstem do unikania doskonalenia zawodowego czy podejmowania nowych wyzwań. Zdarza się, że pracownicy z wieloletnim

doświadczeniem przyjmują postawę bierną lub zachowawczą. Strategia bazująca na argumentach „zawsze tak robiliśmy i działało” staje się w niektórych sytuacjach formą oporu – zarówno przed samą zmianą, jak i przed zdemaskowaniem trudności w przystosowaniu się do nowych realiów. Lęk przed utratą zbudowanego autorytetu, niepewność wobec technologii czy strach przed oceną wyzwalają mechanizmy obronne. W efekcie staż pracy, zamiast stanowić kapitał rozwojowy, zaczyna działać jak hamulec indywidualnej i organizacyjnej adaptacji.

Doświadczenie wymaga refleksji

Moim zamiarem nie jest podważanie wartości doświadczenia zawodowego – wręcz przeciwnie, należy podkreślać jego wagę jako kluczowego zasobu wspierającego procesy adaptacyjne i mentoringowe oraz czynnika sprzyjającego stabilności instytucjonalnej. Istotne jest jednak uświadomienie sobie, że długi staż pracy nie jest gwarancją aktualności posiadanych kompetencji. W obliczu dynamicznie zmieniających się realiów rynkowych, rosnącej roli narzędzi cyfrowych oraz wprowadzania nowych modeli komunikacji i współpracy, kompetencje pracownicze wymagają weryfikacji oraz uzupełniania – niezależnie od wieku czy etapu kariery.

W kontekście edukacji dorosłych szczególnego znaczenia nabiera nie tylko analiza potrzeb szkoleniowych, lecz także dostrzeganie emocjonalnego podłoża oporu wobec zmiany. Postawy defensywne, ujawniające się w niechęci do uczenia się czy dystansowaniu od nowych rozwiązań, często stanowią formę ochrony przed ujawnieniem własnej niepewności i utraty poczucia kontroli. Wspieranie transformacji tych postaw – od biernej obrony status quo ku aktywności – jest zadaniem priorytetowym. Dzięki temu możliwe staje się wykorzystanie zdobytych wcześniej umiejętności jako fundamentu dalszego rozwoju.

Doświadczenie zawodowe, choć istotne, nie jest gwarantem skuteczności, refleksyjności ani szeroko rozumianej mądrości praktycznej. Jego rzeczywista wartość ujawnia się dopiero wówczas, gdy jednostka potrafi swój dorobek świadomie analizować, wyciągać z niego wnioski i traktować jako punkt wyjścia do zdobywania nowych umiejętności. Wieloletnia obecność na rynku pracy nie implikuje automatycznie wzrostu profesjonalizmu – jest to proces wymagający aktywnego zaangażowania, krytycznego myślenia i gotowości do modyfikowania utrwalaonych schematów. Powielanie tych samych nawyków przez lata, bez ich okresowej rewizji, nie prowadzi do pogłębiania wiedzy, lecz zmienia się w prostą drogę do stagnacji.

Czerpanie z własnego doświadczenia zakłada nie tylko poznawcze przetwarzanie minionych sytuacji, lecz także otwartość na nowe wyzwania, zdolność do autorefleksji, przyjmowanie informacji zwrotnej i zadawanie sobie pytań wykraczających poza codzienną rutynę. Dojrzałość zawodowa nie sprowadza się do liczby przepracowanych lat. Przejawia się ona w łączeniu zdobytej wiedzy z elastycznością poznawczą i chęcią ciągłego uczenia się. We współczesnym świecie, w którym zmiana stanowi normę, najwyższymi cenieni są specjaliści, którzy łączą wiedzę

”

W obliczu dynamicznie zmieniających się realiów rynkowych, rosnącej roli narzędzi cyfrowych oraz wprowadzania nowych modeli komunikacji i współpracy, kompetencje pracownicze wymagają weryfikacji i uzupełniania – niezależnie od wieku czy etapu kariery.

ekspercką z otwartością na świeże perspektywy i nie obawiają się przyznać, że mogą się czegoś nauczyć od innych.

Kluczowe staje się zatem przesunięcie akcentu z liczby przepracowanych lat na jakość zgromadzonych doświadczeń i ich znaczenie w kontekście dynamicznego rynku. Warto uczyć ludzi opowiadania o swojej ścieżce zawodowej nie przez pryzmat upływającego czasu, lecz unikalnej wartości, jaką wnoszą do danej organizacji – refleksyjności, gotowości do uczenia się i chęci dzielenia się wiedzą. Tylko wtedy kapitał zawodowy staje się realną inwestycją w przyszłość, a nie jedynie zapisem przeszłości.

Komentarz z platformy EPALE

MARLENA PUJSZA-KUNIKOWSKA

W związku z długim stażem pracy istotne jest szkolenie kompetencji miękkich (np. w zakresie komunikacji NVC). Złożoność doświadczeń, procesów, ale przede wszystkim nawyków utrudnia proces uczenia się, a to zdecydowanie piękna przestrzeń na autorefleksję i poznanie własnych zasobów. Dlatego w edukacji dorosłych tak ważny jest storytelling, ale też praca na wartościach, zasobach i samoświadomości.

 Like  Comment  Share



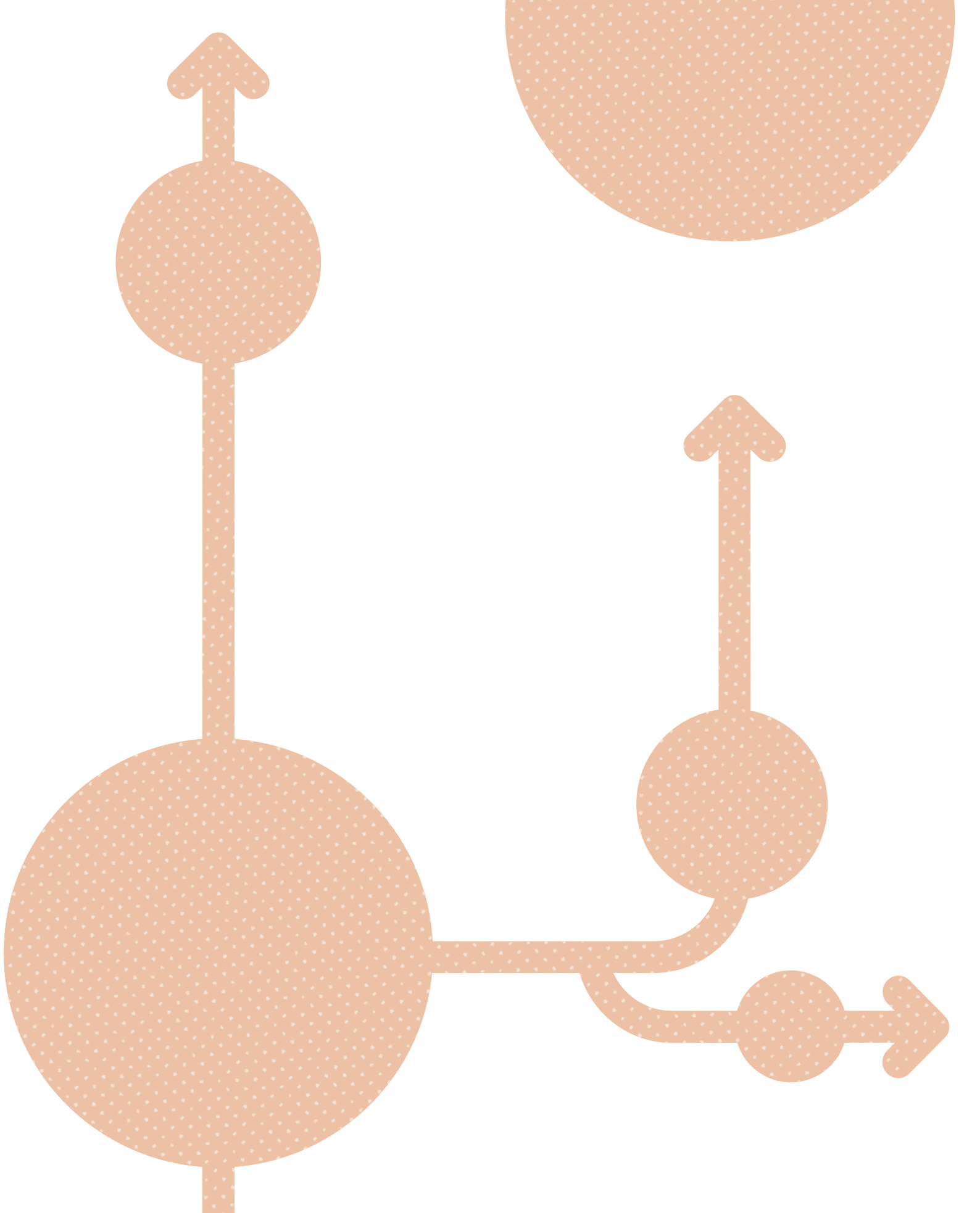
dr hab. Małgorzata Rosalska, prof. UAM

Pedagog, doradca zawodowy, kierowniczka Zakładu Kształcenia Ustawicznego i Doradztwa Zawodowego na Wydziale Studiów Edukacyjnych Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu. Specjalizuje się w problematyce z zakresu doradztwa edukacyjno-zawodowego, polityki rynku pracy, edukacji dorosłych oraz polityki oświatowej. Ambasadorka EPALE.

Posłuchaj podcastu EPALE
nt. kompetencji społecznych
jako kluczowego elementu
profilu zawodowego.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Gry inkluzywne: czym są i dlaczego jest ich tak mało?



AGNIESZKA LEŚNY, ARTUR GAWOR

Ospecyfice projektowania gier z myślą o osobach z niepełnosprawnością lub doświadczonych wykluczeniem w rozmowie z Agnieszką Leśny opowiada Artur Gawor – projektant gier i autor bloga Prostotyp.pl.

Zanim uchylimy czytelnikom rąbka tajemnicy, czym są gry inkluzywne, chciałam zapytać, jak to się stało, że zacząłeś tworzyć „nietypowe” gry, choć nie jesteś przecież zawodowym ich twórcą?

To prawda, na co dzień pracuję jako lider zespołu w branży technologicznej. Już jako dzieciak bardzo lubiłem gry – szczególnie takie, które umożliwiały wykorzystanie kreatywności i dawały dużą swobodę. Kilka lat temu spojrzałem na gry pod innym kątem – zacząłem analizować, jak zastosowane w nich konstrukcje i reguły wpływają na zachowania graczy.

Czy jesteś z wykształcenia socjologiem? Bo tak postawione pytanie brzmi jak coś z pogranicza socjologii i psychologii behawioralnej.

Nie, mam po prostu wiele empatii i wysoki poziom inteligencji emocjonalnej. W związku z tym zachowania ludzi i wpływ rywalizacji na te zachowania zawsze leżały w obrębie moich zainteresowań. Zaintrygowała mnie teoria gier, czyli ta część matematyki, która zajmuje się sytuacjami konfliktowymi i tym, jak w takich sytuacjach się poruszać oraz jak je rozwiązywać w sposób kontrolowany, z przewidywalnym skutkiem. Tematyka ta miała też dla mnie znaczenie w wymiarze filozoficznym. Poglębiałem wiedzę o tym, jak na przestrzeni wieków zmieniały się definicje konfliktu i jak powstawała dotycząca ich podbudowa teoretyczna.

To ciekawe, ponieważ gdy rozmawiamy o grach w kontekście rozwojowym, zwykle zaczynamy od kwestii kształtowania kompetencji, analizy celu czy mechaniki rozgrywki, a rzadko od teorii oraz filozofii, jakie za nimi stoją. Czy tego typu rozważania były dla ciebie impulsem do projektowania własnych gier?

Już po studiach postanowiłem, że spróbuję popatrzeć na gry nie jako gracz – tylko od drugiej strony, jako twórca. W którymś momencie hobbystycznie zająłem się tworzeniem akcesoriów do planszówek, a później całych gier. W tym roku zabrałem się za opracowywanie gry komputerowej. Jest to jednak moja dodatkowa działalność, poza pracą zawodową.

A jakimi grami się zajmujesz? Edukacyjnymi, rozrywkowymi, szkoleniowymi?

Nie zakładam z góry, że gra ma spełniać jakiś konkretny cel. Raczej zauważam ciekawy mechanizm albo pewną potrzebę, którą staram się zrealizować poprzez grę. Nie działam tak jak wydawcy, którzy analizują rynek, dokonują kalkulacji finansowej i na tej podstawie zamawiają

grę oraz przygotowują biznesplany. Ponieważ nie jest to mój zawód, podążam za tym, co mnie interesuje.

Poznaliśmy się na zlocie twórców gier Designer Camp, na którym pokazałeś mi grę *Babel*. Choć sama od lat projektuję gry i zajmuję się nimi, to wtedy właśnie po raz pierwszy usłyszałam określenie „gra inkluzywna”. Co się kryje za tym terminem?

Jest to określenie, które ukułem w ubiegłym roku przy okazji pracy nad kolejnymi iteracjami *Babel*. Ta gra powstała z myślą o osobach niewidomych i niedowidzących. Na spotkaniach planszówkowych poznałem zawodnika grającego w piłkę nożną dla niewidomych, który opowiadał mi o promowaniu aktywności osób z tym rodzajem niepełnosprawności w Bielsku-Białej. Zwrócił on moją uwagę na fakt, że bardzo niewiele gier powstaje od początku z myślą o osobach niewidomych. Przeważnie są to jedynie adaptacje istniejących tytułów. Jest duża różnica między grą opracowaną dla osób widzących i jedynie dostosowaną do potrzeb osób niewidomych a taką, która z założenia była skierowana do tej grupy odbiorców. W przypadku gier adaptowanych trudno mówić o równych szansach, bo osoba widząca musi przetworzyć znacznie mniej informacji w trakcie gry niż taka, która ma problemy ze wzrokiem.

Odwrociłem więc porządek: skoro *Babel* ma być grą dla niewidomych, to zakryjmy oczy wszystkim i spróbujmy zrobić coś razem – w tym przypadku chodzi o zbudowanie wieży z bardzo specyficznych klocków. Zależało mi na tym, by osoby, które mają różnego rodzaju problemy ze wzrokiem, mogły w pełni cieszyć się rozgrywką. Pomysł został bardzo ciepło przyjęty w środowisku osób niewidomych. W ubiegłym roku gra została wyróżniona na konferencji tyflogicznej organizowanej przez Wojskową Akademię Techniczną. Nazywam ją teraz „tyflogrą”.

To bardzo ciekawe! Przygotowując się do rozmowy sprawdzałam, jak pod tym kątem wygląda rynek gier planszowych „bez prądu”. Widziałam sporo przykładów istniejących gier, którym dodano warstwę w alfabecie Braille’a i nie przyszło mi do głowy, że jakość rozgrywki w grach adaptowanych może być znacząco słabsza niż w grach projektowanych od podstaw.

Tak właśnie jest, ale niewiele osób zdaje sobie z tego sprawę. Weźmy na przykład klasyczne szachy – osoby niewidome też w nie grają, pionki mają dotykowe znaczniki i różnią się kształtem. Ale jeśli założymy, że dwie osoby uczą się gry od zera, a jedna z nich jest niewidoma, to właśnie ona musi przetworzyć znacznie więcej informacji niż osoba widząca.

Nie chodzi tylko o nowe zasady, ale też o dodatkową warstwę poznawczą, którą musi brać pod uwagę. Tworzy to duże obciążenie kognitywne. Nowe reguły stanowią wyzwanie dla wszystkich – gra inkluzywna oznacza, że na etapie wejścia w rozgrywkę nikt – na ile się da –

”

Nowe reguły stanowią wyzwanie dla wszystkich – gra inkluzywna oznacza, że na etapie wejścia w rozgrywkę nikt – na ile się da – nie jest faworyzowany. Tej równości nie ma w przypadku gry „zwykłej”, zaadaptowanej np. poprzez warstwę w alfabecie Braille’a nadrukowaną na istniejących elementach.

nie jest faworyzowany. Tej równości nie ma w przypadku gry „zwykłej”, zaadaptowanej np. poprzez warstwę w alfabecie Braille’a nadrukowaną na istniejących elementach.

O *Babel* było swego czasu głośno – pojawiały się recenzje, widziałam relacje z twoich pokazów na różnych imprezach branżowych i edukacyjnych. Czy masz poczucie, że ten projekt zainicjował zmianę myślenia? Ma to znaczenie, bo przecież obecnie gry są potężnym medium kulturowym, nie tylko rozrywką.

Niestety nie. Jest to traktowane raczej jako ciekawostka.

Co się działo z grą *Babel* po premierze?

Obecnie wydaję ją własnym sumptem¹ i jest ona dostępna na zamówienie. Szukałem wsparcia u różnych wydawców, ale ze względu na dość skomplikowane komponenty i niewielką grupę potencjalnych odbiorców gra nie została uznana za produkt, który ma szansę odnieść sukces rynkowy. Z punktu widzenia wydawców to zrozumiałe – niszowa gra stwarza zbyt wysokie ryzyko w produkcji oraz szacowaniu nakładu i nie gwarantuje zysku czy nawet zwrotu kosztów. Wydawcy wolą bezpieczniejsze produkty, które zapewniają przewidywalny dochód.

To trochę się łączy z pojawiającym się od czasu do czasu pytaniem: „skoro jest mało osób na wózkach, to po co robić podjazdy?”.

Wydaje mi się, że częściowo wynika to też z systemu dofinansowań. Adaptowanie istniejących gier jest znacznie tańsze i mniej ryzykowne biznesowo.

Zatem, z perspektywy wydawcy, lepiej jest dodać nadruk alfabetem Braille’a na *Uno* niż zaprojektować grę od podstaw?

Tak, taniej i bezpieczniej. W ten sposób *Uno* będzie pozornie produktem dla wszystkich – jednak na etapie przyswajania reguł osoby niewidome nie będą miały równych szans, a jednocześnie wyższy będzie dla nich próg wejścia.

Po stworzeniu gry *Babel* rozszerzyłeś pojęcie inkluzywności na obszar ekonomii. Czy możesz o tym opowiedzieć?

To nawet starszy projekt niż *Babel*, bo zaczął się około 2022 roku². Zauważyłem, że wiele gier – zwłaszcza tych prostszych – można stworzyć lub zaadaptować, by możliwe było zastosowanie w rozgrywce tradycyjnych komponentów: talii kart, kości, pionków. Wiele gier zbudowanych jest na prostych mechanikach liczbowych i niczym ponadto. Mimo to są one wydawane jako pełnoprawne, drogie tytuły, stopniowo uzupełniane o nowe, wymyślne dodatki. Rynek jest przepełniony nowościami, a gracze nie mają wystarczających środków, by na bieżąco kupować wychodzące tytuły – choć często są to po prostu karty z numerami.

¹ prostytutyp.pl/gry/tyflogra-babel-gra-na-zamowienie.

² Więcej informacji o grach włączających ekonomicznie i społecznie: prostytutyp.pl/ludzie/wlacz-wlaczanie-gry-inkluzywne.



Z punktu widzenia wydawców to zrozumiałe. W ich interesie leży to, by konsument kupował nową grę czy dodatki do niej. A ten sięgnie do portfela, jeśli otrzyma coś innego niż wcześniej – coraz bardziej wymyślne figurki, plansze, gadżety i tak dalej. Im bardziej autorskie są komponenty – tym więcej klient gotowy jest za nie zapłacić...

Nie uważam, że to jest dobra sytuacja, ponieważ gry to nie tylko rozrywka, lecz także narzędzie rozwijające myślenie i pomagające w rozwiązywaniu problemów. Dlatego chciałbym, by były bardziej dostępne. Z doświadczenia wiem, że granie przekłada się na codzienność. Zdarza się, że na sposób rozwiązywania „życiowego” problemu wpadam przy okazji mierzenia się z zagadkami logicznymi w trakcie rozgrywki. Tak samo się dzieje w przypadku gier symulacyjnych, które naprawdę pomagają rozwiązać nawet poważne, zawiłe kwestie. Mając to na uwadze, ale i powodowany chęcią rozwoju własnego warsztatu projektanckiego, zacząłem adaptować znane tytuły, takie jak *6 bierze!* czy *No Thanks!* I przygotowałem je w wersji cyfrowej, możliwej do szerokiej dystrybucji. Zostały bardzo dobrze przyjęte w moim lokalnym środowisku planszówkowym. Podczas Designer Campu poznałem też osobę, która organizuje konkursy i promuje gry wykorzystujące tradycyjne komponenty, takie jak pionki czy kostki. Uważam, że to bardzo ciekawy trend.



Czyli założenie jest takie: kupujesz zasady, ale grasz tym, co masz?

Dokładnie tak. W przyszłym roku planuję wydać zestaw sześciu gier tego typu w bardzo przystępnej cenie. Chcę połączyć trzy grupy: twórców gier, kluby planszówkowe i graczy. Środki z publikacji mają wspierać kluby, które testują gry, a najlepsze tytuły będą wydawane w kolejnych zestawach.



Dostrzegam w tym pomysle wymiar ekologiczny i antykonsumpcyjny – jedna talia kart, wiele gier. Skądinąd wiemy, że cykl życia gry bardzo się skraca. Ze względu na zmiany społeczne mainstreamowe gry są coraz prostsze, krótsze i z założenia przewidziane na pół roku – później gracz powinien kupić nową. Rozumiem, że idziesz pod prąd tych trendów. I nie chodzi ci o to, by zaprojektować kolejnego brydża, tylko „zwykłe” karty wykorzystać w zupełnie inny sposób, tak aby talią można było grać długo w bardzo różne gry?

Tak. Chodzi też o pobudzanie kreatywności. Dzieci potrafią w ciągu godziny stworzyć w pełni grywalną, fabularną grę, używając tylko podstawowych komponentów.



Ale byłoby wspaniale zrobić konkurs na zupełnie nowe zasady gry wykorzystującej na przykład komponenty *Monopoly*. Przecież tę grę ma większość polskich rodzin!

Jestem pewien, że mogłyby powstać naprawdę ciekawe i złożone planszówki. Zachęcam każdego, żeby próbował modyfikować zasady. Jeśli jakiś aspekt rozgrywki ci się nie podoba, warto spróbować go naprawić.



Ciekawe, że o tym wspominasz, bo temu poświęciłam jeden z moich tekstów na platformie EPALE – pisałam m.in. o metodzie SCAMPER, czyli modyfikowaniu zasad gier³. Dziękuję ci bardzo za rozmowę!

³ bit.ly/3YVeoxr.



dr Agnieszka Leśny

Pedagożka i kulturoznawczyni. Pracuje w trybie projektowym w różnych obszarach edukacji i biznesu. Zajmuje się m.in. budowaniem zaangażowania, efektywną komunikacją, zarządzaniem talentami. Wykorzystuje metodykę *experiential education* ze szczególnym uwzględnieniem *outdoor / adventure education* (pedagogika przygody) oraz gier i grywalizacji. Autorka kilku uznanych gier szkoleniowych. Ambasadorka EPALE.



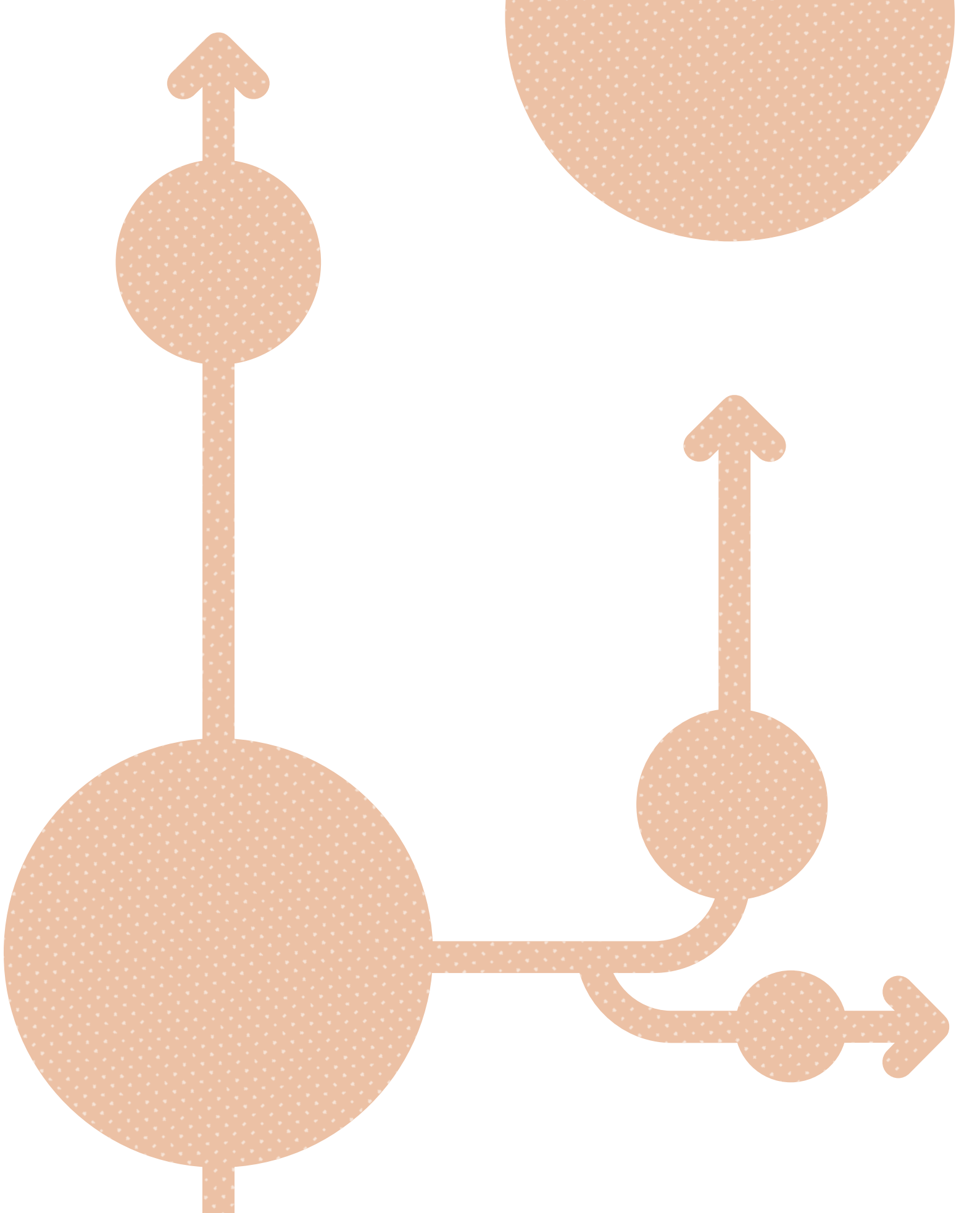
Artur Gawor

Na co dzień specjalista rozwiązań cyfrowych w branży technologicznej, po godzinach projektant i popularyzator gier inkluzywnych. Prowadzi bloga Prostytyp.pl, gdzie opisuje doświadczenia z tworzenia dostępnych tytułów, które celnie odpowiadają na wyzwania wykluczenia ekonomicznego oraz bariery osób z niepełnosprawnościami. Łączy techniczną precyzję z wrażliwością na potrzeby różnych grup odbiorców. Wierzy, że technologia – w tym gry – mogą być narzędziem integracji, a nie wykluczenia.

Przeczytaj na EPALE artykuł
zawierający wskazówki dotyczące
tworzenia założeń gier szkoleniowych.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!



Mikropoświadczenia a idea uczenia się przez całe życie



SŁAWOMIR SZYMCHAK

Mikropoświadczenia stanowią jedno z kluczowych narzędzi rozwijanych na poziomie Unii Europejskiej w odpowiedzi na potrzebę wzmacniania uczenia się przez całe życie. Szczególnie w obszarze edukacji dorosłych są one postrzegane jako rozwiązanie umożliwiające większą elastyczność oferty edukacyjnej oraz lepsze dopasowanie uczenia się do zmieniających się warunków pracy i życia.

Czym są mikropoświadczenia?

Zgodnie z Zaleceniem Rady Unii Europejskiej z dnia 22 czerwca 2022 roku¹ mikropoświadczenie to dokument, wydawany najczęściej w formie cyfrowej, który potwierdza uzyskanie przez osobę uczącą się określonych efektów uczenia się, nabytych w trakcie krótkich form edukacyjnych, wymagających niewielkiego nakładu pracy. Efekty te są oceniane według przejrzystych i obiektywnych kryteriów, a same poświadczenia zawierają informacje możliwe do wykorzystania przez podmioty zewnętrzne (np. pracodawców bądź placówki edukacyjne).

W uproszczonym ujęciu mikropoświadczenia zawierają opis umiejętności, potwierdzanych na podstawie określonych kryteriów przez instytucję stosującą wysokie standardy jakości. Dokumenty te koncentrują się na rzeczywistych efektach uczenia się, a nie na czasie trwania nauki. Mogą je wydawać m.in. instytucje szkoleniowe, uczelnie, szkoły, pracodawcy, a także organizacje pozarządowe, związki i kluby sportowe.

Mikropoświadczenia są własnością osoby uczącej się, co pozwala na ich swobodne udostępnianie i przenoszenie między różnymi systemami. Mogą one funkcjonować jako samodzielne potwierdzenie kompetencji lub być łączone w większe zestawy.

Europejskie ramy jakości i uznawalności

Zalecenie Rady UE wyznacza kierunek wspólnego podejścia do mikropoświadczeń, obejmując zarówno ich definicję, jak i minimalny zestaw danych, które każdy tego rodzaju dokument powinien zawierać. Informacje te, stanowiące elementy opisu mikropoświadczenia, to dane identyfikacyjne osoby uczącej się, nazwa poświadczenia oraz jego wydawcy, data wystawienia dokumentu oraz opis efektów uczenia się. Kluczowe są również zapisy dotyczące sposobu weryfikacji efektów, formy uczestnictwa w działaniu edukacyjnym oraz stosowanych metod zapewniania jakości.

Nadrzędnym celem wspomnianych regulacji jest zwiększenie przejrzystości, porównywalności oraz zaufania do mikropoświadczeń w całej Europie. Dzięki ujednoliceniu standardów łatwiej będzie je można wykorzystać w różnych państwach, a także różnych sektorach i systemach edukacji.



¹ Zalecenie Rady z dnia 22 czerwca 2022 r. w sprawie europejskiego podejścia do mikropoświadczeń na potrzeby uczenia się przez całe życie i zatrudnialności (2022/C 243/02).

Dokument podkreśla również znaczenie powiązania mikropoświadczeń z ramami kwalifikacji, zwłaszcza z europejskimi ramami kwalifikacji (EQF), oraz z istniejącymi systemami zapewniania jakości. Dla edukatorów dorosłych oznacza to możliwość projektowania krótkich form uczenia się, które stanowią spójny element oficjalnego systemu kwalifikacji, a nie rozwiązanie funkcjonujące poza jego strukturami.

Mikropoświadczenia w kontekście polityk UE dotyczących uczenia się przez całe życie

Rozwój mikropoświadczeń jest silnie powiązany z realizacją celów strategicznych UE, takich jak Europejski Program na rzecz Umiejętności (obecnie rozwijany w ramach nowej inicjatywy Komisji Europejskiej – Unii Umiejętności), Europejski Obszar Edukacji oraz Europejski Pilar Praw Socjalnych. W tych dokumentach mikropoświadczenia są wymieniane wśród narzędzi wspierających podnoszenie kompetencji i możliwości przekwalifikowania osób dorosłych, szczególnie w obliczu cyfrowej i zielonej transformacji.

W szerszej perspektywie oznacza to stopniowe przechodzenie od dominacji pełnych kwalifikacji do bardziej elastycznego ekosystemu uczenia się. W takim modelu krótkie, modułowe doświadczenia edukacyjne mogą być formalnie potwierdzone i uznawane na rynku pracy. W wielu państwach członkowskich, w tym również w Polsce, prowadzone są działania pilotażowe, które mają na celu przetestowanie różnych modeli wdrażania mikropoświadczeń.

”

Z perspektywy edukacji dorosłych mikropoświadczenia stanowią odpowiedź na typowe bariery uczestnictwa w uczeniu się, takie jak deficyt czasu, nieregularne ścieżki zawodowe czy trudności w powrocie do formalnego systemu nauki.

Znaczenie dla sektora edukacji dorosłych

Z perspektywy edukacji dorosłych mikropoświadczenia stanowią odpowiedź na typowe bariery uczestnictwa w uczeniu się, takie jak deficyt czasu, nieregularne ścieżki zawodowe czy trudności w powrocie do formalnego systemu nauki. Krótkie, starannie zaprojektowane moduły uczenia się dają się łatwiej integrować z życiem zawodowym i rodzinnym, oferując jednocześnie wymierny rezultat w postaci czytelnego poświadczenia kompetencji.

Istotnym atutem mikropoświadczeń jest ich potencjał w zakresie uznawania wcześniejszych doświadczeń edukacyjnych, w tym o charakterze pozaformalnym i nieformalnym. Jasno zdefiniowane efekty uczenia się oraz transparentne mechanizmy walidacji sprzyjają lepszemu rozpoznawaniu umiejętności nabytych poza tradycyjną ścieżką edukacyjną.

Wyzwania i przełożenie na praktykę

Dla edukatorów osób dorosłych rozwój mikropoświadczeń oznacza konieczność zmiany podejścia do projektowania oferty – przejścia od pojedynczych kursów ku modułowym, możliwym do łączenia, ścieżkom uczenia się. Wymaga to precyzyjnego definiowania efektów uczenia się, kryteriów oceny oraz doboru adekwatnych metod weryfikacji umiejętności. Niezbędne jest także przygotowywanie klarownych opisów, które będą zrozumiałe zarówno dla osób zdobywających poświadczenie, jak i dla interesariuszy z rynku pracy, czyli końcowych odbiorców dokumentów.

Mikropoświadczenia mogą się stać kluczowym narzędziem włączania dorosłych w proces uczenia się przez całe życie. Warunkiem sukcesu jest zacieśnianie współpracy między instytucjami edukacyjnymi, pracodawcami oraz instytucjami rynku pracy, zgodnie z priorytetami wyznaczanymi na poziomie europejskim.



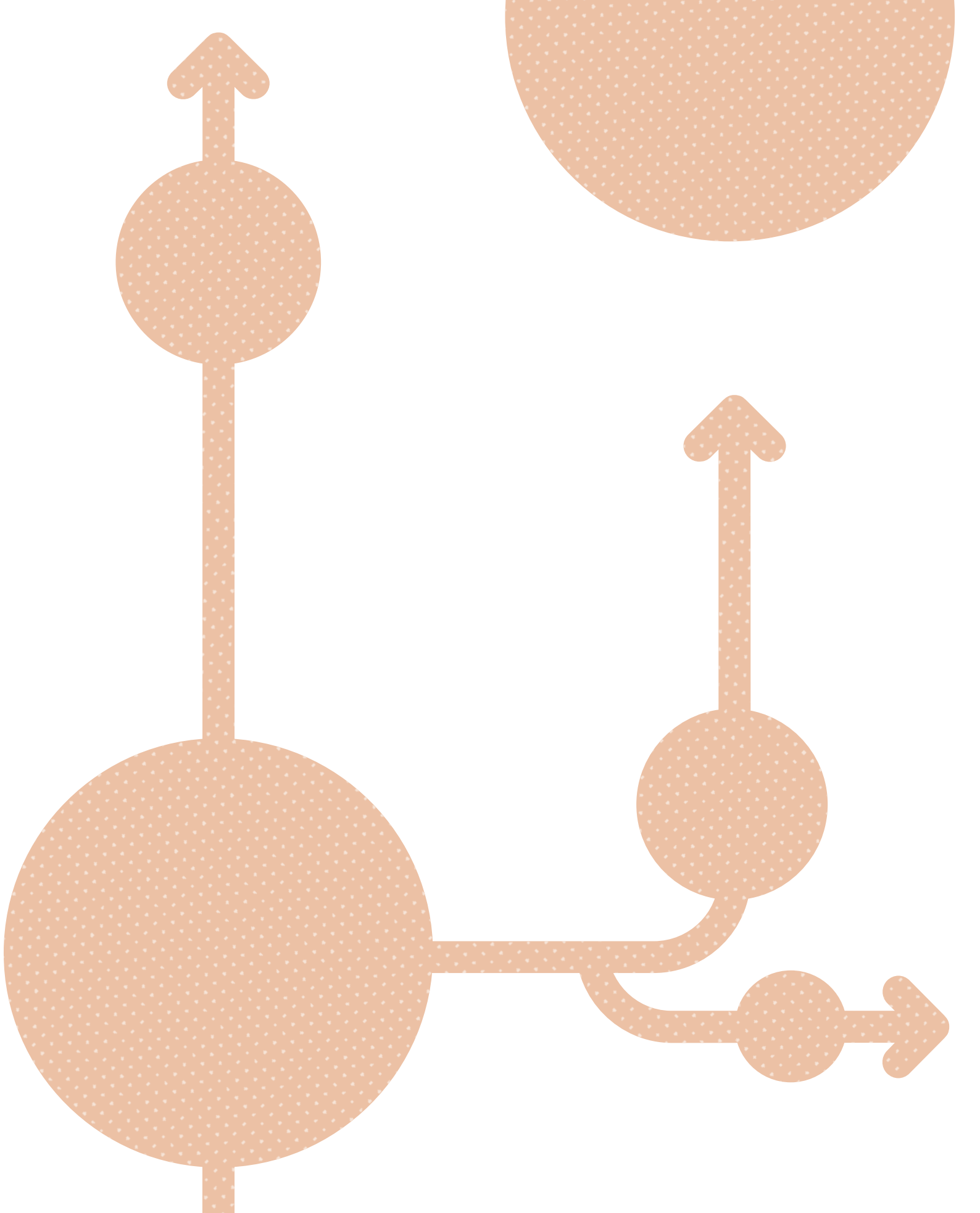
dr Sławomir Szymczak

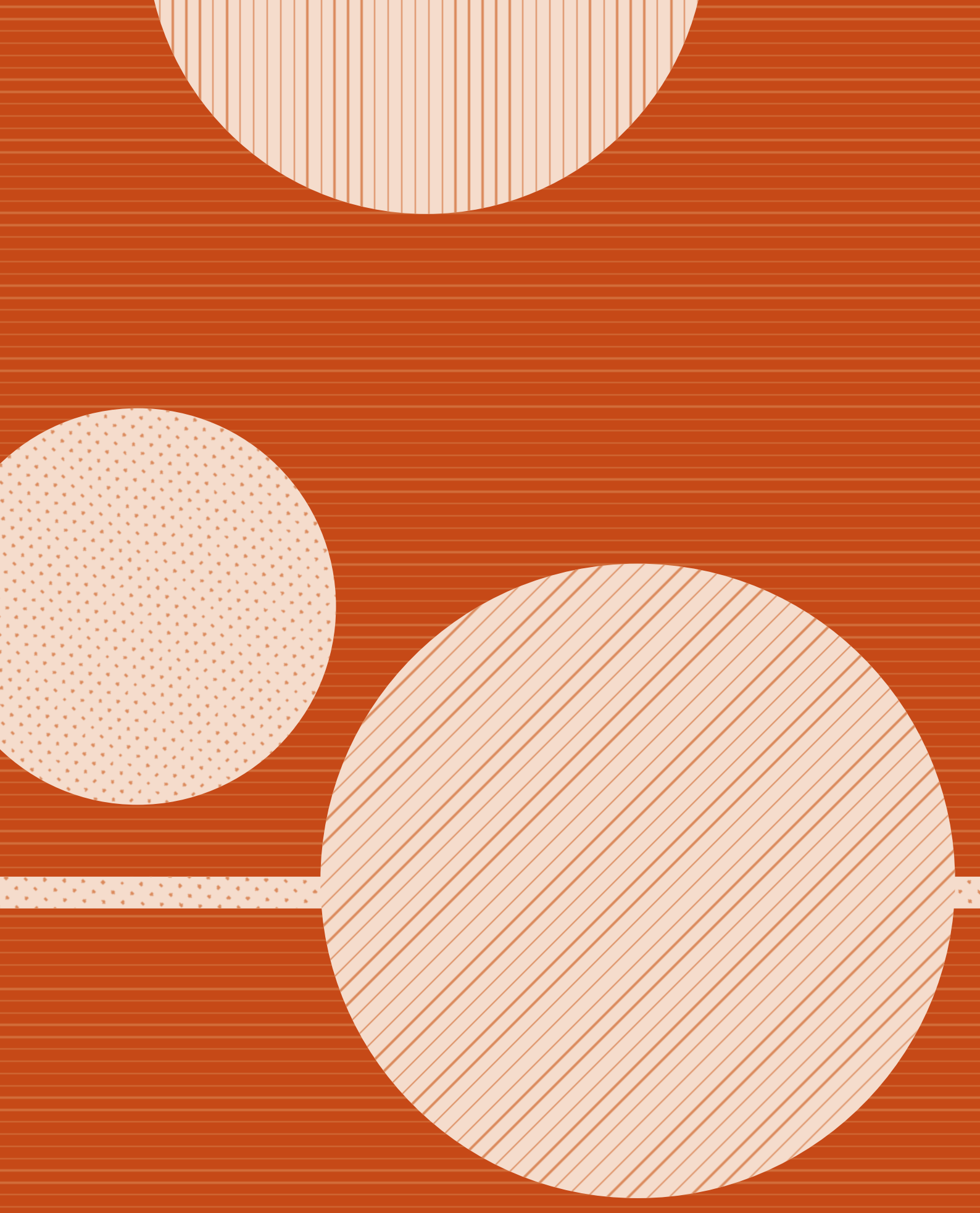
Doktor nauk społecznych (UAM), ekspert ds. polityk edukacyjnych, ekspert w projekcie „Mikropoświadczenia – pilotaż nowego rozwiązania wspierającego uczenie się przez całe życie” (IBE-PIB). W Konfederacji Lewiatan odpowiada za obszar LLL, edukacji wyższej i zawodowej. Koordynator Rady ds. Kompetencji i Kwalifikacji KL. Uczestniczy w wielu gremiach, m.in.: w Radzie Zarządzającej Cedefop, BIAC OECD, BusinessEurope, delegacji krajowej ILA, Komitecie Monitorującym FERS. Inicjator powołania Podzespołu ds. Edukacji w Radzie Dialogu Społecznego (2024).

Przeczytaj na EPALÉ artykuł
pokazujący zalety i wady
mikropoświadczeń.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!





10-lecie
społeczności
EPALE

Platforma EPALE – dekada współpracy, wiedzy i rozwoju edukacji dorosłych

W 2025 roku Elektroniczna platforma na rzecz uczenia się dorosłych w Europie – EPALE obchodziła swoje 10-lecie. W Polsce jubileusz ten stał się okazją do podsumowania dekady działań na rzecz rozwoju nowoczesnej, włączającej edukacji dorosłych.

Platforma, która w zamyśle Komisji Europejskiej miała być cyfrową przestrzenią współpracy międzynarodowej osób zajmujących się edukacją dorosłych, rozwinęła się w dynamiczną społeczność wspierającą rozwój zawodowy, promującą ideę uczenia się przez całe życie oraz innowacyjne metody kształcenia i szkolenia. EPALE odgrywa również istotną rolę w promowaniu fundamentalnych wartości, takich jak: włączenie społeczne, równy dostęp do edukacji, aktywne obywatelstwo i rozwój kompetencji kluczowych na dynamicznym rynku pracy. Stała się ponadto istotnym punktem odniesienia dla polskich i europejskich edukatorów, trenerów, bibliotekarzy, animatorów kultury, a także dla przedstawicieli sektora pozarządowego oraz instytucji rynku pracy. Dzięki EPALE środowisko związane z edukacją dorosłych w Polsce zyskało dostęp do najnowszej wiedzy eksperckiej, zasobów metodologicznych, dobrych praktyk oraz zagranicznych partnerów do realizacji wspólnych przedsięwzięć edukacyjnych.

Platforma na wiele sposobów przyczynia się do podnoszenia jakości edukacji dorosłych w Europie. Jej użytkownicy mają nie tylko możliwość przeczytania artykułów publikowanych przez ekspertów, skorzystania z bogatych zasobów edukacyjnych (np. przewodników metodycznych, raportów z badań, nagrań z webinarów) czy z kalendarza wydarzeń, lecz również publikowania własnych treści. W ciągu dziesięcioletniej działalności EPALE w Polsce użytkownicy zamieścili na platformie blisko 10 tys. artykułów, materiałów edukacyjnych oraz informacyjnych, dotyczących między innymi włączenia społecznego i aktywizacji osób zagrożonych wykluczeniem, rozwoju kompetencji cyfrowych, edukacji kulturowej i obywatelskiej, zielonej transformacji, zdrowia psychicznego, doradztwa zawodowego oraz edukacji seniorów.

Szczególną wartością EPALE jest budowanie społeczności praktyków. Dzięki wyszukiwarce partnerów oraz grupom tematycznym powstała przestrzeń do nawiązywania współpracy międzynarodowej, realizacji projektów Erasmus+ oraz transferu doświadczeń między podmiotami zaangażowanymi w edukację dorosłych. Liczne polskie organizacje, w tym instytucje kultury, centra kształcenia ustawicznego, uniwersytety trzeciego wieku, uniwersytety ludowe i organizacje pozarządowe pozyskały strategicznych partnerów, wzmacniając międzynarodowy wymiar rodzimej edukacji oraz wdrażając nowatorskie rozwiązania dostosowane do potrzeb społeczności lokalnych.

Platformę w Europie wspiera 39 Krajowych Biur EPALE, które odpowiadają za jej działanie w 32 językach. Dzięki aktywności zespołu funkcjonującego w strukturach Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji polska wersja platformy należy do najdynamiczniej rozwijających się w Europie. Na przestrzeni lat zespół opracował osiem publikacji tematycznych, wyemitował

57 podcastów i we współpracy z ekspertami z dziedziny edukacji dorosłych przygotował 43 webinaria. Do największych osiągnięć zaliczyć można organizację 10 edycji Forum Edukacji Dorosłych – najważniejszego i największego wydarzenia w tym obszarze, które od roku 2020 ma charakter hybrydowy, skupiając za każdym razem blisko 500 uczestników z całego kraju.

Dekada funkcjonowania EPALE to przede wszystkim historie ludzi – ich zaangażowania i współpracy, a także wspólnego przekonania, że uczenie się przez całe życie to fundament rozwoju jednostek, lokalnych społeczności, a tym samym całej Europy. Jubileusz platformy dowodzi, że wspólnota oparta na wymianie wiedzy potrafi realnie kształtować obszar edukacji dorosłych oraz inicjować działania na rzecz otwartego, dostępnego i innowacyjnego systemu uczenia się przez całe życie. W tym kontekście nie sposób pominąć najaktywniejszych członków społeczności – Ambasadorów i Ambasadek EPALE. Ich misją jest promowanie platformy, dzielenie się eksperckim doświadczeniem, upowszechnianie dobrych praktyk oraz integrowanie środowiska naukowo-dydaktycznego. Na przestrzeni 10 lat funkcję tę pełniły aż 62 osoby – w tym trenerzy i szkoleniowcy, wykładowcy akademicki, doradcy zawodowi, przedstawiciele organizacji pozarządowych oraz instytucji kultury, animatorzy społeczni oraz specjaliści ds. nowych technologii i edukacji cyfrowej.

Ostatnie lata, naznaczone globalnymi kryzysami zdrowotnymi (pandemia COVID-19), geopolitycznymi (takimi jak pełnoskalowa wojna w Ukrainie czy wojna w Strefie Gazy) oraz ekonomiczno-klimatycznymi, potwierdziły, jak duży jest potencjał adaptacyjny społeczności EPALE. W dobie transformacji cyfrowej oraz coraz większej różnorodności społecznej, platforma stała się kluczowym forum wymiany wiedzy z zakresu edukacji online, narzędzi cyfrowych oraz nowoczesnych metod pracy z dorosłymi – niezależnie od ich wieku, płci, pochodzenia czy wykształcenia. Szczególna uwaga koncentruje się obecnie na wyzwaniach związanych ze sztuczną inteligencją, kompetencjami przyszłości, mikropoświadczeniami umożliwiającymi walidację kwalifikacji, a także na budowaniu odporności społecznej poprzez działania edukacyjne i rozwój lokalnych przestrzeni uczenia się.

Jubileusz skłania jednak nie tylko do sporządzenia bilansu dotychczasowych osiągnięć, ale i do wytyczenia kierunków na nadchodzące lata. Przyszłość EPALE wiąże się z umacnianiem współpracy międzynarodowej edukatorów osób dorosłych, kształtowaniem kompetencji jutra, a także trafnym, choć krytycznym, wykorzystaniem nowych technologii. Doświadczenia ostatnich dziesięciu lat pokazują, że prężna i współdziałająca społeczność międzynarodowa może inspirować, łączyć oraz skutecznie reagować na wyzwania współczesnego świata.

W kolejnych latach z pewnością pojawią się nowe narzędzia ułatwiające współpracę, wymianę wiedzy i uczenie się przez całe życie. Rozwiązania oparte na sztucznej inteligencji, spersonalizowane algorytmy rekomendacji treści, cyfrowe portfolio kompetencji, aktywne społeczności praktyków oraz nowoczesne formaty mobilności ponadnarodowej pozwolą jeszcze precyzyjniej odpowiadać na potrzeby dorosłych osób uczących się. Biorąc pod uwagę nowe wyzwania związane z koniecznością ciągłego podnoszenia kompetencji, sporo wskazuje na to, że EPALE pozostanie niezwykle istotną przestrzenią wspierającą rozwój sektora edukacji dorosłych w Polsce i Europie.

Zespół EPALE

10 lat platformy EPALE, czyli o innowacyjności, rozwoju i sile międzynarodowej społeczności edukatorów osób dorosłych



KATARZYNA BŁASZCZYK

Edukacja dorosłych przestaje być transmisją treści od edukatora, a staje się partnerskim procesem, w którego centrum stoją autentyczne potrzeby i cele osoby uczącej się. Kim jest edukator przyszłości? To przewodnik, który pomoże nam dokonywać wyborów, bo w świecie nieskończonych możliwości i szybkich zmian to właściwy wybór staje się najtrudniejszy.

Od 10 lat za pośrednictwem platformy EPALE europejscy i polscy edukatorzy mają szansę dyskutować oraz wyznaczać nowe kierunki w edukacji osób dorosłych. Jakie trendy zdominują edukację w najbliższych latach? 4 i 5 listopada 2025 roku w Warszawie (oraz online) odbyło się poświęcone tej tematyce X Forum Edukacji Dorosłych organizowane przez Krajowe Biuro EPALE.

Czym wyróżnia się EPALE?

Pierwsze teksty edukacyjne po polsku pojawiły się na platformie EPALE w 2014 roku. Wyjątkowość tej inicjatywy wynika z jej ponadsektorowego i włączającego wymiaru. EPALE zrzesza ludzi różnych obszarów, w tym: edukatorów z organizacji pozarządowych i instytucji kultury, akademików, doradców zawodowych, coachów i trenerów biznesu, pedagogów penitencjarnych. Ta mozaika sprawia, że platforma jest unikalnym tygłem, w którym teoria spotyka się z praktyką. Artykuły są tłumaczone na różne języki, bo EPALE działa w ponad trzydziestu krajach europejskich, nie tylko w Unii Europejskiej, a społeczność ją współtworząca ma charakter międzynarodowy.

Podczas X Forum Edukacji Dorosłych społecznościowy wymiar platformy został mocno zaakcentowany przez Ambasadorkę EPALE – Ewę Dudę-Maciejewską. Według niej podstawą rozwoju jest wspólnota, która daje przestrzeń na refleksję. Dzięki temu można się pozbyć nieproduktywnych schematów myślenia i skuteczniej uwalniać potencjał uczących się dorosłych.

Jak zmieni się edukacja dorosłych w nadchodzącej dekadzie? Odpowiedzi szukaliśmy już podczas pierwszego panelu. Eksperti: Izabela Bartnicka, dr Sławomir Drelich, Beata Gurbin, dr Krzysztof Pierścieniak oraz dr hab. Barbara Worek, prof. UJ zwrócili uwagę na redefinicję roli nauczania i uczenia się. Opuszczamy erę transmisji wiedzy, w której nauczyciel był podstawowym źródłem informacji, a wchodzimy w nowy model, w którym edukator staje się przewodnikiem i doradcą. Jego kluczową rolą jest wspieranie osoby uczącej się w rozpoznaniu jej potrzeb, pomoc w dokonywaniu świadomych wyborów edukacyjnych oraz wskazywanie

dostępnych możliwości rozwoju. Ta gruntowna zmiana wynika w dużej mierze z dynamicznego rozwoju sztucznej inteligencji (AI). Dzięki niej wiedza z niemal każdej dziedziny jest powszechna i dostępna natychmiast, „na żądanie”. Jednak ta łatwość dostępu powoduje – paradoksalnie – nowe komplikacje. Jak celnie zauważyła dr hab. Małgorzata Rosalska, prof. UAM: „Jeśli mamy za dużo ofert, wycofujemy się z decyzji, bo wybór jednej opcji oznacza rezygnację z innych”. Dlatego coraz większe znaczenie w edukacji dorosłych ma przewodnik pomagający odnaleźć się w świecie nadpodaży informacji. Co zatem wyznaczy kierunek jego działań?

Uczenie się jako proces twórczy i siła autoedukacji

Nowe spojrzenie na naukę wymusza demografia – żyjemy i pracujemy coraz dłużej, a jednocześnie chcemy funkcjonować bardziej jakościowo. Naszych wyborów zawodowych i edukacyjnych nie podejmujemy już raz na zawsze. Spędzamy życie w procesie uczenia się – ważne, by był on dla nas przyjemny i twórczy. Wtedy mamy motywację nie tylko do pracy, ale też do życia. Dlatego, jak przekonuje dr hab. Barbara Worek, prawdziwa aktywność w erze cyfrowej nie polega na ciągłym nadążaniu za nowinkami technologicznymi. Wręcz przeciwnie: kluczowe jest świadome spowolnienie i autorefleksja. Warto wiedzieć, co służy naszemu indywidualnemu rozwojowi. Według ekspertki, przyszłość należy do tych, którzy opanują krytyczne myślenie i umiejętność rozwiązywania problemów, a nie do tych, którzy ślepo podążają za innowacjami.

Coraz częściej odchodzi się też od wizji kształcenia ustawicznego. „Ustawiczność zakłada ciągłość, a ludzie nie są w stanie ciągle się uczyć, bo wtedy ta sytuacja, zamiast być przyjemną, stanie się dla nich opresyjna” – mówi dr Krzysztof Pierścieniak, andragog z Uniwersytetu Warszawskiego. Dorosły przychodzi do edukatora, oczekując kreatywnego zaangażowania we własny proces uczenia się. Dzięki nowym technologiom, w tym sztucznej inteligencji, autoedukacja i samodzielna nauka znowu stają się modne. Jak przypomina dr Pierścieniak, w Polsce mamy w tym obszarze długą, historyczną praktykę: „Mimo 123 lat niewoli [...] jednak mówimy po polsku i [możemy się cieszyć z powstałych] wówczas dzieł kultury. Kiedyś człowieka, który chciał się czegoś uczyć, ale formalnie nie mógł, nazywano samoukiem. [Był to ktoś, kto] wykonał wysiłek samoistnego przygotowania się do poznania czegoś. To jest nobilitujące”.

Samokształcenie nie oznacza zresztą, że musimy się uczyć w samotności. Coraz popularniejsze stają się nieformalne grupy o charakterze dyskusyjnym (z ang. *learning circles*), w których dorośli wzajemnie się inspirują i motywują do poznawania nowych zagadnień. Dr hab. Małgorzata Rosalska, prof. UAM tak opisuje ten oddolny model współpracy: „Osoby same poszukują materiałów, same poszukują rozwiązań. Jeśli potrzebują eksperta, to go sobie znajdują. W tej chwili jestem w takim formacie tematycznym. Spotykamy się online raz na miesiąc, dwa. Między tymi spotkaniami są lekcje do odrobienia”.

Przestrzeń rozwoju

Naturalnym środowiskiem samokształcenia jest dla edukatorów właśnie platforma EPAL. Po pierwsze dlatego, że znajdziemy tam aktywną społeczność, która chce i potrafi dyskutować. Po drugie w związku z tym, że publikują na niej i wymieniają się doświadczeniami specjaliści zajmujący się różnymi obszarami i aspektami uczenia się dorosłych, co jest gwarancją nieograniczonej inspiracji. Interdyscyplinarną wartość platformy przywołuje dr Agnieszka Leśny, trenerka biznesu, Ambasadorka EPAL: „Na EPAL spotykam ludzi z zupełnie innych obszarów niż na co dzień. Szczególnie cenię np. autora, który zajmuje się resocjalizacją. Okazuje się, że to,

jak się myśli w tej chwili o uczeniu się w zakładach penitencjarnych, może być dla mnie bardzo inspirujące w świecie biznesu”.

Podczas X Forum Edukacji Dorosłych dr Agnieszka Leśny poprowadziła jeden z czterech warsztatów. Wszystkie miały charakter praktyczny i były nakierowane na metody oraz narzędzia pracy z osobami dorosłymi. Warsztat „Lifting ćwiczeń i narzędzi szkoleniowych – nowe spojrzenie na stare pomysły” miał skłonić do refleksji, czy priorytetem powinno być nieustanne tworzenie nowych rozwiązań metodycznych, czy może namysł nad tym, co działa, i skuteczna adaptacja istniejących metod do nowych wyzwań. Podczas rozważań nad adaptacją metod, osoby uczestniczące w warsztatach odwołały się do słynnego i sprawdzonego ćwiczenia – budowania wieży z makaronu i pianek *marshmallow*. Choć jest ono powszechnie znane, pojawiła się refleksja: „To jest bardzo stare zadanie, co niekoniecznie oznacza, że jest bezużyteczne. Zamiast szukać nowych gier, które można stworzyć, np. przy pomocy ChatGPT, chcemy odświeżać to, co stare. Czasem mamy bardzo fajne narzędzia, z których możemy korzystać. Warto po nie sięgnąć i spróbować je uaktualnić”.

Społeczność EPALE była aktywna także podczas specjalnej sesji, składającej się z wystąpień osób, które nadesłały do organizatorów konferencji najciekawsze propozycje tematów do poruszenia. Krzysztof Jakubowski opowiadał o neuro różnorodności i o tym, jak możemy ją wykorzystać w pracy edukatora, Aneta Zamojska radziła, co może zrobić trener, gdy poniosą go emocje, a Agnieszka Goncerzewicz przybliżyła zalety modelu ADGIE. Z kolei dr Anna Chyła, laureatka konkursu „EPALE uczy, inspiruje, łączy”, przedstawiła swoje doświadczenia w zakresie wykorzystania ewaluacji w kontekstach edukacyjnych.

Edukacja kulturalna: antidotum na brak czasu

Istotną kwestią w edukacji dorosłych jest przede wszystkim brak czasu osób aktywnych zawodowo. Rozwiązaniem okazuje się edukacja pozaformalna i nieformalna, często przybierająca charakter edukacji kulturalnej. Przykładem może być innowacyjny projekt dla ojców zrealizowany w ramach programu Erasmus+ przez Miejską Bibliotekę Publiczną w Żorach we współpracy z placówkami z Holandii i Estonii. Partnerzy poznali się dzięki platformie EPALE. Jak opowiadała dyrektorka MBP w Żorach, Aleksandra Zawalska-Hawel, po cyklu warsztatów „Jak być lepszym, odpowiedzialnym ojcem” i organizacji klubów ojca powstał kolejny projekt: „Klimat na czytanie”, skierowany do polskich mężczyzn (którzy, jak wskazują statystyki, czytają mniej niż kobiety).

Temat działalności edukacyjnej instytucji kultury został poruszony także w ramach panelu dyskusyjnego. Jego uczestnicy rozmawiali m.in. o tym, w jaki sposób ugruntować program edukacyjny danej instytucji, tak by z każdą zmianą nie wymyślać kierunku działań na nowo. Jeden z panelistów, dr Marcin Szelań z Uniwersytetu Artystycznego im. Magdaleny Abakanowicz w Poznaniu, ambasador EPALE, zauważa, że wiele wystaw, zwłaszcza w obszarze sztuki współczesnej, dotyczy kluczowych problemów cywilizacyjnych, takich jak katastrofa klimatyczna czy antropocen. Poprzez artystyczne interwencje twórcy nie tylko zwracają uwagę na dane zagadnienie, lecz także aktywnie włączają się w toczącą się wokół niego dyskusję. „Jest to narzędzie edukacji pogłądowej, a zarazem edukacji krytycznej, które pozwala wyjść poza tradycyjny obszar kojarzony tylko z kwestiami estetyki” – twierdzi dr Szelań – „Dzięki temu sztuka staje się sposobem, w jaki możemy rozmawiać i myśleć o problemach, które wykraczają daleko poza tradycyjne ramy sztuki”.

Motywacja, dobrostan, samoświadomość

Podnoszenie kompetencji, nabywanie nowych umiejętności oraz dostosowywanie ich do zmieniających się warunków (ang. *reskilling*, *upskilling*) to codzienność każdego z nas. Izabela Bartnicka z Digital University przewiduje, że pracownicy z kolejnych pokoleń będą wykonywać nawet kilka prac jednocześnie. Od wtorku do środy dana osoba będzie pracowała na stanowisku w jednej firmie, a od czwartku do piątku w drugiej, wykonując inny rodzaj zadań. Do tak zaprojektowanego życia niezbędna będzie nam dobrze rozwinięta umiejętność uczenia się. „Trzeba wiedzieć, jak te procesy zachodzą w mózgu” – podkreśla dr hab. Joanna Mytnik, prof. PG, biolog, dyrektorka Centrum Nowoczesnej Edukacji Politechniki Gdańskiej – „Nasz mózg pracuje w dwóch trybach: skoncentrowanym i domyślnym. W trybie skoncentrowanym nie zachodzi zapamiętywanie. Dopiero gdy przestajemy się uczyć, głównie w nocy, ale i w każdej przerwie, przechodzimy na ten drugi tryb, zapamiętujemy”. Kluczowym warunkiem nauki jest spokojny mózg – w stresie nie przyswaja informacji. Dlatego tak zwanymi „kompetencjami przetrwania” są dzisiaj: motywacja, dobrostan i samoświadomość.

„Myślę, że edukacja powinna przebiegać dwutorowo” – podkreśla dr hab. Alicja Gałązka, prof. UŚ, psychoterapeutka i wykładowczyni akademicka z Uniwersytetu Śląskiego – „Z jednej strony [ważne są] wiedza i nabywanie nowych kompetencji, a z drugiej [...] musimy ludzi dorosłych uczyć bycia w kontakcie z sobą i z innymi. Równowaga jest czymś bardzo istotnym w edukacji dorosłych. Jest też ważna dla edukatorów, bo jesteśmy swego rodzaju modelami. Od lat prowadzę zajęcia dla studentów z zakresu komunikacji interpersonalnej i asertywności. I czasem [się zastanawiałam], jak mogę mówić o czymś, czego sama nie potrafię? Z biegiem czasu nauczyłam się uważności. To ważne, żeby zacząć od siebie, by być bardziej autentycznym, ale też po prostu to jest ważne dla nas jako jednostek. Warto zadawać sobie pytanie: co się stanie, jeśli tego nie zrobię?”. To pytanie przybliżyło nas do kolejnego trendu w edukacji dorosłych: biograficznego.

Trend biograficzny, czyli skąd czerpać siłę do zmiany?

Na podstawie doświadczeń wyniesionych ze szkoły osoby dorosłe często oczekują od edukatora gotowych recept – liczą na to, że ktoś wskaże im, co i jak mają robić. Zadaniem przewodnika jest jednak coś zupełnie innego: zachęcanie do autorefleksji. „Dlaczego to robiłam/robiłem?” – podpowiada dr Pierścieniak – „W odpowiedzi na to pytanie znaleźć można mądrość i siłę do zmiany”. Jeśli nasze wybory podyktowane były oczekiwaniami innych, może warto spróbować czegoś innego, czegoś, co z tego wynika, co współgra z naszymi aktualnymi potrzebami. Warto pozwolić sobie na to, aby na [kolejnych] etapach życia podejmować różne decyzje, bo z czasem zmieniają się nasze potrzeby. Są to kwestie indywidualne, związane ze zmianą ról życiowych (np. rodzicielstwem) albo stanem zdrowia. Coraz bardziej pożądanym celem jest w związku z tym zintegrowanie pracy z aktualnymi potrzebami żywymi, aby móc osiągnąć dobrostan. To pozwala utrzymać naszą motywację i zyskać przestrzeń na rozwój.

Od kilku lat zawodowe losy większości ludzi nie przebiegają linearnie. Bardziej przypominają mozaikę niż żmudne pięcie się na kolejne szczeble kariery. Projektowanie ścieżki zawodowej z dużym wyprzedzeniem stało się trudne, a coraz częściej – po prostu niemożliwe. Dr hab. Małgorzata Rosalska, prof. UAM, która pomaga osobom dorosłym w zarządzaniu karierą, mówi: „Dorośli często myślą o systemie edukacji w kategoriach odnoszących się do szkół, które sami kończyli, nie dostrzegając nowych opcji, które się pojawiają”. Zarządzanie

własną karierą bywa wyczerpujące. Skuteczna w tym zakresie może być pomoc społeczności – zarówno wspomnianych grup samokształceniowych, jak i szerszej społeczności EPALE. W nawigacji przez rynek pracy pomaga nam zdobywanie kolejnych, małych umiejętności, których nabycie potwierdzamy dzięki mikropoświadczeniom.

Mikropoświadczenia i przyszłość EPALE w świecie AI

Dr Sławomir Szymczak z Instytutu Badań Edukacyjnych określa mikropoświadczenia jako wiarygodny, najczęściej cyfrowy dokument, potwierdzający nabycie niewielkiego, ale ściśle określonego zestawu kompetencji. „Jest to dowód na to, co «naprawdę potrafię», przydatny na rynku pracy, podczas zmiany uczelni lub w innym kontekście. Mikropoświadczenia to nie kolejne certyfikaty za uczestnictwo, lecz dowody nabycia konkretnych, sprawdzonych kompetencji. Wydawane są na podstawie jasnych kryteriów i obowiązują w całej Unii Europejskiej. Ponieważ ich zdobycie trwa relatywnie krótko (od jednej godziny do kilku miesięcy), stają się odpowiedzią na potrzebę elastyczności w ciągle zmieniającym się świecie”.

Nie da się zatrzymać zmiany oraz jej przyspieszenia będących skutkiem rozwoju technologicznego. Dr hab. Joanna Mytnik, prof. PG przestrzega jednak, że sztuczna inteligencja jest jak nóż, który jest pomocny w przygotowaniu lub zdobyciu pożywienia, ale może też wyrządzić krzywdę, dlatego ważne jest etyczne korzystanie z tego narzędzia. Prof. Dariusz Jemielniak z Akademii Leona Koźmińskiego w wykładzie o AI podkreśla, że informacja ma zerową wartość, dopóki nie znamy jej autora – w świecie dezinformacji i powszechności treści, kluczowa jest wiarygodność źródła.

Platforma EPALE zyskała swoją markę dzięki temu, że jest tworzona przez międzynarodową społeczność praktyków i teoretyków. Publikowane informacje są moderowane, co gwarantuje ich rzetelność i jakość. Polska wersja językowa platformy osiągnęła sukces, plasując się przez lata w pierwszej trójce w Europie pod względem liczby użytkowników i publikowanych treści. Dr Sławomir Drelich, członek zarządu Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji, powiedział: „Marzę o tym, byśmy byli numerem jeden, bo to jest w naszym zasięgu”. Doceniając ogrom pracy włożony przez dziesięć lat w rozwój platformy, warto to życzenie skierować do całej społeczności EPALE.

Cytowane wypowiedzi pochodzą z wystąpień w ramach X Forum Edukacji Dorosłych oraz z wywiadów przeprowadzonych do podcastu EPALE przygotowanego na 10-lecie platformy.



Katarzyna Błaszczuk

Dziennikarka, reportażystka, podcasterka i przedsiębiorczyni. Współautorka (wraz z Hanną Bogoryja-Zakrzewską) książki reporterskiej *Zdarzyło się naprawdę. Opowieści reporterskie*. Jej dorobek obejmuje ponad 600 reportaży radiowych (m.in. dla Polskiego Radia, RBB-Radio Berlin-Brandenburg, Radia 357) oraz wiele podcastów dokumentalnych. Za swoją pracę reporterską otrzymała liczne nagrody, w tym Nagrodę Główną na Festiwalu Mediów „Człowiek w zagrożeniu”, „Srebrnego Melchiora”, Nagrodę im. Bolesława Prusa oraz wyróżnienie Podcast Roku w kategorii kryminał (*Śledztwo Pisma. Sezon V*). Wspólnie z Hanną Bogoryja-Zakrzewską prowadzi firmę Torba Reportera i Podcastera: www.torbareportera.pl. Od maja 2026 roku Digital Transformation Manager w Polskim Radiu PiK.

Posłuchaj odcinka specjalnego
podcastu EPALE przygotowanego
na 10-lecie platformy.



Zeskanuj kod i dowiedz się więcej!

Głos społeczności EPALE

Z okazji 10. urodzin Krajowe Biuro EPALE przygotowało szereg jubileuszowych inicjatyw. Jedną z nich był cykl dziesięciu wywiadów przeprowadzonych przez Ambasadorki i Ambasadorów EPALE z osobami, które zajmują się różnymi obszarami uczenia się dorosłych. Rozmowy były nie tylko okazją do podsumowania osiągnięć społeczności EPALE i do zastanowienia się nad jej przyszłością, lecz także do zarysowania kierunków rozwoju edukacji dorosłych. Niech kilka poniższych cytatów stanowi zachętę do poznania całego cyklu. Polecamy!

”

EPALE to dla nas nie tylko przestrzeń dzielenia się rezultatami projektów z Europą, lecz także moment zatrzymania się – spojrzenia na nasze działania z dystansu. Często pochłania nas codzienność, a EPALE daje pretekst, by podsumować, uporządkować wiedzę i zapisać efekty. Dla zespołu to coś więcej niż baza – to swoisty pamiętnik osiągnięć. Możemy wrócić do tego, co zrobiliśmy, zobaczyć, jaką drogę przeszliśmy i jakie doświadczenia ukształtowały naszą pracę.

Barbara Kaszkur-Niechwiej,
prezeska Fundacji Addenda

”

Polska wersja EPALE jest jedną z najpopularniejszych w Europie, co napawa mnie radością i dumą. Cały zespół pracowników Krajowego Biura EPALE każdego dnia stara się, by treści dostępne na platformie były jeszcze bardziej przystępne i adekwatne do wyzwań współczesności. Wymiana doświadczeń oraz dobrych praktyk to właśnie kluczowe cele, które realizujemy na EPALE. A wszystko to robimy w synergii z innymi programami realizowanymi w FRSE, m.in. z naszym sztandarowym programem Erasmus+, w tym z programami sektora Edukacja dorosłych.

dr Sławomir Drelich,
członek zarządu FRSE

”

Bardzo podoba mi się różnorodność poruszanych na EPALE treści. Kiedy słyszysz „platforma na rzecz uczenia się dorosłych”, łatwo wpaść w pułapkę własnej bańki informacyjnej. EPALE pokazuje różne konteksty edukacji dorosłych – od bibliotek, przez muzea, po koła gospodyń wiejskich, projekty społeczne i doradztwo zawodowe. Czuję się zachęcany do odkrywania innych obszarów niż te, którymi zajmuję się na co dzień.

Jędrzej Szynkowski,
Ambasador EPALE

”

Wiedza andragogiczna pozwala szybciej i lepiej rozumieć praktykę. Teorie andragogiczne dostarczają hipotez, które można testować w praktyce w drodze do osiągnięcia założonych celów. Pojęciowość andragogiki pozwala na interpretację praktyki z różnych perspektyw, nie tylko własnej. Refleksyjni praktycy są badaczami w działaniu i sami przyczyniają się do pomnażania dorobku andragogiki, szczególnie kiedy dzielą się swoimi doświadczeniami i teoriami małego zasięgu, np. na platformie EPALE.

dr hab. Hanna Solarczyk, prof. UMK

”

Mam nadzieję, że EPALE nadal będzie podkreślać znaczenie edukacji włączającej, tej, która dzieje się poza głównym nurtem, w więzieniach, domach pomocy społecznej, świetlicach środowiskowych czy lokalnych centrach edukacyjnych. To często tam dokonują się najciekawsze i najbardziej potrzebne zmiany, choć nie zawsze są one szeroko dostrzegane.

Hubert Skrzyński,
były Ambasador EPALE

”

Najważniejszym wyzwaniem jest nadążanie za zmianami społecznymi i technologicznymi. Świat przyspiesza, a z nim zmieniają się potrzeby osób dorosłych oraz sami ludzie. Coraz częściej uczenie się nie jest wyborem, lecz koniecznością – żeby utrzymać pracę, odnaleźć się w nowej rzeczywistości, zachować podmiotowość.

Daria Sowińska-Milewska,
była Ambasadorka EPALE

”

Stary paradygmat brzmiał: „Robię wszystko, co uważam za dobre, żebyś się nauczył, a że się nie uczysz – to twój problem”. Dziś sytuacja edukacyjna jest współtworzona. Jest służebna wobec tego, żeby uczący się zrealizował swoją potrzebę. To moja misja jako edukatora.

Piotr Piasecki,
prezes Polskiej Izby Firm
Szkoleniowych

”

W edukacji dorosłych priorytety programu Erasmus+ przenikają się. Włączenie społeczne, kompetencje cyfrowe, uczestnictwo w życiu społecznym czy kwestie związane z rynkiem pracy pojawiają się jednocześnie w codziennej pracy edukatorów. Z perspektywy Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji ważne jest to, aby te priorytety nie pozostawały jedynie na poziomie zapisów programowych. EPALE pozwala zobaczyć, jak są one realizowane w konkretnych projektach. Często użytkownicy platformy nie używają języka priorytetów, lecz opisują swoją pracę, wyzwania i rozwiązania, które wypracowali. To pokazuje, że polityki europejskie mają sens wtedy, gdy przekładają się na realne doświadczenia ludzi. EPALE ułatwia tę rozmowę, nawet jeśli pojawiają się trudności i pytania bez prostych odpowiedzi.

Anna Atlas, FRSE

Przeczytaj, polub, skomentuj!

→ ***O początkach EPALE***

Katarzyna Żák-Caplot, Alina Respondek

bit.ly/3UwZ2jB

→ ***O przeszłości, teraźniejszości i przyszłości***

Karolina Suska, Hubert Skrzyński

bit.ly/4qnpus4

→ ***O andragogice, ATA i EPALE***

dr Wojciech Świtalski, dr hab. Hanna Solarczyk, prof. UMK

bit.ly/4hsYmp7

→ ***Edukacja to spotkanie. O uważności, pasji i sile dorosłych uczniów***

Marlena Pujsza-Kunikowska, Barbara Kaszkur-Niechwiej

bit.ly/4bHGdAg

→ ***Różnorodność, która zaskakuje. EPALE oczami Ambasadorów***

Ewa Duda-Maciejewska, Jędrzej Szynkowski

bit.ly/4xCjCOj

→ ***Jakość to refleksja, uważność i odpowiedzialność za ludzi***

dr Agnieszka Leśny, Daria Sowińska-Milewska

bit.ly/4xYtpyb

→ ***Edukacja obywatelska i partycypacja na rzecz wspólnego dobra***

dr hab. Dorota Gierszewski, prof. UJ, dr Sławomir Drelich

bit.ly/4wnNYCA

→ ***Standaryzacja w branży szkoleniowej – między kontrolą a rozwojem***

Piotr Maczuga, Piotr Piasecki

bit.ly/463edU8

→ ***Jak mikropoświadczenia zmieniają podejście do uczenia się dorosłych?***

dr hab. Małgorzata Rosalska, prof. UAM, dr Sławomir Szymczak

bit.ly/4zkBgAM

→ ***Włączenie społeczne w edukacji dorosłych. Od idei do praktyki***

dr Nina Woderska, Anna Atłas

bit.ly/4gubIQP

Teksty zebrane w tej publikacji skłaniają do namysłu nad partycypacją, dialogiem i uczeniem się przez całe życie. Ich autorzy pokazują, jak codzienna aktywność, rozmowa, dbałość o otoczenie oraz wspólne przedsięwzięcia wzmacniają poczucie sprawczości, budują zaufanie i rozwijają odpowiedzialność za społeczność lokalną. Podkreślają jednocześnie, że partycypacja jest jednym z najważniejszych czynników napędzających uczenie się i rozwój kompetencji dorosłych. To lektura dla osób chcących – poprzez edukację, animację społeczną i organizację kultury – zmieniać siebie i swoją społeczność oraz budować mosty między teorią a praktyką. W publikacji znalazły się również materiały podsumowujące dekadę funkcjonowania społeczności EPALE.

EPALE (Elektroniczna platforma na rzecz uczenia się dorosłych w Europie) to miejsce, gdzie osoby zajmujące się edukacją dorosłych, m.in. edukatorzy, trenerzy, doradcy zawodowi i badacze, mogą znaleźć inspiracje, aktualności i propozycje nowych metod pracy. Społeczność EPALE tworzą praktycy, którzy chcą rozwijać kompetencje, dzielić się doświadczeniem i rozmawiać na temat swojego warsztatu zawodowego. Na EPALE mogą publikować teksty, dzielić się narzędziami edukacyjnymi oraz nawiązywać kontakty z edukatorami w Polsce i w Europie. Platforma jest ogólnodostępna i wielojęzyczna, a korzystanie z niej – bezpłatne. W 2025 roku platforma EPALE świętowała swoje 10. urodziny.
epale.ec.europa.eu/pl | facebook.com/epalepolska | pl.linkedin.com/company/epalepolska

Fundacja Rozwoju Systemu Edukacji (FRSE) działa od 1993 roku. Pełni funkcję Narodowej Agencji Programu Erasmus+ i Europejskiego Korpusu Solidarności na lata 2021–2027, realizuje również projekty w ramach Funduszy Europejskich dla Rozwoju Społecznego (FERS). Równolegle prowadzi europejskie inicjatywy informacyjno-edukacyjne: eTwinning, Eurodesk, Eurydice, Europass, Euroguidance, EVET i EPALE. Wspiera także współpracę z krajami Wschodu za pośrednictwem Polsko-Litewskiego Funduszu Wymiany Młodzieży, Polsko-Ukraińskiej Rady Wymiany Młodzieży oraz Centrum Współpracy SALTO z Krajami Europy Wschodniej i Kaukazu.
www.frse.org.pl