

PORADNIK DLA EDUKATORÓW



**Dziennikarstwo obywatelskie
oraz techniki dziennikarskie
w edukacji seniorów**

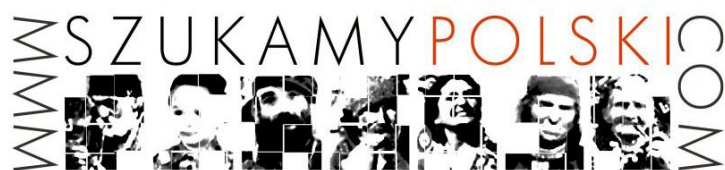
Spis treści

| | |
|--|----|
| Część I _____ | 3 |
| I. Wprowadzenie _____ | 3 |
| II. Podstawowe aspekty pracy dziennikarskiej _____ | 6 |
| III. Psychologiczne aspekty edukacji seniorów _____ | 7 |
| IV. Zalety prezentowanej metody _____ | 8 |
| V. Podstawowe błędy _____ | 8 |
| VI. Doskonalenie umiejętności językowych _____ | 9 |
| VII. Media literacy – korzystanie z mediów _____ | 17 |
| VIII. Praca zespołowa. Komunikacja interpersonalna _____ | 20 |
| IX. Aktywizacja obywatelska _____ | 25 |
| X. Edukacja cyfrowa _____ | 26 |
| XI. Profil edukatora _____ | 26 |
| | |
| Część II – Przykłady i komentarze _____ | 28 |

Część I

AD I. Wprowadzenie

Ten Poradnik powstał w ramach projektu „Communication Inclusion (COM-IN)” realizowanego w latach 2021-23 przez partnerów z Polski, Hiszpanii, Francji, Słowenii i Słowacji. COM-IN był kontynuacją i rozwinięciem projektu „Silver Civic Education” realizowanego w latach 2018-20 przez organizacje z Polski, Portugalii i Bułgarii. W poradniku znalazły się więc także wnioski i ustalenia wypracowane w tamtym okresie. Ponadto w opracowaniu zostały uwzględnione doświadczenia lidera obu projektów, Stowarzyszenia Szukamy Polski, które od 10 lat zajmuje się aktywizacją i edukacją seniorów przy pomocy technik dziennikarskich.



STOWARZYSZENIE SZUKAMY POLSKI



Poradnik przeznaczony jest dla edukatorów, którzy na co dzień pracują z seniorami bądź innymi grupami dorosłych. Szczególną uwagę zwracamy na praktyczne wykorzystanie zawartych w nim uwag, spostrzeżeń i przykładów bez potrzeby dodatkowych analiz i długich przygotowań. Ważnym celem jest także zwrócenie uwagi na najczęściej występujące błędy i nieporozumienia, które mogą utrudnić wdrażanie naszych metod. Metoda ta polega zasadniczo na imitowaniu różnych faz i aspektów pracy dziennikarskiej w działalności edukacyjnej. Takich jak: zbieranie informacji, ocena źródeł informacji, tworzenie tekstów, praca zespołów redakcyjnych, redagowanie mediów cyfrowych. Szczególną uwagę zwróciliśmy na pracę z seniorami. Jednak nasza metoda doskonale sprawdza się też w pracy z innymi grupami dorosłych. Posiada wielkie możliwości, ale też pewne ograniczenia.

Klasyczne dziennikarstwo ma ogromny potencjał edukacyjny zwłaszcza w zakresie szeroko rozumianej komunikacji. Przez lata istnienia wypracowało jasny i przyjazny styl komunikowania dostosowany do możliwości szerokich rzesz odbiorców. Wypracowało też podstawowe metody weryfikacji źródeł informacji.

Partnerzy projektu:

1. **Stowarzyszenie DISORA** jest organizacją pozarządową z Mariboru w Słowenii.

DISORA

Association for Education and Social Development

Jego głównym celem jest poprawa umiejętności podstawowych i umiejętności życiowych różnych grup ludności. W tym kontekście cele i rezultaty projektu COM-IN dobrze pasują tych działań, ponieważ wspierają umiejętności i postawy takie, jak krytyczne myślenie, umiejętność czytania i pisanie, praca zespołowa i aktywne obywatelstwo. W przypadku tego projektu grupą docelową nie byli seniorzy, ale emigranci, przede wszystkim z Iranu. Edukatorzy DISORA chcieli przetestować metodę COM-IN na grupie docelowej, która ma inną perspektywę, zrozumienie, potrzeby i przeszkody związane z uczestnictwem w społeczeństwie kraju goszczącego i może odnieść duże korzyści dzięki poprawieniu ich zdolności do komunikowania swoich poglądów i pomysłów społeczeństwu w krytyczny i zorganizowany sposób promowany przez projekt COM-IN.

2. „**E-Seniors**” to organizacja pozarządowa non-profit z siedzibą w Paryżu, której celem jest walka z e-wykluczeniem poprzez oferowanie szkoleń z zakresu ICT dla seniorów (55+). E-Seniors podąża za swoim głównym celem, niwelując cyfrową lukę między pokoleniami, wspierając partycypację społeczną seniorów, proponując różnorodne działania angażujące seniorów w aktywne życie społeczne. E-Seniors prowadzi kursy ICT dla seniorów w różnych miejscach publicznych i stale otwiera nowe kursy w całym regionie paryskim.



3. **Topcoach** jako instytucja edukacyjna zajmująca się kształceniem dorosłych i uczeniem się przez całe życie silnie opiera się na budowaniu wiedzy opartej na doświadczeniu, ponieważ zapewnia szkolenia i edukację w zakresie różnych tematów umiejętności miękkich, samorozwoju, coachingu i mentoringu. Działania, które zostały podjęte w ramach wzajemnego projektu partnerskiego COM-IN, koncentrują się na przekazywaniu innowacyjnych praktyk edukatorów osób dorosłych i skuteczności w kształceniu i szkoleniu dorosłych i seniorów.



4. W 2020 r. Deses-3 zaangażowało się w projekt COMIN i aby osiągnąć cele takiego projektu, stowarzyszenie rozpoczęło lokalną współpracę z FeCEAV, czyli Federacją Kolektywów Edukacji Dorosłych na rzecz Kształcenia Ustawicznego w Valladolid. Deses-3 i FeCEAV wspólnie stworzyły lokalną grupę redakcyjną złożoną z dorosłych i seniorów w wieku od 50 do 78 lat.



Charakter warsztatów i wewnętrzna dynamika grupy, łącząca dorosłych i starszych uczniów, z których wielu cierpi z powodu samotności i izolacji, jest jednym z najważniejszych powodów,

dla których uczestniczą oni w zajęciach (w tym w działaniach zrodzonych z projektu COMIN). Wszystko to pozwoliło edukatorom z FeCEAV na stałe zintegrować z centrum edukacji dorosłych około 4-miesięczny kurs dziennikarstwa obywatelskiego, który będzie proponowany przez lata.

AD II. Podstawowe aspekty pracy dziennikarskiej

1. **Tworzymy dla czytelnika.** Musimy dostosowywać się do jego potrzeb: brać pod uwagę jego zainteresowania i psychologiczne możliwości odbioru przekazów medialnych. Produkt naszej pracy musi być zrozumiały dla szerokiej publiczności.
2. **Wybór tematów.** Tematy naszych materiałów muszą być wybierane pod zainteresowania czytelników. Oznacza to, że powinny być aktualne. Narzuca to obowiązek śledzenia aktualnych wydarzeń i zjawisk na poziomie lokalnym i regionalnym i odnoszenia się do nich w swoich tekstach. Wyklucza to w zasadzie publikowanie wspomnień, chyba że służą wyjaśnianiu współczesności. Wybór tematów jest najważniejszym elementem kolegiąlnego planowania.
3. **Zbieranie materiałów.** Źródłami informacji i opinii koniecznych do tworzenia tekstów są: rozmowy z ludźmi, czytanie materiałów i źródłowy i baz danych oraz osobiste uczestnictwo w wydarzeniach. Aktywne zbieranie materiałów jest niezwykle ważne: musi zastąpić typową skłonność ludzi starszych do opierania się wyłącznie na własnej pamięci. Zależy nam nie na opowiadaniu historii własnego życia, lecz na aktywnym stosunku do rzeczywistości: na reagowaniu na wydarzenia, na poznawaniu nowych ludzi, śledzeniu prasy i Internetu. Jest to nawet ważniejsze od samego pisania. Poza tym rozmowy z ludźmi wzbogacają nasze słownictwo, co ma kapitalny wpływ na poziom tekstów.
4. **Praca w zespole.** Tworzenie zespołów redakcyjnych, dyskusja, planowanie, ocena rezultatów pracy – to są podstawowe elementy naszego przedsięwzięcia. Wszystko jest rezultatem pracy zespołowej.

Na pracę w zespole składają się następujące elementy:

- a. Rekrutacja: szukamy ludzi zainteresowanych światem i aktywnych. Doświadczenia pisarskie nie są wymagane.
- b. Szkolenie w zakresie komunikacji wewnętrznej: kultura dyskusji, aktywne słuchanie, empatia, asertywność. Tworzenie więzi między członkami zespołu.
- c. Trening kreatywności: rozpoznawanie talentów i zainteresowań.
- d. Planowanie nowych tekstów.
- e. Ocena przesłanych do publikacji tekstów.

AD III. Psychologiczne aspekty edukacji seniorów

Psychologiczne aspekty edukacji seniorów są szeroko omawiane w wielu opracowaniach. Powszechnie zwraca się uwagę na ograniczenia pamięci krótkotrwałej oraz mniejszą zdolność do koncentracji. Wiele jednak zależy od indywidualnych predyspozycji i doświadczeń: poziomu wykształcenia, wykonywanej profesji i w ogóle wcześniejszej aktywności intelektualnej. W literaturze psychologicznej coraz częściej pojawiają się relacje z badań, z których wynika, że z wiekiem ludzi mózg zyskuje dodatkowe możliwości. Co prawda traci na szybkości, za to znacząco poprawia się jego elastyczność, a wraz z nią – zdolności analityczne i twórcze. Warunkiem jest zachowanie aktywności zarówno intelektualnej, jak i fizycznej. Wiek senioralny to czas, aby pomyśleć o swoim rozwoju: uczyć się nowych rzeczy, aktywnie poznawać świat.

Stowarzyszenie Szukamy Polski pracuje w większości z osobami w wieku 65-80 lat o różnym poziomie wykształcenia i różnych doświadczeniach zawodowych. Zdecydowana większość z nich osiągnęła w trakcie warsztatów i pracy redakcyjnej znaczące postępy. Autorzy Poradnika nie zakładają żadnych wstępnych ograniczeń co do intensywności i zakresu pracy z seniorami. Wszystko zależy bowiem od rozpoznania indywidualnych potrzeb i możliwości. Główną ideą jest jak najszybsze angażowanie seniorów w intensywną intelektualną aktywność.

AD IV. Zalety omawianej metody

1. **Atrakcyjność:** Wśród osób w wieku 50+ dziennikarstwo wciąż uchodzi za zawód atrakcyjny i prestiżowy. Często kojarzy się z niespełnionymi młodzieńczymi marzeniami. A to znacznie ułatwia rekrutację oraz mobilizuje do intensywnej aktywności umysłowej. Stwarza też warunki do większego zaangażowania w działania edukacyjne.
2. **Uniwersalność:** Umożliwia rozwijanie jednocześnie wielu różnych umiejętności w atrakcyjnym opakowaniu. Podczas wykonywania zadań dziennikarskich uczestnicy doskonalą umiejętności językowe, uczą się wyszukiwać potrzebne informacje, pracować w zespole, doskonalą umiejętność ICT itp.
3. **Elastyczność:** Poszczególne techniki i ćwiczenia mogą być używane wybiórczo bez intencji uczenia dziennikarstwa. Mogą wspierać i wzbogacać już prowadzone działania edukacyjne (kreatywność, krytyczne myślenie, nauka języka, ITC, komunikacja interpersonalna, ochrona przed dezinformacją itp.). Mogą być dowolnie dopasowywane zarówno do tematyki, jak i cyklu zajęć. Mają nieograniczone możliwości rozbudowy. Nauka podstaw pisania dziennikarskiego może przerodzić się w zabawy literackie. Warsztaty komunikacji interpersonalnej – w aktywizację obywatelską. Ponadto mogą być uzupełniane i wzmacniane przez inne nowoczesne metody edukacyjne takie, jak gry komputerowe, techniki teatralne, debaty publiczne itp.

AD V. Podstawowe błędy

Podstawowe błędy popełniane na początku pracy z wykorzystaniem technik dziennikarskich:

1. **Przekonanie, że brak doświadczeń dziennikarskich uniemożliwi efektywne prowadzenie zajęć.** Jest to nieporozumienie, gdyż proponowana przez nas metoda nie zakłada organizowania

i prowadzenia mediów, ani w ogóle prowadzenie aktywności dziennikarskiej. Umożliwia natomiast wybór dowolnych aspektów pracy dziennikarskiej oraz konkretnych ćwiczeń do wzbogacenia dotychczasowej działalności edukacyjnej. Edukatorzy nie muszą więc posiadać żadnego doświadczenia medialnego, gdyż nie będą uczyć dziennikarstwa.

2. **Nadmierny optymizm:** przekonanie, że w krótkim czasie można nauczyć dziennikarstwa uczestników zajęć. Jest to podejście nierealistyczne. Do tego, aby dobrze wykonywać ten zawód potrzebne są jednak pewne predyspozycje (np. sprawność w posługiwaniu się językiem), a przede wszystkim – dłuższy, kilkuletni, okres współpracy. Nadmierny optymizm nieuchronnie prowadzi do rozczarowań. Na początku uczestnicy z entuzjazmem traktują zajęcia, aby po krótkim czasie, po zderzeniu z pierwszymi trudnościami – stracić zainteresowanie tematem.

Zawartość Poradnika została zorganizowana w taki sposób, aby nie sugerować czytelnikom prowadzenia działalności dziennikarskiej, lecz podkreślić służebność tej metody wobec innych rodzajów edukacyjnej aktywności. Przymiarowanie ćwiczeń do rozdziałów jest umowne, ponieważ wiele z nich przyczynia się do rozwoju wielu różnych umiejętności. W Części II „Przykłady i komentarze” znalazły się dodatkowe opisy warsztatów, dobrych praktyk, konkretnych przypadków i komentarze, które ze względu na swoją objętość nie zmieściły się w głównej części Przewodnika. Niektóre z nich nie wynikają bezpośrednio z prezentowanej metody, ale mogą być przydatne dla urozmaicenia warsztatu edukatora.

AD VI. Doskonalenie umiejętności językowych

Dlaczego dziennikarstwo społeczne może być skuteczną metodą obywatelskiej i intelektualnej aktywizacji seniorów? Przede wszystkim warto zadać sobie pytanie: czym dziennikarstwo różni się od typowych warsztatów pisarskich lub innych form wykorzystujących tworzenie

tekstów (np. *storytelling*) do intelektualnej stymulacji. Poezja i literatura jest pisaniem dla siebie. Autorzy tworzą swój świat oparty o własne wspomnienia i przeżycia i przedstawiają go potencjalnym czytelnikom. W przypadku dziennikarstwa podstawą jest dotarcie z przekazem do współczesnego, nieznanego odbiorcy, zaś podstawowym warunkiem sukcesu zrozumienie jego treści. Tworzymy dla czytelnika nie dla siebie. Nasz przekaz powinien być zrozumiały dla szerokich rzesz odbiorców i zgodny z psychologicznymi zasadami odbioru sformułowanymi przez tzw. klasyczne dziennikarstwo, czyli takie które narodziło się jeszcze przed epoką Internetu i tzw. mediów społecznościowych. Zdajemy sobie sprawę, że język oraz narodowe tradycje mogą powodować pewne różnice w podejściu. Np. inne są korzenie dziennikarstwa francuskiego i angielskiego. Jednak te różnice nie są bardzo istotne. Do naszych warsztatów wybraliśmy klasyczne dziennikarstwo w stylu amerykańskim – zorientowane na przekazywanie informacji i oddzielanie informacji od komentarza, a także na prostotę języka i określoną strukturę tekstu.

Zasady ogólne:

1. **Tekst** (zwłaszcza informacyjny) powinien odpowiadać na 6 podstawowych pytań:
 - a. Kto?
 - b. Co?
 - c. Gdzie?
 - d. Kiedy?
 - e. Jak?
 - f. Dlaczego?

Jeśli odpowiedź na któreś z tych pytań nie jest znana, powinno to być wyjaśnione.

2. **Najważniejsze na początek.** Na początku lektury tekstu czytelnik powinien być zapoznany w główną informacją lub ideą w nim zawartą, choćby w sposób najbardziej ogólny. Reszta tekstu powinna rozwijać i uszczegóławiać kwestię zasygnalizowaną na początku.
3. **Akapity.** Tekst powinien być oparty na jednolitych tematycznie i spójnych stylistycznie akapitach. Długość akapitów powinna być zróżnicowana i nie powinna przekraczać 10 wierszy.

4. **Topic sentence.** Pierwsze zdanie każdego akapitu to tzw. *topic sentence*. Reszta akapitu służy rozwijaniu, uzasadnianiu, wyjaśnianiu zawartej w nim tezy lub zasygnalizowanej informacji.
5. **Długość zdań** nie powinna przekraczać 18 słów.
6. **Pisz jak mówisz**, tzn. używamy raczej wyrazów szczegółowych niż ogólnych; konkretnych niż abstrakcyjnych. Używamy języka obrazowego, czyli budujemy zdania tak, aby najważniejsze miejsce zajęły w nim wyrazy konkretne oznaczające osoby, zwierzęta, przedmioty i w ogóle wszystko to, co można narysować, sfotografować, usłyszeć, poczuć – czyli doświadczyć za pomocą zmysłów. Poza tym staramy się opisywać, a nie stwierdzać.

ĆWICZENIE 1. (CZAS: 1,5 GODZ.)

Konstruowanie tekstu dziennikarskiego

Opis problemu:

Jednym z najważniejszych wyzwań stojących przed początkującymi dziennikarzami (niezależnie od wieku) jest pozbycie się złych przyzwyczajzeń i fałszywych wyobrażeń na temat pisania tekstów do mediów. Najczęściej spotykanym błędem jest tzw. pisanie intuicyjne (lub spontaniczne) polegające na rozpoczęciu pisania bez szczegółowego planu: bez ustalonej kolejności przekazywanych informacji, bez ustalonego podziału tekstu na mniejsze elementy (akapity) odgrywające określoną rolę w artykule. Autor od razu przystępuje do pisania kolejnych zdań (jednego po drugim) nie myśląc o strukturze tekstu oraz o tym, jak zrozumie jego przekaz przeciętny czytelnik. W rezultacie powstaje materiał chaotyczny, niezrozumiały, pozbawiony jasno określonego przesłania.

Cel:

Przygotowanie adeptów dziennikarstwa do konstruowania tekstów medialnych na bazie akapitów i tzw. *topic sentence*. Budowanie struktury tekstów dziennikarskich. Analiza zebranych informacji przed umieszczeniem ich w tekście.

Przygotowanie:

Prowadzący warsztat przygotowuje zestaw informacji na temat wybranego

problemu lub wydarzenia. Materiał powinien być krótki tak, aby można go było napisać w 12-15 zdaniach (4-5 akapitach). Tematem mogą być zagadnienia znane uczestnikom szkolenia lub całkowicie fikcyjne.

Wybór każdej z tych dwóch ewentualności niesie ze sobą wady i zalety. Temat znany angażuje uczestników emocjonalnie, jednak utrudnia chłodną analizę, gdyż początkującym autorom trudno jest oddzielić informacje przekazane przez prowadzącego od własnych, wcześniej ukształtowanych, przekonań dotyczących opisywanego problemu. Temat fikcyjny zapewnia dystans emocjonalny, jednak – poprzez swoją sztuczność – zmniejsza zaangażowanie uczestników szkolenia.

Przebieg warsztatu:

Prowadzący opowiada uczestnikom o wydarzeniu (lub problemie) w sposób chaotyczny. Powtarza kilkakrotnie już raz przekazane informacje, uzupełnia wcześniej przekazane dane. Unika chronologicznej kolejności i wszystkiego, co mogłoby ułatwić uporządkowanie informacji. Uczestnicy notują przekazywane informacje. Ich zadaniem będzie napisanie tekstu o problemie/ wydarzeniu opartego na budowie akapitowej. Muszą wykorzystać w tekście wszystkie przekazane informacje.

1. **Etap pierwszy** – analiza informacji: Uczestnicy pod kierunkiem prowadzącego analizują przekazane informacje. Próbuje złożyć z nich spójną opowieść; podzielić informacje na jednotematyczne części, ustalić ich kolejność tak, aby czytelnik mógł zrozumieć omawiany problem.
2. **Etap drugi** – tworzenie akapitów. Uczestnicy – poprzez dyskusję pod przewodnictwem prowadzącego – tworzą akapity wykorzystując tematyczne części wydzielone w poprzednim etapie. Określają liczbę akapitów, ich zawartość i rolę w strukturze tekstu.
3. **Etap trzeci** – *topic sentence*: Uczestnicy piszą pierwsze zdanie każdego akapitu. Powinno to być zdanie wprowadzające, sygnalizujące temat akapitu. Pozostałe zdania w akapicie powinny być jego rozwinięciem, uzasadnieniem, ilustracją.
4. **Etap czwarty** – wypełnianie akapitów. Uczestnicy piszą pozostałe zdania w każdym akapicie tak, aby każdy z nich był jednorodny tematycznie.

5. **Etap piąty** – lid i tytuł: Uczestnicy tworzą lid. Prace nad lidem poprzedza dyskusja o tym, co w tekście jest najważniejsze z punktu widzenia czytelnika (najciekawsze, najbardziej aktualne). Każdy z uczestników przygotowuje swój lid. Propozycje są omawiane w grupie. Możliwe są różne warianty lidów. Tytuł powstaje na tej samej zasadzie.

Uwaga:

Powyższe ćwiczenie jest bardzo trudne dla początkujących dziennikarzy, przede wszystkim dlatego, że bardzo różni się od intuicyjnego pisania. Wymaga całkowitej zmiany podejścia do opisywanego tematu. Wydaje się nienaturalne i „techniczne”. Jest to jednak podejście profesjonalne: uwzględniające psychologiczne reguły komunikacji. Ćwiczenie przeznaczone jest dla tych edukatorów, którzy poważnie traktują dziennikarstwo obywatelskie. Powinno być poprzedzone dłuższym okresem przygotowawczym, podczas którego uczestnicy warsztatów zapoznają się z ideą *topic sentence*, potrenują tworzenie lidów, zapoznają się z przykładami konstrukcji tekstów prasowych.

Ćwiczenie powinno być powtórzone kilkakrotnie z uwzględnieniem różnego typu opowieści. Inaczej bowiem konstruuje się tekst omawiający problem, a inaczej wydarzenie o strukturze chronologicznej. Najlepsze efekty daje praca indywidualna z każdym uczestnikiem.

Przykład:

Partner projektu Deses-3 stale współpracuje z FeCEAV – federacją organizacji zajmujących się edukacją dorosłych w hiszpańskim Valladolid. Jej edukatorzy wprowadzili „dziennikarstwo obywatelskie” do swoich warsztatów i zajęć z historii, języka angielskiego i dobrego samopoczucia. Do bloku „dobre samopoczucie” zaliczają się zwykle kompetencje, które wynikają ze szkolenia i są związane z językiem (ojczystym i obcym), komunikacją, umiejętnościami cyfrowych, jak również szereg umiejętności miękkich, takich jak poczucie własnej wartości, praca zespołowa, krytyczne myślenie i odporność (szczegółowy opis warsztatów w „Przykładach i komentarzach” tekst „100 YEAR’S...”).

Uwaga: Głównym założeniem metodologicznym hiszpańskiego partnera była wspólna zabawa w zbieranie materiałów i tworzenie tekstu na zdany temat. Wszystkie czynności wykonywane były zespołowo i omawiane w trakcie wykonywania.

ĆWICZENIE 2. (CZAS: 1 GODZ.)

Opisz zdjęcie

Zadanie polega na tym, aby opisać poniższą fotografię tak, jak to się robi na potrzeby audiodeskrypcji dla osób niedowidzących. Chodzi o to, aby opisać zawartość ilustracji, a nie ją zinterpretować. Wbrew pozorom nie jest to łatwe zadanie, gdyż większość początkujących autorów ma skłonność do stwierdzania co ich zdaniem jest treścią ilustracji, nie zaś opisywania jego elementów. Ćwiczenie ma rozwijać umiejętność opisywania obrazów, a także – rozróżniania tego co jest opisem, a co – stwierdzeniem (interpretacją). Oprócz kształtowania umiejętności językowych tego typu zajęcia służą także budowaniu podstawowej wrażliwości na interpretacje narzucane nam przez media. Dlatego bardzo ważna jest dyskusja w grupie.

Fotografia obok bywa opisywana jako „Szczęśliwa rodzina” lub „Rodzice z dzieckiem”. Oba opisy oparte są jednak na domysłach i interpretacjach. Proponowany poprawny opis to np.: Troje ludzi. Młody mężczyzna i młoda kobieta. Pomiędzy nimi małe dziecko. Wszyscy patrzą w górę.



Inny przykład. Następująca fotografia opisywana jest z reguły jako „biblioteka” lub „czytelnia”. Poprawny opis to np.: Otwarta książka leży na stole, w tle regały z książkami.



ĆWICZENIE 3. (CZAS: 1 GODZ.)

Historia w 5 słowach

Większość seniorów ma skłonność do używania w swoich wypowiedziach (także tych pisanych) zbyt wielu słów. To popularne ćwiczenie ma za zadanie przywrócić słowom siłę i znaczenia. Uczy też zwięzłości i dosadności wypowiedzi. Ma to kapitalne znaczenie dla kształtowania umiejętności dziennikarskich.

Kobieta w pięciu słowach:

Podlaska Redakcja zadedykowała zbiór opowiadań w 5 słowach wszystkim Paniom z okazji Międzynarodowego Dnia Kobiet 8 marca 2023 r.,

Przykład:

Święto Kobiet – trud dla mężczyzn.
(Women's Day – effort for men.)

Zdarza się, że podczas pracy nad tekstami dziennikarskimi ujawniają się zainteresowania (i predyspozycje) literackie. Stwarza to możliwość doskonalenia umiejętności językowych na wyższym poziomie.

ĆWICZENIE 4. (CZAS: 1,5 GODZ.)

Krótkie opowiadanie z użyciem przypadkowych słów

Podczas spotkania grupa wymyśla na gorąco kilkanaście słów: całkowicie przypadkowych, bez związku ze sobą. Następnie wszyscy piszą opowiadanie (możliwie najkrótsze), w którym muszą wykorzystać wszystkie wymyślone słowa. Zakładamy, że tekst nie powinien zawierać więcej niż 15 zdań. To ćwiczenie uczy kreatywnego myślenia i sprawnego posługiwania się językiem ojczystym, a także zwięzłości wypowiedzi.

Przykład:

wymyślone słowa: łyżka (lub łyżeczka), zorza, samowar, jabłko, telewizor, znakomity, morze, ser, girlandy, cisza, cenzura, entuzjazm.

Opowiadanie:

Wymarzona wycieczka

Siedziała na werandzie swojego domu, pięknie udekorowanym girlandami wysuszonych kwiatów i owoców, między innymi, czerwonymi jabłkami i śliwkami. Mieszała łyżeczką herbatę, zaparzoną w babcinym samowarze i posilała się znakomitym francuskim serem. Nagle, wieczorną letnią ciszę, przerwał sygnał telefonu. Dzwoniła koleżanka. Proponowała jej wspólny wyjazd na wycieczkę do Norwegii. Nareszcie obejrzy zorzę polarną na żywo – pomyślała. Dotychczas, prawie każde wakacje spędzała nad rodzimym morzem. Ten cud natury oglądała tylko na obrazkach w czasopiśmie lub w telewizorze. Wiadomość tę przyjęła z entuzjazmem. Nawet z tej radości chciała wypowiedzieć niecenzuralne słowo, ale jej dobre wychowanie nakazywało do nie wypowiedzania brzydkich słów

ĆWICZENIE 5. (CZAS: 1 GODZ.)

Tautogram

Uczestnicy warsztatów muszą napisać krótki utwór (opowiadanie lub wiersz) w którym każdy wers lub każdy wyraz zaczyna się od tej samej litery. Oto przykład zabawy literackiej z literą „S”. Ćwiczenie rozwija kreatywność i uczy zwięzłości.

Sukces Sabiny

Sędziwa seniorka Sabina strapienie swoje skrywała skrzętnie. Smutek Sabiny, to skrywane schorzenie stóp. Szkopuł seniorki stanowiła słabość do szykownych szpilek. Skądinąd styl salonowy do tego siwowłosą seniorkę skłaniał.

Szesnastego stycznia Sabina skończy setkę. Starosta siedlecki w sekrecie szykował szereg siurpryz. Solenizantka słyszała o skrywanym sekrecie starosty. Sprawiało to Sabinie satysfakcję. Stanowiło też smutek. Szacowna seniorka stale stroiła się szykownie. W sosnowych szafach miała setki sukien strojnych i szpilek, aczkolwiek skrzętnie i subtelnie schowanych. Strategicznie stawiała je na szczycie szaf. Stopa szpotawa stanowiła sedno sprawy. Silna Sabina nie smuciła się. Była stateczną, ale super sprytną sikorką. Srebrne szpilki skryła w szafie, a stopy spłaszczyła w srebrzyste saboty i schowała pod stylowym, srebrnym sarafanem.

Skandalu salonowego nie było. Seniorka sprostowała skomplikowanej sytuacji. Sukces salonowy solenizantki był spektakularny.

ĆWICZENIE 6. (CZAS: 1 GODZ.)

Akrostych

Uczestnicy warsztatów piszą akrostychy na dowolny lub zadany przez edukatora temat np. Dzień Ziemi, Święto Matki, Walentynki albo słowo, pojęcie, które należy rozwinąć. Akrostych to utwór wierszowany lub proza poetycka, w których pierwsze litery lub słowa wersów czytane pionowo tworzą wyraz lub całe zdanie. Forma często stosowana w reklamie, a także w wierszowanych zagadkach. To ćwiczenie, poprzez narzucone z góry ograniczenia, sprzyja rozwijaniu kreatywności i wyobraźni językowej.

Przykład akrostychu Jolanty Marii Dzienis:

Konwaliowy akrostych

Kuszący aromat obudził mnie rankiem
Osrebrzony chłodem zza tiulu firanki
Na nie wstającego słońca nawinięty
Wdzięczny tak jak rosy majowej diamenty
A przy tym w skowronka pieśni zanurzony
Ledwie czuły dotyk przez sen przytłumiony
I nie wiesz skąd płyną doznania wciąż nowe
A to wiatr rozbijał dzwonki konwaliowe...

AD VII. Media literacy – umiejętność korzystania z mediów

Jest to umiejętność wykorzystania technologii informacyjnych i komunikacyjnych do wyszukiwania, oceny, tworzenia i przekazywania informacji, wymagająca zarówno umiejętności poznawczych, jak i technicznych.

Duża i szybko się zwiększająca część naszych doświadczeń (informacji, przeżyć, wrażeń) pochodzi z przestrzeni cyfrowej. Wiedza o konstrukcji psychicznej poszczególnych ludzi oraz o zachowaniach grupowych pozwala na skuteczne ich kształtowanie: na wpływanie na nie i manipulowanie nimi. Dotyczy to zarówno wyborów konsumenckich (reklama i PR), jak i wyborów politycznych. Siła i zakres tego wpływu rosną wraz ze wzrostem udziału doświadczeń pochodzących z przestrzeni cyfrowej oraz wraz z doskonaleniem metod rejestracji i analizy naszych zachowań. Podczas gdy nie rośnie nasza odporność na nie.

Ważnym celem warsztatów dziennikarskich jest przygotowanie uczestników do odbioru treści przekazywanych przez media. Chodzi przede wszystkim o maksymalne uodpornienie na wszelkiego rodzaju manipulacje i dezinformację.

Warto pamiętać, że media zniekształcają prezentowaną rzeczywistość nawet bez intencji jej fałszowania. Wynika to z samego procesu przygotowania materiału dziennikarskiego. To, co znajdzie się w tekście zawsze jest efektem subiektywnego wyboru autora lub redaktora: z pewnych informacji rezygnujemy, inne akcentujemy umieszczając w lidzie. Tak było zawsze. Ostatnio jednak bardziej agresywna manipulacja faktami stała się naturą mediów, zwłaszcza tych najbardziej masowych. W swoich materiałach starają się one wzbudzać emocje, aby przyciągnąć uwagę masowego odbiorcy. Zwracają uwagę na konflikt, sprawy personalne, skandale, ujawniane tajemnice (prawdziwe i rzekome) i w ogóle na negatywne aspekty rzeczywistości. Obraz prezentowany przez media zwykle istotnie odbiega od rzeczywistości.

Nawet bardzo podstawowe doświadczenie tworzenia tekstu dziennikarskiego (Ćwiczenie 1. Warsztat Dziennikarski) daje uczestnikom warsztatów wyobrażenie, o tym jak bardzo autor musi „manipulować” faktami, aby stworzyć tekst przyjazny dla odbiorcy.

ĆWICZENIE 1. (CZAS: 1,5 GODZ.)

Tytuł i reszta

Opis problemu:

Wiele popularnych mediów cyfrowych (i nie tylko) umieszcza na pierwszych stronach wzbudzające emocje, agresywne tytuły, obiecujące sensację. Ma to zachęcić czytelnika do „kliknięcia” i przejścia do głównego tekstu. Główny tekst zwykle okazuje się odległy od intencji zawartej w tytule: zawiera normalne informacje. Jest to zwykła manipulacja łatwa do zdemaskowania. Wielu użytkowników poprzestaje jednak na tytule i na tej podstawie buduje swoją wiedzę o opisywanych problemach i wydarzeniach.

Przebieg zajęć:

Trener przygotowuje przykład takiego tekstu z popularnego portalu. Uczestnicy analizują „zajawkę” i cały tekst. Dyskutują o tym co zostało zmanipulowane, jakie środki (słowa, pojęcia) zostały do tego użyte. Na koniec proponują własne wersje tytułów bardziej odpowiadające istocie opisywanego problemu.

ĆWICZENIE 2. (CZAS: 1 GODZ.)

Fakty i opinie

Bardzo często uczestnicy warsztatów, zwłaszcza seniorzy, mają problemy z rozróżnieniem tego, co jest faktem, a co opinią. Traktują ugruntowane opinie jak fakty, co znacząco osłabia ich zdolność krytycznego myślenia. Podczas warsztatów dziennikarskich warto zwrócić uwagę na ten aspekt wiedzy o mediach. Ćwiczenie ma uwrażliwić uczestników na opinie, które udają fakty. Pewne opinie uchodzą bowiem za oczywiste, podczas gdy wcale tak nie jest.

Przykład:

Które z poniższych zdań jest faktem a które opinią? I dlaczego?

1. Woda gotuje się w 100 stopniach Celsjusza
2. Według sondaży 60% obywateli zgadza się z decyzją Prezydenta
3. Seniorzy nie lubią czytać książek

4. Uprzedzenia są złe
5. Bóg stworzył świat
6. Ziemia obraca się wokół Słońca
7. Człowiek jest odpowiedzialny za zmiany klimatyczne
8. Osoby starsze są wolniejsze i słabsze

Ten krótki quiz jest podstawą do dyskusji w grupie uczestników. Zadaniem trenera jest kwestionowanie oczywistych opinii poprzez prezentację innych możliwości oraz innej perspektywy spojrzenia na problem.

AD VIII. Praca zespołowa. Komunikacja interpersonalna

Praca zespołowa jest ważnym elementem pracy dziennikarskiej. Z punktu widzenia prezentowanej metody ma ona fundamentalne znaczenie. Jest to zarazem najtrudniejsza część pracy edukacyjnej. Obejmuje tworzenie zespołu, rozpoznanie zainteresowań i talentów uczestników, podział zadań, planowanie działań (wybór tematów), ocenę rezultatów. Ważne jest, aby każdy uczestnik warsztatów znalazł dla siebie miejsce.

Absolutnie kluczowe znaczenie mają umiejętności komunikacyjne tzn. umiejętność aktywnego słuchania i formułowania własnego przekazu. Do komunikacji warto też dołączyć uważność. Bycie uważnym to bycie świadomym, słuchającym i słyszającym drugiego człowieka, rozumiejącym swoje uczucia.

Efektywne, poprawne, zrozumiałe, pozytywne porozumiewanie się między ludźmi jest jedną z bardziej istotnych umiejętności właściwie w każdym rodzaju aktywności.

Pozwala na:

- bycie zrozumianym, wysłuchanym, dobrze traktowanym;
- na zrozumienie, wysłuchanie i dobre traktowanie innych;
- jeśli odkryjemy własny potencjał komunikacyjny, uświadomimy sobie własny styl, w jaki rozmawiamy/słuchamy i lubimy rozmawiać/słuchać z innymi oraz bariery, które mogą nam w tym przeszkadzać;

- jeśli nauczymy się pozwalać sobie na swobodne wyrażanie siebie, nazywanie swoich emocji, dbanie o siebie;
- jeśli nauczymy się pozwalać innym na swobodne wyrażanie siebie, nazywanie ich emocji oraz dbanie o siebie.

Bariery komunikacyjne:

To leżące w nas samej przeszkody, które nie pozwalają nam słuchać naprawdę, słuchać prawdziwie, słuchać aktywnie. Do najważniejszych z nich należą:

- porównywanie: podczas rozmowy próbujesz ocenić, kto jest mądrzejszy, bardziej kompetentny, kto ma lepiej;
- domyślanie się: Ty wiesz lepiej, co rozmówca chce powiedzieć, osoba zaczyna mówić, a Ty odpowiadasz;
- przygotowywanie odpowiedzi: w myślach przygotowujesz odpowiedź zamiast uważnie słuchać;
- filtrowanie: słuchasz wybiórczo, szczególnie omijasz wypowiedzi krytyczne;
- osądzanie: gdy na początku negatywnie ocenisz osobę, to raczej nie zainteresuje cię to, co ma do powiedzenia.

UWAŻANE SŁUCHANIE I AKTYWNE SŁUCHANIE

Sztuka zadawania pytań:

Pytanie otwarte zaczynają się od słów: jak, jaka, jakie, co, kto, kiedy, gdzie? Dają one rozmówcy nieograniczoną dowolność odpowiedzi a także kontekstu, w jakim opowiada. Takie pytania sprzyjają klimatowi otwartości, zaufania i bezpieczeństwa a ponad wszystko dostarczają więcej informacji o i od rozmówcy.

Pytania zamknięte to taki rodzaj pytań, na które można odpowiedzieć jedynie tak lub nie. Często zaczynają się od słowa: czy?

Pytania sugerujące to pytania zawierające w sobie oczekiwaną odpowiedź. Pamiętajmy! Nie zawsze pytania otwarte są najlepsze. W sytuacjach gdzie wymagana jest szybka decyzja, nie ma czasu, niezbędne są pytania zamknięte.

Parafraza:

Powtórzenie innymi słowami tego, co usłyszeliśmy i upewnienie się, że dobrze zrozumieliśmy przekaz.

Korzyści z parafrazy:

- sympatia i szacunek nadawcy (sygnał, że słuchamy);
- zapobiega złości, łagodzi kryzysy (wycisza emocje, daje czas na myślenie);
- zapobiega nieporozumieniom (porządkuje rozumienie odbiorcy i myślenie nadawcy);
- likwiduje lub zmniejsza bariery utrudniające uważne słuchanie.

Komunikowanie się jest nieefektywne, gdy:

- słucha się tylko tego, co chce usłyszeć (nastawienie się wyłącznie na „wyłapanie” określonych informacji);
- przerywa się czyjąś wypowiedź (jest to oznaką złego wychowania i denerwuje rozmówcę);
- kończy się za kogoś zdanie (jakby się chciało powiedzieć „wiem już o co Ci chodzi, mogę to powiedzieć szybciej i lepiej”), demonstrując tym samym zniecierpliwienie;
- skupia się głównie na własnej osobie i na tym, co się samemu za chwile powie;
- interesuje się przede wszystkim własnym punktem widzenia;
- nie zadaje się pytań otwartych, ale zamknięte, przy których wystarczą odpowiedzi „tak” lub „nie”;
- nie daje się rozmówcy szansy na lepsze poznanie siebie, ocenia się często, wydając wyrok, zamiast podkreślić, że to tylko moje zdanie i mogę się mylić.

Informacja zwrotna (feedback):

Jest to podstawowa umiejętność w komunikacji interpersonalnej, stanowi bowiem komunikat o tym, jak zachowanie odbiorcy wpływa na nadawcę komunikatu. Jest to mówienie o swoich reakcjach, odczuciach, myślach i doświadczeniach w relacji do danej osoby. Do budowania informacji zwrotnej zaleca się używanie komunikatu „ja”, gdyż: nie zawiera on ocen, jest konkretny, bowiem oparty na faktach, jest osobisty, więc zwiększa poziom zaufania i wzajemnej otwartości.

Informacja zwrotna powinna być: przekazywana w pozytywnej intencji, wspierająca, oparta o fakty, konkretne zachowania, a nie ogólniki, ważna dla słuchacza, bezpośrednia, szczerą, pozytywna i negatywna, kierowana bezpośrednio do osoby, negatywna – wyrażana w relacji 1:1 (w cztery oczy), pozytywna – powinna być wyrażana na szerszym forum.

ĆWICZENIE 1. (CZAS: 0,5 GODZ.)

Komunikat „JA”

Mów o sobie, a więc w pierwszej osobie.

Celem jest kształtowanie umiejętności wyrażania własnych opinii poprzez komunikaty typu „JA”. Trener wyjaśnia, że w życiu codziennym najczęściej posługujemy się komunikatami typu „TY”, które wyrażają ocenę, a w związku z tym są trudne do przyjęcia i często budzą sprzeczności. Zaczynając zdanie od „JA” (mi, mnie), wyrażamy tylko własną opinię, która jest łatwiejsza do przyjęcia niż ocena.

Następnie poleca uczestnikom, zapisać na kartkach po trzy zdania, w których znalazłyby się słowa „ja”, „mi”, „mnie”, poczynając od prostych (np.: „dobrze mi to idzie”, „jest mi Cię żal”, „to mi się podoba”, „dziękuję, że mi pomogłeś”), a kończąc na bardziej złożonych (np.: „zrobiło mi się przykro, kiedy to powiedziałeś”, „nie wiedziałem co zrobić, kiedy zacząłeś na mnie krzyżeć”, „byłem wściekły, kiedy odwróciłeś się plecami”, „czuję się okropnie, kiedy tak na mnie patrzysz”, itp.).

ĆWICZENIE 2. (CZAS: 0,5 GODZ.)

Komunikat „TY”

Po odczytaniu komunikatów „JA” należy przystąpić do wypisania przykładów komunikatów typu „TY”. Aby bardziej skonkretyzować zadanie można zaproponować, by były to te, które najbardziej ich dotknęły lub takie, które najczęściej słyszą w otoczeniu z ust przyjaciół czy kolegów, albo w domu, od dzieci.

Przykładowe wypowiedzi:

- „Nie wolno tak się zachowywać. Albo przestaniesz, albo powiesz wreszcie o co chodzi.”
- „Jesteś taki roztrzepany! Nie mógłbyś wreszcie zacząć uważać?”
- „To, co zrobiłeś, było po prostu głupie.”
- „Nie wtrącaj się w nie swoje sprawy.”
- „Czemu się mnie czepiasz?”
- „Nie gadaj tyle!”
- „Jesteś źle wychowany!”
- „Zachowujesz się jak przedszkolak”

Zdarza się, że zadania dziennikarskie – np. napisanie tekstu na wybrany temat – prowadzą do ujawnienia poważnych problemów ze zrozumieniem otaczającej nas rzeczywistości. Często są to tematy kontrowersyjne i trudne ze względów osobistych i społecznych. Jednak takie doświadczenia mogą przyczynić się do doskonalenia metod edukacyjnych.

Partner projektu słoweńskie stowarzyszenie Disora z Mariboru pracuje z uchodźcami z Iranu. Edukatorzy Disory zajmują się ich adaptacją do życia w Słowenii i w ogóle w Europie Zachodniej. W ramach działań projektowych uruchomione zostały warsztaty dziennikarskie. Uczestników poproszono o napisanie tekstu na wybrany przez nich temat. Jedną z kobiet, osoba po traumatycznych przejściach w Iranie, napisała krótki artykuł o wizerunku kobiety w Koranie. Tekst okazał się bezpardonową krytyką islamu. Organizatorzy warsztatów wzbraniłi się przed jego publikacją na stronie www organizacji. W realiach zachodnich nie jest bowiem akceptowana bezwzględna i jednostronna krytyka religii, nawet jeśli prawo na to pozwala. Przy tej okazji ujawniły się problemy, jakie mają przybysze z Iranu ze zrozumieniem europejskiego kontekstu społecznego i kulturowego. Disora podjęła to wyzwanie i dostosowała swój program edukacyjny do zidentyfikowanych potrzeb. (Szczegółowy opis „Przypadku Disora” w „Przykładach i komentarzach”).

AD IX. Aktywizacja obywatelska

Aktywizacja obywatelska polega na rozwijaniu umiejętności potrzebnych, aby świadomie i odpowiedzialnie uczestniczyć w procesach demokratycznych.

Przede wszystkim chodzi o aktywność obywatelską na poziomie lokalnym. Często przybiera to formę uczestnictwa w ciałach doradczych i konsultacyjnych takich, jak polskie rady seniorów. Stowarzyszenie Szukamy Polski od 4 lat prowadzi Ośrodek Wspierania Podlaskich Rad Seniorów, w którym przygotowuje lokalnych aktywistów do pracy w tych ciałach. W tym celu korzysta wykorzystuje dziennikarstwo obywatelskie i techniki dziennikarskie.

Przygotowanie do aktywności obywatelskiej jest po prostu kolejnym wyższym etapem szkolenia. Zarówno umiejętność posługiwania się językiem ojczystym, jak i komunikacja interpersonalna znajdują tu zastosowanie. Uczestnicy warsztatów w większym zakresie przygotowani są do wystąpień publicznych.

Sztuka debatowania:

Umiejętność debatowania przydaje się wszystkim. Odróżnianie opinii od faktów, dobieranie właściwych argumentów podczas dyskusji oraz aktywne słuchanie – to umiejętności, które przydają się wszystkim działaczom z organizacji społecznych, również w życiu prywatnym.

Debaty uczą krytycznego myślenia na temat otaczającego nas świata. Są zachętą do patrzenia na wiele zagadnień z różnych punktów widzenia, dają odwagę do kwestionowania utartych przekonań. Uczą poszukiwania informacji i przedstawiania ich w formie logicznych argumentów, które mogą przekonać innych o słuszności naszych poglądów.

Debatujący muszą przekazywać swoje myśli w sposób zorganizowany, klarowny i przekonujący, a to umiejętność, która jest nieoceniona w życiu. Poza tym debatowanie może być też doskonałą zabawą. Czego przykładem może być dobrze przygotowana debata oksfordzka – forma otwartej dyskusji w dużym gronie.

Debata oksfordzka:

Pamiętając, że celem debaty oksfordzkiej nie jest dojście do wielu konkretnych wniosków, a jedynie sama wymiana poglądów, debatę traktujemy nie jak konkurs i „walkę” a jedynie pomysł na wysondowanie wśród grupy mówczyń/mówców i publiczności czy są „za”, czy „przeciw” tezie. I jak to argumentują. Mamy też nadzieję na wspólną dobrą zabawę.

Debata oksfordzka to szczególny, sformalizowany typ dyskusji dwóch grup mówców – liderów opinii publicznej. Będą reprezentować drużynę propozycji (argumenty na TAK) lub opozycji (argumenty na NIE).

Teza debaty powinna mieć postać zdania oznajmującego. Przykłady:

- Należy zrównać wiek emerytalny kobiet i mężczyzn.
- Internet to Twój wróg.
- Seniorzy powinni zajmować się wnukami.
- Bez telefonu komórkowego dziś nie da się żyć.
- Sztuczna inteligencja to zagrożenie dla świata.

Szczegółowy opis debaty oksfordzkiej oraz debaty okrągłego stołu wraz z przykładami publikujemy w „Przykładach i komentarzach”.

AD X. Edukacja cyfrowa

Nasza metoda nie zakłada prowadzenia specjalnych kursów IT. Umiejętności cyfrowe nabywa się w trakcie pracy redakcyjnej. Tak jakby przy okazji. Służy temu wyszukiwanie informacji w Internecie, pisanie tekstów, edycja tekstów na stronie www. lub postów w Internecie itp.

Szczegółowa prezentacja narzędzi cyfrowych przygotowanych przez E-Seniors z Francji – w „Przykładach i komentarzach”.

AD XI. Profil edukatora

Jak już wspomnieliśmy nie zakładamy, że opisana powyżej metoda będzie służyć do nauki dziennikarstwa, choć jest to możliwe. Liczymy raczej, że

posłuży edukatorom zajmującym się innymi dziedzinami do urozmaicenia ich pracy. Oczywiście doświadczenie dziennikarskie może być bardzo pomocne. Najważniejsze jest jednak uwzględnienie psychologicznych aspektów pracy z seniorami. Z naszego doświadczenia wynika, że najważniejsze jest bardziej indywidualne podejście do uczestników warsztatów. Rozpoznanie ich doświadczeń i zainteresowań, nawet tych dawno porzuconych. Trener, który zamierza zbudować zespół redakcyjny złożony z seniorów powinien być człowiekiem dojrzałym i doświadczonym. Powinien cechować się dużą empatią, ale też sporą dawkę asertywności.

Seniorzy często nie doceniają swego życia. Uważają, że było i jest nudne i zwyczajne. Zadaniem edukatora jest wykazanie, że tak nie jest. Że mają ciekawe doświadczenia i że uczestniczyli w czymś ważnym. To bardzo poprawia ich samopoczucie, a także pomaga budować efektywny zespół redakcyjny.

Część II

Przykłady i komentarze

„100 lat z...”

Przypadek Disory

Tak opisuje swoje doświadczenia partner projektu COM-IN ze Słowenii:

Praca z migrantami stanowiła zestaw wyzwań, których nie spodziewaliśmy się na początku. Po pierwsze, musimy powiedzieć, że nasza organizacja nie miała wcześniej żadnych doświadczeń z pisanem tekstów dziennikarskich, więc przystąpiliśmy do działania nie wiedząc, czego się spodziewać.

Nie było bardzo trudno przekonać naszą grupę migrantów do udziału w projekcie. Zanim zaczęli pisać, odbyliśmy kilka spotkań, na których przedstawiliśmy projekt i pewne podstawy dziennikarstwa.

W przypadku naszego pierwszego zadania nie chcieliśmy ograniczać naszych uczestników konkretnym tematem i zgodziliśmy się, że każdy z nich napisze o czymś, co go osobiście interesuje. Był to logiczny pierwszy krok, ponieważ nasza grupa składa się z osób o różnej płci, wieku, osobowości, poziomie wykształcenia i osobistych zainteresowaniach. Na przykład, poziom wykształcenia waha się od doktoranta filozofii do kogoś, kto ukończył tylko szkołę podstawową.

Uczestnicy stworzyli swoje artykuły zgodnie z ustaleniami. Tematy wahały się od refleksji o oglądaniu filmów *science fiction* jako sposobu na zrelaksowanie się, do krytyki reżimu irańskiego.

Niespodziewaną przeszkodą, na którą natrafiliśmy, był polityczny i ideologiczny ton dwóch z otrzymanych artykułów. Jeden z artykułów opisywał rolę kobiet z perspektywy Koranu. Był napisany bardzo bezpośrednim językiem, z cytatami z Koranu, które przedstawiają kobiety jako obywateli drugiej kategorii, a nawet własność mężczyzn. Było jasne, że osoba pisząca chciała zająć się niesprawiedliwością, z jaką spotykają się

kobiety w społeczeństwach teokratycznych. Było również jasne, że autorka sama była ofiarą reguł religijnych, o których pisała.

Z naszej perspektywy problem polegał na tym, że artykułowi brakowało dodatkowego kontekstu i wrażliwości kulturowej, dlatego mógł być postrzegany jako bezpośredni atak na religię islamską. Słowenia jest krajem świeckim, co oznacza, że nasza konstytucja rozdziela sprawy państwa od religii. Istnieje również wolność wyznania, ale ogólna praktyka zakłada, że krytyka praktyk religijnych i kulturowych powinna być wyważona, niezależnie od tego, jak bardzo nie zgadzamy się z daną praktyką. Z tego powodu zdecydowaliśmy się nie publikować tego artykułu, ponieważ nasza organizacja nie czuje się uprawniona do publicznego potępienia praktyk kulturowych innych kultur i religii – mimo że osobiście możemy się z nimi zdecydowanie nie zgadzać.

Jest oczywiste, że na autorkę artykułu wpłynęły jej osobiste negatywne doświadczenia z rządami teokratycznymi w jej ojczyźnie. Jest również jasne, że nie rozumiała ona praktyk i norm społecznych istniejących w Słowenii (i ogólnie w Europie) i dlatego nie dostosowała do nich swojego artykułu.

Kiedy rozmawialiśmy z uczestnikami o napisaniu artykułu, nie spodziewaliśmy się, że będą pisać o takich tematach w taki sposób. Nie byliśmy również świadomi różnic kulturowych i czynników osobistych, które motywują ludzi do pisania.

Gdybyśmy pracowali z grupą rodowitych Słoweńców, taka sytuacja nie miałaby miejsca.

Dla nas wszystkich było to ciekawe doświadczenie. Jesteśmy teraz bardziej świadomi, że zwłaszcza ludzie z innych kultur potrzebują więcej wskazówek i informacji o naszych (słoweńskich i europejskich) standardach, jeśli chodzi o wyrażanie opinii. Jest to coś, na co postaramy się położyć większy nacisk.

Możemy również powiedzieć, że migranci ogólnie słabo rozumieją społeczno-polityczny kontekst Europy i można to zauważyć w rozmowach, które z nimi prowadzimy, a także w tekstach, które opisaliśmy powyżej. Dla nas nie jest to problem, lecz wyzwanie edukacyjne, którym należy się zająć w bardziej długoterminowy i konkretny sposób.

100 Lat z Paulo Freire

1. Czy Paulo Freire jest nadal aktualny?
2. Kim był Paulo Freire?

Paulo Freire urodził się w 1921 roku w Recife w Brazylii. W 1947 roku rozpoczął pracę z dorosłymi analfabetami w północno-wschodniej Brazylii.

Praca Paulo Freire wywarła wpływ na ludzi pracujących w edukacji, rozwój społeczności, zdrowie społeczności i wiele innych dziedzin. Freire opracował podejście do edukacji, które łączy identyfikację problemów z pozytywnymi działaniami na rzecz zmian i rozwoju.

Podczas gdy oryginalna praca Freire dotyczyła umiejętności czytania i pisania wśród dorosłych, jego podejście prowadzi nas do myślenia o tym, jak możemy „czytać” otaczające nas społeczeństwo.

3. Jakie jest jego dziedzictwo?

Dla Freire proces edukacyjny nigdy nie jest neutralny. Ludzie mogą być biernymi odbiorcami wiedzy – niezależnie od jej treści – lub mogą zaangażować się w podejście „stawiania problemów”, w którym stają się aktywnymi uczestnikami. W ramach tego podejścia istotne jest, aby ludzie łączyli wiedzę z działaniem, tak aby aktywnie pracowali nad zmianą swoich społeczeństw na poziomie lokalnym i poza nim.

4. Więc badamy jego pomysły poprzez jego słowa.

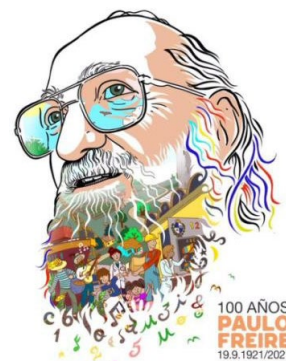
„Wypowiadanie prawdziwego słowa to przekształcanie świata”.

„Ktokolwiek uczy, uczy się w akcie nauczania, a ktokolwiek się uczy, uczy się w akcie uczenia się”.

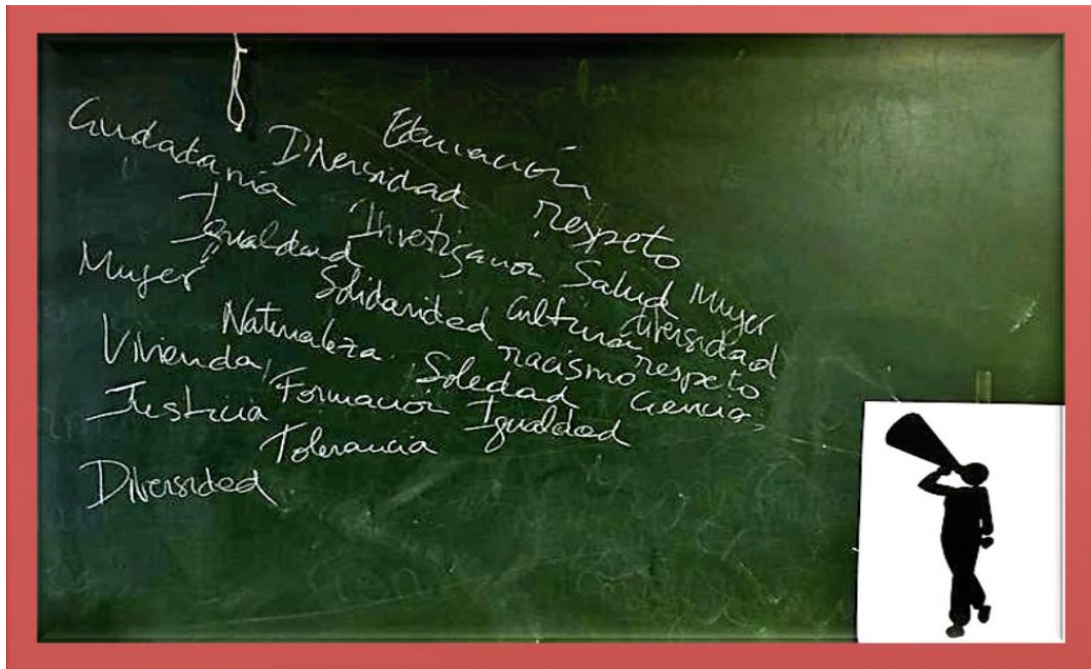
„Wyzwolenie jest praxis: działaniem i refleksją mężczyzn i kobiet nad ich światem w celu przekształcenia”.

5. I zaczęliśmy pisać o naszych celach, potrzebach i zainteresowaniach w programach nauczania z wyborem „słów generujących” dla obecnego społeczeństwa:

KULTURA, EKOLOGIA, SZACUNEK, RECYKLING, MIESZKALNICTWO,



RÓŻNORODNOŚĆ, KOBIETY, SPRAWIEDLIWOŚĆ, RÓWNOŚĆ, SZKOLENIA, OBYWATELSTWO, SOLIDARNOŚĆ, BADANIA, EDUKACJA, TOLERANCJA, NAUKA, GODNOŚĆ, PRACA, RASIZM, STRACH, SAMOTNOŚĆ.



6. Postanowiliśmy przedstawić je w kreatywny sposób.
Jak plakat i owoce w naszym drzewku tematycznym.



Debatowanie – dylematy i błędy

Aby dobrze debatować trzeba umieć aktywnie słuchać i umiejętnie przekazywać informacje zwrotne (feedback), wykorzystując różne sposoby argumentacji tak, aby nikogo nie dotknąć, nie obrazić ale też być wyczulonym na różne sposoby manipulacji, która może przytłoczyć. Zawsze warto kierować się nadrzędną zasadą, że w debacie nie chodzi o zwycięstwo i pokonanie przeciwnika, bo to nie wojna. Chodzi o wspólne dojście do prawdy i nawet zmianę własnego zdania w czasie dyskusji.

Podstawą jest także **rozdzielanie opinii od faktów**. Fakt odnosi się do czegoś prawdziwego, co faktycznie miało miejsce. Jest poparte dowodami, badaniami lub inną dokumentacją. Opinia jest tym, w co dana osoba wierzy lub sądzi o jakimś wydarzeniu. Nie jest wcale tak, że tylko fakty są najważniejsze, opinie też są cenne i mogą zmienić bieg debaty, Bardzo często w dyskusjach padają zdania, które pozornie wyglądają na fakty a nimi nie są i warto to od razu wyłapywać i punktować. Jeżeli ktoś powie, że 80 % Polaków uważa, że seniorzy mają dużo wolnego czasu – to bez powołania się na źródło badań, organizatora badań i ich datę takie zdanie nie jest faktem. Podobnie brzmią zdania, które zaczynają się np. od słów: „Jak wszystkim wiadomo...” lub „To jest fakt”. „Amerykańscy naukowcy dowiedli, że jeśli przed intymnym spotkaniem podskoczysz trzy razy i klaśniesz w dłoń, zwiększysz szanse na poczęcie chłopca”.

Jednym z podstawowych błędów w argumentacji jest **powoływanie się na eksperta** łac. *argumentum ad verecundinum*. Ten błąd pojawia się, kiedy bezkrytycznie przyjmujemy czyjeś zdanie i opinie, tylko dlatego, że jest dla nas autorytetem. A przecież ten autorytet może czasami się pomylić, ba nawet mówić bzdury. Nawet to, że ktoś napisał na jakiś temat książkę, nie znaczy jeszcze, że jest specjalistą w tej dziedzinie.

Innym przykładem błędnego argumentowania jest **czarno-białe myślenie**, które najkrócej można zobrazować zdaniem: „jeśli mnie nie popierasz, jesteś przeciwko mnie”. Jeżeli podczas dyskusji ktoś zakłada, że istnieją tylko dwa możliwe wybory lub rozwiązania jakiegoś problemu to świadczy to o pewnej niedojrzałości i sztywności poglądów. Opcji jest na pewno dużo więcej, i to, że jedno jest niemożliwe do realizacji, nie oznacza automatycznie, że jesteśmy skazani na drugie.

Niezwykłe przykre podczas debat są **przytyki osobiste** łac. *argumentum ad personam*. To wszystkie osobiste ataki na rozmówcę, które mają wyprowadzić go z równowagi i ośmieszyć go przed publicznością. „Ktoś, kto tak wygląda nie może mieć przecież racji?!” lub „Pani jest za młoda i za ładna, żeby zajmować swoją główkę takimi tematami”, Chodzi o to, aby akcentując pewne cechy wyglądu lub zachowania „dowieść” że taka osoba nie jest wiarygodna.

Odwołanie do tradycji łac. *argumentum ad traditionem* to również przykład błędnego argumentowania. Skoro coś trwało przez lata i zapisane jest w tradycji, musi być słuszne! Nieistotne, że od tamtego czasu zmieniały się warunki i mogły się pojawić badania, które takim argumentom zaprzeczają. „Moi rodzice mnie bili, ich rodzice ich bili, a jakoś wszyscy wyrosliśmy na porządnym ludzi”. Mamy tendencję do koloryzowania przeszłości, przywiązując się do wizji „starych dobrych czasów” i potwierdzając to często wybiórczymi, emocjonalnymi dowodami. I to jest moja opinia, nie fakt!

Przeciwieństwem poprzedniej argumentacji jest **odwołanie do nowocześnieści** łac. *argumentum ad novitatem*. To podejście, według którego wszystko co nowe, nowoczesne, jest lepsze i bardziej słuszne, a rozwiązania tradycyjne muszą być przestarzałe i mało trafne.

Argument odnoszący się do niewiedzy łac. *argumentum ad ignorantiam* „Ziemia jest płaska. Masz jakieś dowody na to, że jest inaczej?”

Za każdym razem, kiedy twierdzisz, że masz rację, tylko dlatego, że rozmówca nie potrafi podać argumentów przeciwko niej, popełniasz ten błąd. Brak dowodów na fałszywość jakiejś tezy nie implikuje jej prawdziwości.

Pochopna generalizacja łac. *dicto simpliciter*. Czasami tak bardzo chcemy, by wyszło na nasze, że stajemy się ślepi na wszystko, co może temu zaprzeczyć. W psychologii nazywa się to selektywną uwagą a Anglicy nazywają to „wybieraniem wisierek z tortu” ang. *cherry picking*. „Krzysiek lubi piwo, wszyscy alkoholicy lubią piwo a więc Krzysiek jest alkoholikiem”.

Debata oksfordzka

W debacie oksfordzkiej grupy mówców czteroosobowe. Propozycja broni tezy debaty, opozycja stara się ją obalić.

Ośmiu Mówców prosimy o wcześniejsze (30 minut) przybycie – przed debatą proponujemy wzajemne poznanie się mówców – po stronie propozycji i opozycji – i ustalenie taktyki argumentacji.

Debatę prowadzi i głosu udziela **marszałkini/marszałek debaty** a pomaga jej/mu **sekretarz**.

Wprowadzamy **2 głosowania** poprzez przeliczenie głosów osób siedzących wśród publiczności i ławach mówców. Marszałek i sekretarz nie głosują. Głosowania odbędą się na początku i na końcu debaty.

Maksymalny czas trwania debaty to **60 minut** (nie wlicza się do tego czasu omówienie zasad debaty i przedstawienia mówców przez marszałka i 2 głosowań).

Jedna strona ma nas przekonać do słuszności tezy, że „Feminizm jest Polsce potrzebny” a druga strona ma ją podważyć i obalić. Mówcy obu stron będą zabierać głos na przemian. Jako pierwszy występuje mówca broniący tezy. Potem do głosu dochodzi opozycja. Mają **4 minuty na pierwsze wystąpienie**, potem mogą się zgłaszać do zabierania głosu.

Jako pierwszy zabiera głos pierwszy mówca strony propozycji, po nim – pierwszy mówca opozycji. Następnie głos wraca do opozycji – teraz jest czas drugiego mówcy, po nim wypowiada się drugi mówca opozycji itd. Każdy z członków drużyny ma przy tym określoną rolę.

Pierwszy mówca – jego podstawowym zadaniem jest zdefiniowanie tezy debaty – czyli wyjaśnienie, jak rozumie ją grupa propozycji. Ten mówca, jeśli starczy mu czasu, może też podać pierwsze argumenty.

Drugi mówca – podaje argumenty za tezą (Propozycja) lub przeciw tezie (Opozycja). Argumenty oczywiście uzasadnia, nie tylko wylicza.

Trzeci mówca – zbija argumenty strony przeciwnej.

Czwarty mówca – przede wszystkim podsumowuje argumentację swojej grupy.

Każda przemowa rozpoczyna się krótką apostrofą skierowaną do marszałka, strony przeciwnej i publiczności: rozpoczynając od marszałka, a następnie w dowolnej kolejności do pozostałych dwóch podmiotów – grupy mówców i publiczności.

W czasie każdego wystąpienia zarówno członkowie publiczności, jak też główni Mówcy mają prawo zażądać głosu, wstając z miejsca, unosząc rękę i wykrzykując słowo „**Pytanie**” bądź „**Informacja**” (nie więcej niż 2, 3 zdanie).

Mówca zdecyduje czy odpowiedzieć na pytanie, czy zezwolić na przekazanie informacji. Zachęcamy słuchaczy do aktywności i stosowania jak największej ilości wtrąceń, bo to bardzo urozmaica debatę i zmusza mówcę do bieżącego reagowania na uwagi sali.

Po wystąpieniach głównych mówców (po czterech z każdej strony) do bezpośredniego udziału w dyskusji dopuszczeni są członkowie publiczności. Czas ich wystąpień – to **2 minuty**.

Głosowanie końcowe i posumowane przez sekretarza, który omówi wyniki dwóch głosowań.

Układ Sali podczas debaty oksfordzkiej:



Okrągły Stół – przykład debaty na temat feminizmu. Organizator: Stowarzyszenie 100-Lecie Kobiet

Okrągły stół to nazwa debaty, która gromadzi grupę uczestniczek i uczestników, bez różnic i hierarchii, w celu przedstawienia i rozwinięcia ich opinii i punktów widzenia na określony temat. Jego nazwa, okrągły stół, wynika właśnie z tego, że w nim nie ma żadnych przywilejów; wszyscy uczestnicy podlegają tym samym regułom i mają te same prawa. Najważniejsze jest poszanowanie prawa do wyrażenia swojego punktu widzenia bez przerywania i poszanowania prawa innych osób do odmiennego zdania.

Rola każdej członkini i każdego członka okrągłego stołu jest wcześniej określona. Moderatorka (Bożena Bednarek) będzie odpowiedzialna za kierowanie wystąpieniami wszystkich w tym publiczności; Uczestniczki i uczestnicy są odpowiedzialni za wcześniejsze przygotowanie swoich wystąpień. Jeżeli w debacie oksfordzkiej mówczyni i mówcy przedstawiali argumenty za lub przeciw tezie, niekoniecznie prezentowali własne zdanie. Przy okrągłym stole mówią we własnym imieniu.

Zaproszeniu uczestnicy:

- Jerzy Bieluk – profesor Uniwersytet w Białymstoku, radca prawny, współnik Kancelaria Radców Prawnych Bieluk i Partnerzy.
- Małgorzata Bieńkowska – socjolożka związana z Instytutem Socjologii Uniwersytetu w Białymstoku. Pasjonuje się fotografią, Puszczą Knyszyńską i wędrownkami po niej.
- Krzysztof Kurianiuk – doktor nauk społecznych, socjolog, medioznawca, dziennikarz, były dyrektor programowy Polskiego Radia Białystok. Zwolennik równouprawnienia, zarówno kobiet jak i mężczyzn, ale nie w każdej dziedzinie życia społecznego, i nie za wszelką cenę.
- Marek Masalski – niekiedy psycholog, częsty czytelnik, amatorski fotograf, słuchacz nieprzypadkowej muzyki, oglądacz wybranych obrazów trwałych i ruchomych, od czasu do czasu przyjazny człowiek, permanentny poszukiwacz spokoju, kolekcjoner przeżyć i myśli (głównie własnych).
- Katarzyna Rosińska – działaczka społeczna, współinicjatorka Marsz Równości w Białymstoku, współorganizatorka protestów na rzecz wykluczanych i lekceważonych grup społecznych i zawodowych.
- Michał Różycki – lat 68, zgodnie ze swoim zegarem biologicznym aktywizuję się w różnych Stowarzyszeniach, Radach i Klubach o charakterze senioralnym.
- Dorota Sawicka – kobieta wielu ról, wierząca, że życie jest zmianą, tęskniąca za przewidywalnością... czasami. Z pasji dziennikarka, rzeczniczka, popularyzatorka nauki.
- Agnieszka Otapowicz – trenerka, animatorka, tutorka, na co dzień związana z Ośrodkiem Wspierania Organizacji Pozarządowych – OWOP i Fundacją Masz MOC. Kocha podróże.

A te trzy nowe osoby to:

- Małgorzata Wenclik – prawniczka, wykładowczyni akademicka, jedna z inicjatorek Stowarzyszenia 100-lecie Kobiet, działaczka społeczna i kreatorka zmian w zakresie edukacji nieformalnej. Wierzy, że uczymy się przez całe życie i zawsze mamy szansę na zmianę otaczającej rzeczywistości.
- Anna Czerwińska – działaczka na rzecz praw kobiet, od 23 lat związana z organizacjami i inicjatywami feministycznymi, ekspertka równościowa, herstoryczka. Kuratorka wystaw, autorka warsztatów i zajęć akademickich poświęconych historii kobiet.
- Grzegorz Stefaniak – edukator antydyskryminacyjny i równościowy, feminista, z wykształcenia filolog słowiański – językoznawca. Koordynator projektów społecznych i wiceprezes w Stowarzyszeniu 9dwunastych, koordynator konkursów grantowych w Funduszu dla Odmiany.

Ramowy scenariusz wydarzenia 90 minut; struktura debaty jest w nim zawarta:

1. Po przywitaniu i krótkiej info o idei Kobiety do dzieła i zaproszeniu na spektakl o 19.00 – przedstawienie debatantek i debatantów oraz przedstawicielek 100-lecia Kobiet – Ilona Karpiuk z Nie Teatru;
2. Wprowadzenie do tematu – krótkie definicje feminizmu (Dorra Ostrożańska);
3. I runda wypowiedzi – przedstawienie opinii mówczyń i mówców na pierwsze zagadnienie „Czym dla mnie jest feminizm” – moderacja Bożena Bednarek (po 1minuta 30 sekund wypowiedź każdej z osób – Małgorzata Bieńkowska prezentacja filmowa);
4. Sesja komentarzy i pytań ze strony publiczności(1,5 min.) odpowiedzi ze strony debatantek i debatantów, jeśli zostaną skierowane do nich bezpośrednio pytania);
5. II runda wypowiedzi – „Co myślę o femintatywach” – moderacja Bożena Bednarek (po 1minuta 30 sekund wypowiedź każdej z osób – Małgorzata Bieńkowska prezentacja filmowa);
6. Podsumowanie – Bożena Bednarek i Dorra Ostrożańska max 3 minuty
7. Kilka słów o wystawie – Anna Czerwińska maks 3 minuty
8. Zakończenie, podziękowanie za debacie i wersnisaż Ilona Karpiuk – zaproszenie na spektakl „Jestem baba” o 19.00 w Nie Teatrze



Proponowane zagadnienia:

1. Czym dla mnie jest feminizm? To włączanie, czy raczej oddalanie? Czy feminizm jest w Polsce?
2. Co myślę o femintatywach? Jakie są moim zdaniem przyczyny odrzucania żeńskich końcówek? Dlaczego stosowanie form żeńskich wobec mężczyzn powoduje dyskomfort a stosowanie form męskich już nie?
3. Czy nazwy takie jak Dzień Sybiraka, nie powinny brzmieć „Dzień Sybiraczki i Sybiraka”, „Dzień Nauczycielki i Nauczyciela” i inn. a przyznawane tytuły nie powinny zawierać też formy żeńskiej np. „Tytuł Wolontariusza Roku”, „Tytuł Przedsiębiorcy Roku”, „Tytuł Sportowca Roku” itp.
4. Czy określenie „Polacy” powinno być wg Ciebie rozszerzane i brzmieć: „Polki i Polacy”; czy też założenie, że słowo „Polacy” zawiera w sobie obie płcie jest w porządku?

Proponujemy odsłuchanie dwóch nagrań o femintatywach:

https://www.youtube.com/watch?v=MYH2qGScEVk&ab_channel=TEDxTalks

I z zupełnie innej (lokalnej) strony:

<https://www.radio.bialystok.pl/podrozepokulturze/index/id/223043?fbclid=I-wAR3-BDOPepepb48bkKA6OUTkZ53XaV2YyemS4jGs6xXx5KDnZocypCXnMC4>

Aplikacje i narzędzia ICT dla seniorów

Obecnie żyjemy w społeczeństwie, które stale się rozwija i pojawiają się nowe wyzwania, takie jak nowe technologie. Chociaż mogą one być przydatne dla obywateli, należy pamiętać, że pośrednio przyczyniają się do rosnącej luki cyfrowej między osobami młodymi i starszymi. Narzędzia ICT i urządzenia cyfrowe są jednak idealnym rozwiązaniem problemów starzejącego się społeczeństwa. Pomyślmy o barierach, z którymi każdy z nas prędzej czy później się zetknie, gdy dopadnie nas starość: problemy ze wzrokiem, słuchem, pamięcią czy mobilnością. Wszystkie one mogą być łatwo pokonane dzięki zastosowaniu rozwiązań ICT. Dlatego tak ważne jest, by traktować je jako sprzymierzeńców, a nie nieznanych wrogów osób starszych.

Stowarzyszenie E-Seniors, francuska organizacja pozarządowa, której celem jest zmniejszenie cyfrowej przepaści wśród seniorów, specjalizuje się w tej dziedzinie i dzięki swojemu doświadczeniu w nauczaniu narzędzi ICT oraz pracy w różnych projektach europejskich, organizacja wymieniła i wyszczególniła niektóre z aplikacji i narzędzi ICT, które są przydatne dla seniorów nie tylko na co dzień, ale także w edukacji przez całe życie.

Te aplikacje i narzędzia podzieliliśmy w następujący sposób:

- narzędzia komunikacji,
- narzędzia poznawcze,
- edukacja przez całe życie.

1. Narzędzia komunikacji

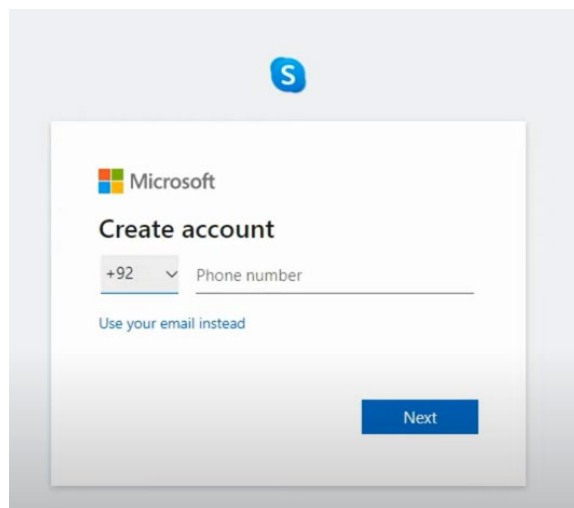


a. Skype

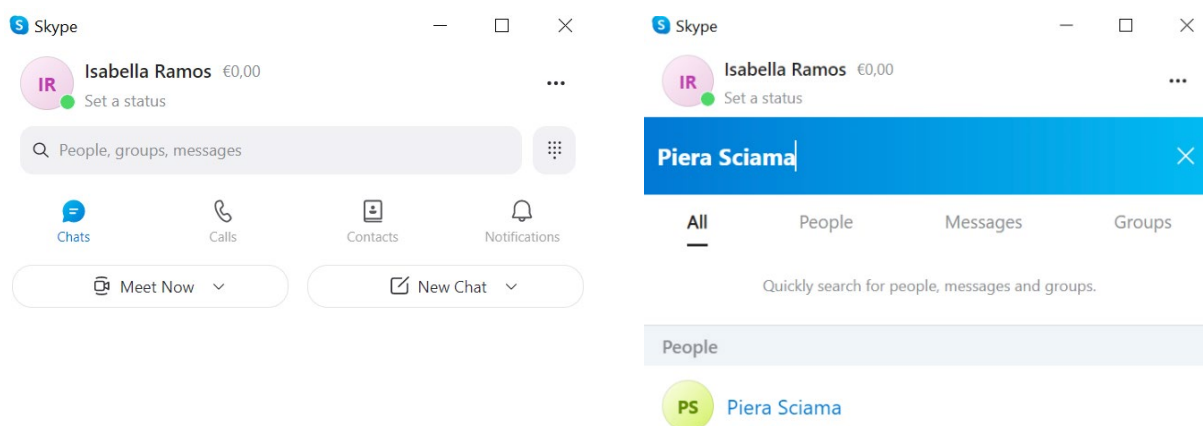
Należy on do firmy Microsoft. Umożliwia dzwonienie (przez internet), pisanie wiadomości, dzwonienie na telefony stacjonarne lub komórkowe (poprzez włożenie kredytu), wideorozmowy (rozmowa z kamerą), rozmowy grupowe, udostępnianie dokumentów. Można go zainstalować na komputerze lub smartfonie.

Aby zarejestrować się na Skype:

- **Krok I:** dostęp do aplikacji na komputerze z systemem Windows lub pobranie jej w Sklepie Play (Android) lub Apple Store (iPhone) swojego telefonu.
- **Krok II:** Kliknij na „utwórz konto”. Możesz użyć swojego numeru telefonu lub adresu e-mail.



- **Krok III:** Utwórz hasło. W ciągu najbliższych dwóch minut otrzymasz na swój adres e-mail wiadomość z potwierdzeniem. Kliknij w link i wtedy Twoje konto będzie gotowe do pracy!
- **Krok IV:** Aby dodać kontakty, kliknij na pasek wyszukiwania u góry (patrz obrazek poniżej). Wyniki wyszukiwania pojawiają się na dole. Kiedy już znajdziesz osobę, której szukasz, kliknij na jej imię i wyślij jej wiadomość!

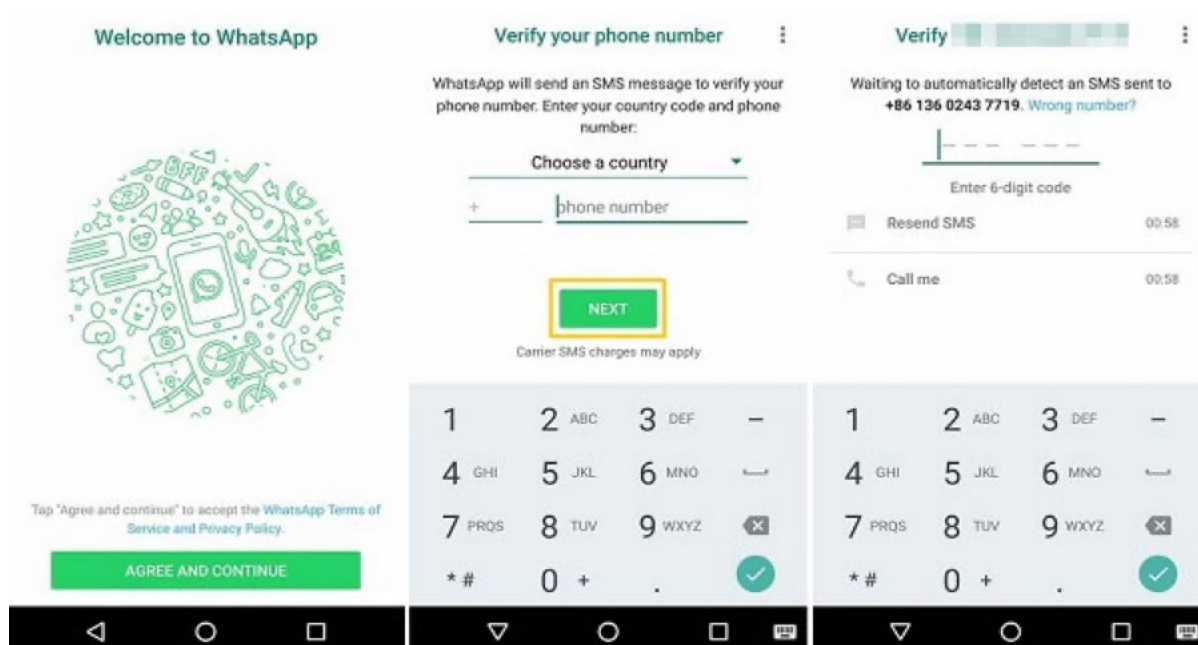


Aby nie zapomnieć loginu i hasła, należy zanotować je na kartce.

b. WhatsApp

Pozwala dzwonić (przez internet), pisać wiadomości, tworzyć grupy dyskusyjne i służy raczej do udostępniania zdjęć. Można go zainstalować na smartfonie.

- **Krok I:** Zainstaluj WhatsApp na swoim smartfonie poprzez Sklep Play (Android) lub Apple Store (iPhone)
- **Krok II:** Utwórz swoje konto wpisując numer telefonu (potwierdzenie SMS-em), imię i nazwisko oraz zdjęcie profilowe
- **Krok III:** Wyszukaj swoje kontakty na pasku wyszukiwania (będziesz miał dostęp do wszystkich kontaktów zarejestrowanych na Twoim smartfonie, które posiadają WhatsApp)



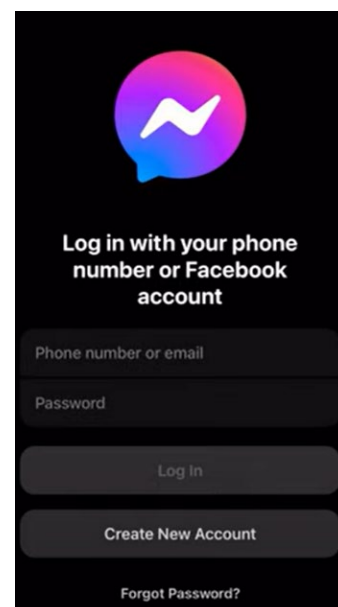
c. Poślaniec

Należy do Facebooka i pozwala na pisanie wiadomości, tworzenie grup dyskusyjnych itp. Jest rzadko używany do rozmów i może być zainstalowany na smartfonie, a także używany na komputerze za pośrednictwem Facebooka.

Jeśli masz istniejące konto na Facebooku, możesz się nim zalogować, jeśli nie, musisz stworzyć profil na Facebooku, aby dołączyć.

Aby utworzyć nowe konto:

- **Krok I:** kliknij w „Utwórz nowe konto”
- **Krok II:** postępuj zgodnie z krokami (wpisz swoje imię i nazwisko, datę urodzenia, telefon komórkowy i płeć).
- **Krok III:** wybierz hasło i aby potwierdzić te kroki, wyślą Ci kod, który będziesz musiał wstawić na platformie.
- **Krok IV:** postępuj zgodnie z instrukcjami, a Twoje konto będzie gotowe do użycia!

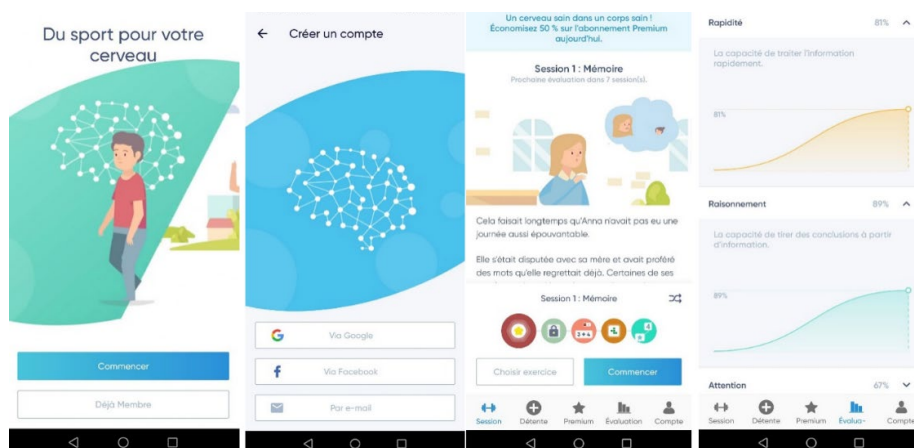


2. Narzędzia poznawcze

Gry do treningu mózgu, które działają na logikę, pamięć, koncentrację i rozumowanie. Wystarczy zagrać kilka minut dziennie, aby pobudzić swój mózg (np. NeuroNation; Brain Training – Memory Games itp.), ale są też gry takie jak krzyżówki czy sudoku, które są bardzo przydatne do zwiększenia zdolności poznawczych.

a. NeuroNation

- **Krok I:** Pobierz aplikację ze Sklepu Play (Android) lub Apple Store (iOS)
- **Krok II:** Wejdź na „get started” – Prezentacja wideo następnie zaloguj się

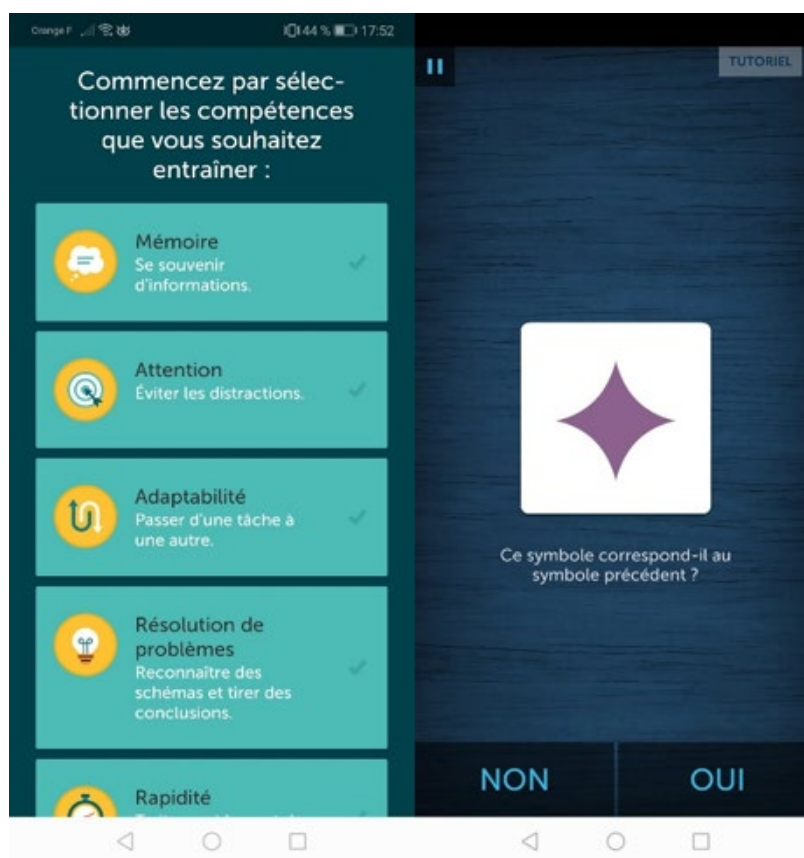


- **Krok III:** Zaloguj się do systemu za pomocą swojego konta
 - **Krok IV:** Rozpocznij test, aby stworzyć spersonalizowany program
 - **Krok V:** Ocena Twoich umiejętności jest następnie dostępna w obszarze oceny
 - **Krok VI:** Wybierz ćwiczenia, które Cię interesują
- To jest wersja darmowa. Istnieje wersja płatna z większą ilością funkcji.



b. Lumozjność

- **Krok I:** Pobranie aplikacji z Apple Store (iOS)
- **Krok II:** Zaczynaj od wyboru umiejętności, które chcesz trenować
- **Krok III:** Utwórz swoje konto
- **Krok IV:** Oceń swój poziom startowy za pomocą 3 gier poznawczych
- **Krok V:** Przejdź do swoich „analiz”, aby zobaczyć swoje postępy.



c. Quiz pojedynkowy/Quiz w górę

Aplikacje te oferują quizy z wiedzy ogólnej i rzucają wyzwania znajomym lub innym przeciwnikom na kilka tematów.

- **Krok I:** Pobierz te aplikacje ze Sklepu Play (Android) lub Apple Store (iOS)
- **Krok II:** Założenie konta z loginem
- **Krok III:** Znajdź przyjaciół lub zacznij grać losowo



3. Edukacja przez całe życie



a. Kahoot: innowacyjna gra na smartfony

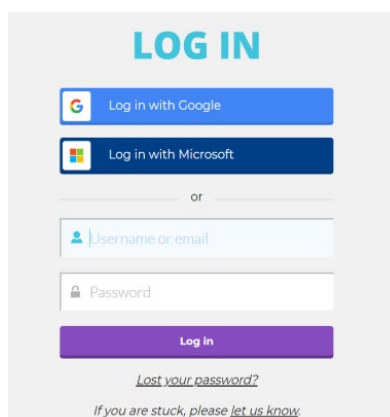
Celem tej gry online jest wykorzystanie narzędzi mobilnych (smartfonów lub tabletów) w sposób zabawny i wesoły oraz szkolenie uczestników w zakresie określonych tematów (matematyka, wiedza kulturowa, historia, filmy, programy telewizyjne, książki itp.) dostępnych w grze. Wartością dodaną tej gry jest również możliwość stworzenia własnego quizu i zaproponowania go następnie niektórym użytkownikom lub społeczności graczy.

- **Krok I:** rejestracja na platformie

Aby stworzyć własną grę, potrzebne jest konto. Jako użytkownik musisz założyć konto poprzez urządzenia mobilne lub poprzez komputer (UWAGA: aplikacja różni się od ekranu na komputerze).

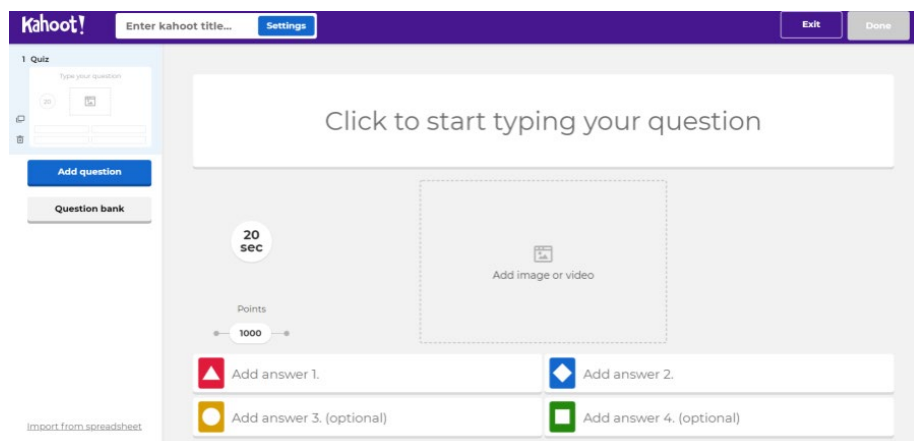
- 1) Wejdź do swojej przeglądarki i wyszukaj Kahoot:
<https://kahoot.com/>
- 2) Zaloguj się w prawym górnym rogu

- 3) Utwórz nazwę użytkownika i hasło
- 4) Zaloguj się na platformie



- **Krok II:** Tworzenie quizu Kahoot

Po wejściu na stronę główną, masz możliwość stworzenia własnego quizu. Na środku ekranu można kliknąć na „My Kahoots”, a następnie przejść do „Create new”. W lewym górnym rogu pojawia się przycisk „ustawienia”.



- **Krok III:** Dodanie pytania

- 1) Kliknięcie powoduje rozpoczęcie wpisywania pytania (gra może być quizem, systemem prawda/fałsz, pytaniem otwartym polegającym na wpisaniu właściwej odpowiedzi itp.) W tym przypadku wybraliśmy quiz.
- 2) Dodawanie obrazu lub wideo
- 3) Proponowanie odpowiedzi na każde pytanie
- 4) Możesz wybrać liczbę sekund na odpowiedź, klikając na „20 sekund”.

- 5) Możesz dodać tyle pytań ile chcesz
 - 6) Po zakończeniu kliknij w prawym górnym rogu na przycisk „Gotowe”.
 - 7) Twój Kahoot pojawi się na liście „My Kahoots”
- **Krok IV: Jak grać?**
 Organizator powinien dysponować komputerem i projektorem wideo, aby zaprezentować pytania publiczności, a uczestnicy powinni mieć tablet lub smartfon z pobraną wcześniej na swoje urządzenie aplikacją Kahoot.
 - 1) Przejdź do Mojego Kahoota
 - 2) Kliknij na „Play” aby uruchomić wybraną grę Kahoot
 - 3) Możesz zaprosić dowolną liczbę osób
 - 4) Wybierz tryb klasyczny (urządzenia 1:1)
 - 5) Po kliknięciu na tryb klasyczny, automatycznie pojawi się numer PIN, który wszyscy uczestnicy wprowadzą do swojej aplikacji klikając na „Enter PIN”.
 - 6) Następnie kliknij na „Start”, a na ekranie pojawi się pytanie i odpowiedź
 - 7) Uczestnicy wybiorą prawidłową odpowiedź klikając na właściwy kolor w odpowiednim czasie

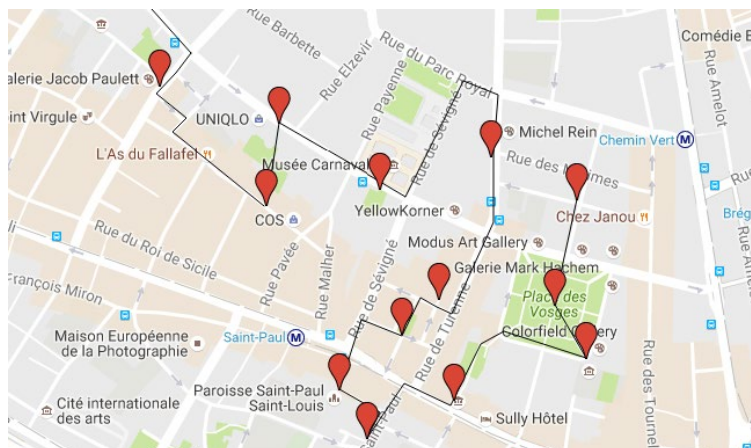


b. **Cyfrowe poszukiwanie skarbów**

Cyfrowe poszukiwania skarbów zostały stworzone przez E-Seniorów pięć lat temu w celu zaproponowania swoim członkom aktywności łączącej wykorzystanie narzędzi ICT, kultury i spacerów. Ale na czym to dokładnie polega?

- Cyfrowe poszukiwanie skarbów to nie tylko zabawa, ale i sport, ponieważ ścieżki, które przemierzają „łowcy” mogą mieć nawet kilka kilometrów!
- Idea polega na zaproponowaniu uczestnikom predefiniowanej ścieżki w wybranej okolicy
- Ścieżka ta obejmuje kilka punktów o znaczeniu kulturowym (takich jak miejsca, budynki historyczne itp.)
- Punkty te są zaznaczone na mapie, a pod każdym punktem znajduje się powiązany quiz lub pytanie, które „poszukiwacze skarbów” muszą rozwiązać.
- Rozwiązanie pytań pozwala ruszyć dalej na ścieżce, a organizator polowania służy pomocą w znalezieniu właściwych odpowiedzi
- Polowania te mogą być organizowane zarówno przez stowarzyszenia, gminy, jak i przez same osoby!
- Wszystko, czego potrzebujesz, to mieć:
 - Aparat fotograficzny
 - Połączenie z Internetem
 - Wiedza na temat korzystania z narzędzi ICT (tj. Google Maps, Word, aplikacje itp.).
 - Tablet lub smartfon, który będzie wykorzystywany podczas polowania
- **Krok I:** Usytuowanie ścieżki polowania
 - 1) Zdefiniuj okolicę dla polowania (skup się na ograniczonym obszarze geograficznym, takim jak park lub blok budynków)
 - 2) Zbadaj ciekawe fakty dotyczące wybranego obszaru, historii, zabytków, posągów itp. korzystając z różnych źródeł informacji (sieć, gazety, czasopisma...)
 - 3) Udaj się do wybranej dzielnicy i zrób zdjęcia ciekawych miejsc, które zostaną pokazane podczas polowania
 - 4) Po zdefiniowaniu punktów zainteresowania, utwórz mapę drogową, na przykład z Google MyMaps z punktami odjazdu i przyjazdu Mapa drogową z Google MyMaps (www.google.fr/maps)

- Przejdź do menu
- Kliknij na „moje adresy”
- Kliknij na „Mapy”
- Kliknij na „Create my map”



- **Krok II:** Tworzenie quizu na polowanie
 - 1) Zdecyduj, w jaki sposób chcesz przedstawić pytania (pytania otwarte/zamknięte, pytania wielokrotnego wyboru, zagadki itp...)
 - 2) Rozważ możliwość dołączenia współrzędnych GPS lub hiperłączy, które mogłyby pomóc w rozwiązaniu pytań
 - 3) Zastanów się, jakich materiałów używasz do quizu (papier, format elektroniczny, PDF, Google Drive, kody QR...)
 - 4) Opcjonalnie: Przewiduj mały prezent na koniec polowania dla wszystkich uczestników
- **Krok III:** integracja pytań quizowych



- 1) Format papierowy: umieść wszystkie pytania na kartce, którą wydrukuj i rozdaj uczestnikom.

- 2) Format cyfrowy: utwórz dokument cyfrowy (np. Word, PDF lub Google doc) z pytaniami, z którym można zapoznać się za pomocą urządzeń mobilnych uczestników.
 - 3) Kod QR Format: dodaj pytania przeniesione do kodów QR (przejdź do przeglądarki i poszukaj strony internetowej, która przekształca pytania w kody QR i wydrukuj je)
- **Krok IV:** Uruchomienie cyfrowego poszukiwania skarbów
 - 1) Zaproś uczestników (max 5 osób na 1 organizatora, 10 osób na 2 itd.)
 - 2) Zadzwoń lub wyślij e-mail do wszystkich uczestników, wskazując miejsce spotkania lub proponując pytanie, aby znaleźć miejsce wyjazdu
 - 3) Podać numer kontaktowy w razie jakichkolwiek problemów
 - 4) Poproś uczestników, aby pojawili się ze swoimi urządzeniami mobilnymi, jeśli takie posiadają i pamiętaj o dostarczeniu dokumentów zawierających quiz (w przypadku, gdy nie mają urządzeń mobilnych, przygotuj kilka urządzeń)
 - 5) Podążaj za polowaniem w grupie, która jest prowadzona przez organizatora polowania, poruszaj się razem do przodu przez całą ścieżkę

W celu zrozumienia celów i roll outu cyfrowego poszukiwania skarbów, E-Seniors zorganizował podczas szkolenia spacer po dzielnicy 1st w Paryżu w celu odkrycia tajemnic tej dzielnicy i przećwiczenia gry.

Wydawca: Stowarzyszenie Szukamy Polski
Adres: ul. Św. Rocha 10/306, 15-879 Białystok
Autorzy: Jan Oniszczyk, Bożena Bednarek
Skład: Krzysztof W. Wróbel

Publikacja powstała w ramach projektu „COMmunication Inclusion”
(2020-1-PLO1-KA204-081670) programu Erasmus+.