



Lekcje bez tabu

Silniejsza młodzież

Prawa ucznia

Sztuka a niepełnosprawność wzroku

## Tym razem u nas:



- Adam Gogacz  
Silniejsza młodzież, czyli jak pomóc sobie nawzajem 4



- Agata Dawidowska  
Rzeczniczka praw uczniowskich 12



- Hubert Frączkowski  
Lekcje bez tabu 16



- Edyta Weigel  
Obywatel przyjazny środowisku #zmiana 18



- Mateusz Rutkowski  
Kształtowanie w szkole i poza nią postaw pro-obywatelskich wśród młodzieży z perspektywy nauczyciela historii i wiedzy o społeczeństwie 20



- Agata Stępień  
Wychowanie do przyjaźni 23



- Lidia Mirowska  
EPALE 29



- Katarzyna Kasznicka  
Sztuka, która zmienia. O DEAP 33



- Natalia Borys-Kalinowska  
Nowe technologie - kocioł z komorą cyklonową 37



- Cogito  
NGO dla Edukacji: Koło Seniora w Brudzicach 38



## Przerwa! Ale tylko na chwilę refleksji

Trochę nas nie było. Tak, zrobiliśmy sobie przerwę. Choć w zasadzie nie tyle my sami, ile życie wymusiło ją na nas. Czasem rzeczy po prostu nie idą po myśli. Albo inaczej: może i nawet idą po myśli, ale tych myśli jest za dużo. I dlatego czasem warto zrobić sobie przerwę. Odpuścić. I to nawet to, co pozornie nie jest do odpuszczenia. Benjamin Franklin ponoć powiedział, że na tym świecie pewne są tylko: śmierć i podatki. I to są rzeczy, których naprawdę odpuścić się nie da. Ale są też różne rodzaje odpuszczenia. Można coś na zawsze porzucić, uznając, że nie wyszło – to może być faktycznie czynnik skłaniający do poczucia porażki. Choć niekonieczne, bo jeśli się poszuka przyczyny, dla której nie wyszło, możemy próbować znów, albo próbować inaczej. Można porzucić na zawsze, bo nam się znudziło. I tak naprawdę warto pamiętać, że każdy ma prawo do tego, żeby porzucić projekt, pomysł, cokolwiek co robi, bo już nie chce tego robić. To właśnie kwintesencja naszej wolności. Nie chcę, nie muszę, nie robię. Natomiast można sobie odpuścić na chwilę. I wrócić, bo jak mawiali z kolei Chińczycy, nie w upadaniu siła, ale we wstawaniu z upadku. Co prawda słowa mają wagę, a my nie czujemy, aby przerwa w wydawaniu Cogitantium była upadkiem. Była... po prostu przerwa. Ale taka, w czasie której mieliśmy czas na przemyślenia czego w zasadzie chcemy od czasopisma, jak powinno ono wyglądać, jaki mieć profil. Choć, przyznaję, nie wszystkie przemyślenia udaje nam się wcielić już teraz. To przecież też może być część odpuszczenia. Cierpliwość igłą wykopie studnie, że się tak będziemy trzymać powiedzeń i bon motów. Dlatego zrezygnowaliśmy z tematów przewodnich, bo kwartalnik czasem traci okazje, by w odpowiednim

czasie pisać o odpowiednich rzeczach. Ale wciąż przyświeca nam cel ten sam: uczynić edukację lepszą. Uczynić przeto lepszym świat, w którym żyjemy. Tym bardziej, że każdy, kto chce, aby lepiej się nam żyło, ma jakoś ostatnio trudniejsze zadanie przed sobą. Wojny, populizm, brak akceptacji, powszechnie szalejąca agresja i przemoc. W myślach, słowach, czynach. Dlatego można czasem odpuścić, ale nie należy się poddawać. Zrobić sobie przerwę. I wykorzystać ją na zebranie myśli, na zebranie sił i zgromadzenie energii. I powrócić. Jako i my powracamy. Z radością, dumą i tak naprawdę bez „przepraszamy” na ustach. Bo w końcu każdy ma prawo zrobić sobie przerwę.



*Adam Gogacz*

# Silniejsza Młodzież

## Czyli jak pomóc sobie nawzajem

Zdrowie psychiczne młodzieży stanowi coraz istotniejszy temat debaty publicznej, polityki zdrowotnej oraz badań naukowych, ale przede wszystkim troski pedagogów i rodziców. Okres adolescencji wiąże się z intensywnym rozwojem fizycznym, emocjonalnym i społecznym, a także z wyzwaniami, które mogą wpływać na kształtowanie tożsamości i samooceny młodych ludzi. Współczesna młodzież funkcjonuje w środowisku silnie nasyconym technologią, rywalizacją i zmiennością społeczną, co znaczco wpływa na ich potrzeby psychiczne i fizyczne. Rosnąca liczba bodźców, ale też wysokie wymagania społeczne i znacznie zmienione pojęcie prywatności, którą dzieli się w ogromnym stopniu z wirtualną społecznością, powodują, że współczesna młodzież nie wytrzymuje presji świata zewnętrznego a tym samym rujnuje swój świat wewnętrzny.

Badania prowadzone w ostatniej dekadzie jednoznacznie wskazują, że młodzież doświadcza coraz większych trudności w zakresie zdrowia psychicznego. Zgodnie z raportem WHO z 2021 roku, aż 10–20% młodzieży na świecie cierpi na

zaburzenia psychiczne, z czego znaczna część przypadków pozostaje niezdiagnozowana lub nieleciona. W Polsce problem ten ma charakter systemowy – w 2022 roku Fundacja „Dajemy Dzieciom Siłę” opublikowała raport, w którym zwraca uwagę na rosnącą liczbę prób samobójczych oraz samookaleczeń wśród młodzieży.

Wśród najczęściej identyfikowanych potrzeb psychicznych młodzieży znajdują się: potrzeba akceptacji społecznej, poczucia bezpieczeństwa, przynależności, sensu życia oraz rozwoju tożsamości. Z kolei potrzeby fizyczne związane są z odpowiednią ilością snu, aktywnością fizyczną, prawidłowym odżywianiem oraz ograniczeniem ekspozycji na stres. Badania przeprowadzone w Wielkiej Brytanii (w ramach projektu HBSC (Health Behaviour in School-aged Children) pokazują, że coraz więcej młodych ludzi skarży się na objawy psychosomatyczne, takie jak bóle głowy, brzucha, problemy ze snem czy chroniczne zmęczenie.

Do najpoważniejszych wyzwań stojących przed młodzieżą w zakresie zdrowia psychicznego należą m.in.: presja szkolna, oczekiwania

społeczne i rodzinne, cyberprzemoc, uzależnienie od mediów społecznościowych, a także brak stabilnych relacji emocjonalnych. Pandemia COVID-19 jeszcze pogłębiła te problemy – izolacja społeczna, nauka zdalna i niepewność przyszłości doprowadziły do pogorszenia stanu psychicznego wielu młodych ludzi.

Dodatkowo, młodzież często nie ma dostępu do odpowiedniego wsparcia psychologicznego. Według danych NIK z 2021, aż 60% uczniów szkół podstawowych i średnich w Polsce nie ma dostępu do psychologa szkolnego. System ochrony zdrowia psychicznego dzieci i młodzieży jest niedofinansowany, a liczba specjalistów – psychiatrów dziecięcych, psychologów, terapeutów – jest niewystarczająca. Mimo licznych deklaracji poprawy sytuacji, brakuje skoordynowanych działań na poziomie centralnym. Wprowadzenie Centrów Zdrowia Psychicznego dla Dzieci i Młodzieży jest krokiem w dobrym kierunku, ale ich dostępność jest wciąż ograniczona. Ponadto, brakuje ujednoliconych standardów opieki oraz efektywnej współpracy między szkołami, rodziną a specjalistycznymi placówkami. Jest to również związane z brakiem odpowiedniej edukacji: zarówno zdrowotnej jak i obywatelskiej. Co prawda widzimy na horyzoncie ważne zmiany, ale dyskusja wokół nich, choćby w zakresie edukacji zdrowotnej, która przecież w dużym stopniu skupia się również na zdrowiu psychicznym, świadczy o braku powszechniej świadomości problemu. Jednocześnie wymaga się od szkoły, aby radziła sobie z problemami dzieci. Z przep-

rowadzonych w 2023 roku badań CBOS wynika, że aż 70% rodziców uważa, iż szkoły nie zapewniają wystarczającego wsparcia psychologicznego dla uczniów. Wielu nauczycieli nie posiada odpowiednich kompetencji w zakresie reagowania na problemy emocjonalne uczniów. Jednocześnie młodzież deklaruje potrzebę większej otwartości, empatii i rozmowy o emocjach zarówno w domu, jak i w szkole. Widać zatem, jak wiele jest do zrobienia w trzech zasadniczych segmentach: w gronie samej młodzieży, w środowisku szkolnym, ale również edukacji i wsparciu samych rodziców, którzy często nie mają ani świadomości, ani wiedzy na temat potrzeb własnych dzieci. Jakże często młodzież we własnym domu spotyka się z ocenianiem, brakiem akceptacji przy jednoczesnym braku kontaktu i szczerej rozmowy pomiędzy nią a rodzicami. Tymczasem badania pokazują w sposób jednoznaczny, że najważniejszymi czynnikami budowania odporności psychicznej są: silne więzi z rodziną i rówieśnikami, poczucie sprawczości, pozytywna samoocena, dostęp do edukacji emocjonalnej oraz umiejętność rozwiązywania problemów. Tych czynników nie zapewni nawet armia psychologów i przygotowanych odpowiednio pedagogów. Do tego trzeba działań wspólnych:

od rodziny począwszy na rozwiązaniach systemowych skończywszy.

Czego zatem potrzeba? Najważniejsze jest, aby każdego rodzaju rozwiązanie i zapewnianie potrzeb nie pozostawało samotnie na polu ogromnych potrzeb, ale by rozwiązania były popierane



działaniami z innych obszarów. Słowo klucz, które jest odmieniane ostatnio przez wszystkie przypadki w wielu dziedzinach brzmi: holistycznie. Całościowo. Choć nie chaotycznie. Działania powinny objąć przede wszystkim następujące obszary. Po pierwsze **systemowe wsparcie psychologiczne** – zwiększenie liczby psychologów i terapeutów dostępnych w szkołach, rozbudowa sieci poradni zdrowia psychicznego dla dzieci i młodzieży, wprowadzenie mechanizmów szybkiego reagowania na sytuacje kryzysowe, ale też przełamanie kryzysu w psychiatrii dziecięcej, która w Polsce jest absolutnie niewydolna. Druga sprawa to **wprowadzenie obowiązkowych zajęć z zakresu edukacji emocjonalnej i umiejętności społecznych** na wszystkich etapach edukacji. Nie jest przy tym tak naprawdę istotne, czy zrobimy to w ramach edukacji zdrowotnej, czy w jakichkolwiek innych ramach. Tak naprawdę są to elementy kompetencji kluczowych, zatem powinny znaleźć się w wielu przedmiotach, ale też w metodyce kształcenia. W mentalności nauczycieli. Co zresztą coraz częściej się dzieje. Nauczyciele widząc co się dzieje z ich uczniami, coraz częściej są wyczuleni na to, aby wspierać ich emocjonalnie, ale też uczyć jak sobie radzić w sytuacjach trudnych. Niestety wciąż jest za mało takich nauczycieli, a ci, którzy to robią, nie mają narzędzi. Nie sprzyja też system nastawiony na przekazywanie twardej wiedzy i konkretnych, często nieprzydatnych w życiu umiejętności. Kolejna sprawa to **wsparcie rodziny i środowiska lokalnego** – prowadzenie szkoleń dla rodziców, tworzenie grup wsparcia, budowanie sieci społecznych wokół młodzieży. Walka ze stereotypami typu: „dzisiejsza młodzież jest słaba sama z siebie, nie to co silniejsze pokolenia z kiedyś”. Chciałbym zwrócić uwagę, że

pokolenia lat 70-tych czy 80-tych mierzyły się z zupełnie innymi problemami niż dzisiejsza młodzież i zdecydowanie w swoim rozwoju miały więcej czasu i spokoju. Niestety kultura konsumpcjonizmu nie sprzyja relacjom, ale coraz bardziej świadomi rodzice widzą, że gadżety nie zastąpią rozmów w rodzinie, kontaktu i zrozumienia, którego młodzież tak bardzo potrzebuje. Następnym ważnym działaniem jest **profilaktyka cyfrowa** – działania edukacyjne dotyczące odpowiedzialnego korzystania z mediów społecznościowych, przeciwdziałanie cyberprzemocy i zjawiskom patologicznym. To jest ogromne pole do działania a jednocześnie bardzo trudne. Wciąż nie mamy jeszcze wiedzy a nawet pomysłu, jak ułożyć relacje w świecie wirtualnym. Z jednej strony Internet wspiera wolność: wolność do zdobywania wiedzy, wolność słowa, etc. Ale z drugiej, wolność ta nie może być bezwzględna, bo prowadzi do zachowań społecznie szkodliwych: hejtu, rozpowszechniania nieprawdziwych informacji, tworzenia nierealnych wzorców kulturowych. A to tylko kilka z dziesiątek tego typu zagrożeń. Jednocześnie mało kto już dziś wierzy w to, że zapewnienie właściwej alternatywy, na przykład w postaci wspólnych wyjazdów, rozmów w rodzinie albo zajęć poświęconych pasji młodych ludzi, odciągnie ich od świata wirtualnego. I nie w tym wydaje się rzecz. Chodzi raczej zrównoważony dostęp do wirtualnej rzeczywistości. Zrównoważony i świadomy. Jeśli, jako edukatorzy, chcemy być efektywni w profilaktyce cyfrowej, nie możemy się odzegrywać od świata wirtualnego ani go negować. Powiniśmy raczej go dobrze poznać, aby móc opisać i podpowiedzieć jak się w nim odnajdywać, jak z niego właściwie korzystać. Właściwie, czyli tak, aby nie narobić szkód sobie

i innym. I wreszcie, co pozostaje w gestii badaczy, pedagogów, ale też polityków zajmujących się problemami młodzieży **rozwój badań i monitoringu** – stałe badanie stanu zdrowia psychicznego młodzieży oraz skuteczności działań profilaktycznych i interwencyjnych. Ważne jest, abyśmy wiedzieli czego młodzież tak naprawdę potrzebuje, abyśmy nadążali za dynamicznymi zmianami technologicznymi i przywiązywali większą wagę do szybkości badań, diagnozy i działań. Bo rzeczywistość, zwłaszcza współczesna, nie czeka.

Spójne i zrównoważone działania na wymienionych powyżej polach to oczywiście stan idealny. Dlatego każde, najmniejsze nawet działanie, które ma charakter przemyślany, metodyczny i celowy, jest ważne i pożądane. Takim działaniem jest choćby projekt międzynarodowy Stronger Youth – Silniejsza młodzież, w ramach programu Youth Erasmus+. Projekt ten zakłada wsparcie samopomocy młodzieżowej poprzez rozwijanie mentoringu rówieśniczego.

Czym właściwie jest mentoring rówieśniczy? To relacja, w której nieco starszy lub bardziej doświadczony młody człowiek wspiera kolegę w podobnym wieku poprzez empatyczne słuchanie, dzielenie się własnymi doświadczeniami i kierowanie do profesjonalnej pomocy w razie potrzeby. W kontraste do terapii, mentorzy nie przekazują wiedzy klinicznej, ale zyskują zaufanie przez autentyczność, a ich działania są nadzorowane przez psychologów czy pedagogów. Przy tym operują tymi samymi, pokoleniowymi kodami komunikacyjnymi. Trochę na zasadzie: najlepiej z młodym człowiekiem dogada się inny młody człowiek.

Przegląd badań pokazuje, że mentoring rówieśniczy obniża poziom stresu u uczestników,

poprawia samoocenę i zwiększa odporność psychiczną. Podobne efekty potwierdzają badania amerykańskie, pokazując poprawę dobrostanu psychospołecznego a nawet redukcję konfliktów rodzinnych. Co równie istotne, badania UNICEF wskazują, że gdy rówieśnicy otwarcie mówią o korzystaniu z pomocy psychologicznej, inni młodzi częściej sięgną po wsparcie – zwłaszcza w grupie nastolatków z Ukrainy w Polsce, gdzie kontakt z rówieśnikiem obniża auto-styematyzację. Relacje rówieśnicze oparte na zaufaniu i współpracy uczą empatii i komunikacji. Przyjaźnie rówieśnicze pozytywnie korelują z poczuciem własnej wartości i odpornością emocjonalną. Istnieją również programy, takie jak Hope Squad prowadzony w USA i w Kanadzie, w którym model rówieśniczy wykorzystywany jest do zapobiegania samobójstwom: szkolni mentorzy uczą się rozpoznawać sygnały zagrożenia, prowadzić rozmowę, łączyć rówieśników z dorosłymi. Również badania australijskie na młodzieży z traumami pokazują, że mentoring umożliwia rewizję własnej historii – mentorzy mogą przeformułować swoje doświadczenia jako siłę, co wpływa pozytywnie na ich rozwój psychospołeczny. Oczywiście mentoring rówieśniczy nie zastępuje specjalisty – jego siłą jest moduł wspomagający, moderowany przez dorosłych. Psycholog/pedagog pełni rolę koordynatora, zapewnia nadzór i wsparcie metodyczne. Nie mniej tworzy bezpieczną kulturę, gdzie otwarte mówienie o emocjach jest normą, a sięganie po pomoc – aktem odwagi. W projekcie Stronger Youth przewidziana została rola edukatora jako „ciciego obserwatora” i działającego wyłącznie w sytuacjach kryzysowych. Natomiast struktura i zakres wspólnych działań rówieśniczych w relacji mentor- mentorowany oparta jest na badanach

realnych potrzeb, zatem po prostu skrojona na miarę.

Projekt Stronger Youth rozpoczął się w 2024 roku i jest przedmiotem współpracy partnerów z sześciu krajów: Włoch, Portugalii, Polski, Czech, Rumunii i Hiszpanii. Instytucje, które wchodzą w skład konsorcjum są różnorodne, co zapewnia szeroką gamę wiedzy i doświadczeń. Portugalię reprezentuje Uniwersytet w Evorze, a konkretne pracownicy Instytutu Psychologii. Włochy reprezentuje PRISM – spółdzielnia socjalna, która działa lokalnie i ponadlokalnie na rzecz osób wykluczonych, migrantów oraz lokalnej społeczności. Czeska szkoła językowa Pelican to instytucja, która rozpoczęła swoją działalność od nauki języków, ale dziś jest instytucją, która oprócz kształcenia językowego, zajmuje się licznymi projektami edukacyjnymi oraz integracją cudzoziemców w lokalnej społeczności. Ze strony Rumunii nad projektem pracuje CPIP, które jest instytucją non-profit promującą uczenie się przez całe życie i zaangażowanie społeczne. Organizuje zajęcia, seminaria i warsztaty lokalne i międzynarodowe oraz opracowuje programy edukacyjne dla różnych społeczności. Hiszpanię reprezentuje InnoHub, stowarzyszenie, które zajmuje się promowaniem przedsiębiorczości poprzez działania sprzyjające tworzeniu ekosystemu, który ma za zadanie łączenie technologii i wiedzy. Partnerem technicznym jest włoski NGO Viteco, zajmujący się na co dzień projektowaniem profesjonalnych gier i konwersją formatu SCORM dla instytucji szkoleniowych, szkół i firm.

Polskim partnerem jest Fundacja Rozwoju Aktywności Międzynarodowej i Edukacyjne FRAME, która realizuje wiele mię-

dzynarodowych projektów o charakterze edukacyjnym i jest częścią Konsorcjum COGITO – Centrum Edukacji.

Projekt zakłada przygotowanie metodologii i narzędzi do wprowadzenia mentoringu rówieśniczego zarówno w szkole jak i w innych środowiskach, np. w placówkach opiekuńczo-wychowawczych. Jest on tak pomyślany, aby starannie dobrać pary mentor-mentorowany i aby proces mógł odbywać się pod okiem edukatora, który decyduje o doborze pary mentorskiej, ale później przyjmuje jedynie rolę obserwatora, gotowego do interwencji wówczas, gdy będzie to absolutnie konieczne.

Aby dobrze przygotować metodologię, ale przede wszystkim narzędzia do wspólnych działań młodych ludzi, projekt rozpoczął się od badania faktycznych potrzeb młodzieży w zakresie odporności psychicznej i ogólnie pojętego dobrostanu. Celem badania nie było zdiagnozowanie zjawiska słabego radzenia sobie we współczesnej rzeczywistości społecznej, gdyż zostało to dość dobrze opisane już w światowej, w tym europejskiej literaturze. Prawdziwym celem badań było ustalenie na co zwrócić uwagę przy ustalaniu cech, kompetencji i umiejętności, które mają zostać wzmacnione. Badania zostały podzielone na dwie części: pierwszą z nich był przegląd najnowszej literatury zarówno w krajach partnerskich jak i literatury światowej, aby ustalić stan wiedzy i tendencje w tworzeniu dobrostanu oraz zapobieganiu problemom psychicznym u młodzieży. Druga część to badania pilotażowe w krajach partnerskich przeprowadzone bezpośrednio na młodzieży w wieku od 15 do 19 lat. Wyniki obu badań stanowią jeden z rezultatów projektu. Przyglądając się wnioskom

z badań empirycznych, czyli tych, w których zapytano bezpośrednio nastolatki co ich nurtuje i co można by dla nich zrobić, można odnieść wrażenie, że literatura nie zawsze pokrywa się z tym, o czym mówi młodzież. Choć Zarówno przegląd literatury, jak i badania empiryczne, uwypukliły różne problemy i trudności, z jakimi borykają się nastolatkowie, na poziomie emocjonalnym (np. depresja; lęk; stres, szczególnie związany z presją szkoły i rodziny) i behawioralnym (niedostosowanie szkolne, znęcanie się i przemoc, nadużywanie substancji psychoaktywnych i Internetu, myśli samobójcze, samookaleczenie itp.), które również różnią się w zależności od płci i ewoluują wraz z wiekiem. Młodzież ma co prawda strategie radzenia sobie z problemami i polegają one zarówno na samodzielnym radzeniu sobie jak i szukaniu pomocy u innych, ale nie zawsze są to strategie adaptacyjne. Czasem młodzi ludzie zamkają się w swoim własnym świecie, co prowadzić może do negatywnych skutków, gdy świat ten to np. subkultura lub sekta. Znaczny wpływ na te strategie ma (w kolejności) rodzina, szkoła, rówieśnicy, i technologie cyfrowe. Czynniki ryzyka i czynniki ochronne dla zdrowia psychicznego i dobrego samopoczucia nastolatków zostały również zidentyfikowane w ważnych kontekstach ich życia. Zidentyfikowano czynniki ryzyka w szkole (przemoc, presja szkoły, niepowodzenia szkolne, osiągnięcia szkolne itp.), rodzinie (brak wsparcia, przemoc emocjonalna, presja i kontrola rodzicielska itp.), rówieśnikach (przemoc i inne formy wiktymizacji, brak zaufania, presja na niewłaściwe zachowanie itp.) i internecie (cyberprzemoc, erozja poczucia własnej wartości, uzależnienie itp.). Pojawiły się również czynniki ochronne, jak na przykład

postrzeganie wsparcia (ale nie presji) ze strony rodziny (rodziców), przyjaciół, rówieśników i nauczycieli, w tym w odniesieniu do osiągnięć szkolnych i decyzji dotyczących przyszłości młodych ludzi; oraz istnienie bezwarunkowych i zaufanych relacji. Wskazano również na inne czynniki ochronne na poziomie szkoły (wspierający nauczyciele i inni pracownicy szkoły, jak np. pedagogzy, nauka tego, co pasjonuje, itp.), rodziny (dobra komunikacja rodzic-dziecko), rówieśników (dobre samopoczucie emocjonalne, wspólne zainteresowania) i bardziej osobistych czynników dla nastolatków (zdrowy styl życia, w tym aktywność fizyczna, zajęcia rekreacyjne itp.; cechy osobiste, takie jak samoocena, zdolność do restrukturyzacji sytuacji postrzeganych jako nudne; umiejętności rozwiązywania problemów). Badania ujawniły również pewne słabości nastolatków pod względem wiedzy na temat problemów ze zdrowiem psychicznym, w tym na przykład brak wiedzy i strategię zaprzeczania trudnościom psychologicznym i psychospołecznym w okresie dojrzewania. Istnieje przy tym duży wpływ szkoły, rówieśników, rodziny i Internetu, które przekazują niewłaściwe wzorce radzenia sobie, na przykład stereotypy, że do psycholog zgłaszą tylko ludzie z chorobami psychicznymi. Mimo, że o mentoringu rówieśniczym mówi się coraz więcej i coraz częściej, badania nad programami tego typu są skąpe. Co prawda współczesna literatura sugeruje korzyści płynące z tych programów dla młodych ludzi, zarówno mentorów, jak i podopiecznych, ale także sugerują bardziej zaawansowane programy mentoringowe, w szczególności w późniejszym wieku.

W Polsce wyniki badań nie różnią się w sposób szczególny od tych przeprowadzonych we Włoszech, Portugalii, Hiszpanii, Rumunii i Czechach, ale warto przyjrzeć się najważniejszym wnioskom, gdyż nie odnoszą się one tylko do kontekstu pracy rówieśniczej, lecz stanowią cenną wiedzę na temat problemów współczesnej młodzieży widzianych oczami jej samej.

Polska młodzież czuje się przepracowana. Przeładowany program nauczania idzie w parze z poczuciem bezsensowności nauki. Tymczasem to, czym interesują się młodzi ludzie, może być przedmiotem wielu starań z ich strony. Zainteresowania odgrywają ogromną rolę w poczuciu dobrostanu psychicznego. Realizowanie własnego hobby znaczaco pomaga zwiększyć odporność psychiczną, wzmacnia poczucie własnej wartości i daje poczucie sensu w podejmowanych działaniach.

Polska młodzież nie czuje się słuchana. Istnieje niewiele badań, które biorą pod uwagę ich zdanie. Przeważnie są to badania psychologiczne dotyczące czynników wpływających na dane zachowania. Pomimo licznych publikacji pedagogicznych brakuje publikacji, które uwzględniałyby opinie młodych ludzi w sposób pełniejszy. Potwierdzają to wyniki ankiet, gdzie młodzi ludzie podkreślają bardzo często, że nikt nie przejmuje się tak naprawdę ich problemami, nikt ich po prostu nie słucha, nie rozmawia z nimi. Młodzież potrzebuje większej stabilizacji. Żyje w niepewnych czasach, dynamika zmian ją przytłacza.

Wbrew stereotypom o wyalienowanych młodych ludziach, chcą oni wspólnych działań. Doskonale rozumie problemy, w których żyje i chce się nimi dzielić z innymi.

Młodzież boi się wszechobecnej oceny: musi radzić sobie z nauczycielami, rodzicami i presją społeczną wywieraną przez media. Podkreślają, że te ostatnie kreują nierealne wzorce, ideały, których nie są w stanie spełnić, co wywołuje dodatkowe frustracje.

Nie są to, ogólnie rzecz ujmując, wygórowane wymagania. Młodzież chce przede wszystkim spokoju i kontaktu. A także zrozumienia. Wyniki badań nakierowały autorów projektu na specyfikę dalszych rezultatów, z których kolejnym było wypracowanie narzędzia oceny kompetencji społecznych, zwanego roboczo OSAT (On-line Skills Assessment Tool). Jest to internetowy kwestionariusz, który ocenia mocne i słabe strony w zakresie kompetencji społecznych i odporności psychicznej. Został tak przygotowany, aby przede wszystkim odpowiedzieć na pytanie, czy dany młody człowiek ma cechy potrzebne do tego, aby zostać mentorem. Ale też może służyć każdemu nastolatkowi do oceny własnych kompetencji. OSAT służy też pomocą edukatorom w wyborze właściwych osób do procesu mentoringu rówieśniczego. OSAT daje pełną anonimowość, ale, dzięki specjalnym kodom, pozwala edukatorom na identyfikację, czy wypełnił go, aby na pewno, kandydat na mentora. Warto jednak podkreślić, że OSAT nie stanowi wyroczni, jest jedynie narzędziem pomocniczym z uwagi na swoją generyczność i stosunkowo niewielki stopień skomplikowania. Edukatorzy mogą mieć pełny obraz roli tego narzędzia dzięki kolejnemu rezultatowi, którym jest Przewodnik dla Edukatorów. Ta niewielka książeczka opisuje podstawy mentoringu rówieśniczego, prowadzi edukatora przez proces mentoringu, w którym ma być on jedynie obserwatorem. Dlatego wyjaśnia

rolę współczesnego pedagoga nie tylko w szkole, ale w ogóle w procesie wychowawczym.

Najważniejszym rezultatem projektu jest zestaw aktywności który jest przeznaczony do wspólnej pracy mentora i mentorowanego. Zawiera on 90 ćwiczeń, zajęć i aktywności, podzielonych na 18 różnych tematów, np.: komunikacja, empatia, zdrowie fizyczne, zdrowie psychiczne, dobrostan społeczny, etc. Aktywności są okazją do świetnej wspólnej zabawy, tworzenia czegoś kreatywnego, ale przede wszystkim do nabycia kompetencji społecznych, samoświadomości, odporności psychicznej zarówno dla mentorowanego jak i dla mentora. Aktywności mogą też stanowić inspirację do innych wspólnych działań nie tylko w parach, ale i w większych grupach.

Projekt, w zamierzeniu osób, które są autorami jego rezultatów, ma przyczynić się do profilaktyki

dobrostanu młodzieży. Jednak w pełni zdajemy sobie sprawę, iż bez działań wspólnych wszystkich interesariuszy, nie zmienimy za wiele. Niemniej jednak nawet jednostki, którym będziemy w stanie pomóc, które projekt wesprze, warte są każdego zachodu. Chodzi o to, aby czynić życie młodych ludzi lepszym, piękniejszym, aby wzmocnić ich na początku drogi ku dorosłości. A wówczas wszystkim będzie się żyło lepiej.

Więcej informacji oraz rezultaty projektu można znaleźć na stronie:

<https://strongeryouth.eu/pl/>

oraz na stronie programu Szczęśliwa Szkoła:

[www.szczesliwaszkola.eu](http://www.szczesliwaszkola.eu)

W przypadku pytań można pisać:

Dr Adam Gogacz [adam@gogacz.eu](mailto:adam@gogacz.eu)



# STRONGER YOUTH



Co-funded by  
the European Union



**FRAME**  
Fundacja Rozwoju Aktywności  
Międzynarodowej i Edukacyjnej



## Agata Dawidowska

# Rzeczniczka praw uczniowskich - Niezwykła misja w Poznaniu

Nazywam się Agata Dawidowska, jestem radczynią prawną, społeczniczką, od lat prowadzę własną kancelarię prawną i specjalizuję się w prawach człowieka i prawach dziecka, współpracuję z Fundacją "Matecznik", zajmującą się m.in. prawami pacjenta, szczególnie w okresie okołoporodowym. W mojej pracy zawsze zajmowałam się prawami jednostek wobec instytucji, podmiotów słabszych, takich jak pacjenci, pracownicy, dzieci, czy właśnie uczniowie.

### Skąd się wzięła Rzeczniczka Praw Uczniowskich w Poznaniu?

Poznańska Młodzieżowa Rada Miasta zawnioskowała o stworzenie takiego stanowiska. W odpowiedzi Prezydent Poznania rozpisał konkurs, który ostatecznie wygrałam. Rzecznicy praw uczniowskich działają w kilku polskich miastach, jednak koncepcja, którą przyjął Poznań, jest wyjątkowa, gdyż moje biuro działa przy poradni psychologiczno-pedagogicznej, a nie w urzędzie. To, moim zdaniem, idealny pomysł, gdyż każda osoba, której prawa zostały naruszone, potrzebuje także wsparcia psychologicznego, a nie tylko pomocy prawnej. Dzięki temu, że współpracuję z psychologami, pedagogami, specjalistami od wsparcia kryzysowego, a także psychologami mówiącymi w języku ukraińskim – mogę udzielić pomocy i wsparcia niemal w każdej sprawie.

### Jaką mam moc?

Prawnie nie mam mocy. Nie jestem wizytatorką z kuratorium, żaden dyrektor nie musi ze mną rozmawiać czy zapraszać mnie do siebie. To oczywiście pewien problem, ale mogę to przekuć w moc. Przede wszystkim wchodząc do szkoły mówię od razu: nie mogę Wam nic kazać czy zrobić, możecie mnie wyprosić, ALE jeśli do Was przyszłam, to znaczy, że macie w szkole problem.

Chcę z Wami porozmawiać, wesprzeć Was jako szkołę w procesie rozwiązywania go. Pomóc znaleźć rozwiązanie i może zapewnić wsparcie z zewnątrz, mediacje. Nie jesteście z tym kłopotem sami. Jednak zawsze mówię o tym, co się dzieje z perspektywy ucznia, wskazuję na to, skąd się wzięło poczucie krzywdy, z którym uczeń lub jego rodzice do mnie przyszli, badam, jak się zająć problemem. Przyznam, że jeszcze nie zdarzyło się, aby dyrektorka czy dyrektor szkoły nie chcieli ze mną rozmawiać. Też na palcach jednej ręki mogę wyliczyć, ile razy rozmowa nie przyniosła oczekiwanych rezultatów. Oczywiście mam w Poznaniu ogromne wsparcie Wydziału Oświaty i wiceprezydenta Mariusza Wiśniewskiego, który zajmuje się w Poznaniu kwestiami oświatowymi. Mam także wielkie wsparcie we wszystkich poznańskich poradniach psychologiczno-pedagogicznych, z którymi współpracuję. W wielu kwestiach także mam wsparcie Wielkopolskiego Kuratora Oświaty i wizytatorki z oddziału do spraw przestrzegania praw i obowiązków uczniów, mediacji i równości. Współpracuję także z Wydziałem Prawa i Administracji Uniwersytetu Adama Mickiewicza – szczególnie z kliniką prawa – prowadzimy wspólne dyżury, i studenci przygotowują dla mnie pod okiem opiekunów opinie prawne w zgłoszonych kwestiach. Widzę ogromne zaangażowanie z różnych stron, i to właśnie jest największą mocą, jaką mam.

## Jak pracuję?

Pracuję rozmową – przede wszystkim z uczniami, z rodzicami, a następnie z dyrektorami szkół, nauczycielami i kadra psychologiczną w szkołach. Mam regularne dyżury, na które przychodzą rodzice i uczniowie. Również dyżury organizuję doraźnie, jeśli jest taka potrzeba. Organizuję i przeprowadzam mediacje – czasem sama, a czasem są to ogromne spotkania mediacyjne całych klas trwające po 3-4 godziny z dużym zaangażowaniem wszystkich stron, czasem przy uczestnictwie także wizytatorów z kuratorium czy inspektorów z wydziału oświaty.

Na spotkaniach z uczniami i rodzicami przygotowuję analizę problemu, omawiamy go, następnie przygotowuję proponowany plan działania i pytam o zgodę na wskazane działania. Nigdy nie działam bez pełnej zgody, gdyż często zainteresowane osoby przychodzą do mnie, żeby się upewnić, czy dana sytuacja jest już nadużyciem i czy mają rację, kiedy wydaje im się, że szkoła nie działa w taki sposób, jak powinno to wyglądać, ale nie chcą, żeby jakakolwiek interwencja była podejmowana. Czasem chcą tylko opowiedzieć swoją historię. To też bardzo ważne. Często po takim spotkaniu organizuję właśnie spotkanie z psychologiem, gdyż w wielu, szczególnie tych trudniejszych problemach związanych z funkcjonowaniem ucznia w szkole, potrzebne jest wsparcie.

Mogę też powiedzieć, jak nie pracuję – nie zależy mi na pokłasku w mediach społecznościowych, pisaniu dramatycznych postów czy artykułów, nie zależy mi na tym, aby eskalować problemy i bardziej polaryzować społeczności szkolne. Nie chcę poniżać nauczycieli czy dyrektorów, nie chce, aby sprawy skrywdzonych uczniów trafiały do mediów. To nigdy nie jest rozwiązaniem, i wiem, że potrafi narobić więcej krzywdy i nie rozwiązuje żadnego problemu. Celem dla mnie jest wyjście ze szkoły, w której zostało wypracowane rozwiązanie problemu, w której zarówno uczniowie, jak i nauczyciele czują się dobrze, i w której po konflikcie czy kryzysie wszyscy mogą funkcjonować dalej.

Poza oczywiście najbardziej dramatycznymi sytuacjami, jak przemoc nauczyciela wobec ucznia czy molestowanie seksualne, w których to sytuacjach trzeba bardzo dobrze zarządzać powstałym kryzysem i wesprzeć wszystkich –

uczniów-ofiary, uczniów- świadków, grono pedagogiczne. A sprawca musi być szybko odseparowany, i sprawa przekazana właściwym organom. Ważne jest sprawne działanie i stanowcza reakcja. Kilkukrotnie już poznaliśmy dyrektorzy prosili mnie o pomoc niemal natychmiast po uzyskaniu informacji o takim nadużyciu, i wspólnie planowaliśmy najlepsze dla całej społeczności działania. Najważniejsze w takich chwilach jest, aby zauważyć i nazwać problem, a później dobrać odpowiednie narzędzia i mieć zero tolerancji dla nadużycia.

Zdarzały się też interwencje dotyczące uczniów w procesie tranzycji, rozmowy z nauczycielami na temat preferowanych imion i zaimków. Tutaj często wspieram się orzeczeniami sądów, publikacjami Rzecznika Praw Obywatelskich, zaleceniami dla sędziów, czy zaleceniami dla urzędników w jaki sposób zwracać się do osób w procesie tranzycji. Mam wrażenie, że szkoły średnie wypracowały już odpowiednie sposoby

postępowania, i sprawy, w których brałam udział, i które monitoruję, bardzo dobrze działają. Dużo trudniej mają uczniowie w szkołach podstawowych w tym zakresie, jednak także widzę efekty rozmów i spotkań.

## Co uczniowie zgłaszają mi w czasie interwencji?

Najczęstsze zgłoszenia od uczniów i od rodziców dotyczą funkcjonowania uczniów w szkole, relacji pomiędzy uczniami, a także pomiędzy uczniami a nauczycielami. Braku reakcji grona pedagogicznego na zgłaszanego problemu.

Najpoważniejsze kwestie dotyczą tego, że uczniowie nie czują się w szkole bezpieczni.

Oprócz tego, najczęstsze zgłoszenia dotyczą edukacji włączającej i braku respektowania przez nauczycieli orzeczeń i opinii, ignorowania szczególnych potrzeb uczniów, często braku zrozumienia przez niektórych nauczycieli, na czym polega wyrównywanie szans, czy edukacja włączająca. Wiem, że to bardzo trudny temat i staram się udzielać szkołom wsparcia, znajdować dobre szkolenia, kontaktować konkretnych nauczycieli ze specjalistami, którzy potrafią wytłumaczyć, jakie działania w konkretnym przypadku mogą się sprawdzić. Zdarzyło mi się uczestniczyć w spotkaniach IPET-owych, a także interweniować w tego typu sprawach u dyrekcji.

Niektóre zgłoszenia dotyczą kwestii typowo „prawnoczłowieczych” – naruszania godności

uczniów, kwestii korzystania z toalety, która nadal stanowi ogromny problem, sytuacji związanych z organizacją pracy szkoły. Wiele z kwestii może być rozwiązane przez rozmowę grona pedagogicznego z samorządem uczniowskim. Właśnie tego dialogu często brakuje.

Osobną kwestią jest ocenianie, w szczególności ocenianie zachowania i różne problemy z tym związane. Przyznam, że w tej materii najtrudniej mi podejmować działania. Wiem, jakie są przepisy i jak powinno to wyglądać w teorii. Konsultuję różne kwestie z wizytatorami w kuratorium, jednak w tej materii nauczyciele, którzy w pewien sposób działały „od zawsze”, nie są chętni do zmiany swoich przyzwyczajeń i wytyczonych ścieżek. Niestety, część z tych kwestii muszę pozostawić kuratorium.

### **O czym rozmawiam z uczniami w szkole?**

Przychodzę na spotkania w szkole z uczniami i rozmawiam z nimi o ich prawach. Rozmawiamy o influencerach zajmujących się prawami uczniowskimi, o tym, jak działają media społecznościowe, o tym, czy w ich szkołach jest tak źle, jak to pokazują czasem media, czy właśnie influencerzy. Młodzi ludzie, nawet ci z młodszych klas podstawówek, którzy oglądają różne filmiki w mediach społecznościowych, naprawdę wiedzą, jak działają social media. Ale też rozmowa z nimi o tym, co „się klika”, i jak media nas polaryzują. Jak starają się stworzyć obozy „uczniowie kontra nauczyciele”. Myślę, że zarówno uczniowie, jak i nauczyciele, powinni zauważać, że często są wciągani w taką grę, a tak naprawdę wszystkim chodzi o to, żeby w szkole było dobrze, bezpiecznie i zgodnie z prawem.

Rozmawiam z uczniami o ich prawach, jednak zawsze zaczynam od tych praw, które wynikają z praw człowieka. Pytam ich, kim są ludzie, od jakiego wieku stajemy się człowiekiem i do jakiego wieku nim jesteśmy. Czy bycie uczniem sprawia, że przestajemy mieć prawa człowieka. I w drugą stronę – czy bycie nauczycielem sprawia, że przestaje się mieć prawa człowieka. O godności, o szacunku, o tym, w jakim świecie chcemy żyć i w jakim jest nam dobrze. Jestem gotowa na trudne pytania, a rzeczywiście każda grupa uczniów – niezależnie, czy spotykam się z 7-latkami, czy z 17-latkami – zadaje trudne pytania.

Często rozmawiamy o szacunku dla wizerunku drugiej osoby – trochę dlatego, że to mój konik. Czym jest wizerunek, na czym polega ochrona wizerunku, jakie są obowiązki szkoły w tym

zakresie, jakie są obowiązki nauczycieli, uczniów i w ogóle wszystkich ludzi. Czym jest publikacja wizerunku i czy można robić memy ze zdjęć, które robimy. W czasach, gdy większość naszej aktywności jest w przestrzeni cyfrowej, to bardzo ważna kwestia, a mam wrażenie, że brakuje w tej materii refleksji.

### **O czym rozmawiam z nauczycielami na radach pedagogicznych?**

Przed każdą radą, na którą jestem zaproszona, proszę o zestaw pytań od nauczycieli. Są często bardzo nacechowane negatywnym podejściem do mnie, atakującą. Zawsze pada pytanie, o to, dlaczego mówimy o prawach, a gdzie obowiązki – i tutaj zawsze cierpliwie mówię, że owszem, są obowiązki, ale prawa i obowiązki to dwie osobne bajki, że wykonywanie obowiązków nigdy nie warunkuje posiadania praw. Nie może ich warunkować. Szczególnie, jak mówimy o prawach człowieka. Ale poza prawami uniwersalnymi uczeń ma np. prawo do oceny. I tutaj nikt nie mówi, że to ma być ocena pozytywna. Będzie taka, w jakim zakresie wypełnił swoje obowiązki związane z nauką. Zawsze też pada pytanie o rzecznika praw nauczycieli. I tak uważam, że nauczycielom potrzebne jest wsparcie. Nie nazwałabym go rzecznikiem, żeby nie budować kolejnej kontry. Jednak nauczycielom brakuje superwizji, mentoringu, czy zewnętrznej instytucji, w której mogliby uzyskać wsparcie. Nauczyciele są bardzo samotni i pozostawieni z ogromną odpowiedzialnością i jeszcze większym, często nadmiarowym, poczuciem odpowiedzialności i potrzebą wpływu na wszystko. W niektórych poradniach psychologiczno-pedagogicznych funkcjonują superwizje dla nauczycieli. Zresztą, poradnie mają pod swoją opieką zarówno uczniów, jak i nauczycieli ze swojego rejonu.

Na radach pedagogicznych mówię właśnie o tych wszystkich rzeczach, które mówię uczniom i mam wrażenie, że z tych rad wychodzimy także w lepszej atmosferze niż je zaczynamy.

### **Jak naprawić statuty szkolne?**

Problem ze statutami szkolnymi niestety jest. Spotykałam się z niejedną dyrektorką czy dyrektorem szkoły i omawiałam punkt po punkcie cały statut. Wiem też, że podobne spotkania mają miejsce w kuratorium. Niestety, w tym zakresie trudniej o kompromis, szczególnie w zakresie wewnętrzszkolnych systemów oceniania, średnich ważonych czy punktowych systemów oceniania zachowania. W tym zakresie czekam na oficjalne wytyczne

kuratorium – wiem, że Wielkopolskie Kuratorium pracuje nad takimi oficjalnymi wytycznymi, więc myśle, że będę się nimi wspierać.

### **Czy uważam, że rzecznicy praw ucznia są potrzebni?**

Są bardzo potrzebni. I właściwie istnieją w każdej szkole. Oczywiście nie zawsze nazywani są rzecznikami, ale nie trzeba kogoś nazywać w konkretny sposób oficjalnie, żeby pełnił daną funkcję. To często opiekunowie samorządów

uczniowskich, wychowawcy, nauczyciele bardziej wrażliwi na problemy uczniów i tacy, którzy po prostu mają zaufanie uczniów. To do nich uczniowie przyjdą z problemem, opowiadzą co ich gryzie i poproszą o wsparcie. To oni są już rzecznikami. Żadna ustanowiona tego nie zmieni, jednak myśle, że po prostu warto wzmacnić ich pozycję, co z pewnością przyda się społecznościom szkolnym.





# Hubert Pajączkowski

## LEKCJE BEZ TABU

Nowy projekt Fundacji SEXEDPL kierowany dla edukatorów, nauczycieli i rodziców

Fundacja SEXEDPL we współpracy z Konsorcjum Filantropijnym rozpoczęła realizację projektu LEKCJE BEZ TABU, którego celem jest dostarczenie nauczycielom i edukatorom bezpłatnych, rzetelnie przygotowanych scenariuszy lekcji dotyczących ciała, emocji i relacji. Projekt powstał z myślą o wypełnieniu luki w systemie edukacji i wyposażeniu młodych ludzi w informacje dostosowane do ich wieku i potrzeb. Materiały zostały skonsultowane z ekspertami Uniwersytetu SWPS.

Nauczyciele i edukatorzy mogą pobrać gotowe plany lekcji, które wykorzystują różnorodne metody dydaktyczne, zawierają propozycje ćwiczeń, pytania do dyskusji i materiały dodatkowe. Dzięki temu prowadzenie zajęć staje się prostsze i bardziej efektywne. Scenariusze są również wsparciem dla nauczycieli, którzy nie mają doświadczenia w prowadzeniu lekcji o tematyce związanej ze zdrowiem seksualnym. Dzięki gotowym materiałom mogą czuć się pewniej i skupić się na indywidualnych potrzebach uczniów.

Materiały są skierowane do uczniów klas 4-6 oraz 7-8 szkół podstawowych, a także

uczniów szkół ponadpodstawowych. Scenariusze mogą być wykorzystywane w ramach obowiązkowych lub dodatkowych zajęć, podczas lekcji wychowawczych, wychowania do życia w rodzinie (a już niebawem edukacji zdrowotnej), a także jako narzędzie do reagowania na bieżące sytuacje w klasach.

Scenariusze zajęć zostały opracowane przez doświadczonych edukatorów i nauczycielkę: Basię Pietruszczak, Huberta Pajączkowskiego i Tosię Kopyt. To osoby, które pracują na co dzień z dziećmi i młodymi osobami w szkołach.

### Co znajdziemy w Lekcjach Bez Tabu?

Wśród 70 scenariuszy znajdują się różnorodne materiały poruszające tematy związane m.in. z dojrzewaniem i zachodzącymi w tym okresie zmianami w głowie i w ciele, z miesiączką i mutacją, zdrowiem intymnym, pierwszym zakochaniem i towarzyszącymi mu emocjami, a także tematami dotyczącymi uzależnień, hejtu i przemocy oraz ... wiele, wiele więcej!

## Dlaczego warto rozmawiać Bez Tabu?

W Polsce edukacja seksualna w szkołach często ogranicza się do pojedynczych zajęć z wychowania do życia w rodzinie, które nie zawsze odpowiadają na realne potrzeby młodzieży. Brak rzetelnej wiedzy na temat ciała, emocji, zdrowia intymnego czy bezpieczeństwa w sieci sprawia, że młodzi ludzie szukają informacji w internecie, gdzie często trafiają na nieprawdziwe lub szkodliwe treści.

*– To ważne, aby dzieci uczyły się rzetelnych informacji w szkole, ponieważ edukacja seksualna oparta na sprawdzonych źródłach chroni przed niebezpieczeństwami, takimi jak grooming, sexting czy cyberprzemoc. „Lekcje bez tabu” to narzędzie,*

*które pozwoli młodym ludziom lepiej rozumieć siebie i innych, a nauczycielom pomoże w prowadzeniu wartościowych rozmów – podkreśla Anja Rubik, Założycielka i Prezeska Zarządu.*

Fundacja SEXEDPL i Konsorcjum Filantropijne zapraszają wszystkich nauczycieli, edukatorów i rodziców do korzystania z materiałów i wspólnego tworzenia przestrzeni do otwartej i świadomej edukacji.

Wszystkie scenariusze są dostępne bezpłatnie na stronie [www.lekcjebeztabu.pl](http://www.lekcjebeztabu.pl).

Zobaczcie:

<https://www.youtube.com/watch?v=IhVvscRqYi8>

**Hubert Pajączkowski, koordynator projektu  
Lekcje Bez Tabu w Fundacji SEXEDPL,  
edukator zdrowia seksualnego,  
absolwent seksuologii.**



# Edyta Weigel

## Obywatel Przyjazny Środowisku.

Kilka lat temu zaczęliśmy sprzątać lasy. To nie byle jakie akcje, nie pokazowe wydarzenia, raz do roku. To wielkie, systematyczne dzieło, które tworzymy nadal. Ba, wielu aktywnych Ludzi zaraziło się naszym zamiłowaniem do sprzątania lasów i aktywności wokół innych dziedzin życia. Bo przy okazji działania naszych grup - rozwija się wiele innych przedsięwzięć: akcji charytatywnych, integracyjnych, kulturalnych i obywatelskich. Tę lawinę ruszył Leszek, którego właśnie tym tekstem chcę szczególnie uhonorować. Ale prawda jest też taka, że pociagneliśmy wszystko MY, jako grupa, z czasem już grupa ludzi, którzy troszczą się także o siebie nawzajem. Zaczęło się od chęci oczyszczania lasów i łąk, które są potwornie zaśmiecone i potrzeby niedzielnych spacerów na łonie natury. Ale z czasem staliśmy się dobrze zorganizowanym zespołem, brygada, a nawet - jak chciał Leszek - Leśnymi Komandosami. Testowaliśmy różne rozwiązania organizacyjne, przeplataliśmy je wspólnymi spotkaniami, czasem zabawa. ale zawsze poczciem sporej radości, jaką dają nam cotygodniowe akcje. Nie wszyscy, nie zawsze mogą brać w tym udział, ale też staramy się nie narzucać sobie niczego, staramy się wspólnie ustalać obszar naszego działania i naszych zainteresowań. I tak w moim życiu pojawiły się lasy już w innym wymiarze. Owszem, nadal marzę o tym, aby były czyste i na pewno nie zrezygnuje z akcji sprzątania lasów - w miarę moich możliwości. Ale pojawił się też nowy cel. Zaczęło mi już zależeć nie tylko na jakości polskich lasów, ale też na tym, żeby te lasy w ogóle były! Żebym nie musiała się martwić, że moje córki będą żyły na wykarczowanych, wyjałowionych terenach, żebybym miała pewność, że - za mojego życia - nie poczuje się tych lasów pozbawiona. I że lasy zyskają dla nas wreszcie wartość społeczną, a nie ekonomiczną. Bo niestety nie jest dobrze. Tu gdzie mieszkam, mam wprawdzie niewielki lasek, który skutecznie ratuje mi umysł, ale dalej jest gorzej. Gminy to obszary pozbawione drzew, nieliczne lasy porocone są wycinkami, na niektórych sadzi się nowe drzewa, których ja już nie doczekam. A czasem wycina się drzewa piękne, stare, dostojarne, w imię zysku lub w oparciu o postawy, na które ja osobiście nie chcę się zgodzić. Bo marzy mi się Obywatel Przyjazny Środowisku. Taki, który nie będzie drzew przeliczał na symboliczne „trzonki do mioteli”, który nie będzie kwiutował kolejnej wycinki słowami - drzewa kosi się jak zboże, któremu do głowy nie przyjdzie wyrzucić śmieci do lasu, ani nie będzie palić „czym się da”, ani karczować

każdego drzewa, bo „śmiecią liści mi”. Marzy mi się Obywatel, który zdaje sobie sprawę, że palenie plastikiem, traktowanie traw i zbóż zabójczymi pestycydami i karczowanie połaci lasów - to zachowania, które należy piętnować. Ze - jako Obywatele - mamy nie tylko prawo - ale wręcz obowiązek przejąć się losem przyrody i zwierząt, że mamy prawo i obowiązek pilnować zachowań ludzi władzy, którzy podejmują złe decyzje, którzy - co się niestety zdarza - ograbiają nas z przyrody, zdrowia a czasem wręcz tworzą patologiczne, zagrażające naszemu życiu sytuacje (patrz artykuł Macieja Kuszneruka w 1/(13) numerze Cogitantium). Nie pilnowaliśmy, zamkaliśmy oczy, nie chcieliśmy dotykać pewnych spraw, nie chciało nam angażować się w imię przekonania „nic się nie da zrobić”, albo „lepiej tego nie dotykać”. I oto tyka nam bomba, kolejne urzędy rozkładają ręce, my powtarzamy: A nie mówiłam/lem? Co my możemy z tym zrobić? Niestety czasem jest już za późno, ale odwracanie oczu od tych problemów to - według mnie, obywatelskie zaniechanie, jeśli wręcz nie współudział. XI przykazanie brzmi: Nie bądź obojętny!

Jakie więc postawy mógłby mieć Obywatel Przyjazny Środowisku? Postawa sama w sobie ma trzy elementy składowe: wiedzę, emocje i zachowania wobec zjawiska, w tym przypadku przyrody. W takim razie pozostaje się zastanowić, jakimi Obywatelami dla środowiska naturalnego jesteśmy my sami i czego nam jeszcze brakuje.

Chyba najłatwiej opisać wiedzę, jaką powinien mieć OPŚ. Musi wiedzieć, że palenie oponami jest szkodliwe nie tylko dla niego, ale i dla jego dzieci, że wyrzucanie śmieci do lasu to nie tylko totalny brak kultury, ale także przestępstwo. Musi także wiedzieć, jak właściwie segregować odpady lub unikać ich w codziennym życiu. Obywatel Przyjazny Środowisku będzie wiedział, że idealne, równiutkie trawniki, pozbawione chwastów i podlewane pestycydami to zabójstwo dla pszczół, owadów i jeży. Taki Obywatel powinien wiedzieć, że zboże lub rzepak spryskane pestycydem, tuż przed żniwami - trafi do niego w tradycyjnym schabowym smażonym na „podrasowanym” pestycydem oleju i przegryzonym chlebem, z zanieczyszczonej mąki.

Czy naprawdę są ludzie, którzy myślą - w moim chlebie na pewno nie ma mąki ze zbóż potraktowanego pestycydem? Nie ma „bo nie”, może jest w chlebie sąsiada. Albo którzy myślą - jak wyrzucę śmieci nieposegregowane, to nic się nie stanie, bo „mój worek śmieci świata nie ocali”?

Niestety są tacy obywatele, do których wiedza nie dociera, bo „wiedzą swoje”: sami to sobie znaleźli w sieci, albo sami to przemyśleli i wiedzą. Skoro nie widać trucizny, to jej po prostu nie ma - prawda? Zmiana klimatu nie istnienie - dzisiaj jest 6 stopni mrozu - oto dowód. Alternatywne źródła energii to zmowa rynkowa producentów fotowoltaiki.... Słyszę to czasem i pozostaje mi tylko płakać, że nie interesuje nas już rzetelna wiedza, tylko wierzymy w co popadnie....

Obywatel Przyjazny Środowisku powinien też wiedzieć jak dbać o lasy, bo nie są tylko zbożem, drzewa pełnią także funkcje społeczne i przyrodnicze, a nawet ekonomiczne, w odróżnieniu od „funkcji gospodarczych”, które są ostatnio terminem, wzbudzającym moją ogromną niezgodę. Owszem, trzeba pozyskiwać drewno, ale nie może to być dominująca funkcja lasów będących dobrem wspólnym! Swoje samochody, rowery czy komórki traktujemy jak „oczka w głowie”, a na las machamy ręką i powtarzamy - las się kosi i już. To już może nastąpić szybciej niż byś sobie obywatełu wyobrażał i nagle drzewa znikną, a ty będziesz odczuwał wszystkie tego skutki. Bo tu nie chodzi tylko o to, że las jest piękny, jest domem dla zwierząt, miejscem naszego wypoczynku. Tu chodzi o realne zagrożenia i inwestycje. Upały w miastach i miasteczkach, podtopienia i konieczność rozbudowy infrastruktury komunalnej (odprowadzenia wody deszczowej) - jako skutek betonozy i karczowania drzew z placów i ulic naszych miast. Spadek wartości terenów inwestycyjnych, bo nie każdy chce mieszkać na wykarczowanej pustyni. Wyobraźcie sobie państwo - tak chętnie „gospodarujący” przyrodą, że niektórzy lubią szum liści i zielony kolor i będą w stanie zapłacić więcej za leśny widok za oknem. Nie każdy, chce tuje, bo „tak mają wszyscy”. Wykarczowany lub powałony las lub park zwiększa natężenie hałasu i zapylenie - jesteśmy przez to słabsi i nerwowi. Zieleń nam służy, bo tak się składa, że nie jesteśmy maszynami, choć trzeba przyznać, że maszyny są dla nas ważniejsze i chętnie lasy wymienimy na kolejne zabawki.

Podsumowując, Obywatel, który byłby mi bliski wiedzialby, że przyroda jest nam niezbędna do życia, a lasy to nie zboże. Wiedzę zdobywał by myśląc krytycznie, a nie w sposób przypadkowy, wierząc w co popadnie. Być może tu tkwi problem? Może my tego po prostu nie wiemy i dlatego zachowujemy się jak szaleni karczownicy?

Drugim elementem postawy są zachowania, które w naturalny sposób wynikają z wiedzy, choć to przełożenie nie jest całkowite. Bo Obywatel, który wie że szkodząc przyrodzie „strzela w stopę swoim dzieciom” po prostu by się zachowywał zgodnie z tą wiedzą. Ale to ideał. Czasem wiedzy nam nie starcza, albo pochłonęliśmy masę fake newsów - więc trudno powiedzieć, żebyśmy „wiedzieli” o zależności człowieka i przyrody. Czyli po pierwsze nie mamy wiedzy, a po drugie - nawet jeśli „coś nam tam w głowach świata” - nie

chcemy się tym przejmować. To co, że szkodzić środowisku jest źle, ale moje jedno zaśmiecone palenisko, nieposegregowane śmieci świata nie zbawią. Tu często pada argument o naprawie świata papierowymi słomkami - traktowany oczywiście jako kwintesencja głupoty ekologów. A co zmieni jedna słomka wobec śladów węglowych! Znajome? Zdarza ci się tak myśleć? To oznacza, że najtrudniej u ciebie z trzecim elementem postawy - z emocjami.

Emocje, choć omawiam je na końcu są konstytutywne dla postawy. Postawy wobec czegoś - tu akurat chodzi o przyrodę. Bo jeśli emocje związane z obiektem postawy są SILNE, mobilizują nas do zdobywania wiedzy i działania. Niechłubną tajemnicą naszych społecznych osobowości jest to, że najłatwiej nas zmobilizować stymulując negatywne postawy wobec zjawisk, albo zbiorowości. Wystarczy ludziom wskazać - kogo mają „nienawidzić” a oni poczuja się gotowi do działania.... Nie muszę tłumaczyć, czym to się kończy.... To smutne, bo o wiele trudniej nas motywować do przyjmowania postawy pozytywnej, sprawczej, dającej moc działania. Takiej postawy, która motywuje nas do myślenia: kto jak nie My, damy rade, robimy i już! Tak zdarza się niestety najrzadziej, bo najczęściej po prostu coś jest nam obojętne..... Wycięty las? A co mnie to obchodzi lub „nic nie mogę zrobić”.... Trzeba z kimś pogadać o sprawie? Poświecić swój czas? Nie da rady, jestem zajęty naprawdę ważnymi sprawami. No i to obojętne myślenie, którego szczególnie nie znoś: „oni” i tak zrobią co będą chcieli - w różnych odmianach. Jako obywatele uważamy, że nic nie możemy, że ci sławni „ONI” mogą z naszym życiem zrobić wszystko, a my możemy jedynie ponarzekać...

Obywatel Przyjazny Środowisku by się po prostu tak łatwo nie poddawał. Starałby się działać, robić, walczyć o swoje, patrzeć na ręce politykom, decydentom i innym karczownikom, którzy zabierają nasze lasy. Byłby aktywny, bo kierowany postawą mobilizującą - czy to pozytywną (to ma sens - zróbmy to), czy też negatywną (nie pozwólmy im tego zrobić!). Jednak poczucie zaangażowania to nadal pieśń przyszłości....

Często gdy rozmawiam o tych sprawach robi mi się bardzo smutno, bo to, że mnie to wyprowadza z równowagi, to trochę oczywiste. Ale smutek już nie jest oczywisty, a często to właśnie dominująca emocja która odczuwam patrząc na wyrżnięte połacie lasu, przypominam sobie zatrucie Odry, albo wracam myślą do wysypisk toksycznych odpadów, które rujnują ludzkie życie. Bo myśl o tej obywateelskiej luce w naszych emocjach, jak nam to jest obojętne, jak się widzimy - jako bezwolnych, manipulowanych - a więc słabych Ludzi. To bardzo przykro, bo często takie postawy prezentują ludzie, których szanuję. Wtedy często słyszę, że świata nie zbawię. Owszem, wiem że nie zbawię świata. Ale jeśli TY chcesz poczuć się nieco bardziej sprawczo - ZBAW JAKIŚ LAS.

*Dr Edyta Weigel - socjolog, pedagog, społecznik. Członek Konsorcjum COGITO - Centrum Edukacji. Emanująca optymizmem mama dwóch córek, sprzątaczka lasów, amatorka grzybobrania, planująca zmiany w swoim domu na wsi.*

# Mateusz Rutkowski

Kształtowanie w szkole i poza nią postaw pro-obywatelskich wśród młodzieży z perspektywy nauczyciela historii i wiedzy o społeczeństwie



**K**ształtowanie wśród młodzieży postaw pro-obywatelskich jest niezmiernie ważnym zadaniem nie tylko dla nauczycieli historii i wiedzy o społeczeństwie, ale i dla całej instytucji szkoły. Każdemu przecież zależeć powinno na tym, aby młodzież, która opuści mury placówek edukacyjnych i przejmie na siebie odpowiedzialność za siebie, swoją rodzinę, otoczenie i Ojczyzne, była świadoma swoich praw i obowiązków. By znała swoją rolę w państwie i w społeczeństwie. By szacunkiem darzyła swoich współrodaków. Jak na lekcjach wiedzy o społeczeństwie zaszczepić w młodych ludziach postawy pro-obywatelskie? Poniżej załączam garść swoich przemyśleń.

Oczywistością będzie stwierdzenie, że postawy pro-obywatelskie nierozerwalnie łączą się z poczuciem patriotyzmu. W Słowniku języka polskiego PWN możemy znaleźć następującą definicję hasła *patriota* – jest to człowiek *kochający swoją ojczyznę, gotów do poświęceń dla niej*. Kiedy myślimy o patriotach i patriotyzmie, często cofamy się do tragicznych lat II wojny światowej, wojny polsko-bolszewickiej, powstań narodowych, lat zaborów. Słownem – do czasów, gdy za sam fakt uznawania się za Polaka, można było ponieść srogie konsekwencje. Do lat, gdy miłość do Ojczyzny udowodnić trzeba było ukrywaniem się w lasach z partyzantami, ryzykowaniem życia w czasie powstania

warszawskiego, czy uczeniem się po kryjomu języka polskiego, kiedy kanclerz Bismarck rozpętał w szkołach *Kulturkampf*. Dziś żyjemy w szczęśliwych czasach pokoju, gdy wojenne zawieruchy ustąpiły na tej części Starego Kontynentu. Wobec tego młody człowiek może spytać: *Jak dziś być patriotą?* Współczesny patriotyzm różni się od tego opiewanego w powieściach Sienkiewicza czy lirykach Mickiewicza. Współczesny patriotyzm powinien przejawiać się między innymi w szacunku do godła, hymnu, historii, „niekaleczeniem” języka polskiego i nienadużywaniem w nim wulgaryzmów – to przecież jasne. Ale czyż przejawem patriotyzmu nie będą również tak prozaiczne rzeczy, jak segregowanie odpadów, niezaśmiecanie otoczenia, oszczędność wody, prądu, tak by nie zostawić przyszłym pokoleniom wyjałowionych, nieprzystępnych dla życia terenów bez żadnych surowców? Czyż patriotyzmem nie będzie dziś sumienne płacenie podatków i nieokradanie własnego państwa w myśl zasady *wspólne znaczy niczyje?* Czyż patriotyzmem nie będzie postawa szacunku do każdego człowieka, bez względu na płeć, kolor skóry, wyznanie, orientację, etc.? Myślę, że dziś trzeba zreinterpretować pojęcie patriotyzmu tak, aby dla młodych ludzi, wychowanych szczęśliwie w czasach pokoju, znaczył on przede wszystkich postawę przyzwoitości wobec siebie,



najbliższych, otoczenia i wszystkich innych osób. A tej reinterpretacji powinno się dokonać właśnie w szkole.

Frekwencja wyborcza w Polsce od lat nie jest powodem do dumy. O ile ta w wyborach prezydenckich, czy samorządowych może zostać uznana za przyzwoitą, o tyle frekwencja w wyborach do Parlamentu Europejskiego bądź w referendum, najczęściej pozostawia wiele do życzenia. Przed każdymi wyborami w środkach masowego przekazu prowadzona jest kampania udowadniająca, że każdy, pojedynczy głos ma wielkie znaczenie. A jednak ogromny procent młodych osób, które dopiero co weszły w dorosłość, jak mantrę powtarza, że *ich jeden głos nic nie zmieni*, więc nie będą zadawać sobie trudu, by po niedzielnym obiedzie udać się do swojej komisji wyborczej i postawić znak X przy nazwisku jednego z kandydatów. Mam wrażenie, że u podstaw tego problemu leży przede wszystkim niewiedza. Trzeba, by nauczyciel WoS-u w procesie nauczania położył duży nacisk na przekazanie, jakie kompetencje mają poszczególne organy. Być może, gdy będziemy wiedzieć, że na podjęcie decyzji o położeniu chodnika czy ścieżki rowerowej w naszej miejscowości będzie mieć wpływ wójt i rada gminy, chęniej przyjrzymy się potencjalnym kandydatom na te urzędy. Gdy zdamy sobie sprawę, że naprawą nawierzchni drogi, którą codziennie jedziemy do szkoły/pracy może się zająć na swoim posiedzeniu rada powiatu, nie wyrzucimy odruchowo ulotki kandydata na to stanowisko. A gdy będziemy mieli pewność, że w gestii prezydenta miasta i rady miejskiej leży budowa placu zabaw dla naszego kilkuletniego dziecka, o wiele

chętniej wrzucimy do urny nasz głos. I tyczyć będzie się to władz zarówno na szczeblu gminnym i powiatowym, jak i wojewódzkim i krajowym. Jeśli młodzi ludzie będą wiedzieć, od kogo zależy ich codzienność, chęniej (głęboko w to wierząc) wezmą udział w wyborach. Oprócz podania informacji o kompetencjach władz w formie tekstu lub wykładu, dobrym pomysłem może być zaproszenie na lekcje członka któregoś z powyższych gremiów, tak aby młodzież mogła mieć z nim „namacalny” kontakt. Zdaje sobie sprawę, że premier, czy minister raczej nie znajdą czasu na wizytę w naszej szkole, ale już być może radny miejski/powiatu/sejmiku twierdząco odpowie na nasze zaproszenie.

*Ignorantio iuris nocet* – mówi jedna z paremii prawa rzymskiego. Ileż razy nie mamy pewności, czy natrętnie dzwoniący do nas ankieter ma prawo posługiwać się naszym nazwiskiem i numerem PESEL? Ileż razy nie wiemy, czy możemy zwrócić niesprawny towar, jeśli mamy paragon, ale zniszczyliśmy już pudełko? A ileż razy oczy bolą nas od czytania setek tysięcy drobnych literek na umowach, które podpisujemy dziś w ilościach hurtowych? Chyba i w tym przypadku, ogólnym problemem jest niewiedza. Nadludzką rzeczą jest znajomość na pamięć kodeksu prawa karnego, cywilnego, kodeksu pracy, rozporządzeń Rady Ministrów, umowy z gazownią, hydroforenią, elektrownią, instrukcji przeciwpożarowych i setek innych. Ale już zdecydowanie niedobrze jest, gdy nie wiemy, że istnieją instytucje, do których w razie powyższych problemów możemy się zgłosić. Gdy nie

wiemy, że dwie ulice dalej swoje biuro ma Rzecznik Praw Konsumenta, a w urzędzie miejskim można w godzinach popołudniowych skorzystać z bezpłatnej pomocy radcy prawnego. Znów tu niezwykle ważna jest rola nauczyciela wosu, aby uczyć i przypominać o istnieniu takich osób i organów. Również w tym przypadku można pokusić się o zorganizowanie spotkania z uczniami. Bo dobry obywatel, to świadomy obywatel.

Chyba zdecydowana większość zgodzi się ze mną, że od kilku lat poziom polskiej debaty publicznej i politycznej jest bardzo niski, a jej język uległ silnej brutalizacji. I taki obraz jest niestety przekazywany młodym w mediach. Niezmiernie ważne jest, aby pokazać, że inny sposób prezentowania swoich racji jest możliwy. I znów wielkie pole do popisu mają tu nauczyciele wosu. Na wielu tematach organizować można publiczne debaty, klasowe konferencje, dzielić uczniów na zwolenników i przeciwników danej tezy, moderować dyskusje. Ważne, aby pokazać, że swoje zdanie można wyrazić w sposób rzeczowy, merytoryczny, a jednocześnie przy szacunku i otwartości do zdań odmiennych. Pozwoli to także uczniom wyrobić umiejętność swobodnego wypowiadania się i obrony swoich racji. Być może dzięki temu w przyszłości nie będą mieć oporów przed zabraniem głosu na zebraniu sołeckim, zebraniu wspólnoty mieszkaniowej, czy spotkaniu z kierownictwem przedsiębiorstwa, w którym pracują, a ich głos będzie wzięty pod uwagę.

Czasem może niedocenianym, ale jakże ważnym organem w szkole jest samorząd uczniowski. Dla młodych osób jest to niezwykłe miejsce, w którym

mogą oni rozwinać swoje miękkie kompetencje, takie jak kreatywność, zarządzanie swoim czasem, czy automatyzację. Także tu mogą rozwinać swoją wrażliwość społeczną i otwartość na poglądy innych. Samorząd ma szerokie pole działań w murach szkoły – od redagowania gazetki i szkolnej tablicy ogłoszeń, po znaczący udział w uchwalaniu budżetu szkoły. Pozwala on też szkolnej młodzieży działać na o wiele szerszym forum. W każdym mieście odbywają się różnorakie imprezy cykliczne, np. obchody Dnia Ziemi, dnia patrona miasta, czy wymiany delegacji z miast partnerskich. Włączenie się w organizację takich wydarzeń, a następnie czynne w nich uczestniczenie może pokazać młodzieży różnorodność opinii, zdań, przemyśleń innych grup społecznych bądź wiekowych. Równie mocno postawy obywatelskie będą kształtać mniejs „spektakularne”, ale nie mniej ważne akcje, jak choćby przedświąteczna wizyta w domu seniora lub zorganizowanie zbiórki zabawek dla pobliskiego domu dziecka.

Myślę, że szkoła w równej mierze powinna uczyć i wychowywać przyszłe pokolenia. To niewątpliwie trudne zadania. Jednym z zadań, wpisujących się w wychowanie do życia w społeczeństwie, jest na pewno ukształtowanie w młodym człowieku postaw pro-obywatelskich. „Stworzenie” człowieka, który nie będzie jedynie bezczynnie siedzieć na kanapie w wygodnych kapciach, ale każdego dnia, choćby drobnymi gestami będzie się starał, by otaczający go świat zmieniał się na lepsze. Dlatego tak ważna jest rola nauczyciela szkoły i tak ważne są działania, które podejmują.

**Mateusz Rutkowski** - absolwent historii na Uniwersytecie Łódzkim, nauczyciel historii i wiedzy o społeczeństwie starający się przekonać młodzież, że dzięki znajomości przeszłości łatwiej zrozumieć i wpływać na pogmatwaną teraźniejszość. Historyczne zainteresowania to zwłaszcza dzieje powojennej Polski, życiorysy osób tak związałych z aparatem władzy, jak i ze środowiskami opozycyjnymi, historia dydaktyki.





# Agata Stępień

## Wychowanie do przyjaźni - jak budować empatię i akceptację wśród dzieci?

W relacjach międzyludzkich, już od najmłodszych lat, pojawiają się wyzwania związane z różnicami – wyglądem, charakterem, sposobem bycia czy pochodzeniem. Dzieci uczą się postrzegać świat przez pryzmat własnych doświadczeń, ale równie ważne jest, aby nauczyły się dostrzegać emocje i potrzeby innych.

Przedstawienie „Wizyta Komara”<sup>1</sup> to historia, która pozwala dzieciom i ich rodzicom zrozumieć mechanizmy uprzedzeń, odrzucenia oraz siłę przyjaźni. Ukaże, że obawa przed tym, co nowe i nieznane, jest naturalna, ale dopiero otwartość na drugiego człowieka pozwala budować wartościowe relacje.

Nie jest to klasyczny scenariusz zajęć dydaktycznych, lecz forma pedagogicznego komentatora, który może skłonić zarówno uczniów, jak i rodziców do refleksji nad tym,

jak pomagamy dzieciom rozwijać empatię i akceptację wobec innych.

Czy przyjaźń jest konieczna?

Nie każdy potrzebuje dużego grona znajomych, ale autentyczna więź sprawia, że czujemy się zauważeni i akceptowani. Przyjaźń to nie tylko radość z towarzystwa innych, ale także nauka współpracy, otwartości i radzenia sobie z własnymi emocjami.

Scenariusz ukazuje, jak początkowa niechęć do kogoś nowego zmienia się w akceptację. Bohaterowie najpierw podchodzą do Komara z dystansem, oceniając go przez pryzmat stereotypów, ale ostatecznie dostrzegają jego wartość i pozwalają mu stać się częścią grupy. To piękny przykład na to, jak przyjaźń może być procesem, który wymaga otwartości i zmiany perspektywy. Często myślimy o przyjaźni jako o czymś, co daje korzyści nam, ale równie ważne jest wsparcie drugiej osoby. Dzieci, które uczą się, że ich słowa i czyny mają wpływ na innych, budują w sobie

<sup>1</sup> Do stworzenia scenariusza wykorzystano i zmodyfikowano scenariusz „Wizyta Komara” dostępny na Scenariusze.edu.pl, aby pogłębić kontekst pedagogiczny oraz rozszerzyć analizę empatii i akceptacji wśród dzieci.

kompetencje społeczne i lepiej rozumieja znaczenie wzajemnej troski.

Historia Komara pokazuje, jak łatwo jest kogoś wykluczyć i ocenić pochopnie, ale też, jak wielką różnicę może zrobić jedno zaproszenie do rozmowy i wspólnego działania. W życiu codziennym dzieci często spotykają rówieśników, którzy czują się wyobcowani – dlatego tak ważne jest, by uczyły się, że przyjaźń to nie tylko branie, ale i dawanie.

Czy wygląd ma znaczenie w przyjaźni?

W świecie, gdzie tak duży nacisk kładzie się na powierzchowność, warto zastanowić się, czy naprawdę oceniamy ludzi po tym, kim są, a nie jak wyglądają. Scenariusz „Wizyta Komara” doskonale pokazuje, jak uprzedzenia wobec zewnętrznych cech mogą przeszkodzić w budowaniu wartościowych relacji.

Początkowa reakcja bohaterów na Komara opiera się na stereotypach – „krwiopijca”,

„nieznośny bzyk” – ale z czasem zwierzęta odkrywają, że liczy się to, co ktoś ma w środku, a nie jak wygląda czy skąd pochodzi. To ważna lekcja, zarówno dla dzieci, jak i dorosłych.

Przedstawienie „Wizyta Komara” to nie tylko bajka o zwierzętach – to głęboka refleksja nad siłą przyjaźni, znaczeniem empatii i przewyżaniem uprzedzeń. Uczy, że warto spojrzeć na świat oczami drugiej osoby i zastanowić się, jak nasze słowa i czyny wpływają na innych.

Przyjaźń to coś więcej niż wspólne zabawy – to zdolność do akceptowania różnorodności, budowania więzi i uczenia się od siebie nawzajem. Każdy z nas może doświadczyć chwili odrzucenia, ale równie ważne jest, byśmy potrafili być tymi, którzy wyciągają rękę i zapraszają do swojego świata.

# Agata Stępień

## Wizyta Komara – przedstawienie o tolerancji, sile przyjaźni i empatii.

### Występujący aktorzy:

Nauczyciele świetlicy, PPP, wychowawcy klas I- III, nauczyciele wspomagający...

### Postacie:

glos, smok, sowa, małpka, tygrys, osioł, papuga, wiewiórka, niedźwiedź, sarna, lis, komar

### Głos:

Słyszać zza kotary. Zwraca się do zebranych uczniów:

- Komar w wielu opowieściach dla dzieci to nieznośny Bzyk, ale czy jest tak naprawdę? Może warto się rozejrzeć po szkolnym korytarzu, czy przypadkiem nie błąka się po nim jakiś nieszczęśliwy, odrzucony... komar / kolega? A może nawet wyśmiewamy się z niego, bo inaczej wygląda, nosi okulary, a może ma jakiś problem ze zdrowiem? A może Wy, drodzy widzowie, znacie kogoś, kto jest niesłusznie oceniany?

### Smok

Wchodzi na scenę, woła do aktorów i macha do nich:

- Witajcie, kochani. Mam dla Was wiadomość od Biedronki.

Aktorzy wchodzący na scenę: małpka, osioł, tygrys, papuga. W międzyczasie wkracza niezdarnie niedźwiedź. Rozrzuci dookoła siebie niechcący to, co ma na drodze.

### Wiewiórka:

Wiewiórka wchodzi z lusterkiem w ręku i z paczką orzechów

. Nie patrzy nigdzie, tylko zerka na siebie w lusterku. paczkę orzechów odkłada gdziekolwiek.

- No a co tam? Cieźko było jej samemu powiedzieć? Hmm?

### Małpka

skacze i wydurnia się:

- A co, sama powiedzieć nam nie mogła? Papieru zabrakło na smsa?

### Smok:

zwraca się w kierunku małpy z westchnieniem i kręci głową:

- A wyobraź sobie, że nie mogła. i skup się.

### Tygrys:

- No to przekazuj te wiadomość od tego naszego kropkowanego maleństwa.

### Papuga:

- ARR! A co ty znowu o tych kropkach, taką ma urodę

- tu złośliwie odzywa się do tygrysa- panie pregowany, paskowany i wiecznie niewyspany.

### Osiol:

- Stop! Stop! Bo zaraz się pokłócicie, a przecież czekamy na wyjaśnienia Smoka.

### Smok:

- STOP STOP STOP! Już koniec! No dobra, już nie komentuję tej waszej bezsensownej mini dyskusji, która na pewno nie była potrzebna ani przyjemna, prawda? - tu patrzy się na każdego ze zwierząt - A więc Słuchajcie. Nasza Biedronka dostała - UWAGA! zaproszenie do programu wymiany między owadami.

### Wszystkie zwierzęta:

przekrzykują się nawzajem:

-Coo? Ale jak to? Czemu akurat ona?

### Smok:

-Uspokójcie się!

### Osiol:

Biega dookoła grupki przyjaciół, wymachuje rękami:

-Ratunkuu... To trzeba ją ratować! Trzeba COŚ zrobić. No nie stójcie tak!

Na scenę dumnie wchodzi sowa.

### Sowa:

- Hu Hu Hu. Koghóż to trzeba ratować z niebezpieczeństwstwa?

### Małpka:

-Dlaczego ratować? Trzeba ją powstrzymać. A nie ratować.

### Sowa:

pyta ze zdziwieniem małpkę:

- Hu Hu Hu. Mnie??

### Osiół:

Zatrzymuje się i mówi z pretensją w głosie do smoka:

-Bo przecież chcą naszą Biedronkę wymienić na inną muchę czy stonkę, czy coś tam jeszcze innego... - tupie nogą- Ja się nie zgadzam!

### Niedźwiedź:

- Oj nie! Muchy? W żadnym wypadku. Muchy zleca się do mojego miodku.

### Smok:

całkowicie ignoruje niedźwiedzia. (może machać ręką jakby odganiał muchy). Zwraca się z do osiołka i grozi mu placem:

- HEJ hej hej, Osiółku, skąd taka wiadomość? Nie rozpuszczaj plotek!

### Osiół:

-Przecież sam powiedziałeś, że wymiana.

### Smok:

Zwraca się do osiołka i niedźwiedzia:

-No właśnie, wymiana, a nie zamiana. Biedronka pojechała do Komarowa, by połatać z rodziną Komara i powiedzieć okoliczne mokradła i wilgotne zamczyska, a do nas przyjadą komary, jeden do was.

### Papuga:

-ARRR! Co??? Komar??? Po co? Przecież to krwiopijca!

### Tygrys:

Trochę mówi do siebie, a trochę do grupy:

-Bzyk nieznośny, będzie bzyczał, aż w uszach nam będzie świdrowało. Oj nie, jak tylko zacznie bzyczeć, pacnę go swoją łapą. Kto ze mną idzie pacać łapą?

### wbiega Lis:

- Ja mogę! Ja! Wiesz, że ja niepostrzeżenie mogę. Nikt się nie zorientuje. Ja po cichutku podejde i pac go w łeb!

### Małpka:

-No dobra, Biedronka sobie pojechała, skoro miała ochotę, ale co nam do tego?

### Smok:

- Kochani, spokojnie. Na tym polega wymiana, że ona i inne biedronki pojechały tam - do Komarowa, a komary przyjadą do nas. Nie martwcie się, Komar będzie mieszkał w mieszkaniu biedronki pod listkiem na lipie. Biedronka prosiła Was tylko o to, żebyście się nim trochę zaopiekowali, tak by mu nie było smutno.

### Tygrys:

Uderza jedną ręką w drugą i mówi trochę przedrzeźniając, pukając lekko lisa w ramię tokciem:

-Ależ oczywiście, że się „zaopiekujemy” Komarkiem.

### Lis:

-Spoko, przecież wiesz, że jesteśmy zgrana grupą przyjaciół, Biedronce z nami było dobrze, nam z nią też, to i z Komarem wytrzymamy. Tak go wytrzymamy, że w podskokach będzie zbzykał stąd. Ha ha ha!

### Małpka:

-A na jak długo ten komar przyjeżdża?

**Smok:**

-Na dwa tygodnie.

**Wszyscy**

(bardzo powoli):

Co? Aż na dwa tygodnie??!

**Sowa:**

Zwraca się z pretensją w glosie do tygrysa:

-Hu Hu Hu! Tygrysku. A co to za zachowanie? Czy mam przypomnieć Ci jak TY się czułeś, kiedy 3 lata temu podzrocono Cię do lasu? Jak czułeś się samotny, bo nie miałaś tutaj żadnych przyjaciół, kolegów? Spróbuj postawić się teraz w sytuacji komara. Co prawda, wróci do swojej rodziny za te dwa tygodnie, ale mimo wszystko będzie tutaj sam. Hu Hu Hu!

**Tygrys:**

Zakrywa oczy

- Oj nie przesadzaj! To było dawno temu, a poza tym, sam mówiąłeś, że to zostaje między nami, a Ty teraz sowo rozpowiadasz te informacje. - ociera oczy - tak nie wolno!

**Podchodzi małpka:**

Obejmuje tygrysa:

- Tygrysku. Tak, to prawda. To zostało między wami. My nic nie wiemy o tym, co wtedy zaszło. Ale obserwowaliśmy Cię. I też się baliśmy Ciebie. Bo byłeś większy, szybszy. Wiecznie głodny i zawsze miałeś straszną minę. Teraz to wiemy, że się bałeś i próbowałeś nas odstraszyć. Ale polubiliśmy się przecież, tak?

- tygrys kicha głową. Pociąga nosem i uśmiecha się. Do tygrysa podchodzi Wiewiórka. W jednej ręce nadal trzyma lusterko, poprawia włosy, przytula tygrysa:

- A poza tym, to nasza Biedronka nas poprosiła o to. Z tego co mówił Smok, Komar przylatuje do nas na wymianę. Będzie u nas sam, tak jak wtedy TY. Fajnie jest nawiązywać nowe znajomości. Pomyśl jak będzie Komarowi przyjemnie, jak przyleci i będzie miło powitany.

Mówiąc to podziwia swoje kolorowe paznokcie.

**Sowa:**

- Tak. Wiewiórka ma rację. On przylatuje tutaj tylko na dwa tygodnie, ale z wami spędzi tylko cztery dni. Przyjeżdża jutro, to go tu powitajcie i zabawcie. Po dwóch dniach wyrusza na wycieczkę po łąkach i ogrodach razem z resztą komarów i ze mną. - Sowa spogląda na smoka. - A potem wróci jeszcze na dwa dni. To możemy na was liczyć?

**Wszyscy (bez przekonania):**

- Oczywiście.

**Smok:**

- To dzięki! Teraz się spieszę, bo mam dużo do załatwienia w związku z ta wycieczką. Pamiętajcie, że liczę na was. Macha ręką i zniką. Słyszać jeszcze z daleka:

- Sowa, trzymaj rękę na pulsie!

**Osioł:**

- Nie rozumiem, co my mamy liczyć? Komary? Przecież powiedział, że będzie tylko jeden to ja już nie rozumiem... jeden komar, czy jeden rój? Jaki znowu puls? Czyż?

**Niedźwiedź:**

przepycha się niezdarnie przez kilka osób. wydaje się, że spogląda zza znikającym smokiem

- Ojej. Przepraszam. Czy ktoś nie widział może gdzie jest mój miodek? Może zrobimy miodek party?

**Papuga z Małpką:**

- Osiołku, przestań! Czy tobie naprawdę trzeba tłumaczyć wszystko kawa na ławę?

**Osioł:**

Trochę zadziera nosa:

- Phi. Wypraszam sobie, kawy nie pijam. Mam za duże ciśnienie. Lekarz mi zabronił. Natomiast miodek mogę, w minimalnych ilościach, z herbatką lipową oczywiście. Bo powiem wam, że strasznie mnie łupie w kościach...

**Niespodziewanie pojawiła się Sarenka.** w ręce trzyma zieleninkę.

- Och, spokojnie. My też nie pijemy kawy. Ty chyba nie znasz żadnych powiedzonek... Liczyć na kogoś nie ma nic wspólnego z matematyką i liczbami, tylko znaczy to samo, co polegać na kimś, mieć do kogoś zaufanie. A kawa na ławę znaczy po prostu, że coś dokładnie i prosto tłumaczymy.

**Osioł:**

- Ło matko... A nie można tego normalnie powiedzieć?

**Niedźwiedź:**

- Wiedziałem! To Ty osiołku z biedronką ukradliście mój miodek. Biedronka wzięła pod pachę mój garnuszek i uciekła. A ty teraz wyskakujesz nagle z herbatką z miodem...

**Tygrys:**

- Taaa. W końcu staniemy się specjalistami od powiedzonek i znaczenia wyrazów. W tym momencie mam dość. Może spotkamy się wieczorem i wszysko obgadamy? Przy szklanecze soku pomarańczowego? I z pieczonymi piankami?

**Niedźwiedź:**

- O pianki... A co to są pieczone pianki? Takie z piekarnika, jak babeczki, tak?

**Sowa:**

łapie się za głowę i patrzy na niedźwiedzia:

Boszysz... Daj już spokój z tym miodem! Jak Ty wyobrażasz sobie małą biedronkę z wielkim Twoim garnkiem miodu? Pewnie jak zwykle wsadziłeś do jednej ze swoich „magicznych” kryjówek. A pianki to takie zdrowe słodkości, z ubitej rosą z nektarem kwiatków polnych. Opiekają się w promieniach słońca.

**Wszyscy:**

- Zgoda. Zdzwonimy się na czacie.

**Do tygrysa podchodzi w tym czasie wiewiórka:**

- Zadzwoniłeś do króliczka? Nie było go teraz, pewnie nie będzie wiedział co się stało, że nie ma biedronki... wszyscy schodzą ze sceny na moment; aktorzy wracają z powrotem, siadają na łacie, każdy osobno. Każdy uczestnik trzyma w ręce „duży telefon”.

**Głos:**

- Tymczasem wieczorem... grupka zwierząt pisze do siebie na czacie.

Słyszać dźwięki wiadomości na czacie. Aktorzy siedzą na łacie. każdy w innym miejscu. piszą coś na telefonach. każdy czyta swoją kwestię. po każdej „wiadomości” słyszać charakterystyczny dźwięk wiadomości „BING”

**Osioł:**

- Hej. Przyznam się wam, że wcale nie mam ochoty poznawać tego Komara. Już do Biedronki się przyzwyczałem - mała, ale kolorowa, frrrrywa dookoła głowy i frrrrywa. „BING”

**Lis:**

A ten cienias komarek po co nam? Będzie tylko wkurzał nas tym cienkim bzzzzzykaniem. „BING”

**Tygrys:**

- No hej. Chciałem odpocząć, ale oka nie zmrużyłem. Tak się nie robi. Narzucać komuś towarzystwo, i to jeszcze kogo -komara? „BING”

**Małpka:**

- No hej. Będę teskniła za Biedronką, niech tam sobie jedzie, ale po co ten bzyk nam potrzebny?! „BING”

**Królik:**

- żeby tylko tam jej się za bardzo nie spodobało... bo wiecie, wtedy ONA zostanie tam na dłużej, a tu zostanie komar. „BING”

**Papuga:**

- Hello. Jak wróci Biedronka, to jej powiem do słuchu, że tak się nie robi. Może my zwyczajnie nie mamy ochoty spędzać czasu z Komarem... obcy jakiś się będzie pałatał... to co, widzimy się zaraz? „BING”

Wstają wszyscy i podchodzą na środek łąki. Machają do siebie.

**Tygrys:**

- Przemyślałem to, co powiedział Smok, i wiecie co – jutro naprawdę nie mam czasu się nim zająć. Może pojutrze? Muszę to wszystko przetrawić, a nie chcę być niemiły. Ide przecież z lisem do biblioteki, mamy nieoddane książki...

**Małpka:**

- A wiecie, że ja też jutro nie mogę? Mam nagłą wizytę u lekarza.

**Papuga:**

- Coś takiego? Zgodziliśmy się przecież. A tak się złożyło, że mogę wpaść tylko na chwilę, mam coś ważnego do załatwienia. Z tego co pamiętam- Ty sarenko też miałaś TAM iść ze mną? – mówiąc to papuga szturcha samę. Ta podskakuje przestraszona i kiwa głową.

**Osiół:**

- To jak tam z tym liczeniem, przecież Smok myśli, że się nim zajmiemy. I co? Ja sam będę go witać? Przecież jestem dla niego za dużym kolegą, jeszcze go zduszę kopytkiem. Może ty niedźwiedziu ze mną?

**Tygrys i lis razem:**

- Nie ma sprawy, komar krwiopijca sam sobie jakoś poradzi, ha ha!

**Osiół:**

przerażonym głosem patrzy się na niedźwiedzia i łapie go za rękę:

Co? To wampir?! Tego nam smok nie mówił. Nie zjawiam się, sami go witajcie. U mnie czosnek jeszcze nie urósł!

**Niedźwiedź:**

- A idź sam sobie go witaj. Ja go nie zapraszałem!

**Tygrys:**

Na żartach się nie znasz? A poza tym, wampirów nie ma. Poradzisz sobie, potem Wam pomożemy.

(wszyscy odchodzą)

**Głos:**

- A na drugi dzień... wszystko może się zdarzyć. Zobaczmy co się będzie działo.

**Komar:**

wchodzi komar z walizkami, rozgląda się :

- Jak tu ładnie. Wszystko już obejrzałem, widziałem przyjaciół Biedronki, ale tylko z daleka – nie chciałem im przeszkadzać w pracy, wiem, że po południu przyjdą tu, pod lipe. Jak się cieszę, że ich poznam. Biedronka mi wszystko o nich opowiedziała. Opowiadała mi o urodzinach tygryska, wspólnym wypadzie do kina, święcie wiosny, o wspólnych zdjęciach.

Tu zwraca się do dzieci:

Chciałbym też na koniec zrobić sobie z nimi zdjęcie. Jak myślicie, będą chcieli? Mam nadzieję, że będą chcieli się zaprzysiążnić. Tęsknie już trochę za moją paczką z Komarowa. odstawia wokół siebie walizki.

**ubiega Osiół:**

- Hej! Jesteś. Wiesz, spieszę się, chciałem ci tylko powiedzieć, że dzisiaj wszyscy są zajęci. Może przyjdziemy jutro. No to cześć. (chowa się częściowo i podsłuchuje).

Na to włazi niezdarnie niedźwiedź, podchodzi do komara i chce go uścisnąć. Wpada na walizki. Zawstydzony wymrukuje słowa powitania pod nosem i się gdzieś tam chowa.

**Komar:**

- Cześć!

- I zostałem sam, smutno mi... Co będę teraz robić? Przecież nikogo tu nie znam. Schowam się w domku Biedronki i może jakoś wytrzymam do jutra. A tak się cieszyłem na te wymiane... (zbiera część porozrzucanych walizek i odchodzi). Z boku gramoli się niedźwiedź. Podnosi resztę walizek. „wącha” i spogląda na nie mrucząc pod nosem, zabierając ze sceny:

- Czy aby komarzysko nie zabrało z domu przypadkiem miodu?

**Osiół:**

stoi z boku, przy wejściu za kulisy

- Ale mi głupio... To takie chucherko, że jak wiatr zawieje, to go przewróci, a my go tak po prostu zostawiliśmy samego w obcym miejscu. Smok chyba nie byłby z nas dumny. Na pewno nie będzie... Muszę to powiedzieć innym. (Odwraca się w kierunku aktorów i woła):

- Słuchajcie, słuchajcie!

**Tygrys:**

- Co tak krzyczysz, pali się, czy co?

**Osiół:**

mruczy do siebie i kopie „kopytkiem”

- Gorzej. Ach, jak dobrze, że jesteś - zjawiają się inni -O! Dobrze, że jesteście! Powitałem tego Komara, ale zaraz się pożegnałem, bo też nie miałem ochoty z nim gadać. Ale widzę, że wszyscy na miejscu, a mieliście tyle spraw do załatwienia...

**Małpka:**

- Jakoś szybko załatwiał i już jestem w domu.

**Papuga:**

- Ja też szybko się uwinęłam.

**Lis i tygrys:**

patrzą spod oka na siebie i mówią na przemian:

-No dobra, nie ma co kręcić, każdy z nas trochę nakłamał, tak naprawdę nic nie mieliśmy do załatwienia, nie mieliśmy ochoty na spotkanie z Komarem, ale wiecie co, teraz mi głupio. I powiem wam, że smok pewnie powie, że zawiódł się na nas.

**Wszyscy:**

- Ooo. Grubo. Ale tak serio, nam też jest głupio.

**Tygrys:**

- Hmm. Pamiętacie, jak dwa lata temu raz połknęliśmy czarodziejską tabletkę od Smoka i na parę godzin staliśmy się kimś innym?

**Papuga:**

- Pamietam. Nigdy tego nie zapomnę. Byłam Biedronką i przekonałam się, że najlepiej być sobą.

**Tygrys:**

- Wszyscy się o tym przekonaliśmy, to nauczyło nas empatii.

**Osiół:**

- No nie wytrzymam z wami! Mów normalnie, jakiej znowu em... co? Mówię po polsku!

**Sowa:**

zwraca się do osiołka

- Empatia to zdolność wyobrażania sobie, co mogą czuć inni, spojrzenia na świat jakby ich oczami – rozumiesz? chodzi o to, że....

**Papuga:**

przerywa sowie

- Przestań, bo płakać mi się chce. Wyobrażacie sobie, jak musi czuć się Komar? Sam, w nowym miejscu, bez krewnych, przyjaciół, w zasadzie bez nikogo. A najgorsze, że bez nas – bo przecież mieliśmy być. Obiecaliśmy i Biedronce i Smokowi!

**Tygrys:**

- Wiecie co? Jeszcze nie jest za późno. Szybko, biegnimy do Komara.

Aktorzy „biegną w kółko”. wszyscy zdyszani.

**Osiół:**

puka do drzwi – słychać pukanie:

- Komarku!

**Papuga:**

- Komarku, spisz już?

**Komar:**

odzywa się smutnym głosem:

- Nie, nie śpię, ale kto mnie woła?

**Wszyscy:**

- To my, przyjaciele Biedronki.

**Komar:**

- Ooo. Jakże mi miło. Ale Osiołek powiedział, że dziś nie przyjdziecie.

**Papuga:**

- No tak... Ale przyszliśmy, udało nam się wszystko załatwić i jesteśmy. Chodź tu do nas i opowiadaj najpierw o sobie, a potem my poopowiadamy Tobie o nas. Zgoda?

**Komar:**

- Zgoda. Tak się cieszę, tyle mi o was pisała Biedronka, a teraz mogę was poznać.

**Tygrys:**

- Nie tylko poznasz, ale spędzasz z nami aż cztery dni, bo – zapamiętaj sobie – przyjaciele Biedronki są naszymi przyjaciółmi, prawda?

**Wszyscy:**

- Prawda!!! Witaj, Komarku. Cieszymy się, że jesteś wśród nas!

*Wszyscy siadają w kręgu.*

**Papuga i Osiół:**

*zwracając się do komara:*

- Komarku. Zawsze około godziny 16, czyli za niedługo zawsze spotykaliśmy się w domku Biedronki, przy soczku pomarańczowym albo kroplach rosły. I opowiadaliśmy sobie jak nam minął dzień. A jeżeli kogoś nie było, pisaliśmy razem na czacie. Razem się wspieraliśmy w trudnych chwilach, pocieszaliśmy się wspólnie kiedy nam było źle i ciężko. Głupio nam, że tak potraktowaliśmy Cię dzisiaj. Przepraszamy.

**Komar:**

- Nie ma sprawy. Domyślam się, że baliście się mnie. Rozumiem. Wiem, że Biedronka czuła się podobnie. A wiecie, że ja...

*tu zwierzątka pochylają się do siebie i cicho rozmawiają.*

**Głos:**

- Drodzy widzowie, nasza historia dobiera końca. Widzieliśmy, jak nasi bohaterowie, mimo różnic i trudności, bali się nawiązać znajomość z kimś nowym i chcieli go od razu skreślić. Jednak zbudowali trwałą przyjaźń opartą na zrozumieniu i empatii. To, że różnimy się pod wieloma względami, nie przeszkadza

w nawiązywaniu nowych przyjaźni. Dzięki nowym znajomościom możemy nauczyć się patrzyć na świat oczami drugiej osoby.

*wchodzi Smok i zwraca się do dzieci:*

- Widzę, że po ciężkim początku udało się przewyciągnąć złą paszę. Mam nadzieję, że nauczą się, że nie zawsze nowe, oznacza złe, że nie zawsze ktoś inny oznacza, że jest zły.

*tu zwraca się do aktorów:*

- Właśnie Wasza empatia sprawiła, że nowa przyjaźń stanie się wyjątkowa. Każdy z nas jest inny, ale właśnie te różnice sprawiają, że jesteśmy silniejsi razem. Powiem Wam coś jeszcze. Dzwoniła Biedronka. Jest z Was bardzo dumna. Mówiąc, że domyślała się, że będzie ciężko, ale wierzy w siłę naszej przyjaźni, wierzy, że nie będziecie potrafieli zostawić kogoś samego.

*Aktorzy wstają i podchodzą do smoka.*

**Osioł i Tygrys:**

- Przyjaźń to nie tylko wspólne chwile radości, ale także umiejętności bycia razem w trudnych chwilach.

**Papuga, Małpka i wiewiórka:**

- Dzięki empatii i wzajemnemu zrozumieniu udało nam się pokonać wszystkie przeszkody.

**Komar, niedźwiedź i lis:**

- Teraz wiemy, że prawdziwi przyjaciele to ci, którzy są zawsze gotowi nas wspierać, niezależnie od różnic zarówno w wyglądzie jak i języku, ubiorze czy kulturze.

**Smok i sowa:**

- Pamiętajmy, że każdy z nas ma coś unikalnego do zaoferowania. Szanujmy nasze różnice, bo to one nas wzbogacają. I zawsze bądźmy otwarci na nowe przyjaźnie, bo nigdy nie wiadomo, jakie wspaniałe niespodzianki nas czekają.

**Wszyscy razem:**

- Dziękujemy za to, że byliście z nami! Pamiętajcie, że prawdziwa przyjaźń przetrwa wszystko!





## Lidia Mirowska

# Edukacyjna społeczność platformy EPALE jako przykład wykorzystania potencjału współdzielenia wiedzy i doświadczeń edukatorów.



### Co to jest EPALE?

Platforma EPALE - *Electronic Platform for Adult Learning in Europe* to elektroniczna platforma na rzecz uczenia się dorosłych w Europie. To wyjątkowe miejsce w sieci, które warto znać i eksplorować. W erze cyfrowej, EPALE staje się kluczowym narzędziem dla wszystkich, którzy chcą rozwijać swoje umiejętności, dzielić się doświadczeniami i współpracować z innymi pasjonatami edukacji. EPALE to inicjatywa Komisji Europejskiej, która w lipcu 2024 zanotowała ponad 150 000 zarejestrowanych użytkowników! Platforma EPALE jest na co dzień zarządzana przez Centralne Biuro z pomocą 37 Krajowych Biur w całej Europie. Polskie Krajowe Biuro EPALE działa w ramach Fundacji Rozwoju Systemu Edukacji (FRSE), której głównym celem jest wspieranie rozwoju edukacji w Polsce.

Zadaniem biura jest rozwijanie polskiej wersji językowej platformy. Na co dzień biuro współpracuje z użytkownikami EPALE w zakresie:

- Pomocy w publikacji artykułów i materiałów na platformie,

- Wsparcia redakcyjnego, w postaci na przykład korekty tekstu,
- Prezentacji EPALE na organizowanych przez użytkowników wydarzeniach skupiających osoby uczące dorosłych,
- Promocji tekstu użytkowników platformy,
- Organizacji wydarzeń dla zarejestrowanych użytkowników platformy (seminaria, webinarium, konferencje).

Biuro jest również otwarte na zaproszenia na wszelkie wydarzenia zewnętrzne związane z edukacją dorosłych.

Platforma online EPALE oferuje szeroki zakres zasobów edukacyjnych, narzędzi do współpracy oraz możliwości nawiązywania kontaktów z profesjonalistami z całej Europy. Dzięki EPALE, nauczyciele, trenerzy, badacze i inni specjaliści mogą dzielić się wiedzą, doświadczeniami i najlepszymi praktykami.

Platforma jest otwarta na różnorodne formaty. W audio możesz posłuchać serii podcastów i newscastów przygotowanych przez ekspertów edukacji dorosłych, które poszerzą Twoją wiedzę na temat zagadnień związanych z uczeniem się dorosłych.

## Współpracuj i ucz się

Jednym z najważniejszych aspektów EPALE jest promowanie współpracy i współdzielenia wiedzy. Użytkownicy mogą tworzyć grupy dyskusyjne, uczestniczyć w webinariach, a także publikować i komentować artykuły. Dzięki temu EPALE staje się dynamiczną społecznością, gdzie każdy może znaleźć inspirację i wsparcie w swojej praktyce edukacyjnej.

### EPALE - Elektroniczna platforma na rzecz uczenia się dorosłych w Europie

Strona główna    Zapoznaj się ▾    Współpracuj ▾    Ucz się ▾    Moja społeczność ▾    O EPALE ▾

 **Wyszukiwarka partnerów**  
Znajdź partnerów do projektów krajowych i europejskich

 **Społeczność praktyków VET**  
Bądź w kontakcie z aktywną społecznością VET

 **Katalog użytkowników**  
Skontaktuj się z innymi praktykami edukacji dorosłych

 **Groups**  
Join groups cooperating on specific topics

 **Dyskusje**  
Podziel się swoimi pomysłami i dobrymi praktykami

 **Przestrzeń Erasmus+**  
Stwórz własną przestrzeń Erasmus+ dla mobilności i projektów

 **Organizacje**  
Szukaj organizacji z całej Europy

Platforma umożliwia znalezienie partnerów do projektów realizowanych w ramach programu Erasmus+ o tematyce edukacja dorosłych – zarówno do projektów mobilnościowych jak i strategicznych.

nych krajów mogą wymieniać się metodami nauczania, co prowadzi do podniesienia jakości edukacji. Współpraca międzynarodowa na platformie EPALE przyczynia się również do lepszego zrozumienia różnic kulturowych i tworzenia bardziej zintegrowanej Europy. Dobre praktyki są promowane również w konkursach takich jak Sposób na Erasmusa+. W edycji 2024 Krajowe biuro EPALE zaprosiło realizatorów projektów dofinansowanych z programu Erasmus+

### EPALE - Elektroniczna platforma na rzecz uczenia się dorosłych w Europie

Strona główna    Zapoznaj się ▾    Współpracuj ▾    Ucz się ▾    Moja społeczność ▾    O EPALE ▾

 **Biblioteka materiałów**  
Przykłady dobrych praktyk w edukacji dorosłych

 **Newscasty**  
Zapraszamy do zapoznania się z najnowszymi wiadomościami na temat uczenia się i edukacji dorosłych.

 **Online Course Catalogue**  
Online training and certification opportunities for Adult Learning Professionals.

 **Podcasty**  
Posłuchaj serii podcastów EPALE i poszerzaj swoją wiedzę o edukacji dorosłych

 **Pakiet materiałów**  
Zestawienie narzędzi i dobrych praktyk Społeczności EPALE

## Przykłady sukcesu

Na przestrzeni lat, EPALE pomogło wielu osobom i instytucjom w rozwijaniu swoich kompetencji. Przykładowo, nauczyciele z róż-

Edukacja dorosłych do podzielenia się swoimi doświadczeniami i poradami na blogu EPALE. Opublikowano 12 artykułów konkursowych. Zawierają one nie tylko praktyczne porady dotyczące współpracy międzynarodowej,

angażowania słuchaczy czy pracy w zespole projektowym, ale także pokazują różnorodność projektów realizowanych w ramach programu Erasmus+. Znajdują się w nich podpowiedzi, jak z sukcesem realizować projekty, a także inspirujące pomysły na inicjatywy edukacyjne

angażujące seniorów, przykłady działań proekologicznych czy przedsiębiorczości społecznej... i wiele, wiele innych. Koniecznie sięgnijcie do wszystkich tekstów – nie tylko tych nagrodzonych.

<https://epale.ec.europa.eu/pl/blog/znamy-wyniki-tegorocznego-konkursu-epale-sposob-na-erasmusa>

### Jak dołączyć do EPALE?

Dołączenie do platformy EPALE jest proste i bezpłatne. Wystarczy zarejestrować się na stronie [epale.ec.europa.eu](https://epale.ec.europa.eu) i wypełnić formularz rejestracyjny. Po zalogowaniu, użytkownicy mają dostęp do wszystkich zasobów, mogą tworzyć profile, uczestniczyć w dyskusjach i korzystać z narzędzi do współpracy.

Kiedy EPALE może być przydatne

- Jeżeli posiadasz materiały, które chcesz opublikować,
- Jeżeli organizujesz wydarzenie i chcesz zaprosić delegatów z całej Europy,
- Jeżeli masz wiadomość o swojej organizacji lub projekcie, nad którym pracujesz i chcesz podzielić się tą informacją z organizacjami w całej Europie,
- Jeżeli chcesz opublikować wpis na blogu (na przykład opinię, wywiad, studium przypadku) i chcesz podjąć dyskusję z innymi organizacjami z całej Europy,
- Jeżeli szukasz wiarygodnej biblioteki zasobów, takich jak dobre praktyki, materiały dydaktyczne i wyniki badań naukowych,
- Jeżeli interesuje cię społeczność związana z edukacją dorosłych,
- Jeżeli współuczestniczysz w partnerstwie lub pracujesz nad jego powstaniem i szukasz przestrzeni współpracy,
- Jeżeli chcesz założyć, współtworzyć społeczność praktyków.

Podpowiedzi jak to zrobić znajdziesz w sekcji FAQ.

Warto też zjrzeć na główne kanały społecznościowe EPALE:  
Twitter: EPALE\_EU  
Facebook: EPALÉ.EU  
LinkedIn: ePlatform for Adult Learning in Europe  
Soundcloud: EPALE\_EU

Na Facebooku i LinkedIn działają również polskojęzyczne profile „EPALE Polska – uczenie się dorosłych”.

Facebook: epalepolska  
LinkedIn: epalepolska

Pojawiają się tam regularnie aktualne informacje dotyczące platformy EPALE oraz tematyki uczenia się dorosłych w Polsce i w Europie. To również miejsce networkingu całej społeczności EPALE.

### Forum Edukacji Dorosłych

Co roku członkowie społeczności EPALE spotykają się na Forum Edukacji Dorosłych. W 2024 roku odbyło się ono w formule hybrydowej – online i stacjonarnie w Warszawie w dniach 14-15 listopada 2024 r.

Forum co roku jest wartościowym spotkaniem dla osób zajmujących się niezawodową edukacją dorosłych. Wśród prelegentów i uczestników wydarzenia znajdują się m.in. trenerzy i edukatorzy, pracownicy uczelni, pracownicy działów HR odpowiedzialni za szkolenia, przedstawiciele organizacji pracodawców, doradcy zawodowi, andragodzy czy pracownicy instytucji kultury zajmujący się edukacją dorosłych.



Podczas dwóch dni organizatorzy zaprosili uczestników do udziału w wykładach, panelach dyskusyjnych i warsztatach. Osoby, które nie mogły dołączyć w Warszawie, miały możliwość udziału online. Odbyła się pełna transmisja wraz z możliwością interakcji i dzielenia się swoimi doświadczeniami. Wszystkie wystąpienia w sesji plenarnej były tłumaczone na polski język migowy.

Udział w Forum Edukacji Dorosłych był bezpłatny. Warunkiem uczestnictwa było posiadanie aktywnego konta na platformie EPALE.

## Zostań częścią EPALE

EPALE to nie tylko platforma edukacyjna, ale przede wszystkim społeczność, która wspiera i inspiruje dorosłych uczniów oraz edukatorów.

Funkcjonuje w 32 językach UE i każda wersja językowa zawiera własne treści, nadzorowane przez krajowe zespoły w całej

Europie. Zespół z Polski to jeden z preźnie działających w strukturach platformy. EPALE stale wprowadza nowe funkcjonalności i inicjatywy, a także ulepsza swoje działania i usługi. Cykl Newscastów EPALE, Galeria Sław i nowy pakiet materiałów EPALE dotyczący Europejskiego Roku Umiejętności to tylko niektóre z nich. Dzięki platformie EPALE edukatorzy mogą otrzymywać wsparcie od społeczności, dzielić się swoimi sukcesami i wyzwaniem. Inspirujące historie innych użytkowników mogą zachęcić do wprowadzania nowych metod nauczania.

Jeśli jeszcze nie jesteś w społeczności EPALE, zapraszam Cię do dołączenia już dziś. Odkryj, jak współpraca i współdzielenie wiedzy mogą wzbogacić Twoje doświadczenia edukacyjne i zawodowe. Niech Twoja podróż edukacyjna z EPALE będzie pełna sukcesów, satysfakcji i nieustającej inspiracji. Razem możemy tworzyć skuteczne i innowacyjne środowisko edukacyjne.

**Lidia Mirowska** - szkoleniowiec, wykładowczyni akademicka, nauczycielka, ekspertka e-learningu. Certyfikowana przez Stowarzyszenie E-learningu Akademickiego e-nauczycielka i e-metodyczka. Trenerka kompetencji cyfrowych. Metodyczka zdalnego nauczania na Polskim Uniwersytecie Wirtualnym. Wykorzystuje technologię w edukacji, pracuje w projektach międzynarodowych, wdraża innowacje dydaktyczne, pracuje projektowo.

Ambasadorka EPALE.

# Projekty międzynarodowe



*Katarzyna Kasznicka*

## Sztuka, która zmienia

*– o sile działań międzynarodowych na rzecz młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową*

Kiedy pod koniec 2022 roku rozpoczęliśmy projekt C.A.R.E. – Ceramic Artworks to Raise Esteem and Employability, nie przypuszczaliśmy, że jego działania będą miały tak głęboki, trwały i poruszający wpływ na nasze postrzeganie edukacji, integracji i sztuki. A jednak tak się stało.

Projekt, realizowany w międzynarodowym partnerstwie sześciu organizacji z pięciu krajów (Polska, Włochy, Cypr, Irlandia, Grecja), skupił się na wzmacnianiu młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową poprzez prace z ceramiką. Uczestnicy rozwijali nie tylko umiejętności manualne, ale także samoświadomość, poczucie własnej wartości i kompetencje społeczne.

W Polsce w działania włączyliśmy Łódzką Szkołę dla Słabowidzących i Niewidomych, a także Pracownię Ceramiki Zbychewka prowadzoną przez mistrzynię Ewę Ber. Efekty? Zaskakujące – nie tylko artystycznie, ale i społecznie. Młodzi ludzie nie tylko tworzyli prace, ale też sprzedawali je podczas szkolnych

wydarzeń, uczyli się wyceny, budowania oferty i wiary w siebie.

W ramach projektu odbyło się także międzynarodowe szkolenie kadry edukacyjnej w Łodzi, warsztaty dla osób z niepełnosprawnością wzrokową na Sardynii oraz – co dla nas szczególnie ważne – długofalowe, lokalne warsztaty ceramiczne, których ukoronowaniem była interaktywna wystawa w 2024 roku. Jej centralnym punktem stała się wspólna rzeźba – *Morze Możliwości* – symbol współpracy i indywidualnych dróg młodych uczestników.

Z doświadczeń C.A.R.E. naturalnie wyrosła potrzeba pójścia o krok dalej. Tak narodził się projekt DEAP – Wspieranie Rozwoju Osobistego i Wzmacnianie Pozycji Młodych Osób z Niepełnosprawnością Wzrokową poprzez Edukację Artystyczną, realizowany od listopada 2024 roku. Tym razem skupiamy się szerzej na edukacji artystycznej i rozwoju osobistym młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową, a także na wspieraniu ich aktywnego udziału w życiu społecznym.

DEAP obejmuje pięć krajów partnerskich (Polska, Włochy, Czechy, Cypr i Szwecja), a działania projektu są skierowane nie tylko do młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową, ale również do nauczycieli, edukatorów, organizacji społecznych i decydentów.

W ramach projektu:

- ▷ powstaje międzynarodowy program budowania kompetencji artystycznych,
- ▷ odbywają się szkolenia kadry (w tym właśnie zakończone 6-dniowe spotkanie w Cagliari na Sardynii),
- ▷ realizowane będą lokalne warsztaty artystyczne,
- ▷ powstaje platforma e-learningowa,
- ▷ prowadzona jest ewaluacja społecznego wpływu projektu,
- ▷ a wszystko zakończy seminarium podsumowujące we Włoszech.

Projekt ma charakter inkluzywny i transformacyjny – zarówno dla uczestników, jak i instytucji. To nie tylko rozwój artystyczny, ale również edukacja, budowanie relacji i tworzenie systemowych zmian w podejściu do dostępności i różnorodności.

W ramach badań nad barierami edukacyjnymi i zawodowymi młodych osób z niepełnosprawnością wzrokową, prowadzonych w projekcie DEAP, poznaliśmy Joannę Puchałę – młodą aktorkę z alternatywną sensoryką.

Poniżej publikujemy jej pełną wypowiedź – jako wyraz autentycznego doświadczenia, odwagi i twórczego buntu wobec świata, który wciąż nie dostrzega pełni możliwości osób z niepełnosprawnościami:

W ramach badań przeprowadzanych w projekcie DEAP dotyczących barier edukacyjnych i zawodowych osób z niepełnosprawnością wzrokową, poznaliśmy Joannę Puchałę – młodą aktorkę, tancerkę i edukatorkę z alternatywną sensoryką. Jej historia ujęła nas autentycznością i odwagą. Poniżej publikujemy rozmowę, która – mamy nadzieję – będzie inspiracją dla wielu czytelników i czytelniczek.



**Czy mogłabyś opowiedzieć trochę o sobie i swojej drodze jako artystka?**

– Jestem aktorką z alternatywną sensoryką. Oznacza to, że dzięki temu, że niedowidzę, mam inną percepcję odbierania świata. Przez wyostrzony słuch, od dziecka pasjonuję się polskim dubbingiem i od tego zaczęło się moje zamiłowanie do aktorstwa. Ukończyłam 2-letnie Studio Teatralne KADR. Każdy rok nauki zakończył się dyplomem w reżyserii brazylijskiego aktora Andre de la Cruza – 30 czerwca 2023 r. spektaklem „Przyjęcie” i 28 czerwca 2024 r. wystawioną po raz pierwszy w Polsce „Ballada o Marii Marten”. Po pierwszym roku zostałam uhonorowana nagrodą „Cristal Iluminate” im. Ewy Ampulskiej.

Zagrałam też w spektaklu „Performing Justice”, stworzonym przez 21 osób z niepełnosprawnościami i neuroatypowymi z całej Polski, który opowiadał o sprawiedliwości społecznej. Premiera odbyła się 30 sierpnia 2024 r. na deskach Teatru Nowego w Warszawie. Organizatorami była Fundacja Kulawa Warszawa i Ambasada Stanów Zjednoczonych.

Prócz tego należę do „Młodzieżowej Koalicji Performatywnej Na Czas Chaosu”, która jest trzyletnim performatywno-teatralnym projektem, prowadzonym przez Stowarzyszenie Pedagogów i Pedagożek Teatru oraz Teatr Dramatyczny im. G. Holoubka w Warszawie. W ramach warsztatów przeprowadziłam akcję performatywną „Co byś chciał/a powiedzieć Ziemi?” oraz współtworzyłam „Podcast na Czas Chaosu”, dostępny na portalu Spotify.

Mój materiał o problemie edukacji aktorskiej osób z niepełnosprawnościami w Polsce został opublikowany jako odcinek specjalny z okazji 27 marca 2025 roku, czyli Międzynarodowego Dnia Teatru, oraz zaprezentowany 21 marca 2025 roku podczas Konferencji „Profesjonalizacja zawodu aktora z niepełnosprawnością” w Gdańskim Teatrze Szekspirowskim. Zrealizowałam również rozmowę z dziennikarką Fundacji Integracja Dominiką Filipowicz o asekualności i seksualności osób z niepełnosprawnościami – ukazała się ona jako odcinek dodatkowy z okazji Międzynarodowego Dnia Asekualności 6 kwietnia 2025 roku.

Na koncie mam kilkadziesiąt występów dla mniejszej i większej publiczności. Aktywnie biorę udział w różnych warsztatach artystycznych, ucząc się aktorstwa, śpiewu i tańca.

Aktualnie występuje gościnnie w spektaklu „Brzydkie Kaczątko” w reż. Bartosza Kurowskiego w Teatrze Pinokio w Łodzi, którego premiera miała miejsce 16 listopada 2024 r., i ucze się w 2,5-letnim Studium Aktorskim ASA w Alternatywnym Studiu Aktorskim. Próbuje też swoich sił na planach – jak dotąd jako statystka w serialach „Ojciec Mateusz”, „Przyjaciółki”, „Barwy Szczęścia”, „Pati” (sezony 2), „Drelich” i „Znieczulenie”.

Druga moja pasja jest taniec. Techniki, w których się specjalizuje, to jazz, modern i taniec współczesny. Uczę się też śpiewu u wokalistki operowej Olgi Rusin oraz gram w blind tenisa w Akademii ATnis Fundacji Widzimy Inaczej.

**Z jakimi największymi wyzwaniami musiała się zmierzyć jako osoba z niepełnosprawnością podczas realizacji swojej działalności artystycznej i zawodowej?**

- Niestety cały czas spotykam się z przekonaniem, że aktorstwo może być jedynie terapią i rehabilitacją, a nie formą wykonywanego zawodu dla osób różnorodnych, których nie przyjmuje się na publiczne studia aktorskie. Zdarzyło się, że zostałam oddelegowana z planu, na zajęciach aktorskich nie dopuszczona do wykonywania ćwiczenia, chociaż chciałam spróbować je zrobić i nie zliczę, ile razy w życiu słyszałam „Jak i czy w ogóle pani widzi?”.

Od urodzenia widzę tylko lewym okiem i przez wiele lat było to źródłem moich kompleksów. Przełomem okazała się dla mnie obrona pracy licencjackiej z kulturoznawstwa na Uniwersytecie SWPS w Warszawie. Wykończona psychicznie poczuciem apatii, egzystencji i perspektywą pracy, której nie chcę wykonywać, zrobiłam sobie symulacje w głowie: „Gdyby nikt i nic cię nie ograniczało, to co byś chciała robić?” – i wybrałam pierwsze, co przyszło mi na myśl. Początek nie był łatwy – na pierwsze zajęcia aktorskie szłam z walącym sercem, zastanawiając się, czy w ogóle się nadaję i czy poradzę sobie na scenie i planie. Dziś wierzę w zmianę i rewolucję, a swoim przykładem działam na rzecz równouprawnienia

aktorów i aktorek z niepełnosprawnościami, bo marzę o świecie, w którym każdy może być tym, kim chce.

**Jaką radę dałabyś innym młodym osobom z niepełnosprawnościami, które marzą o karierze w branży kreatywnej?**

- Ograniczenia są tylko w głowach osób pełnosprawnych. Jeśli ktoś wielokrotnie pokaże osobie, że jest słabsza i potrzebuje pomocy, to w końcu sama zacznie tak myśleć – zwłaszcza, gdy jest dzieckiem, a w dodatku z niepełnosprawnością. Wtedy ograniczenia rodzą się również w jej głowie. Jednak nie są one prawda.

Nie chodzi o to, że żadnego wsparcia nie potrzebujemy, tylko o poczucie własnej wartości. Musimy szukać ludzi, którzy nie będą umacniać sufitu, którego nie da się przebić, tylko umożliwia nam rozwój, działanie i perspektywy.

W sytuacji, gdy ktoś będzie Wam mówić, że się nie nadajecie, wyjdźcie i idźcie gdzie indziej. Zgłaszać się na castingi, pokazujcie się światu, uczcie się w prywatnych instytucjach oraz nie czekajcie na przyzwolenie i oferty – sami sobie je organizujcie. Apelujcie o dostępność i sprawiedliwość – bo to nie przywileje, tylko prawa każdego człowieka.

**Co społeczeństwo i instytucje mogłyby zrobić lepiej, aby wspierać artystów z niepełnosprawnościami?**

- Artysti z niepełnosprawnościami są oryginalni i wyjątkowi, ponieważ ich sposób funkcjonowania, poruszania się, odbierania i przetwarzania bodźców jest unikatowy. To sprawia, że są charakterystyczni, a ich odmienność jest atutem – nie deficytem.

W momencie, gdy społeczeństwo i instytucje wreszcie to zrozumieja, będziemy na dobrej drodze do stanu, w którym nie trzeba będzie reklamować spektakli hasłami, że na scenie występują osoby z niepełnosprawnościami, ani przeprowadzać audytów dostępności – bo każda przestrzeń będzie naturalnie dostosowana.

## Gdzie można znaleźć Twoją twórczość?

- Zapraszam do Teatru Pinokio w Łodzi na spektakl „Brzydkie Kaczątko”, gdzie gram jedną z labędzic, do śledzenia mediów społecznościowych Alternatywnego Studia Aktorskiego i Stowarzyszenia Pedagogów i Pedagożek Teatru, a także moich własnych profili:

 Facebook: [Joanna Puchała](#)

 Instagram: [@joasia\\_puch](#)

Pokazuję tam, że zasada „Bój się i rób” naprawdę ma sens.

Projekty takie jak C.A.R.E. i DEAP udowadniają, że inkluzyjna edukacja artystyczna to coś znacznie więcej niż rozwój umiejętności. To droga do samodzielności, pewności siebie i przynależności. Młodzi ludzie, którzy dotąd często nie wierzyli, że mogą marzyć o czymś więcej – zaczynają działać, budować swoje ścieżki zawodowe i społeczne.

Dzięki międzynarodowym działaniom poszerzają horyzonty, zdobywają nowe kompetencje, a ich potencjał zostaje zauważony i doceniony. Ale co najważniejsze – czują, że mają głos, który warto usłyszeć.

A my jesteśmy tu po to, by im to umożliwiać – i by się od nich uczyć.



**Natalia Borys-Kalinowska**

## **Nowe technologie - Kocioł z komorą cyklonową**

Na pomorzu w województwie pomorskim, w powiecie starogardzkim, w miejscowości Smętowo Graniczne mieszka pan Kazimierz Piecuch. Emerytowany po osiemdziesiątce ślusarz z ponad półwiecznym doświadczeniem jest wynalazcą wielu maszyn i urządzeń. Na



początku swojej działalności słynął z wynalezienia nowych maszyn rolniczych, głównie podajników i dmuchaw do zboża, a następnie kotłów centralnego ogrzewania. Będąc na zasłużonej emeryturze nie zrezygnował ze swojej pracy i pasji do zawodu. Wynalazł kocioł z komorą cyklonową znajdująca się nad paleniskiem, która ma na celu wypalenie powstałych spalin prawie do zera. Z pieca tego korzysta we własnym domu. Jak mówi sam wynalazca uzyskana temperatura ponad 1000 stopni

Celsjusza szybko nagrzewa wodę do ponad 90 stopni w specjalnych zbiornikach akumulacyjnych, a sam piec jest wygaszany, ponieważ zapas wody wystarcza dla całej rodziny na kilka dni. Ważnym jest podkreślenie, że kocioł jest wygaszany bez względu na porę roku, a domownicy dalej

mogą cieszyć się ciepłem z grzejników centralnego ogrzewania. Kocioł cieszy się dużym zainteresowaniem, nawet na szczeblu ministerialnym, ponieważ jest ekonomiczny i energooszczędny. Spala o dwa, trzy razy mniejszą ilość węgla niż tradycyjne kotły. Jego konstrukcja przeszła przez proces badań laboratoryjnych, aż do uzyskania niezbędnych certyfikatów ciesząc się wysoką efektywnością. W dzisiejszej dobie, w porze ocieplającego się klimatu ma on ogromne znaczenie, ponieważ charakteryzuje się bardzo niską emisjynością spalin CO<sub>2</sub>, które są wypalane prawie do końca.

Wynalazek ten zasługuje na wypromowanie nie tylko w Polsce, ale też za granicą, a sam Minister Rolnictwa uważa, że produkcja będzie na skalę masową. I chociaż pan Kazimierz zasługuje na odpoczynek, to już dalej myśli o nowych wynalazkach. Zaszczepił żylkę do ślusarstwa synowi, który również zajmuje się branżą metalową i prowadzi zakład ślusarski, produkując przenośniki i wstęgi ślimakowe do zboża oraz maszyny na zamówienie.

## Koło Seniora w Brudzicach

## Dla edukacji

Potrzeby na jakie odpowiada organizacja



Formy działania/ terminy działania/ miejsce spotkań

Działania, idee i wartości promowane przez organizację



Adres, namiary do kontaktu

Koło Seniora w Brudzicach powstało w 2011 roku z potrzeby tworzenia przyjaznej, bezpiecznej i aktywnej przestrzeni dla osób starszych – miejsca, gdzie seniorzy mogą nie tylko miło spędzić czas, ale także czuć się potrzebni i doceniani. Działalność Koła odpowiada na wyzwania związane z samotnością, brakiem aktywności społecznej i potrzebą pielegnowania lokalnych tradycji oraz budowania relacji międzypokoleniowych.

Spotkania Koła odbywają się regularnie – raz w miesiącu – w świetlicy wiejskiej w Brudzicach. Są to nie tylko okazje do rozmów i wspólnego świętowania, ale również do aktywności kulturalnych, kulinarnych i rękodzielniczych. Członkowie Koła uczestniczą w warsztatach, wydarzeniach gminnych i projektach społecznych, a także chętnie angażują się w organizację lokalnych świąt i uroczystości.

Koło Seniora jest preżnie działającą grupą, która swoją energią i zaangażowaniem stanowi inspirację dla całej społeczności. Na przestrzeni roku organizuje wiele wydarzeń – takich jak Dzień Seniora, Pierzawka (nawiązująca do dawnych zwyczajów wiejskich), Dzień Babci i Dziadka, spotkania wigilijne oraz inne uroczystości okolicznościowe.

Koło aktywnie współtworzy życie kulturalne Gminy Lgota Wielka i wspiera liczne inicjatywy charytatywne oraz społeczne. Szczególnie ważna dla grupy jest międzypokoleniowa integracja oraz pielegnowanie dziedzictwa kulturowego regionu.

Na czele Koła stoi Pani Bożena Musiał – niezwykle zaangażowana liderka, która z oddaniem reprezentuje lokalnych seniorów również na poziomie województwa jako członkini Wojewódzkiej Rady Seniorów w Łodzi.

Koło Seniora w Brudzicach  
Brudzice, Gmina Lgota Wielka  
Osoba do kontaktu: Bożena Musiał



**Cogitantium**  
Prudentia, Sapientia, Diligentia

Cogitantium. Kwartalnik.

Wydawca: Fundacja Centrum Doskonalenia i Nauki, Łódź.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Kopiowanie, rozpowszechnianie i dystrybucja wydawnictwa jest w pełni dozwolona, wyłącznie w całości. Teksty pochodzące od autorów są objęte prawem autorskim. Wykorzystywanie ich w celach zarobkowych, jak również odpłatna dystrybucja pisma są zabronione.

Cogitantium jest darmowe: jego utrzymanie pokrywane jest wyłącznie ze środków Fundacji, na które składają się dobrowolne darowizny. W przypadku chęci wsparcia, wpłaty w dowolnej kwocie prosimy dokonać na konto:

BNP Paribas S.A. 98 1600 1462 1856 1938 5000 0001, z dopiskiem: darowizna Cogitantium.

Redaktor naczelny: Adam K. Gogacz, Redakcja: Zespół.

Redakcja z radością przyjmuje zgłoszenia do publikacji w Cogitantium, ale zastrzega sobie prawo do weryfikacji, redakcji a także swobodnego doboru tekstów. O ich publikacji autorzy będą powiadomiani.



Korespondencja z redakcją: adam@fcdin.eu. Chętnie poznamy Państwa opinie i uwagi.