



Ośrodek  
Integracji  
Społecznej

**Diakonie**   
Marienberg

## RELACJA MIĘDZYPOKOLENIOWA.

# NABYWANIE KOMPETENCJI SPOŁECZNYCH PRZEZ MŁODZIEŻ I SENIORÓW

Publikację opracowano w ramach projektu grantowego, pt. „Razem w Europie”  
zrealizowanego w ramach projektu „*Międzynarodowa współpraca się oplaca.*”

Granty na komponent współpracy ponadnarodowej dla beneficjentów projektów  
standardowych realizowanych w zakresie celów tematycznych 8-11 współfinansowanych  
z EFS w ramach PO WER lub RPO w perspektywie finansowej 2014-2020”,  
przez Grupę Profesja Sp. z o.o.

Autor: mgr Ewelina Pawelczyk

|   |    |
|---|----|
| Wstęp.....  | 3  |
| Rozdział 1. Zjawisko zaburzeń kompetencji społecznych.....  | 7  |
| 1.1. Pojęcie kompetencji społecznych .....  | 7  |
| 1.2. Składniki kompetencji społecznych.....   | 8  |
| 1.3. Wpływ kompetencji społecznych na efektywność zachowań .....  | 10 |
| Rozdział 2. Analiza grupy docelowej oraz założenia realizacji działań. ....   | 12 |
| 1. Cele .....   | 12 |
| 2. Strategie i metody pracy.....  | 12 |
| Rozdział 3. Scenariusz zajęć. ....  | 14 |
| 3.1. Konspekt I Integracja - nawiązywanie więzi międzypokoleniowej + załącznik nr 1.....                                    | 15 |
| 3.2. Konspekt II Jazda konna - formy spędzania czasu wolnego dawniej, a dziś.<br>Część 1.....                               | 20 |
| 3.3. Konspekt III Jazda konna - formy spędzania czasu wolnego dawniej, a dziś.<br>Część 2.....                              | 22 |
| 3.4. Konspekt IV Kultura, tradycje, obyczaje – retrospekcja a technologia i terażniejszość<br>Część 1.....                  | 24 |
| 3.5. Konspekt V Kultura, tradycje, obyczaje – retrospekcja a technologia i terażniejszość<br>Część 2 + załącznik nr 2. .... | 26 |
| 3.6. Konspekt VI Zderzenie pojęć – słownik pokoleniowy.....   | 29 |
| 3.7. Konspekt VII Rękodzieło, wzajemna nauka i technika wykonywania prac artystycznych<br>część 1.....                      | 35 |
| 3.8. Konspekt VIII Rękodzieło, wzajemna nauka i technika wykonywania prac<br>artystycznych<br>część 2.....                  | 37 |
| 3.9. Podsumowanie zdobytych umiejętności – utworzenie wspólnej pamiętki.....  | 43 |
| Bibliografia: .....   | 44 |
| Załącznik 1. ....   | 45 |
| Załącznik 2. ....   | 47 |

Ośrodek Integracji Społecznej realizuje usługi społeczne i zdrowotne od sierpnia 2002 roku. Posiadamy potencjał merytoryczny oraz doświadczenie w rehabilitacji medycznej. Naszym celem jest szeroko rozumiana pomoc osobom pokrzywdzonym i chorym. Od wielu lat prowadzimy zajęcia socjoterapeutyczne, hipoterapeutyczne oraz Zakład Pielęgnacyjno-Opiekuńczy. Wiemy, że każda świadczona opieka wymaga dobrego przygotowania. Jesteśmy w stałej gotowości do pomocy, starając się podnosić kwalifikacje naszego personelu.

Ośrodek Integracji Społecznej prowadzi również **specjalistyczną placówkę wsparcia dziennego „Wśród Aniołów”**. Większość uczęszczających dzieci pochodzi z rodzin dysfunkcyjnych, objętych opieką ze strony kuratori, asystentów rodziny, pracowników socjalnych. W placówce prowadzona jest też współpraca z rodzicami. Osiągnięte rezultaty mają charakter trwały. Placówka zapewnia możliwość bezpiecznego spędzania czasu wolnego, tworzymy atmosferę zaufania i akceptacji. Staramy się wypracować u dzieci umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach. Podopieczni mają możliwość rozmawiania o swoich problemach czy trudnościach jakie napotyka. Poznają sposoby radzenia sobie ze stresem, panowania nad negatywnymi emocjami, jak i wyrażania ich w sposób społecznie pożądany.

Kolejnym elementem jest poznanie przez dzieci zasad życia społecznego, rozwijanie umiejętności porozumiewania się z otoczeniem w sposób akceptowany. Uczymy dzieci rozwijać umiejętność realizacji własnych pragnień, marzeń i zainteresowań poprzez wprowadzanie różnego rodzaju zajęć uzupełniających. Podczas zajęć dzieci uczą się również współpracy, zdrowej rywalizacji jak i poprawnej komunikacji w gronie rówieśniczym. Do wypracowywanych rezultatów, jakże istotnych należy codzienna praca i motywacja do wykonywania obowiązków szkolnych, albowiem podopieczni potrzebują pomocy podczas nauki oraz odrabiania zadań domowych. Głównym celem jest polepszenie wyników w nauce oraz zmniejszenie fobii szkolnej, podnoszenie poczucia własnej sprawczości, wyrównywania braków szkolnych, reedukacja i kompensacja. Podopieczni uczęszczają na zajęcia socjoterapeutyczne, terapeutyczne, profilaktyczne, animacyjne oraz zajęcia z jazdy konnej.

Kolejnym naszym projektem jest pomoc skierowana do seniorów. Projekt pt. **„Poznaj Nowy Świat Dla Seniorów”** zakłada wspomaganie 47 osób niesamodzielnych, w wieku 60+ na terenie Zielonej Góry. Uwzględniono w nim rozwój usług w lokalnej społeczności dla 20 osób w Dziennym Domu Pobytu oraz objęcie opieką 27 osób w miejscu zamieszkania.

Działania projektowe oparte są na Europejskiej Strategii w sprawie niepełnosprawności na lata 2014-2020 przewidującej zwiększenie uczestnictwa osób w życiu społecznym i korzystanie z przysługujących im praw, a także Strategii Polityki Społecznej woj. Lubuskiego na lata 2014-2020 promującej zapewnienie właściwej opieki osobom starszym, chorym i niepełnosprawnym. Głównym założeniem Projektu jest opracowanie takiego systemu opiekuńczego, który będzie doskonalił system wsparcia społecznego i zapewni wyższy poziom świadczonych usług, które zostaną wykorzystane przez inne podmioty włączenia społecznego.

Usługi krótkookresowego lub długookresowego dziennego pobytu udzielane są w Domu Dziennym w Ośrodku Integracji Społecznej w Zielonej Górze. Działania prowadzone są na rzecz 20 osób niesamodzielnych w formie zajęć indywidualnych i grupowych, zorientowanych na utrzymanie lub zwiększenie sprawności fizycznej i intelektualnej oraz na wzrost poziomu ich integracji społecznej. Ramowy program wsparcia obejmuje: trening umiejętności społecznych i trening samoobsługi, trening zajęć ruchowych, zajęcia z pedagogiem, trening arteterapii, trening zajęć kulinarnych, trening terapii zajęciowej, warsztaty wizerunku.

Celem niniejszej publikacji jest nawiązanie relacji i więzi międzypokoleniowej pomiędzy opisanymi powyżej grupami, której efektem jest wzajemna nauka, nabycie szeroko rozumianych kompetencji społecznych i kulturowych.

Umiejętność współdziałania w społeczeństwie odgrywa bardzo ważną rolę w życiu człowieka. Elastyczność naszych zachowań, pokonywanie barier oraz nawiązywanie kontaktów interpersonalnych wynikają z kompetencji jakie posiadamy. To czy radzimy sobie na co dzień z wymienionymi powyżej przykładami lepiej lub gorzej zależy od poziomu danych umiejętności społecznych. Teraźniejszość i przeszłość niejednokrotnie warunkują ich rozwój, ale niestety jest również przyczyną ich zahamowania czy zaburzenia. Aby zrozumieć jednostkę należy się z nią utożsamić, odkryć w sobie jej uczucia i przeżycia, tylko w ten sposób pojawi się zrozumienie, które umożliwi efektywną pomoc.

Inspiracją do powstania poniższego opracowania była współpraca podjęta przez Ośrodek Integracji Społecznej z Diakonie Erzgebirge Diakonisches Werk im Kirchenbezirk Marienberg e.V z którym wspólnie zrealizowaliśmy projekt „Razem w Europie”.

W ramach podjętej współpracy poznaliśmy metody i formy aktywizacji seniorów oraz młodzieży w Niemczech, które mogą posłużyć jako przykład do wspólnej pracy placówek opiekuńczo-wychowawczych.







### 1.1. Pojęcie kompetencji społecznych

Człowiek jako istota społeczna, nie potrafi żyć i rozwijać się bez bodźców płynących z otoczenia społecznego. Żyje w otoczeniu rodziny, rówieśników, ludzi mijanych na ulicach. Życie zawodowe, publiczne i osobiste zależy w dużej mierze od oddziaływania, zachowania się innych osób, grup i społeczności.<sup>1</sup>

Umiejętność współżycia ze społeczeństwem jest istotnym elementem zadowolenia i satysfakcji życiowej, gdyż „człowiek jest zwierzęciem społecznym, a więc jego poczucie szczęścia i pełni zależy od umiejętności sprawnego kontaktowania się z innymi ludźmi. Ponadto cała cywilizacja opiera się na ludzkiej zdolności do współpracy z innymi i prowadzenia wspólnych działań. Ludzie są nam niezbędni do szczęścia i spełnienia, musimy też umieć z nimi współpracować, jeśli chcemy stanąć na wysokości swoich zadań, swoich upodobań.”<sup>2</sup>

Przechodząc do zjawiska kompetencji społecznych należałoby przedstawić w pierwszej kolejności etymologiczne wyjaśnienia treści, które wskazuje na to, iż łaciński czasownik *competere*, oznacza współzawodnictwo, nadawanie się, zajmowanie określonej pozycji. Etymologia nawiązuje w ten sposób do potencjału podmiotu, który wyznacza jego zdolności do wykonywania określonych działań. W pedagogice pojęcie kompetencji ulega rozproszeniu na kilka zakresów znaczeniowych. Wiąże się je zazwyczaj z dziedzinami wychowania i edukacji.

M. Dudzikowa stwierdza, że kompetencja społeczna „to struktura poznawcza, złożona z określonych zdolności, zasilana wiedzą, doświadczeniami, zbudowana na zespole przekonań, iż za pomocą tych zdolności warto i można w danym kontekście sytuacji własnej jednostki inicjować i realizować skutecznie zadania w celu osiągnięcia we własnej osobowości i zachowaniach zmian zgodnych z pożądanymi przez siebie standardami.”<sup>3</sup>

Kompetencje społeczne są interpretowane również jako umiejętność do wykonywania zadań w zakresie określonej formy aktywności społecznej lub jako zdolność spełniania określonych funkcji zgodnie z przyjętymi standardami.

Osoby kompetentne społecznie są bowiem podmiotem jak i zarówno przedmiotem wpływu społecznego. Człowiek zostaje poddany różnym instrumentalnym wpływom, stając się czymś środkiem celu. Każdy bowiem może stać się nieświadomie obiektem działania danej osoby, grupy czy instytucji.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> E. Aronson „Człowiek istota społeczna”, Warszawa 2001, Wydawnictwo Naukowe PWN,

<sup>2</sup> W.D. Johnson „Podaj Dłoń”, Warszawa 1992, Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Instytut Psychologii Zdrowia i Trzeźwości, s. 17.

<sup>3</sup> M. Dudzikowa „Kompetencje autokreacyjne – możliwości ich nabywania w toku studiów pedagogicznych, Edukacja. Studia. Badania, Innowacje”, nr 4 (44), 1993

<sup>4</sup> J. Borkowski, op.cit., s. 108.

Natomiast ludzie nieposiadający kompetencji społecznych „nie potrafią wyrazić ani uzasadnić swoich potrzeb społecznych, nie rozumieją oczekiwań wyrażanych jasno przez innych obywateli, czytając tekst lub słuchając przemówienia, nie potrafią oddzielić przekazu intelektualnego od demagogicznego bełkotu, nie mają zielonego pojęcia, jakie wartości należy podzielać, a jakim się przeciwstawiać i to nawet w sposób gwałtowny. Problem nie polega na tym, że nie wiedzą co mają w życiu robić, ale na tym, że nie wiedzą jak żyć.”<sup>5</sup>

Człowiek kompetentny to taki, który charakteryzuje się umiejętnością adaptacji w zależności od społecznego kontekstu interakcji. W życiu człowieka są umiejętności interpersonalne, które warunkują poprawną komunikację, czyli poziom sprawności jak i prawidłowości we wzajemnym przekazywaniu sobie informacji oraz komunikatów przez osoby wchodzące ze sobą w interakcje. W ten sposób rozumiane kompetencje zaliczane są do tzw. kompetencji o charakterze kluczowym, uniwersalnym. W ich nabywaniu bardzo ważnym elementem jest prawidłowa komunikacja w rodzinie, a w szczególności między pokoleniem młodszym a starszym. Rodzice czy też opiekunowie są odpowiedzialni za wychowanie młodego pokolenia, za przekazywanie odpowiednich wzorców zachowań, norm, zasad moralnych, które są społecznie pożądane i aprobowane. Zaopatrzenie młodych ludzi w niezbędne do życia kompetencje stanowi fundamentalny element ich egzystencji. Osiągnięcie celów poprawnej komunikacji między ludźmi pozwoli jednostce rozwijać i dopracowywać swoje umiejętności, dostosowując się tym samym do zmieniającej się w szybkim tempie rzeczywistości.

## 1.2. Składniki kompetencji społecznych

„Uogólnionym dynamicznym rezultatem kompetencji społecznych jest sztuka nieustannego stawania się dojrzałą i odpowiedzialną istotą społeczną, sztuka bycia społecznie wartościowym członkiem rodziny, kolegą, koleżanką, sąsiadką, uczniem, studentem, współpracownikiem, członkiem społeczności lokalnej, współobywatelem państwa itp. Człowiek kompetentny społecznie to osoba, która chętnie spełnia swoje powinności wobec innych ludzi, potrafi czerpać wsparcie, cieszy się uznaniem i zaufaniem oraz odczuwa zadowolenie z siebie oraz ze współżycia z innymi ludźmi.”<sup>6</sup> Autor wyróżnia kilka funkcji kompetencji społecznych, które spełniają następujące cele:

- sprzyjają lepszemu porozumiewaniu się i rozmowie;
- sprawiają, iż poznawanie nowych osób staje się łatwiejsze;
- pomagają w radzeniu sobie w nowych sytuacjach;
- poszerzają możliwości zaspokajania potrzeb społecznych;
- ułatwiają udzielanie wsparcia społecznego;
- otwierają i poszerzają perspektywę uczestniczenia w życiu obywatelskim;

---

<sup>5</sup> F. Savater „Ignoranci z dyplomami”, „Forum”, nr 2, 2002, s. 56.

<sup>6</sup> J. Borkowski, op.cit., s.110.



- zwiększają poziom indywidualnej i grupowej efektywności współpracy;
- pobudzają proces autokreacji i kierowania własnym rozwojem;
- zwiększają i rozszerzają możliwości rozwiązywania problemów, konfliktów i patologii społecznych.<sup>7</sup>

J. Borkowski do najważniejszych elementów wchodzących w skład kompetencji społecznych zalicza:

- wiedzę społeczną – jej źródłem jest gruntowne, rzetelne wykształcenie. Ze względu na jej przemijający charakter konieczne jest, aby cały czas się doksztalać, dzięki temu człowiek ma możliwość dorównania tempa biegnącej rzeczywistości;
- myślenie prospołeczne – zwane również mentalnością społeczną, charakteryzuje się zainteresowaniem sprawami innych ludzi, wyczuleniem na ich potrzeby oraz możliwości. Ten typ myślenia nazywa się mianem intelektualnego kolektywizmu;
- doświadczenie społeczne – zależne jest od wielu czynników, poczynając od swoistości minionego jak i aktualnego życia rodzinnego, wieku rozpoczęcia drogi edukacyjnej, zainteresowań, hobby oraz bagażu doświadczeń. Suma składająca się na doświadczenia życiowe jednostki związana jest z okresem i poziomem osobistych osiągnięć oraz porażek;
- osobowość społeczna – charakteryzuje się pewną społeczną mądrością, entuzjazmem, umiejętnością przyciągania innych do siebie oraz wywierania na nich wpływu, poprzez swój urok osobisty. Warto zaznaczyć, że istotną rolę odgrywa dojrzałość emocjonalna, odpowiedzialność, wysoki poziom empatii, silna wola, pozytywny obraz siebie, wysokie aspiracje i ambicje itp. pozytywnie nacechowane cechy. Taka osoba wszechstronnie rozwijająca się staje się opoką i nadzieją uogólnionej osobowości społecznej;
- inteligencja emocjonalna – zdolność do odczytywania i spożytkowania własnych doświadczeń emocjonalnych. Struktura inteligencji emocjonalnej obejmuje: „umiejętność rozpoznawania, analizy, oceny i ekspresji własnych emocji i potrzeb; emocjonalne wspomaganie wysiłku umysłowego przez koncentrowanie własnej uwagi na rozwiązywanych przez siebie problemach; umiejętności rozumienia i przewidywania własnych emocji; umiejętność świadomego kierowania własnymi doznaniem emocjonalnymi, redukcji emocji przykrych oraz rozbudzania emocji przyjemnych, co wspomaga rozwój własnej dojrzałości emocjonalnej i intelektualnej.”<sup>8</sup> D. Goleman wyróżnił pięć składników inteligencji emocjonalnej, a mianowicie: samoświadomość, samorealizację, samomotywację, empatię, umiejętności społeczne;<sup>9</sup>

---

<sup>7</sup> Ibidem, s.110.

<sup>8</sup> Ibidem, s. 111-112.

<sup>9</sup> D. Goleman „Inteligencja emocjonalna”, Poznań 1997; F. Wilks „Inteligentne emocje”, Warszawa 1997

- inteligencja społeczna - charakteryzuje się zdolnością do rozstrzygania i rozwiązywania problemów między ludźmi, współzycia oraz współpracy z nimi. Talent społeczny to najdojrzalsza i najbardziej pożądana umiejętność, przejawia się zdolnością do komunikowania się, mediowania, negocjacji, poznawania innych;
- autorytet społeczny – innymi słowy poważanie, szacunek, tolerancja, musi wpływać z kwalifikacji nieetatowych i nieformalnych;<sup>10</sup>
- zaufanie – wyróżnia się jego dwa aspekty, m.in.: bycie osobą godną zaufania oraz ufanie innym osobom;
- dojrzałość moralna – oparta na systemie wartości, wyraża się poprzez znajomość norm moralnych i prawnych oraz konsekwentnemu przestrzeganiu ich. Kreuje takie wartości jak: dobro, prawda, sprawiedliwość, równość, mądrość itp., zмага się natomiast ze złem, kłamstwem, krzywdą społeczną, egoizmem itp.
- różnorodne zdolności i umiejętności społeczne – są najbardziej wymowną i praktycznie sprawdzalną postacią kompetentnego działania społecznego.<sup>11</sup>

Proces kształtowania umiejętności można i należy rozwijać biorąc pod uwagę różnorodne uwarunkowania dydaktyczne. Proces kształtowania umiejętności wyróżnia następujące etapy: uświadomienie sobie treści i funkcji umiejętności, sformułowanie zasad postępowania, opanowanie wzoru zachowania, pierwotne ćwiczenie umiejętności przy pomocy instruktora, ćwiczenie samodzielnie, sprawne stosowanie danych umiejętności.

### 1.3. Wpływ kompetencji społecznych na efektywność zachowań

D.T. Kenrick oraz jego współpracownicy uważają, iż uniwersalne cechy wpływu społecznego objawiają się w:

- dokonywaniu odpowiednich wyborów;
- uzyskiwaniu zgody ze strony społeczeństwa;
- zarządzaniu i kreowaniu wizerunku własnej osoby.<sup>12</sup>

Istnieje wiele metod, które pozwalają wywołać wpływ społeczny, a mianowicie:

- wyraziste i jasne przedstawianie swoich poglądów;
- nauczanie, wyjaśnianie, opowiadanie;
- perswazja, przekonywanie;

---

<sup>10</sup> J.Borkowski, op.cit., s. 113.

<sup>11</sup> J.Borkowski, op.cit., 113.

<sup>12</sup> D.T. Kenrick, S.L. Neuberg, R.B. Cialdini, „Psychologia społeczna. Rozwiązane tajemnice”, Gdańsk 2002. s. 287.

- stwarzanie warunków, które mają na celu kształtować opinie, oczekiwania, postawy i zachowania;
- nauka zaradności oraz umiejętność zaspokajania własnych potrzeb;
- spontaniczne i bezpośrednie więzi emocjonalne;
- modelowanie;
- kreowanie wspólnych wizji;
- inicjatywa oraz samorządność;
- wzmocnienia negatywne oraz nagradzanie;
- opiniowanie oraz doradzanie.<sup>13</sup>

D. Cartwright wyróżnił zasady, które należałoby przestrzegać, aby grupy stały się skutecznym środkiem wywoływania zmian w zachowaniu członków:<sup>14</sup>

- osoby podlegające zmianie powinny mieć silne poczucie przynależności oraz więzi grupowej;
- im większa atrakcyjność, tym większy wpływ;
- im większy prestiż, tym większy wpływ można wywrzeć;
- budowanie wewnątrzgrupowej motywacji do zmiany;
- osoby podlegające zmianie muszą być przekonane o słuszności planów i skutków modyfikacji.

Pozornie prosty i niewymagający wysiłku proces komunikacji międzyludzkiej, jest w gruncie rzeczy jednym z najbardziej skomplikowanych i trudnych zachowań.

Wysoki poziom kompetencji społecznych związany jest również z lepszym przystosowaniem do nadchodzących zmian życiowych, większą elastycznością zachowań, postaw w różnego rodzaju sytuacjach społecznych oraz niższymi wskaźnikami lęku, depresji czy też poczucia samotności.

Niski poziom kompetencji społecznych doprowadza jednostkę do wycofania się ze sfery społecznej, utrudnia jej nawiązywanie kontaktów interpersonalnych, tym samym powodując poczucie osamotnienia. Świadomość odrzucenia przez innych ludzi budzi negatywne emocje, jak i zaniża poziom wartości własnej osoby, zarówno w psychice młodego człowieka, jak i seniora rodzi bunt na otaczającą go rzeczywistość, z którą ciężko jest mu się uporać.

---

<sup>13</sup> J. Borkowski, op.cit., s.118.

<sup>14</sup> D. Cartwright „Doprowadzenie do zmiany w ludziach: niektóre zastosowania teorii dynamiki grupy”, w: W.E. Scott, jr, L.L. Cummings (red.) „Zachowanie człowieka w organizacji”, Warszawa 1983, s.213-217.

### 1. Cele

Rozpoznanie poziomu kompetencji społecznych, świadomości i umiejętności grupy młodzieży oraz seniorów. Dostosowanie odpowiednich form pracy z wykorzystaniem posiadanych umiejętności i wiedzy grup docelowych w celu uzyskania obopólnych korzyści i rozwoju. Podjęte działania dotyczą wprowadzania zmian w poszczególnych obszarach.

#### 1.1. Emocjonalno – uczuciowe

Zwiększenie poczucia komfortu i bezpieczeństwa. Pomoc w samopoznaniu – polegająca na celowym, zorganizowanym poznawaniu siebie, zdobywaniu wiedzy o swoich właściwościach osobniczych, możliwościach i słabościach. Sposobami realizowania danego procesu jest: samoobserwacja, retrospekcja, samotestowanie, introspekcja, prospekcja i samorefleksja.

#### 1.2. Wolicjonalno – normatywne

Poszanowanie wartości drugiego człowieka, pomoc w poszukiwaniu autorytetu, uczenie odpowiedzialności, dyscypliny, systematyczności, trwania w rolach społecznie aprobowanych, podkreślenie ich wartości i celowości, rozwinięcie umiejętności nawiązywania kontaktów międzyludzkich.

#### 1.3. Poznawczo – intelektualne

Przysposobienie do adekwatnego pełnienia ról społecznych, dostrzeganie mocnych stron ludzi, rozwinięcie zainteresowań i umiejętności językowych, kulturowych, obyczajowych, technologicznych.

#### 1.4. Behawioralne

Udzielenie pomocy w dokonywaniu odpowiednich wyborów, nauka pozyskiwania zgody ze strony społeczeństwa, rozpoznawanie komunikatów skutecznych i nieskutecznych, ustalenie oraz potwierdzenie znaczenia komunikatów językowych i pozawerbalnych, zarządzanie i kreowanie wizerunku własnej osoby, wyeliminowanie destrukcyjnych zachowań i wykształcenie umiejętności społecznych.

### 2. Strategie i metody pracy

Projektowanie działań odbywa się za pomocą wyszczególnienia konkretnych postaw z zastosowaniem zasad wychowania resocjalizacyjnego takich jak: zasada indywidualizacji, akceptacji, reedukacji. Metody pracy są zorganizowane, oparte są na wpływie osobistym i sytuacyjnym. Zajęcia w założeniu są warsztatowe, grupowe, z wykorzystaniem infrastruktury Ośrodka Integracji Społecznej, których pierwszym celem jest integracja i poznanie grup docelowych. Za priorytet powodzenia planu odpowiada ustalony harmonogram

spotkań obydwu grup we wspólnym i znanym dla nich środowisku, które sprzyja w zapewnieniu poczucia komfortu i bezpieczeństwa.

## ROZDZIAŁ 3. SCENARIUSZ ZAJĘĆ.

Zajęcia będą prowadzone metodami warsztatowymi, opartymi na aktywności własnej uczestników. Odbędzie się 8 spotkań po 4 godz. każde. Ćwiczenia oparte są na metodzie uczenia się przez doświadczenie, służą bowiem doskonaleniu osobowości uczestników. Ważnym czynnikiem jest przekazanie przez seniorów zdobytej wiedzy u partnera zagranicznego poznanej młodzieży.

Tabela 1. Zestawienie poszczególnych bloków tematycznych dla obydwu grup docelowych

| <b>LP.</b> | <b>TEMAT WARSZTATU</b>  |
|------------|---|
| <b>I</b>   | Integracja. Nawiązywanie więzi międzypokoleniowej                         |
| <b>II</b>  | Jazda kona. Formy spędzania czasu wolnego dawniej, a dziś                 |
| <b>III</b> | Kultura, tradycje, obyczaje – retrospekcja a technologia i terażniejszość |
| <b>IV</b>  | Zderzenie pojęć – słownik pokoleniowy                                     |
| <b>V</b>   | Rękodzieło, wzajemna nauka i technika wykonywania prac artystycznych      |
| <b>VI</b>  | Podsumowanie zdobytych umiejętności. Przygotowanie pamiątki z warsztatów. |

### 3.1. KONSPEKT I INTEGRACJA - NAWIĄZYWANIE WIĘZI MIĘDZYPOKOLENIOWEJ + ZAŁĄCZNIK NR 1.

#### Cele:

- przełamanie barier społecznych i poczucia wstydu;
- wzajemne poznanie;
- otwarcie się na nowe doświadczenia, wymiana doświadczeń;
- promowanie takich wartości jak: otwartość, tolerancja;
- poszanowanie praw człowieka w różnych kategoriach wiekowych i społecznych;
- nawiązanie bliższych relacji z ludźmi późnej dorosłości (emocjonalna wartość spotkań);
- rozwijanie postaw prospołecznych oraz wrażliwości na potrzeby innych.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Ćwiczenia w grupach i parach. Wspólna organizacja grilla i zajęć na dworze z wykorzystaniem infrastruktury Ośrodka Integracji Społecznej (Fit Park, boisko).

#### Materiały do zajęć:

Sprzęt sportowy (plastikowe kije hokejowe, paletki do badmintonu, pachołki, hula-hop, piłki, szarfy, chusta Klanza), magnetofon, grill, jednorazowe sztućce, talerzyki, kubki. Napoje, produkty żywnościowe. Przybory do pisania, kartki.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

#### Ćwiczenie 1 – Reklama grupy

Instrukcja dla uczestników:

Proszę, aby każda z grup (seniorzy, młodzież) przygotowała reklamę, prezentację poszczególnych osób oraz całości grupy, a następnie oficjalnie się zareklamowała na forum. Podczas wykonywania zadania należy zwrócić uwagę na swoje najlepsze cechy, umiejętności, zasoby i właściwości, które stanowią o tym, że każdy z was jest wyjątkowy.

Podsumowanie: Po tym, jak każda grupa się zareklamuje warto jest zapytać uczestników o wrażenia. Czego nowego dowiedzieli się o sobie nawzajem, co ich zaskoczyło i czy to zadanie sprawiało im trudność. Jak się czuli występując przed drugą grupą.

#### Ćwiczenie 2 – Wywiad - Celebryta

Poproszę, abyście dobrali się w mieszane pokoleniowo pary. Jedna osoba przeprowadza wywiad z drugą. Osoba zadająca pytania ma za zadanie zebrać jak najwięcej informacji o zdolnościach, pasjach, marzeniach itp. Celem jest dowiedzenie się czegoś nowego o osobie, której zadaje się pytania, zdobyte informacje można spisywać. Następnie w parach następuje

zmiana i osoba wcześniej zadająca pytania, teraz na nie odpowiada. Finalnie każda para przedstawi pozostałym sylwetkę celebryty.

Podsumowanie: Pytamy uczestników o ich wrażenia, jak się czuli w czasie wykonywania zadania, jakie emocje towarzyszyły im podczas wywiadu, czy zadawanie pytań i odpowiadanie na nie było trudne, jak przeżywali moment, gdy ich osoba była prezentowana na forum grupy.

### Ćwiczenie 3 - Współpraca (zał.1)

Utworzenie dwóch pomieszanych pokoleniowo drużyn. Każda drużyna ma do przejścia tor przeszkód. Tor przechodzimy w parze drużynowej. Przeszkody są zaplanowane tak, aby skorzystać z pomocy drugiego pokolenia, gdyż jedno zadanie jest w stanie wykonać tylko senior (inspiracja zadania od partnera zagranicznego, z którym była nawiązana współpraca), drugie zadanie wykonuje młodzież, a trzecie muszą wykonać wspólnie (senior inspiruje i dostarcza odpowiednią wiedzę, młodzież wykonuje). Tor jest zaliczony tylko wtedy, gdy w całości zostanie ukończony. W tym zadaniu nie liczy się czas, a poprawność wykonania zadania, które jest punktowane.

Podsumowanie: Zapytanie uczestników o refleksje oraz zauważenie zależności i ważności nawiązania współpracy, aby móc ukończyć tor.

### Ćwiczenie 4 – Przygotowanie posiłku

Wspólne przygotowanie stołu i potraw na grilla. Luźne rozmowy przy stole i spożycie posiłku, w tym wspólne przygotowanie tradycyjnych potraw niemieckich.











### 3.2. KONSPEKT II JAZDA KONNA - FORMY SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO DAWNIEJ, A DZIŚ. CZĘŚĆ 1

#### Cele:

- wymiana doświadczeń, poznanie form spędzania czasu wolnego dawniej i dziś, poznanie zabaw podwórkowych i domowych obu pokoleń;
- nawiązanie bliższych relacji i więzi w grupie;
- rozwijanie postaw prospołecznych oraz wrażliwości na potrzeby innych;
- kształtowanie nawyku bezpiecznego spędzania czasu wolnego;
- pokonywanie barier, własnych granic, wsparcie emocjonalne;
- hipoterapia sposobem na relaksację, poprawę kondycji, stanu zdrowia i samopoczucia.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Dyskusje, burza mózgów, pogadanki. Tworzenie plakatu. Krótkie przerwy i ćwiczenia integrujące, praca z końmi z pomocą instruktora jazdy konnej, hipoterapeuty.

#### Materiały do zajęć:

Przybory do pisania, kartki, mazaki, markery flipchart.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

#### Ćwiczenie 1

Konie wykorzystywane podczas warsztatu powinny być spokojne, posłuszne i szybko reagujące na komendy. Zajęcia pozytywnie wpływają na sferę psychiczną i emocjonalną uczestników. W jeźdźcu rozwija się cierpliwość, uczy się jak panować nad swoimi emocjami i wyraża je w odpowiedni sposób. Uczestnicy uzyskują również korzyści edukacyjne, a ich zmysły są stymulowane. Początkowe zajęcia mają na celu oswojenie z koniem, budowanie zaufania do zwierzęcia i terapeutów. Należy omówić zasady bezpieczeństwa w stajni oraz podczas jazdy, przybliżyć anatomię i budowę konia, omówić i pokazać sprzęt jeździecki zarówno dla zwierzęcia, jak i dla jeźdźcy. Uczestnicy samodzielnie sporządzają paszę i karmią konie pod okiem instruktora. Podczas zajęć wykonują również podstawowe czynności związane z higieną koni. Ponadto poznają zasady siodłania, części składowe siodła, rzędu jeździeckiego, nazewnictwo wyposażenia jeźdźcy i konia. Duży nacisk kładziony jest na przestrzeganie zasad bezpiecznego zachowania się w obecności zwierzęcia, zasady prawidłowego podchodzenia, wsiadania, zsiadania, karmienia itp. zajęcia mają charakter indywidualny, jednakże liczy się współpraca i prawidłowa komunikacja. Na padoku uczestnicy wykonują ćwiczenia: równoważne, zwiększające świadomość bioder i tułowia, sprawności manualnej, rotacji dłoni, koordynacji wzrokowo-ruchowej, orientacji w stronach ciała, w schemacie własnego ciała i ciała konia, planowania ruchu. Ponadto nauka zasad siodłania konia, siadu jeździeckiego w siodle, prawidłowego trzymania strzemion, wodzy, kierowania

koniem, prawidłowego ułożenia nóg podczas jazdy w strzemionach i bez nich, jazdy na lonży. Instruktor opowiada o wpływie hipoterapii i pracy z koniem na ciało i umysł człowieka.



### 3.3. KONSPEKT III JAZDA KONNA - FORMY SPĘDZANIA CZASU WOLNEGO DAWNIEJ, A DZIŚ. CZĘŚĆ 2

#### Cele:

- wymiana doświadczeń, poznanie form spędzania czasu wolnego dawniej i dziś, poznanie zabaw podwórkowych i domowych obu pokoleń;
- nawiązanie bliższych relacji i więzi w grupie;
- rozwijanie postaw prospołecznych oraz wrażliwości na potrzeby innych;
- kształtowanie nawyku bezpiecznego spędzania czasu wolnego;
- pokonywanie barier, własnych granic, wsparcie emocjonalne;
- hipoterapia sposobem na relaksację, poprawę kondycji, stanu zdrowia i samopoczucia.

#### Ćwiczenie 1

Dawniej a dziś. Celem ćwiczenia jest otwarta dyskusja mająca na celu poznanie form spędzania czasu dawniej a dziś, w szczególności poznania zabaw, reguł, wartości. Uczestnicy wymieniają się doświadczeniami i dzielą wiedzą. Młodzież ma okazję poznać nowe zabawy podwórkowe i wyjść sprzed komputera w domu. Wspólnie dobieramy jedną z zabaw zgłoszonych przez młodzież i jedną przez seniorów. Na dworze razem uczestniczymy w grze.

Podsumowanie: refleksje uczestników.

Na koniec warsztatów dla seniorów przewidziano przejażdżkę bryczką. Z uwagi na ich stan zdrowia i predyspozycje motoryczne ta forma jest najbardziej odpowiednia. Przejażdżka powinna odbyć się na naturalnych terenach i trwać ok. 30 min. Proponuje się tereny zalesione celem relaksacji uczestników.





### 3.4. KONSPEKT IV KULTURA, TRADYCJE, OBYCZAJE – RETROSPEKCJA A TECHNOLOGIA I TERAŹNIEJSZOŚĆ CZĘŚĆ 1

#### Cele:

- wymiana doświadczeń;
- poznanie tradycji i zwyczajów w Polsce i w Niemczech;
- kształtowanie szacunku dla kultury i obyczaju rodzinnego;
- kształtowanie rozumienia i kultywowania zwyczajów w Polsce;
- rozumienie globalne i selektywne tekstu pisanego;
- poznanie niemieckich pojęć związanych z symboliką świąt;
- kształtowanie umiejętności komunikowania się i współdziałania w grupie;
- zapoznanie seniorów z komputerem i Internetem;
- poznanie zasad bezpiecznego poruszania się w sieci;
- nauczenie się obsługiwanania komputera;
- kształtowanie cierpliwości oraz prawidłowej komunikacji.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Dyskusje, burza mózgów, pogadanki. Tworzenie prezentacji multimedialnej. Krótkie przerwy i ćwiczenia integrujące.

#### Materiały do zajęć:

Przybory do pisania, kartki, mazaki, markery flipchart, laptopy, rzutnik, ilustracje charakterystycznych miejsc w Niemczech, historie tradycji niemieckich i polskich, opis świątecznych tradycji, karty z wyrazami po niemiecku i po polsku związanymi z tradycjami w obu krajach.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

#### Ćwiczenie 1.

Prowadzący rozpoczyna temat tradycji świątecznych, zachęcając do dyskusji. Święta Bożego Narodzenia obchodzi się w Europie mniej więcej w tym samym czasie, jednak różne kraje mają swoje specyficzne zwyczaje i tradycje z nimi związane. Dzisiaj poznacie zwyczaje bożonarodzeniowe w Niemczech i omówimy sobie, jak to wygląda w Polsce w waszych domach – otwarta dyskusja. Porównanie obchodzenia tradycji dawniej a dziś. Podsumowanie i zestawienie różnic i zapomnianych obyczajów i tradycji – bazą wiedzy są w tym przypadku seniorzy.



Przerwa na poczęstunek przed kolejnym ćwiczeniem oraz kilka ćwiczeń rozluźniających.

### Ćwiczenie 2.

Przygotowanie bazy informacji. Utworzenie folderów ze zdjęciami i wiadomościami jakie zawarte zostaną w prezentacji multimedialnej, nauka poruszania się po stronach internetowych, zapisywanie niezbędnych treści, tworzenie plików tekstowych, folderów itp. uświadomienie seniorom i młodzieży zasad bezpiecznego poruszania się w sieci. Młodzież pod okiem prowadzącego uczy seniorów korzystania z Internetu. Pokazują, jak wyszukiwać informacje / wiadomości za pomocą przeglądarki, jak funkcjonują portale społecznościowe, maile itp. Praca samodzielna, w parach lub małych grupach (3 os.).

### **3.5. KONSPEKT V KULTURA, TRADYCJE, OBYCZAJE – RETROSPEKCJA A TECHNOLOGIA I TERAŹNIEJSZOŚĆ CZĘŚĆ 2 + ZAŁĄCZNIK NR 2.**

#### Cele:

- wymiana doświadczeń;
- poznanie tradycji i zwyczajów w Polsce i w Niemczech;
- kształtowanie szacunku dla kultury i obyczaju rodzinnego;
- kształtowanie rozumienia i kultywowania zwyczajów w Polsce;
- rozumienie globalne i selektywne tekstu pisanego;
- poznanie niemieckich pojęć związanych z symboliką świąt;
- kształtowanie umiejętności komunikowania się i współdziałania w grupie;
- zapoznanie seniorów z komputerem i Internetem;
- poznanie zasad bezpiecznego poruszania się w sieci;
- nauczenie się obsługiwanania komputera;
- kształtowanie cierpliwości oraz prawidłowej komunikacji.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Dyskusje, burza mózgów, pogadanki. Tworzenie prezentacji multimedialnej. Krótkie przerwy i ćwiczenia integrujące.

#### Materiały do zajęć:

Przybory do pisania, kartki, mazaki, markery flipchart, laptopy, rzutnik, ilustracje charakterystycznych miejsc w Niemczech, historii tradycji niemieckich i polskich, opis świątecznych tradycji, karty z wyrazami po niemiecku i po polsku związanymi z tradycjami w obu krajach.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

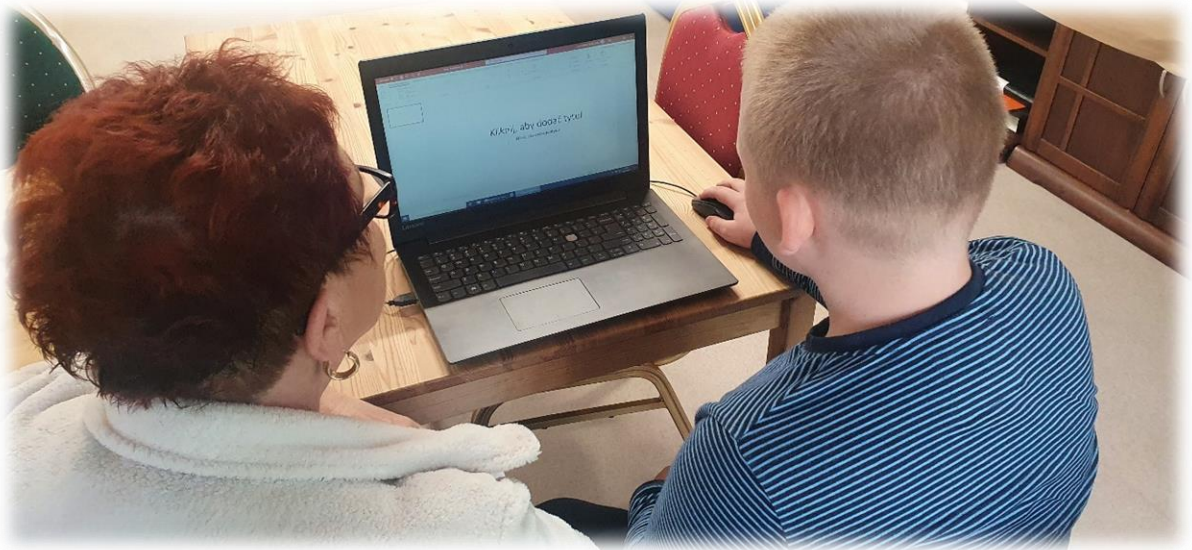
#### Ćwiczenie 1.

Dzielimy się na mniejsze grupki. Przypominamy dekalog bezpiecznego poruszania się w sieci. Następnie prowadzący podsumowuje zebrane informacje i tworzy jedno wspólne zestawienie. Młodzież w tym zadaniu uświadamia seniorów na jakie rzeczy należy zwrócić uwagę poruszając się w sieci. Poruszana jest również tematyka cyberprzemocy, w jaki sposób się odbywa i jakie mogą być jej konsekwencje.

## Ćwiczenie 2.

Wykorzystanie zdobytych w poprzednich ćwiczeniach informacji i utworzenie prezentacji multimedialnej na temat obyczajów oraz świąt w Polsce i w Niemczech, tworzenie slajdów ze zdjęciami z zastosowaniem efektu przejścia itp., utrwalanie zdobytych informacji poprzez działania praktyczne.





### 3.6. KONSPEKT VI ZDERZENIE POJEĆ – SŁOWNIK POKOLENIOWY.

#### Cele:

- poznanie nowych zwrotów, ułatwiające zrozumienie i odnalezienie się w grupie społecznej;
- dostrzeżenie zróżnicowania słownictwa;
- umiejętność rozpoznawania słownictwa o ograniczonym zasięgu (wyrazy gwarowe, terminy naukowe, archaizmy, wulgaryzmy);
- rozpoznawanie wyrazów rodzimych i zapożyczonych (obce) – zrozumienie ich funkcji w tekście.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Dyskusje, burza mózgów, pogadanki. Tworzenie słownika.

#### Materiały do zajęć:

Przybory do pisania, kartki, mazaki, markery flipchart, laptopy, słownik.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

#### Ćwiczenie 1.

Wstęp: „Każde pokolenie ma własny czas”- Ten własny czas dla młodych osób wyraża się w sposobie ubierania i używania określonych słów, czy tak zwanego slangu.

Młodzież używa własnego języka, ponieważ przez to chce się wyróżnić od świata dorosłych. Rozmawiając w ten sposób czują się bezpieczni w swoim środowisku.

Dzielimy uczestników na pary: senior- senior, junior-junior.

Pierwsze ćwiczenie polega na tym, aby każda para ułożyła krótki dialog dla danego pokolenia z zastosowaniem charakterystycznego słownictwa. Temat dialogu: zaproszenie na randkę.

Drugie ćwiczenie polega na zamianie ról. Seniorzy tworzą dialog z zastosowaniem młodzieżowego słownictwa, a dzieci z zastosowaniem archaizmów. Temat dialogu: zwrócenie uwagi koleżce/koleżance o popełnieniu błędu.

Podsumowanie: omawiamy słownictwo, slang i archaizmy. Burza mózgów.

## Ćwiczenie 2.

Utworzenie słownika międzypokoleniowego.

### Poniżej przykładowe zwroty młodzieżowe:

- ABS – skrót od słów: „Absolutny Brak Szyi”. Określenie to używane jest jako nazwa smutnych, bardzo umięśnionych panów. U takich osobników mięśnie kapturowe (mięśnie łączące szyję i korpus) osiągnęły takie rozmiary, że spowodowały wizualny efekt braku szyi;
- Ban – od słowa „banicja”. Początkowo oznaczało zawieszenie w prawach w grach, forach, czatach internetowych. Aktualnie może również oznaczać szlaban na wydarzenia w świecie rzeczywistym;
- Chamowóz – określenie autobusów komunikacji miejskiej, gdy są przepelnione;
- Ciąć komara – częściej słyszane w formie „uciął komara”. Oznacza zaśnięcie, drzemkę;
- Dryluj wiśnie – zwrot przydatny w sytuacji, gdy chcemy zakończyć dyskusję, a nie mamy pomysłu jak to zrobić. Oznacza mniej więcej zostaw mnie w spokoju, koniec gadania na ten temat;
- Dziunia – pochlebne określenie młodej, atrakcyjnej kobiety. Często używane w zwrocie „niezła dziunia”;
- Elo – młodzieżowe przywitanie. Pochodzi od angielskiego słowa „hello”;
- Epicko – wyraża niepohamowany zachwyty. Epickie może być zdarzenie, ale również i przedmioty;
- Flądra – kobieta o niezbyt dobrej opinii. Często występuje na imprezie w skąpej wersji ubraniowej;
- Furmana – samochód;
- Gastro faza – odczucie głodu. Gastro faza występuje nie tylko jako naturalna potrzeba przyjmowania pokarmów. Często jest to głód spowodowany spożyciem środków psychoaktywnych;
- Giczały – pogardliwie na nogi;
- Haftować – wymiotować;
- Inkubator – uczeń w klasie nie dający odpisać kolegom zadania. Skarżący na innych do nauczyciela;
- Itemki – rzeczy, przedmioty;
- Jajognioty – bardzo obcisłe spodnie, powodujące uczucie dyskomfortu;
- Jedwabiste – coś bardzo fajnego;
- Kaloryfer – dobrze zarysowane mięśnie brzucha, swoim kształtem kojarzące się z żebrami kaloryfera. Uwaga, mięśnie brzucha mogą też być nazywane ABS, nie mylić z brakiem szyi;
- Kaszalot – niezbyt ładna dziewczyna;

- Lambdziara – kobieta gustująca w szybkich samochodach i nie tylko samochodach. Spędzająca większość czasu na imprezach;
- LOL – jest to akronim od angielskich słów: Laughing out loud (śmiejąc się głośno) lub lots of laughs (dużo śmiechu). Można tym wyrazić zachwyt, podziw, ale w odniesieniu do osoby oznacza kretyna, idiotę;
- Maciek – duży brzuch;
- Mokasyny – źle dobrane buty. Nie pasujące do reszty stroju lub do sytuacji;
- Na bogato – określenie sytuacji odbiegającej pozytywnie od normy. Coś jest lepsze niż zazwyczaj;
- Nolife – określenie osoby, która cały swój czas spędza przed komputerem. Nie posiada poza nim życia;
- O.M.G – skrót od angielskiego Oh My God (o mój Boże). Używany w sytuacji zdziwienia lub zdenerwowania;
- Ogniopalki – po prostu zapalki;
- Patrzyły – wbrew pozorom nie jest to błędna odmiana czasownika „patrzeć”. Patrzyły to rzeczownik zastępujący słowo oczy;
- Pipen – ktoś kto się boi. Osoba niewykazująca chęci do podejmowania szalonych i głupich pomysłów kolegów;
- Rzuca Ciebie jak kota po tyfusie – mieć objawy zatrucia pokarmowego;
- Rzygać tęczą – sarkastyczny zwrot, wyrażający niechęć do czegoś co uważamy za przesadnie miłe, przesłodzone, ckliwe;
- Siemandero – zwrot używany na przywitanie;
- Tranzystor – inaczej transwestyta, mężczyzna przebierający się za kobietę;
- Turlaj dropsa – spadaj, idź stąd;
- Uśmieiałem się jak norka – skwitowanie po wysłuchaniu nieśmiesznego żartu;
- YOLO – „You Only Live Once” (Żyje się tylko raz);
- Zw– zaraz wracam. Używane w rozmowach przez komunikatory internetowe;
- Resetować – spać na lekcji;
- Siemson, elo – cześć;
- Obczaj to – zobacz;
- Sztoś – fajnie;
- Toksik – osoba nie mile widziana w towarzystwie;
- Ziom/ziomek – przyjaciel;
- Złamięś – zrobiłeś to źle;

— Słowiański przykuc – przysiad.

Poniżej przykładowe archaizmy:

- Acz – skrócona forma spójnika, aczkolwiek łączącego wyrażenia o treści przeciwstawnej;
- Wszak – partykuła nawiązująca do jakiejś sytuacji lub do czyjejś opinii, podkreślająca oczywistość sądu wyrażonego przez mówiącego;
- Miast – dzisiejsze zamiast;
- Tedy – spójnik przyłączający zdanie, które przedstawia informację wynikającą ze zdania poprzedzającego;
- Podówczas – oznacza „w tych czasach, o których była mowa poprzednio”;
- Wtenczas – wówczas;
- Onegdaj – wczoraj, dawniej, kiedyś;
- Ongiś – również oznacza „dawniej”;
- Najsampierw – najpierw;
- Zaiste – partykuła podkreślająca prawdziwość wypowiedzi;
- Wždy czy zawždy – ulubione przez Kochanowskiego „zawsze”;
- Przeto – spójnik przyłączający zdanie lub inne wyrażenie, które przedstawia skutek tego, o czym była wcześniej mowa, lub wniosek wynikający z treści poprzedniego zdania;
- Wszelako – wyraz uwydatniający kontrast, treść przeciwną do tej, która powinna wynikać z poprzedniego zdania;
- Ów – zaimek w znaczeniu „ten”;
- Ażeby – dzisiejsze aby, partykuła wyrażająca życzenie;
- Drzewiej – dawniej;
- Zaś – spójnik przyłączający zdanie nawiązujące do wcześniejszego kontekstu, uwydatniający zestawienie;
- Krom – z wyjątkiem, oprócz, wbrew czemuś, bez czegoś;
- Dardański osioł - Zwrot ten służył w XVIII wieku do określania ludzi cechujących się wyjątkowym brakiem inteligencji;
- Facelet - Najczęściej używano go na określenie cienkiej delikatnej chusteczki do nosa, chociaż mogło też oznaczać welon lub opaskę na głowę;
- Gędźba - To niezbyt przyjemne w brzmieniu słowo oznaczało po prostu muzykę i pochodziło od starożytnego ludowego instrumentu – gęśli. Gędzeniem dawniej określano granie;
- Akran – ekran;
- Badziew - coś o słabej jakości;



- Bajda - kromka chleba;
- Bandałyga - sympatyczny krętacz;
- Bania – łaźnia;
- Bakun – tytoń;
- Barchanka spódnica z grubej flaneli;
- Barłożyć - zrobić coś byle jak;
- Baszłyk - kaptur, jako samodzielna ciepła część odzieży, posiadająca odpowiednie podwiązki;
- Belbecha - gruba i brzydka;
- Bedzi, bedzi - mówiło się gdy z góry przewidywało się fiasko poczynąń;
- Bodak – oset;
- Breszyć – kłamać;
- Drygle - zimne nóżki, galaretka wieprzowa;
- Duchtor – doktor;
- Dudy - podroby wędliniarskie;
- Dyńki - nasiona dyni, słonecznika;
- Huby – grzyby;
- Hutko – szybko;
- Hyczka - liście buraków;
- Hyda - bardzo brzydka kobieta.



### 3.7. KONSPEKT VII RĘKODZIEŁO, WZAJEMNA NAUKA I TECHNIKA WYKONYWANIA PRAC ARTYSTYCZNYCH CZĘŚĆ 1.

#### Cele:

- przygotowanie do samodzielnego wykorzystywania kursów wykonywania konkretnych przedmiotów w danej technice;
- wspomaganie rozwoju poprzez wyzwalanie aktywności twórczej;
- rozwijanie umiejętności i hobby;
- poznanie nowych technik rękodzielniczych;
- rozwijanie zdolności manualnych, motoryki małej, poszerzanie wiedzy praktycznej;
- rozwijanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem;
- rozwijanie umiejętności wyszukiwania odpowiednich tutoriali.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Praca indywidualna i grupowa.

#### Materiały do zajęć:

- materiały do szydełkowania: aluminiowe szydełka, nożyczki, linijka, igły, agrafki, wełna;
- materiały do decoupage: farby akrylowe w różnych kolorach, klej i lakier do decoupage, serwetki, miękkie pędzelki, drewniane elementy: szkatułki / podkładki / chusteczki itp.;
- materiały do scrapbookingu: filce, mulina, wełna, nici, drobne dowolne elementy ozdobne, kartki kolorowe rysunkowe, kartki kolorowe techniczne, klej, nożyczki, papiery ozdobne, kostka 3D.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

Wstęp, kilka przydatnych informacji:

- scrapbooking – wykonanie kartki okolicznościowej, karnetu, pudełka „boxa”, zakładki do książki, itp. według koncepcji własnej;
- decoupage – ozdobienie drewnianego przedmiotu;
- szydełkowanie – wykonanie elementu ozdobnego z wełny.

Należy zwrócić uwagę, aby prowadzący zajęcia miał już do czynienia z daną techniką. Powinien mieć opanowane przynajmniej podstawy danej techniki, aby być dobrym mentorem i autorytetem w danej dziedzinie. Uczestnicy bowiem zadają dziesiątki pytań, odpowiedzi można jednak znaleźć w odpowiedniej literaturze fachowej lub w Internecie.

Są to zajęcia warsztatowe, a więc na początku należy wprowadzić słownictwo specjalistyczne, z instruktażem (w formie pisanej lub filmowej), a następnie przystąpić do wykonania zadania. Część rękodzielniczą uczestnicy wykonują samodzielnie.

W czasie warsztatów należy przewidzieć krótkie przerwy na rozprostowanie ciała, relaksację, gdyż pozycja siedząca przez dłuższy czas nie sprzyja samopoczuciu seniorów.

### Ćwiczenie 1.

Zapoznanie uczestników z wybranymi technikami, biorąc pod uwagę, że szydełkowanie jest znane seniorom, a scrapbooking i decoupage jest znane młodzieży. W związku z tym jedno pokolenie uczy się od drugiego (z pomocą prowadzącego). Należy wybrać odpowiedni tutorial, pokazać go uczestnikom i zwrócić uwagę na ważne elementy i technikę. Seniorzy i młodzież po otrzymaniu materiałów i zapoznaniu się z techniką wykonywania prac wykonują ozdoby w klimacie świątecznym z papieru, filcu metodą decoupage i scrapbookingu – ozdabianie i dobór techniki dowolny.

### Ćwiczenie 2. Realizowane na 2 spotkaniach

Część praktyczna zajęć. Wręczamy seniorom oraz młodzieży materiały do zajęć. Odpowiadamy na pytania, pomagamy z naciskiem na nawiązanie współpracy między pokoleniami, tak aby seniorzy i młodzież pomagali sobie nawzajem, jednakże z naciskiem, aby prace wykonywali pracę samodzielnie, jedynie z pomocą instruktazową. Nadzorujemy i ewentualnie korygujemy, gdy zaistnieje taka potrzeba. Podczas wykonywania prac dobrze, aby prowadzący zachęcał do wzajemnych rozmów i kierował przebiegiem dyskusji.

Podsumowanie: prezentacja prac, pytamy o refleksje uczestników, o to co było najtrudniejsze, która metoda pracy im najbardziej odpowiadała, jaka technika podoba im się najbardziej, czy dowiedzieli się czegoś nowego i czy zamierzają stosować i rozwijać poznane techniki w wolnym czasie.

### **3.8. KONSPEKT VIII RĘKODZIEŁO, WZAJEMNA NAUKA I TECHNIKA WYKONYWANIA PRAC ARTYSTYCZNYCH CZĘŚĆ 2.**

#### Cele:

- przygotowanie do samodzielnego wykorzystywania kursów wykonywania konkretnych przedmiotów w danej technice;
- wspomaganie rozwoju poprzez wyzwalanie aktywności twórczej;
- rozwijanie umiejętności i hobby;
- poznanie nowych technik rękodzielniczych;
- rozwijanie zdolności manualnych, motoryki małej, poszerzanie wiedzy praktycznej;
- rozwijanie umiejętności słuchania ze zrozumieniem;
- rozwijanie umiejętności wyszukiwania odpowiednich tutoriali.

#### Metoda pracy:

Warsztat. Praca indywidualna i grupowa.

#### Materiały do zajęć:

- materiały do szydełkowania: aluminiowe szydełka, nożyczki, linijka, igły, agrafki, wełna;
- materiały do decoupage: farby akrylowe w różnych kolorach, klej i lakier do decoupage, serwetki, miękkie pędzelki, drewniane elementy: szkatułki / podkładki / chusteczniczki itp.;
- materiały do scrapbookingu: filce, mulina, wełna, nici, drobne dowolne elementy ozdobne, kartki kolorowe rysunkowe, kartki kolorowe techniczne, klej, nożyczki, papiery ozdobne, kostka 3D.

Czas trwania zajęć: 4 godz.

#### Ćwiczenie 1

Część praktyczna zajęć. Kontynuacja poprzednich warsztatów. Wręczamy seniorom oraz młodzieży materiały do zajęć. Odpowiadamy na pytania, pomagamy z naciskiem na nawiązanie współpracy między pokoleniami, tak aby seniorzy i młodzież pomagali sobie nawzajem, jednakże z naciskiem, aby prace wykonywali pracą samodzielną, jedynie z pomocą instruktazową. Nadzorujemy i ewentualnie korygujemy, gdy zaistnieje taka potrzeba. Podczas wykonywania prac dobrze, aby prowadzący zachęcał do wzajemnych rozmów i kierował przebiegiem dyskusji.

Podsumowanie: prezentacja prac, pytamy o refleksje uczestników, o to co było najtrudniejsze, która metoda pracy im najbardziej odpowiadała, jaka technika podoba im się najbardziej, czy dowiedzieli się czegoś nowego i czy zamierzają stosować i rozwijać poznane techniki w wolnym czasie. Wręczenie sobie nawzajem prezentów rękodzielniczych, dzieci - seniorom, seniorzy – dzieciom, które zostały wykonane podczas zajęć (kartki z podziękowaniami wykonane metodą scrapbookingu, ozdobne drewnienka wykonane metodą decoupage, szydełkowane serwetki i ozdoby).

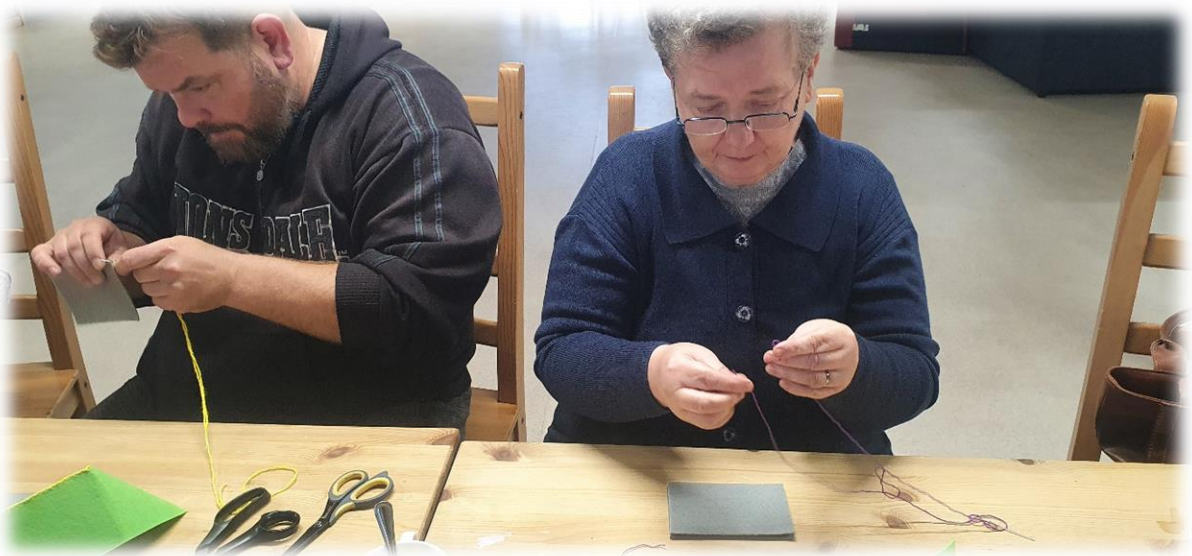












### **3.9. PODSUMOWANIE ZDOBYTYCH UMIEJĘTNOŚCI – UTWORZENIE WSPÓLNEJ PAMIĄTKI**

Podczas kilkugodzinnych warsztatów oraz wspólnych spotkań uczestnicy mogli zmierzyć się z wyzwaniem podeszłego jak i młodzieńczego wieku w obecnych czasach. Zdali sobie sprawę z wzajemnych potrzeb. Zdecydowaliśmy się na przeprowadzenie spotkań i warsztatów, ponieważ mamy świadomość jak ważna jest edukacja osób młodych, starszych i ich wzajemna relacja, zarówno w zakresie potrzeb, uczuć i wiedzy. Z naszej perspektywy, kluczowe jest, aby młodzi ludzie mogli czerpać od seniorów mądrość życiową, wiedzę o kulturze, tradycjach, aby nabrali szacunku i szukali swoich właściwych autorytetów. Seniorzy natomiast mieli okazję poczuć się ważni, potrzebni, co dodawało im skrzydeł i motywowało do podejmowania działań i wyzwań. Weszli w rolę opiekunów i mentorów.

Zwieńczeniem cyklu spotkań jest podsumowanie zajęć z uczestnikami, podzielenie się wzajemnymi refleksjami, odczuciami. Przypomnienie najlepszych i najtrudniejszych momentów. Wspólne utworzenie prezentacji multimedialnej ze wszystkich zajęć. Wręczenie sobie nawzajem prezentów rękodzielniczych, dzieci - seniorom, seniorzy – dzieciom, które zostały wykonane podczas zajęć (kartki z podziękowaniami wykonane metodą scrapbookingu, ozdobne drewnianki wykonane metodą decoupage, szydełkowane serwetki i ozdoby).

Podczas wizyt u partnera zagranicznego seniorzy zapoznali się z technikami wyrobów zanikających już, tradycyjnych produktów rękodzielniczych. Podczas zajęć warsztatowych wykorzystywali zdobyte umiejętności i dzielili się nimi z młodzieżą. Starsza pokoleniowo grupa chętnie weszła w rolę mentora i uczyła młodzież szydełkowania i wykonywania ozdób z wykorzystaniem drewna przybliżając tym samym techniki pracy zanikających już zawodów.

## BIBLIOGRAFIA:

Aronson E., „Człowiek Istota społeczna”, Warszawa 2001.

Borkowski J., „Podstawy psychologii społecznej”, Warszawa 2003.

Goleman D., „Inteligencja emocjonalna”, Poznań 1997.

Wilks F., „Inteligentne emocje”, Warszawa 1997.

Kenrick D.T., Neuberg S.L., Cialdini R.B., „Psychologia społeczna. Rozwiązane tajemnice”, Gdańsk 2002.

Cartwright D., „Doprowadzenie do zmiany w ludziach: niektóre zastosowania teorii dynamiki grupy”, w: Scott W.E., Cummings L.L. (red.) „Zachowanie człowieka w organizacji”, Warszawa 1983.

### Artykuły:

Johnson W.D. *Podaj dłoń*, Polskie Towarzystwo Psychologiczne, Instytut Psychologii Zdrowia i Trzeźwości, Warszawa 1992.

Dudzikowa M., *Kompetencje autokreacyjne- możliwości ich nabywania w toku studiów pedagogicznych*. „Edukacja. Studia. Badania, Innowacje”, nr 4 (44), 1993.

Savater F., *Ignoranci z dyplomami*, „Forum”, nr 2, 2002.

## ZAŁĄCZNIK 1.

Konspekt I: Integracja. Nawiązywanie więzi międzypokoleniowej - Ćwiczenie 3. Współpraca.

### **Zadanie 1. Tor/przeszkoda nr 1. Dla pary senior-dziecko**

Para ma za zadanie wykonać rzut ringiem na pachołek. Po zaliczeniu prawidłowo rzutu para otrzymuje kopertę z poniższym zadaniem:

Dopasuj nazwy do obrazków:

Uwaga: to zadanie wykonać jest w stanie w większej mierze tylko senior.

|               |           |             |
|---------------|-----------|-------------|
| PIEC CHLEBOWY | MAGIEL    | BALIA       |
|               | KANA      | SIECZKARNIA |
| SOCHA         | MASELNICA | RADŁO       |



**Zadanie 2. Tor/przeszkoda nr 2. Dla pary senior-dziecko**

Para ma za zadanie wykonać rzut piłeczką do celu (wiadro, miska). Po zaliczeniu prawidłowo rzutu para otrzymuje kopertę z poniższym zadaniem:

Dopasuj nazwy do obrazków:

Uwaga: to zadanie wykonać jest w stanie w większej mierze tylko dziecko



**Zadanie 3. Tor/ przeszkoda nr 3. Dla pary senior-dziecko.**

Para ma za zadanie wykonać 3 zdjęcia, na jednym musi znajdować się tylko senior - widoczny od stóp do głowy, na drugim zdjęciu dziecko - od stóp do głowy, a na trzecim zdjęciu widoczni powinni być razem – tylko twarze.

Uwaga: Aby zadanie się udało muszą wykonać je oboje z takim samym zaangażowaniem.

|                          |             |           |          |
|--------------------------|-------------|-----------|----------|
| XBOX                     | PLAYSTATION | INSTAGRAM |          |
| GŁOŚNIK<br>BEZPRZEWODOWY | IPHONE      | SPINER    | FACEBOOK |

## **Internetowe savoir vivre**

Najważniejsze informacje  
z bezpiecznego korzystania z Internetu:

1. Korzystaj z oprogramowania antywirusowego.
2. Nie odbieraj wiadomości od nieznanymi osób.
3. Nie wysyłaj swoich zdjęć nieznanym.
4. Nie podawaj swoich haseł ani danych osobowych.
5. Stosuj w swoich hasłach znaki, litery i cyfry.
6. Czytaj regulaminy.
7. Sprawdzaj, zabezpieczenia stron na których się logujesz.
8. Nie ufaj osobom poznanym w Internecie- nie zawsze są tym za kogo się podają.
9. Szanuj osoby w Internecie.
10. Nie przeklinaj w Internecie.
11. Nie wyzywaj osób.
12. Nie groź osobom poznanym w Internecie.
13. Nie umawiaj się z osobami poznanymi w Internecie.
14. Korzystaj umiejętnie z internetu.

***PAMIĘTAJ, ŻE KAŻDA ROZMOWA JEST KONTROLOWANA!***