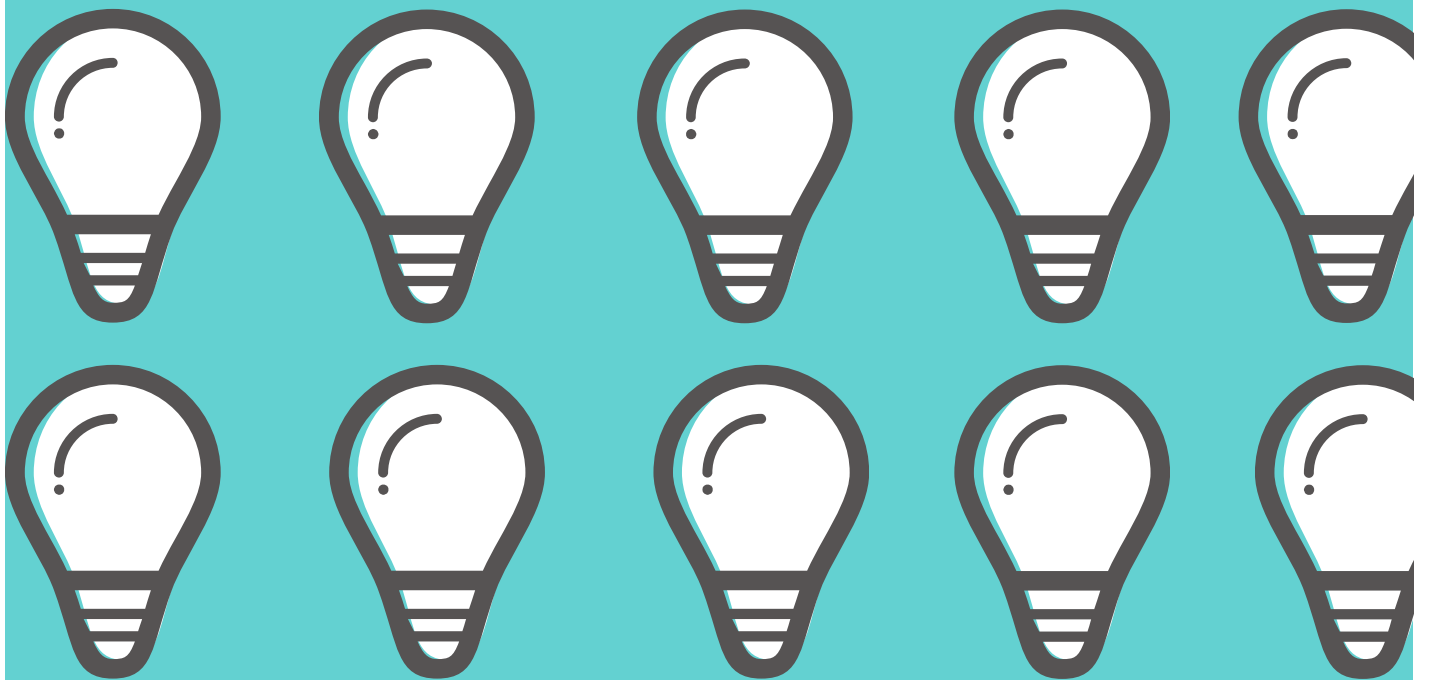


EDUSENIOR

Poradnik Edukacji Senioralnej



SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE.....	2
UWARUNKOWANIA EDUKACJI OSÓB STARSZYCH	3
Świat się starzeje, czyli czym jest Silver Tsunami.....	3
Specyfika Edukacji Seniorów.....	3
Różnice między edukacją seniorów a edukacją dorosłych.....	5
Ograniczenia w edukacji seniorów.....	6
METODA STUDY CIRCLE.....	10
Skąd się wzięły Study Circle?	10
Co to jest Study Circle?.....	11
Jakich tematów może dotyczyć Study Circle?	13
Jakie instytucje mogą wykorzystywać metodę Study Circle?.....	14
Kim są uczestnicy Study Circle?	16
STUDY CIRCLE W PRAKTYCE.....	18
Tworzenie Study Circle	18
Etapy organizacji i zarządzania Study Circle	18
Lider Study Circle.....	20
Uczestnicy Study Circle.....	23
Zasady Study Circle.....	25
Wymiary edukacji i rozwoju umiejętności w Study Circle.....	28
Praktyczne wskazówki dotyczące organizacji spotkań.....	29
Plan Study Circle - materiał dla edukatorów	30
STUDY CIRCLES - DOBRE PRAKTYKI PROJEKTU EDUSENIOR.....	31
Study Circle "Ładne Kwiatki".....	31
Dojrzała Przedsiębiorczość - Twoja Emerytura Twój Nowy Start.....	33
Klub kulinarny- Smakowite Babki.....	36
Połączy nas wólcza.....	38
Jak wzmacniać pracę z seniorami i grupami senioralnymi.....	41
RÓŻNE WYMIARY EDUKACJI SENIORALNEJ W NORWEGII	43
Dugnad - Nauka przez praktykę i współpracę społeczną	43
Wolontariat Seniorów - Mądrość wieku jako źródło edukacji	50
Peer Learning – uczenie się w grupie rówieśniczej.....	52
Future Workshop - Wizja Przyszłości i Twórcza Edukacja Seniorów	55

WPROWADZENIE

Poradnik EDUSENIOR powstał w ramach projektu EduSenior w ramach dofinansowania otrzymanego od Islandii, Liechtensteinu i Norwegii w ramach Funduszy EOG- Programu Edukacja. Projekt koordynowany był przez Fundację NOVA z Gdańska, a jego partnerami byli Bjerkaker LearningLab z Norwegii oraz Klub Seniora „Wzgórze Radości” z Gdańska.

Poradnik skupia się na analizie uwarunkowań edukacji osób starszych oraz prezentuje metodę Study Circle jako efektywne narzędzie edukacyjne, które sprzyja aktywnemu udziałowi seniorów w procesie uczenia się i rozwijania umiejętności. W poradniku zamieszczono także informacje nt. różnych wymiarów edukacji senioralnej w Norwegii, których przykłady mogą stać się źródłem inspiracji dla edukatorów senioralnych w Polsce i w Europie.

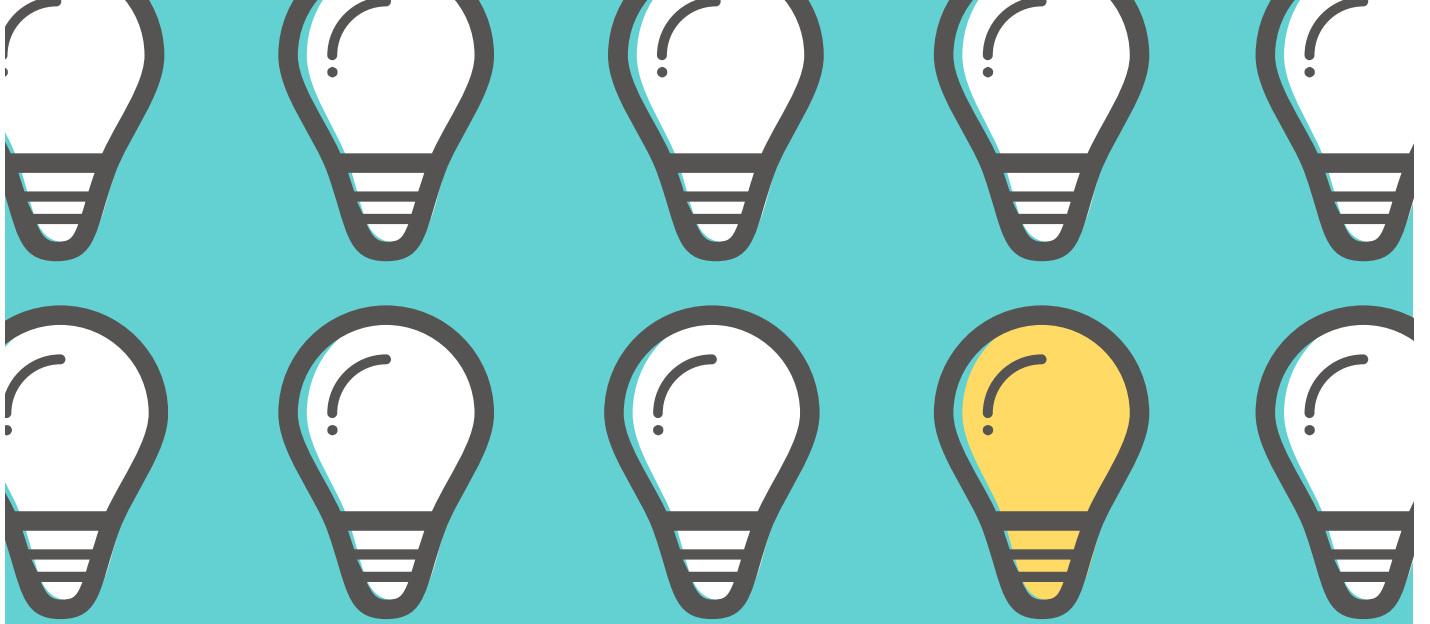
Poszczególne części poradnika poprowadzą czytelnika przez różne aspekty edukacji seniorów, poczynawszy od zrozumienia globalnego zjawiska starzenia się społeczeństwa, poprzez omówienie specyfiki edukacji osób starszych i różnic między edukacją seniorów a edukacją dorosłych, aż po prezentację teorii geragogiki jako fundamentu dla tworzenia programów edukacyjnych dla seniorów.

W poradniku przedstawione są istotne informacje dotyczące metody edukacyjnej Study Circle - od jej pochodzenia, przez zasady działania, aż po praktyczne wskazówki dotyczące organizacji i zarządzania Study Circle oraz roli lidera i uczestników tej formy edukacji. W poradniku opisane zostały również dobre praktyki związane z wdrażaniem metody Study Circle w organizacjach zajmujących się edukacją senioralną, które uczestniczyły w realizacji projektu EduSenior.

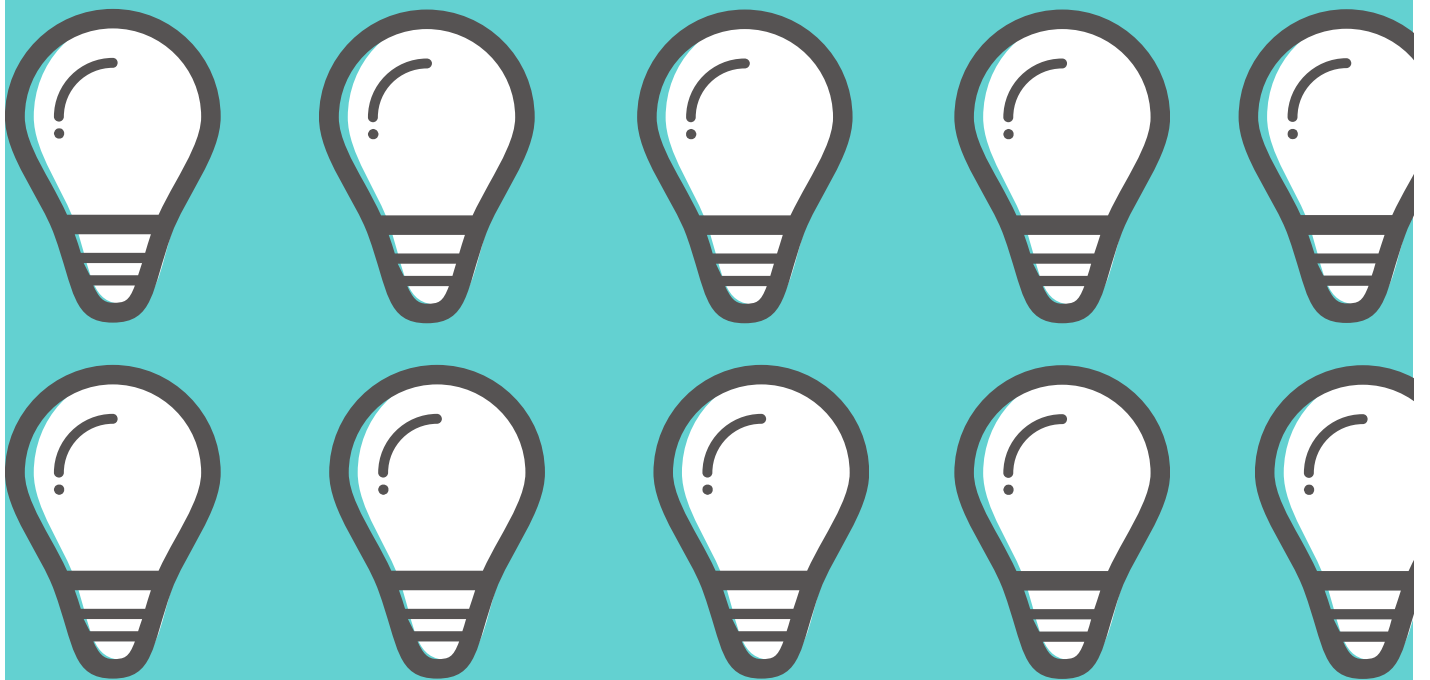
W poradniku omówione zostały również inne wymiary edukacji senioralnej w Norwegii, takie jak nauka przez praktykę i współpracę społeczną, wolontariat senioralny, uczenie się w grupie rówieśniczej czy też warsztaty przyszłościowe.

Mamy nadzieję, że poradnik będzie stanowić cenny przewodnik dla wszystkich zaangażowanych w proces edukacji osób starszych oraz dla tych, którzy pragną tworzyć bardziej dostępne i efektywne programy edukacyjne dla seniorów, wspierające ich aktywność, rozwój i pełniejsze uczestnictwo w życiu społecznym.

Zespół Projektu EduSenior



UWARUNKOWANIA EDUKACJI OSÓB STARSZYCH



UWARUNKOWANIA EDUKACJI OSÓB STARSZYCH

Świat się starzeje, czyli czym jest Silver Tsunami

Światowa Organizacja Zdrowia wskazuje, że do 2030 roku 1 na 6 osób na świecie będzie w wieku 60 lat lub więcej. Przewiduje się, że do 2050 r. światowa populacja osób w wieku 60 lat i starszych podwoi się (2,1 miliarda). Liczba osób w wieku 80 lat lub starszych rośnie jeszcze szybciej. Starsi ludzie już teraz stanowią około jednej czwartej populacji w wielu krajach, w tym w Japonii, Włoszech i Niemczech, Polsce.

Proces zwany starzeniem się społeczeństwa – rozpoczął się już wiele lat temu w krajach o wysokich dochodach, jednak obecnie coraz częściej starzenie społeczeństwa dotyczy również krajów o niskich i średnich dochodach. Starzenie się społeczeństwa jest zatem nieodwracalnym globalnym trendem, będącym nieuniknionym skutkiem transformacji demograficznej polegającej na tendencji do wydłużania życia oraz zmniejszania liczebności osób w rodzinach zakładanych przez młode pokolenia.

Trend szybkiego starzenia się społeczeństwa został nazwany jako "silver tsunami". Fala "srebrnego tsunami" staje się coraz bardziej powszechna i niezwykle trudna do zignorowania, a kraje i społeczeństwa na całym świecie muszą przygotować się na to wyzwanie i dostosować do zmieniających się potrzeb, oczekiwań i możliwości seniorów oraz ich coraz większej liczebności.

Specyfika Edukacji Seniorów

Konsekwencją zjawiska „Silver Tsunami” jest konieczność zrozumienia i dostosowywania edukacji skierowanej do seniorów do ich potrzeb, możliwości oraz oczekiwań. Głębsze zrozumienie specyfiki edukacji senioralnej oraz dostosowanie metod i narzędzi edukacyjnych do potrzeb seniorów stają się kluczowe dla tworzenia bardziej inkluzywnego i wszechstronnego systemu edukacji.

Wiek senioralny to czas, w którym życie wielu osób przechodzi istotne zmiany i przystosowania. Do najistotniejszych zmian zaliczają się m.in.

- **Emerytura** - dla wielu osób czas przejścia na emeryturę lub zmniejszenia aktywności zawodowej często oznacza koniec regularnej pracy zawodowej i więcej czasu wolnego do dyspozycji.
- **Nowe możliwości** - emerytura może jednak otwierać drzwi do nowych możliwości, jest to czas kiedy osoby w wieku senioralnym mogą realizować swoje pasje, podróżować, angażować się w wolontariat lub podjąć nowe hobby.

- **Zdrowie i opieka** - wraz z wiekiem mogą pojawić się nowe wyzwania zdrowotne i potrzeba większej opieki nad sobą. Regularne badania lekarskie, opieka medyczna i dbałość o zdrowy styl życia stają się coraz ważniejsze w życiu seniora.
- **Zmiany społeczne**- wiek senioralny może wiązać się także ze zmianami w życiu społecznym. Osoby w tej grupie wiekowej mogą stać się opiekunami dla swoich wnuków lub rodziców, uczestniczyć w aktywnościach społecznych lub pełnić różne role w społeczności lokalnej.
- **Rozwój osobisty**- wiek senioralny może również być czasem refleksji i rozwoju osobistego. Seniorzy mogą skupić się na pogłębianiu swoich zainteresowań, rozwijaniu swoich umiejętności lub nawet podjęciu nowego wyzwania edukacyjnego.
- **Relacje międzyludzkie** -zmiany w życiu zawodowym i społecznym mogą wpłynąć na relacje międzyludzkie. Osoby w wieku senioralnym mają więcej czasu, który mogą poświęcić na spędzanie z rodziną i przyjaciółmi oraz budowanie nowych relacji społecznych.
- **Samotność** – częstym atrybutem wieku senioralnego jest samotność, która w znacznym stopniu wpływa na stan zarówno fizyczny jak i psychiczny seniora.
- **Zdolność uczenia się**- wraz z wiekiem zmienia się zdolność uczenia, zmieniają się także niektóre z naszych warunków fizycznych - potrzebujemy okularów, aby dobrze widzieć, a pomieszczenia, w których odbywa się edukacja, muszą być oświetlone, pogarsza się nasza zdolność słuchania, pogarsza się nasza pamięć itp. Wszystko to wpływa na konieczność zmiany stylu uczenia się przez seniora oraz sposobów i form nauczania przez edukatorów.

Starzenie się społeczeństw prowadzi do potrzeb dostosowania się systemów edukacyjnych pod względem celów, jak i metodyki nauczania do specyficznych potrzeb i oczekiwań seniorów.

Cele Edukacji Seniorów

Edukacja seniorów ma na celu nie tylko dostarczenie wiedzy, ale także stymulowanie aktywności umysłowej, integrację społeczną oraz poprawę jakości życia. Według badań przeprowadzonych przez Altman i Everhart (1986), główne cele edukacji seniorów obejmują:

- **Rozwój osobisty:** Wiedza, którą zdobywają seniorzy, może służyć jako narzędzie do rozwijania umiejętności interpersonalnych, samowiedzy i samooceny.
- **Zwiększenie zdolności adaptacyjnych:** Edukacja seniorów może pomóc w przystosowaniu się do zmian zachodzących w życiu, takich jak emerytura, choroba, czy śmierć bliskich.

- **Aktywizację społeczną:** Poprzez udział w zajęciach edukacyjnych, seniorzy mają możliwość budowania relacji społecznych, dzielenia się doświadczeniami oraz uczestniczenia w życiu społecznym.

Teorie i Modele Edukacji Seniorów

Istnieje kilka teorii i modeli, które mają na celu wyjaśnienie procesu edukacji seniorów oraz jej wpływu na jakość życia. Jedną z najbardziej znanych teorii jest teoria aktywizmu społecznego (socjologicznego), która podkreśla znaczenie aktywności społecznej dla utrzymania zdrowia psychicznego i fizycznego seniorów (Cumming i Henry, 1961). Innym popularnym modelem jest teoria rozwoju osobistego, która koncentruje się na rozwoju osobowym i duchowym seniorów poprzez uczenie się przez całe życie (Erikson, 1963).

Definicje Edukacji Seniorów

Definicja edukacji seniorów może się różnić w zależności od kontekstu i perspektywy. Według European Association for the Education of Adults (EAEA), edukacja seniorów obejmuje "wszelkie formy uczenia się, które ludzie podejmują na starszym etapie życia" (EAEA, 2016). Natomiast według Organizacji Narodów Zjednoczonych (ONZ), edukacja seniorów to "proces umożliwiający osobom starszym uczestnictwo w życiu społecznym, gospodarczym, kulturalnym i politycznym oraz dający im możliwość utrzymania niezależności" (ONZ, 2002).

Różnice między edukacją seniorów a edukacją dorosłych

Kontekst Życiowy

Jedną z głównych różnic między edukacją seniorów, a edukacją dorosłych jest kontekst życiowy uczestników. Edukacja dorosłych zazwyczaj obejmuje osoby w wieku od młodego dorosłego po osoby w średnim wieku, które często uczą się z powodu potrzeby zdobycia nowych umiejętności zawodowych lub osobistego rozwoju. Z drugiej strony, edukacja seniorów skupia się na osobach starszych, które mogą być już po okresie aktywności zawodowej i których motywacją do edukacji są m.in. rozwój osobisty, integracja społeczna lub zaspokojenie ciekawości intelektualnej.

Cele Edukacji

Edukacja dorosłych często koncentruje się na osiągnięciu konkretnych celów, takich jak zdobycie kwalifikacji zawodowych, awans zawodowy lub poprawa umiejętności komunikacyjnych. Natomiast cele edukacji seniorów mogą być bardziej zróżnicowane i obejmować rozwój osobisty, utrzymanie zdrowia psychicznego i fizycznego, integrację społeczną oraz satysfakcję z życia po przejściu na emeryturę.

Specyficzne Potrzeby i Oczekiwania

Osoby starsze często mają specyficzne potrzeby i oczekiwania, które różnią się od tych młodszych dorosłych. Mogą to być problemy zdrowotne związane z wiekiem, które mogą wpływać na zdolność uczestnictwa w zajęciach edukacyjnych. Ponadto, osoby starsze mogą oczekiwać bardziej elastycznych godzin zajęć oraz dostosowanych do ich tempa nauki metod nauczania.

Wyzwania Integracji Społecznej

Integracja społeczna jest ważnym aspektem zarówno edukacji dorosłych, jak i edukacji seniorów. Jednakże, dla osób starszych, które często doświadczają zmian życiowych, takich jak utrata partnera życiowego lub przyjaciół, integracja społeczna może być szczególnie ważna dla zachowania dobrego stanu psychicznego i emocjonalnego.

Ograniczenia w edukacji seniorów

Edukacja seniorów jest obarczona wieloma ograniczeniami i wyzwaniami m.in.

- **Problemy zdrowotne:** Osoby starsze często zmagają się z różnego rodzaju problemami zdrowotnymi, takimi jak ograniczenia ruchowe, problemy ze wzrokiem czy słuchem, demencja itp. Te problemy mogą utrudniać uczestnictwo w zajęciach edukacyjnych lub wpływać na efektywność procesu nauki.
- **Technologiczna przepaść:** W dzisiejszym świecie wiele programów edukacyjnych opiera się na technologii, co może stanowić wyzwanie dla niektórych osób starszych, które nie są zaznajomione z komputerami, smartfonami, czy internetem. Brak umiejętności cyfrowych lub niechęć do korzystania z nowoczesnych technologii może stanowić przeszkodę w dostępie do edukacji online czy innych form zdalnego nauczania.
- **Finansowe ograniczenia:** dla wielu osób starszych niewysoka i niewystarczająca emerytura może być istotnym ograniczeniem w udziale w edukacji o charakterze odpłatnym.

- **Brak zasobów i wsparcia:** W wielu współczesnych społecznościach brakuje wystarczającej liczby programów edukacyjnych dla osób starszych oraz odpowiedniego wsparcia dla seniorów chcących się uczyć. Brak dostępu do odpowiednich zasobów edukacyjnych, bibliotek, nauczycieli czy mentorów może utrudnić rozwój umiejętności i zainteresowań seniorów.
- **Wyzwania psychiczne i emocjonalne:** Starzenie się może być czasem trudnym dla wielu osób ze względu na utratę bliskich, zmiany zdrowotne, czy problemy finansowe. Czynniki te mogą wpływać na motywację i gotowość do nauki i ograniczać efektywność procesu edukacyjnego.
- **Kulturowe, językowe, wiekowe różnice:** Wielokulturowość społeczeństw ale także różnice kulturowe czy pokoleniowe (osoby starsze mogą pochodzić z różnych pokoleń) w obrębie danej społeczności mogą stanowić wyzwanie dla programów edukacyjnych, które nie zawsze są dostosowane do różnorodności osób starszych. Brak dostosowania programów do specyficznych potrzeb i kontekstu kulturowego, językowego czy pokoleniowego mogą prowadzić do wykluczenia społecznego i utrudniać proces uczenia się.

Geragogika- teoria edukacji osób starszych

Termin geragogika

Termin geragogika jest niewątpliwie mniej znany niż "pedagogika" czy "andragogika". Odnosi się ono do specjalistycznego zarządzania procesem nauczania i uczenia się osób starszych. Termin ten pochodzi od greckich słów "geron", oznaczającego starość, oraz "agogos", co oznacza prowadzący.

Geragogika to dziedzina nauki, która wywodzi się z obszaru edukacji dorosłych. Stanowi interdyscyplinarną dziedzinę nauki, która bada procesy uczenia się osób starszych oraz opracowuje strategie edukacyjne, które wspierają ich rozwój i aktywność przez całe życie.

Geragogika ma na celu zrozumienie unikalnych cech osób starszych oraz opracowanie odpowiednich metod nauczania i praktyk edukacyjnych dla tej grupy społecznej. W swoich badaniach geragogika zajmuje się procesami uczenia się i edukacji w starszym wieku, biorąc pod uwagę perspektywę zarówno osób starszych (edukacja dla osób starszych), jak i pracowników edukacyjnych czy opiekuńczych, którzy z nimi pracują (szkolenie w zakresie pracy z osobami starszymi). Obejmuje to zarówno sam proces uczenia się przez osoby starsze, jak i planowanie i realizację działań edukacyjnych z nimi.

Główne założenia geragogiki obejmują:

- uczenie się przez całe życie - geragogika podkreśla znaczenie uczenia się przez całe życie, niezależnie od wieku. Osoby starsze mają możliwość ciągłego rozwoju osobistego, społecznego i intelektualnego poprzez uczestnictwo w różnorodnych formach edukacji,
- dostosowanie do specyficznych potrzeb- geragogika bada specyficzne potrzeby i oczekiwania osób starszych w procesie uczenia się oraz rozwija strategie edukacyjne, które są odpowiednie dla tej grupy wiekowej. Dostosowanie to wymaga uwzględnienia zmian fizycznych, psychicznych, społecznych i emocjonalnych, które mogą występować wraz z wiekiem,
- zachęcanie do aktywności intelektualnej- geragogika stawia sobie za cel stymulowanie aktywności intelektualnej osób starszych poprzez dostarczanie im okazji do rozwijania zainteresowań, zdobywania nowej wiedzy i umiejętności. Poprzez aktywne uczestnictwo w procesie uczenia się, osoby starsze mogą utrzymać funkcje poznawcze oraz poprawić jakość życia,
- integracja społeczna- geragogika promuje integrację społeczną osób starszych poprzez uczestnictwo w programach edukacyjnych. Dzięki wspólnym zajęciom, spotkaniom i dyskusjom, seniorzy mają możliwość budowania relacji społecznych, dzielenia się doświadczeniami oraz uczestniczenia aktywnie w życiu społecznym,
- rozwój kompetencji pedagogicznych- geragogika obejmuje także rozwój kompetencji pedagogicznych u nauczycieli i instruktorów pracujących z osobami starszymi. Edukacja osób starszych wymaga bowiem zrozumienia specyficznych potrzeb i cech tej grupy wiekowej oraz stosowania odpowiednich metod nauczania, które uwzględniają zmiany związane z wiekiem.

Zasady geragogiki wg. T.Tambaum:

- Elastyczność w zakresie tempa nauki.
- Różnorodność w odniesieniu do dzielenia się doświadczeniami życiowymi, wykorzystywania powiązań w nauce nowego materiału i wzmocnienia wyuczonego materiału.
- Przydatność w odniesieniu do możliwości zastosowania.
- Nowoczesność w odniesieniu do środków, narzędzi, terminów.
- Aktywność i niezależność.
- Bezpieczeństwo w odniesieniu do stosowania zachęt, szacunku i życzliwości.
- Poczucie sukcesu.
- Zrównoważony rozwój w odniesieniu do metapoznania i samopomocy.
- Przyjemność i nieformalna atmosfera.

Geragogika kulturowa

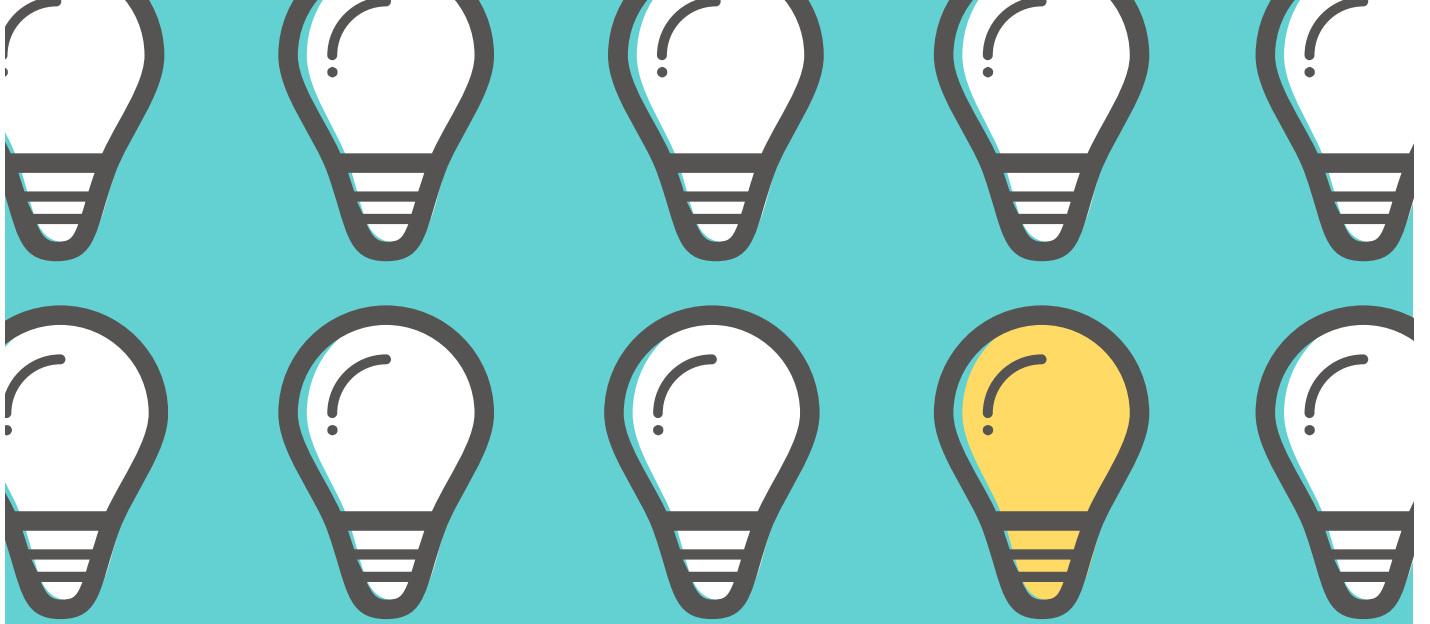
W nurcie geragogiki stosunkowo nową dziedziną jest tzw. geragogika kulturowa, która wykorzystuje wiedzę z obszarów takich jak gerontologia, geragogika, nauki edukacyjne oraz edukacja kulturalna i zarządzanie kulturą. Geragogika kulturowa skupia się na edukacji kulturowej osób starszych, zarówno pod względem treści, jak i struktury, oraz jej praktycznego zastosowania

Edukacja kulturalna poprzez udział w sztuce i kulturze w późniejszym życiu odgrywa istotną rolę w integracji społecznej, poprawie jakości życia oraz dobrostanu osób starszych. Korzyści z geragogiki kulturowej wykraczają poza samo doskonalenie umiejętności artystycznych. Promują także dobre samopoczucie emocjonalne, funkcje poznawcze i powiązania społeczne i pozytywnie wpływają na ogólną jakość życia osób starszych. Mogą istotnie przyczyniać się do profilaktyki zdrowotnej i stymulacji poznawczej, szczególnie w kontekście rosnącej popularności koncepcji "kreatywnego starzenia się".

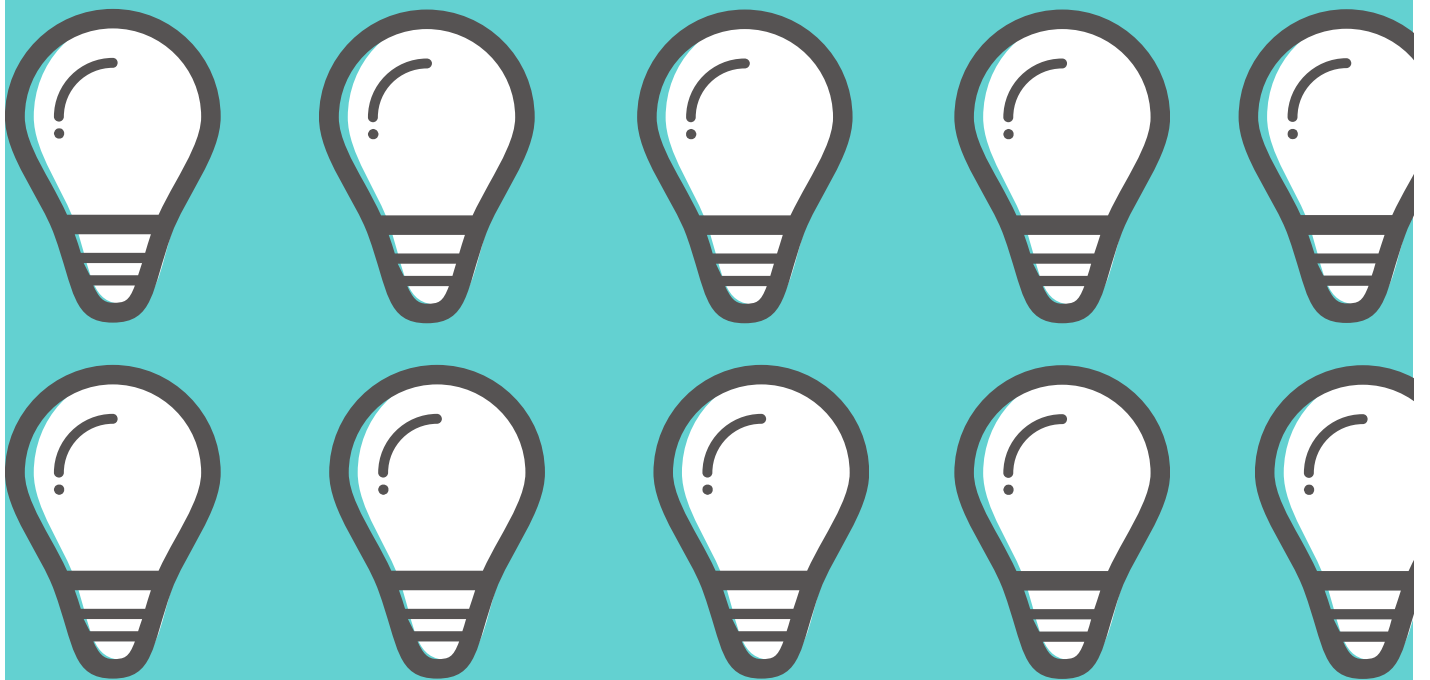
W krajach europejskich rozwija się współpraca w tym obszarze, czego przykładem mogą być m.in. Europejska Sieć na rzecz Kultury i Starzenia się (2005-2008), czy inicjatywa Long Live Arts Manifesto (2016).

Źródła:

1. Altman, I., & Everhart, D. (1986). The Elderly as Learners. *Educational Gerontology*, 12(3), 219-227.
2. Cumming, E., & Henry, W. E. (1961). *Growing old: The process of disengagement*. Basic Books.
3. Erikson, E. H. (1963). *Childhood and society*. WW Norton & Company.
4. European Association for the Education of Adults. (2016). *Adult Learning: Too important to be left to chance*. EAEA Policy Paper.
5. Organizacja Narodów Zjednoczonych. (2002). *Madrid International Plan of Action on Ageing*.
6. Greene, R. W., & Brookfield, K. (1996). *Education, adult education, and lifelong learning: Theory and practice*. Taylor & Francis.
7. Cavanaugh, J., & Blanchard-Fields, F. (Eds.). (2005). *Adult development and aging*. Thomson/Wadsworth.
8. Tambaum T. *Elderly learners in combined-age learning groups picking up on new professional skills* (2014)
9. *Long Live Arts- Manifesto Feel The Arts* (2016)



METODA STUDY CIRCLE



METODA STUDY CIRCLE

Skąd się wzięły Study Circle?

Literatura przedmiotu nie wskazuje jednoznacznie skąd wywodzi się metoda Study Circle. Na pewno jednak znalazła swoje zastosowanie w USA w latach 70- tych XIX wieku. W szczytowym momencie w 1915 r. ok. 700 000 osób uczestniczyło w 15 000 Study Circle w USA. Study Circles były wówczas związane ze związkami zawodowymi, spółdzielniami, ruchami politycznymi i prowadzone były celem edukowania ich zwolenników.

Metodę Study Circles na szeroką skalę zastosowali również Szwedzi, początkowo również w ramach działalności ruchów politycznych. Następnie w 1902 r. Oscar Olsson opisał szczegółowo metodę Study Circle i została ona wdrożona do szwedzkiego systemu edukacji. Były to czasy kiedy Szwecja była krajem biednym, a Study Circle okazało się metodą edukacji odpowiadającą na wymagania ówczesnych czasów m.in.

- była na tyle tania, że nikt nie musiał powstrzymać się od nauki z powodów ekonomicznych (*ludzie uczyli się w małych grupach, często w domu, materiały do nauki były rzadkością*),
- była prosta do realizacji i szeroko dostępna (*każdy mógł się przyłączyć, bez względu na swoje wcześniejsze doświadczenia i osiągnięcia edukacyjne*),
- zamiast wykwalifikowanego nauczyciela wymagała lidera (*lider grupy był organizatorem i nie posiadał kwalifikacji teoretycznych, a uczestnicy uczyli się od siebie nawzajem*),
- dawała uczestnikom równe prawa i obowiązki (*uczestnicy doświadczali poczucia wspólnoty i tożsamości, uczyli się okazywać szacunek innym, akceptować porażkę i dzielić się odpowiedzialnością*),
- umożliwiała uczestnikom wyrażanie siebie i dzielenie się swoimi doświadczeniami nt. podejmowanego tematu (*zdobywana wiedza często była bezpośrednio związana z ich codziennym życiem, odpowiadała na zidentyfikowane przez nich potrzeby*),
- koncentrowała się na akumulacji wiedzy uczestników (*uczestnicy nie mieli wcześniejszych kwalifikacji teoretycznych, ale duże doświadczenie praktyczne*),
- zachęcała do poszukiwania i dalszego zgłębiania podejmowanego tematu (*uczestnicy uczyli się dyskutować, argumentować*),
- zakładała również, że książka i biblioteka powinny mieć centralną rolę w zgłębianiu podejmowanej tematyki.

Co to jest Study Circle?

Najprostszą definicją Study Circle jest ta zaproponowana przez O.Olssona, który określił Study Circle jako krąg przyjaciół, którzy spotykają się, aby dyskutować o problemach lub tematach będących przedmiotem ich wspólnego zainteresowania. Według Olssona istotą Study Circle jest duch i atmosfera, prowadzące do ciągłego poszukiwania a nie gromadzenie wiedzy faktograficznej.

Study Circle to forma grupowego uczenia się, która zyskuje coraz większą popularność ze względu na swoją interaktywność, efektywność i elastyczność. Metoda ta polega na tym, że osoby zainteresowane zdobyciem wiedzy na określony temat spotykają się regularnie w małych grupach i wspólnie zgłębiają interesujący ich temat.

Praca w ramach Study Circle opiera się na wykorzystaniu wiedzy i doświadczenia poszczególnych członków, co pozwala uzyskać różnorodną perspektywę na badany temat.

Study Circle składa się zazwyczaj z pięciu do dwudziestu uczestników. Mniej niż pięć osób utrudnia dobrą dyskusję, a więcej niż dwadzieścia sprawia, że trudno jest wszystkim wysłuchać. Najczęściej spotykaną liczebnością Study Circle jest jednak grupa 7- 12 osób. Uczestnicy spotykają się zwykle kilkakrotnie w celu omówienia kwestii społecznej lub publicznej, albo w celu przestudiowania określonego tematu akademickiego, kulturowego lub osobistego. Wiele sesji i spotkań generuje ciągłość i koleżeństwo w grupie.

Metoda nie nakłada żadnych ograniczeń w zakresie doboru podejmowanych tematów. Złożone tematy są podzielone na łatwe do opanowania części, a kontrowersyjne kwestie mogą być omówione dogłębnie. Wspólnie ustalone cele spotkań oraz plan i treści kolejnych spotkań są inicjatywą całej grupy. Grupa opracowuje zasady funkcjonowania oraz ponosi wspólną odpowiedzialność za osiągnięcie wyznaczonego celu.

Najistotniejszą cechą Study Circle jest, to, że w tej metodzie edukacji nie występuje funkcja nauczyciela, zamiast którego pojawia się lider, który organizuje proces uczenia, utrzymuje koncentrację uczestników na wybranym temacie i pilnuje aby dyskusje grupy podążały w kierunku wybranym przez uczestników. Lider jest członkiem grupy i jego wybór jest akceptowany przez grupę. Zdarza się jednak, że funkcję lidera grupy pełni moderator/ facilitator lub ekspert w określonej dziedzinie tematycznej Study Circle.

Metoda Study Circle opiera się na założeniu, że każdy uczestnik posiada pewną wiedzę i doświadczenie, którymi może podzielić się z innymi. Wiedza, doświadczenie oraz pomysły poszczególnych uczestników są kluczowe dla osiągnięcia celów grupy, takich jak nabycie określonych umiejętności czy znalezienie rozwiązania konkretnego problemu. W ramach Study Circle uczestnicy pełnią zarówno rolę uczniów, jak i nauczycieli, przyczyniając się aktywnie do procesu uczenia się i wymiany wiedzy. Nauka w ramach Study Circle wynika zatem z zaangażowania uczestników.

Zasady działania Study Circle opierają się na dobrowolnym uczestnictwie oraz demokratycznej dynamice. Wszystkie idee i opinie są traktowane równorzędnie, a każdy uczestnik ma równe możliwości wyrażenia swojego zdania. Demokratyczna dyskusja, która prowadzi do wspólnych decyzji, ma równie dużą wagę jak treści, które grupa bada i omawia.

Materiały edukacyjne w ramach Study Circle mogą obejmować np. listę starannie dobranych pytań do dyskusji, artykuł lub dwa z kilkoma przemyślanymi pytaniami w celu wywołania dyskusji, książki i filmy lub bardziej szczegółowe materiały i opracowania. Każde Study Circle dostosowuje format materiałów edukacyjnych do swoich potrzeb i celów. Materiały edukacyjne mają za zadanie stymulację dialogu między uczestnikami grupy. Lider/moderator może używać flipcharta do zapisywania pytań i komentarzy, prezentacji.

Ważnym aspektem Study Circle jest współpraca, uczestnictwo i wzajemny szacunek uczestników, co pozwala na wykorzystanie doświadczenia i mądrości wszystkich członków grupy. Wszystkie punkty widzenia są traktowane poważnie, a każdy członek ma równe szanse uczestnictwa. Celem jest pogłębienie zrozumienia danej kwestii i świadomości wartości, które leżą u podstaw opinii.

Study Circles mogą być wykorzystywane, jako kompletny program edukacyjny lub jako część większego programu działań. Często służą określonej grupie społecznej do dzielenia się wspólnymi problemami i poszukiwania wspólnych rozwiązań, organizacjom do przeglądu przeszłych wyników i planowania przyszłych kierunków działań, decydentom do identyfikacji problemów, wysłuchania potrzeb obywateli i możliwych sposobów ich zaspokojenia, specjalne grupy interesu.

Spotkania Study Circle mogą się odbywać w dowolnym wygodnym miejscu- w klasie, parku, sali konferencyjnej lub po prostu w salonie. Modelowym rozwiązaniem jest, jak sama nazwa wskazuje, że grupa siedzi w kręgu ze stołami lub bez. Przekąski dodają przyjaznej, zrelaksowanej atmosfery.

Nie ma jednego właściwego sposobu organizacji Study Circle. Metoda ta jest prosta i odpowiednia dla różnorodnych celów naukowych, społecznych czy politycznych. Dlatego niezależnie od wybranej formy, udział w Study Circle umożliwia uczenie się prowadzące również do rozwoju osobistego i społecznego.

Jakich tematów może dotyczyć Study Circle?

Zdrowie

Study Circle może dotyczyć kwestii zdrowia publicznego oraz utrzymania sprawności umysłowej w społeczeństwie. Może także służyć jako platforma do prowadzenia kampanii na rzecz zdrowia publicznego, umożliwiając członkom kampanii nabycie wiedzy i umiejętności zarówno w tej dziedzinie, jak i w organizacji kampanii.

Demokracja i aktywne obywatelstwo

Grupy Study Circle doskonale nadają się do nauki o demokracji i działania w jej ramach. Uczestnictwo w takiej grupie pozwala na praktyczne doświadczenie demokratycznych procesów podejmowania decyzji, uczenie się demokratycznego przywództwa oraz organizacji działań na rzecz społeczności.

Współpraca i rozwiązywanie konfliktów

Koła Study Circle oferują możliwość eksperymentowania z pomysłami dotyczącymi rozwiązywania konfliktów i wdrażania współpracy na poziomie lokalnym.

Świadomy konsumpcjonizm

Grupy Study Circle mogą być miejscem dyskusji na temat pochodzenia i wpływu spożywanych produktów na środowisko oraz ekonomiczne aspekty konsumpcji. Poprzez omawianie tych kwestii, uczestnicy mogą stać się bardziej świadomymi i odpowiedzialnymi konsumentami.

Nauka o rodzinie

Koła Study Circle mogą służyć jako platforma do omawiania i rozwiązywania kwestii dotyczących życia rodzinnego, które mają wpływ na różne grupy wiekowe. Organizacja takich grup może być korzystna dla społeczności i przyczynić się do lepszego zrozumienia i rozwiązywania problemów rodzinnych.

Odnowa sąsiedztwa

Study Circle może być narzędziem do rewitalizacji i odnowy lokalnych społeczności poprzez angażowanie mieszkańców w dyskusje i rozwiązywanie problemów związanych z ich sąsiedztwem.

Kształtowanie polityki

W niektórych przypadkach organizacje polityczne wykorzystują Study Circle do szkolenia swoich członków i opracowywania programów politycznych. Praca w takich grupach może prowadzić do lepszego zrozumienia procesów politycznych i wpływu na kształtowanie polityki.

Budowanie organizacji pozarządowych i praca wolontariacka

Grupy Study Circle mogą być użyteczne podczas budowania nowych organizacji pozarządowych lub wolontariackich, umożliwiając wspólne planowanie i realizację celów oraz podział obowiązków między uczestników.

Hobby i zainteresowania

Study Circle może być doskonałym miejscem do dzielenia się pasjami i zainteresowaniami. Grupa może skupić się na różnych hobby, takich jak fotografia, gotowanie, rękodzieło, podróże czy sport. Uczestnicy mogą wymieniać się wiedzą, doświadczeniami i pomysłami dotyczącymi swoich ulubionych zajęć, co może prowadzić do pogłębienia zainteresowań oraz rozwijania nowych umiejętności w danej dziedzinie.

Jakie instytucje mogą wykorzystywać metodę Study Circle?

Organizacje pozarządowe

Organizacje pozarządowe mogą tworzyć Study Circle jako część swoich programów edukacyjnych lub społecznych. Mogą to być np. organizacje zajmujące się edukacją dorosłych, rozwojem społeczności, promocją zdrowia, działalnością kulturalną itp.

Instytucje edukacyjne

Szkoły, uniwersytety, ośrodki kształcenia dorosłych mogą organizować Study Circle jako dodatkową formę nauki dla swoich uczniów lub studentów, a także dla osób spoza instytucji chcących kontynuować edukację.

Domy i Kluby Sąsiedzkie

Study Circle może być wykorzystywane przez domy i kluby sąsiedzkie jako skuteczne narzędzie do edukacji i integracji mieszkańców wspólnoty lokalnej. W ramach Study Circle mieszkańcy społeczności lokalnej mają okazję wspólnie pogłębiać swoją wiedzę, dzielić się doświadczeniami i dyskutować na temat ważnych kwestii dotyczących ich dzielnicy lub osiedla. Poprzez organizację Study Circle, domy i kluby sąsiedzkie mogą budować więzi społeczne pomiędzy mieszkańcami, promować aktywność społeczną oraz angażować ludzi w lokalne inicjatywy i projekty.

Organizacje senioralne

Kluby seniora, domy spokojnej starości i inne organizacje dla osób starszych mogą korzystać z Study Circle jako formy aktywizacji seniorów. To miejsce, gdzie starsze osoby mogą dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniem, rozwijać zainteresowania i utrzymywać aktywny tryb życia.

Firmy i przedsiębiorstwa

Firmy mogą wykorzystywać Study Circle do rozwijania umiejętności swoich pracowników w ramach programów szkoleniowych lub do promowania integracji i współpracy w miejscu pracy.

Instytucje publiczne

Organizacje rządowe, urzędy miejskie, instytucje publiczne mogą organizować Study Circle w celu promowania aktywnego obywatelstwa, edukacji zdrowotnej, dialogu społecznego czy kształtowania polityki publicznej.

Grupy społeczne

Nieformalne grupy społeczne, grupy mieszkańców, inicjatywy lokalne mogą tworzyć Study Circle jako formę działania społecznego, wymiany wiedzy i doświadczeń oraz budowania społeczności lokalnej.

Wspólnoty i spółdzielnie mieszkaniowe

Wspólnoty i spółdzielnie mieszkaniowe mogą organizować Study Circle jako sposób na budowanie więzi społecznych, rozwiązywanie problemów lokalnych oraz wspólne planowanie działań na rzecz poprawy jakości życia w okolicy.

Kościoty i organizacje religijne

W ramach działań duszpasterskich i edukacyjnych, kościoły i inne organizacje religijne mogą organizować Study Circle jako formę rozwoju duchowego i społecznego swoich członków.

Organizacje kulturalne

Muzea, biblioteki, centra kultury mogą wykorzystać Study Circle do promowania zainteresowania kulturą, historią, sztuką i innymi dziedzinami poprzez edukację i dyskusje.

Grupy samopomocowe

Osoby zmagające się z różnymi problemami lub wyzwaniem życiowym mogą tworzyć Study Circle jako formę wsparcia emocjonalnego, wymiany doświadczeń i poszukiwania rozwiązań.

Kim są uczestnicy Study Circle?

Osoby dorosłe

Study Circle jest idealnym miejscem dla osób dorosłych, które pragną kontynuować naukę poza tradycyjnymi ramami szkolnymi. To miejsce, gdzie mogą dzielić się swoją wiedzą i doświadczeniami, rozwijać się intelektualnie i społecznie, oraz pogłębiać swoje zainteresowania w atmosferze otwartej dyskusji i współpracy.

Seniorzy

Dla osób starszych, uczestnictwo w Study Circle może być sposobem na aktywne uczestnictwo w życiu społecznym, dzielenie się swoją mądrością życiową i kontynuowanie nauki w późniejszym etapie życia. To także okazja do nawiązywania nowych kontaktów i utrzymywania aktywnego stylu życia.

Młodzież

Dla młodych ludzi, Study Circle może stanowić dodatkową możliwość nauki poza szkolnym programem. To miejsce, gdzie mogą rozwijać swoje zainteresowania, pogłębiać wiedzę z wybranych dziedzin i doskonalić umiejętności, a także uczestniczyć w inspirujących dyskusjach z osobami o podobnych pasjach i celach.

Osoby zainteresowane konkretnymi tematami

Study Circle może być odpowiedni dla grup zainteresowanych różnorodnymi dziedzinami, takimi jak zdrowie, demokracja, aktywne obywatelstwo, pokój, świadomy konsumpcjonizm, nauka o rodzinie, odnowa sąsiedztwa, kształtowanie polityki czy budowanie organizacji pozarządowych. To miejsce, gdzie mogą pogłębiać wiedzę na wybrany temat, wymieniać się doświadczeniami i angażować się w działania społeczne.

Pracownicy

Study Circle oferuje pracownikom możliwość pogłębiania wiedzy związanej zarówno z ich zawodem, jak i zainteresowaniami pozazawodowymi. To doskonała okazja do rozwoju zawodowego, wymiany doświadczeń z innymi profesjonalistami oraz poszerzania horyzontów w obszarach istotnych dla ich kariery i życia osobistego.

Osoby bezrobotne

Dla osób bezrobotnych, Study Circle może stanowić wsparcie w poszukiwaniu pracy lub zmianie kariery. To miejsce, gdzie mogą rozwijać się zawodowo, budować nowe umiejętności i podnosić swoje kwalifikacje, a także nawiązywać kontakty z innymi osobami poszukującymi zatrudnienia.

Osoby zagrożone ubóstwem

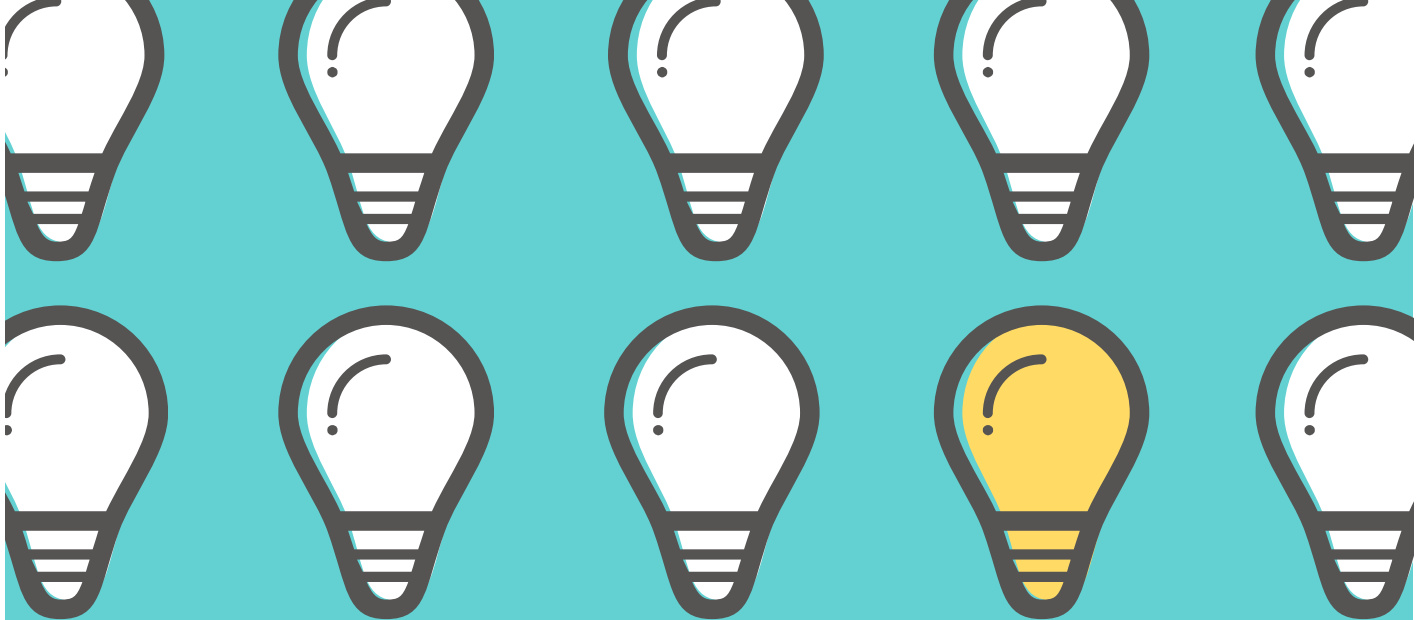
Study Circle może być cennym narzędziem dla osób znajdujących się w trudnej sytuacji życiowej. Dzięki udziałowi w takich grupach, mogą podnosić swoje kwalifikacje zawodowe, rozwijać umiejętności społeczne i zwiększać szanse na rynku pracy, co może pomóc im wyjść z sytuacji ubóstwa i poprawić jakość życia.

Migranci

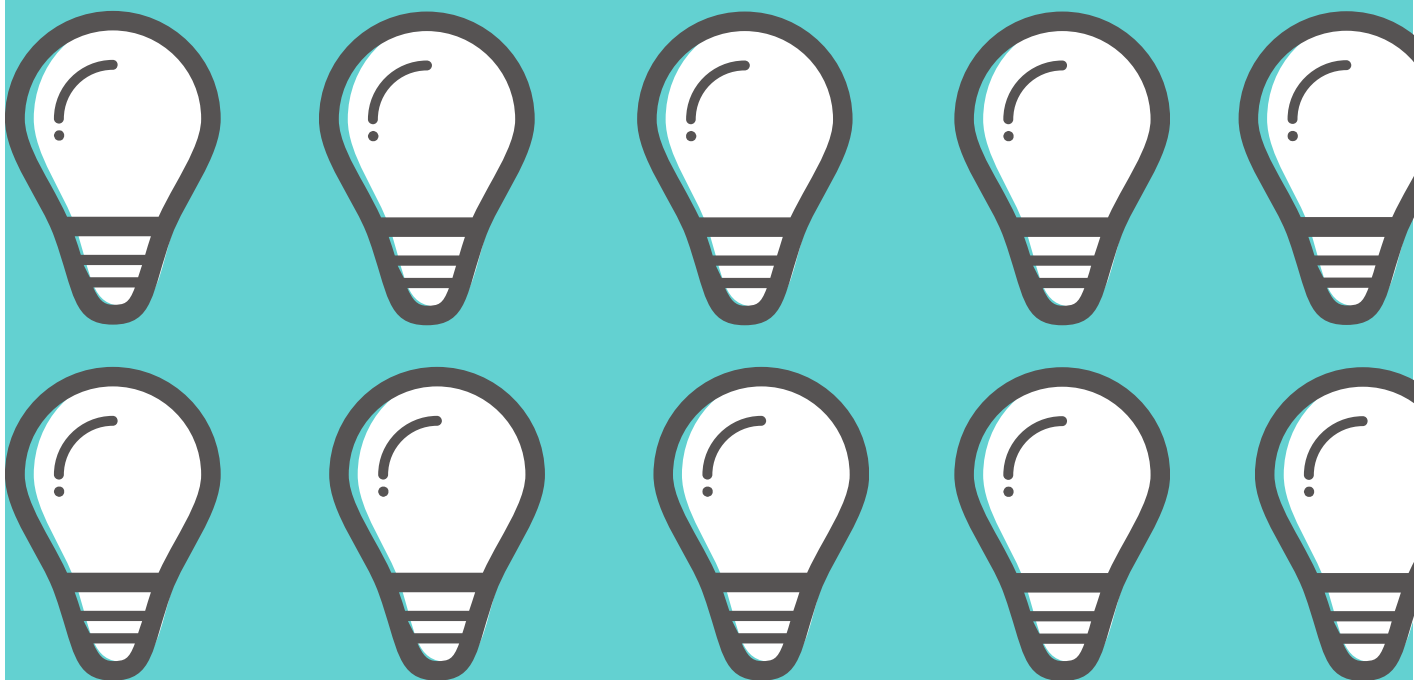
Study Circle może być także dedykowany migrantom, którzy chcą integrować się ze społecznością lokalną, uczyć się języka oraz zdobywać wiedzę na temat kultury i norm społecznych nowego kraju. Study Circle jest dla nich okazją do nawiązania kontaktów z lokalnymi mieszkańcami, rozwijania umiejętności językowych i dzielenia się własnymi doświadczeniami migracyjnymi. Udział Study Circle pomaga migrantom lepiej zrozumieć funkcjonowanie społeczeństwa oraz buduje ich poczucie przynależności w nowym otoczeniu.

Źródła:

1. Bjerkaker S., Summers J. "Learning democratically. Using study circles"; NIACE 2006
2. Bjerkaker S. „Changing Communities. The Study Circle – for learning and democracy”; CIEA 2014
3. Kindstrom C. "The Study Circle Method"; Studieforbundet Vuxenskolan 2002
4. Poradnik Dobrych Praktyk na przykładzie projektu „SPLOT – warsztaty samokształceniowe metodą Study Circle”; Fundacja Generacja
5. Study circle. Szwedzka metoda edukacji dorosłych, Centrum Rozwoju Inicjatyw Społecznych CRIS
6. <https://www.rfilc.org/library/the-study-circle-method/>



STUDY CIRCLE W PRAKTYCE



STUDY CIRCLE W PRAKTYCE

Tworzenie Study Circle

Study Circle elastyczna forma edukacji, która może być uruchomiona w różny sposób, w zależności od kontekstu i celów grupy. W praktyce wyróżnia się dwie metody tworzenia Study Circle: **spontaniczne oraz planowane**.

Spontaniczne Study Circle (od dołu do góry)

Spontaniczne Study Circles powstają w sposób naturalny, często w reakcji na aktualne problemy społeczne lub potrzeby lokalnej społeczności. Takie Study Circles zazwyczaj powstają w wyniku inicjatywy grupy przyjaciół, sąsiadów lub członków organizacji charytatywnej, którzy chcą wspólnie działać na rzecz rozwiązania konkretnego problemu lub osiągnięcia wspólnego celu.

Podstawą dla spontanicznych Study Circles jest zaangażowanie społeczności lokalnej oraz chęć współpracy i wspólnego działania. Często grupy te nie wymagają zbyt skomplikowanej organizacji ani formalności, co sprawia, że są bardziej dostępne i otwarte dla różnych osób.

Planowane Study Circle (od góry do dołu)

W przeciwieństwie do spontanicznych, planowane Study Circles są tworzone w sposób bardziej formalny i uporządkowany. Zazwyczaj są one inicjatywą instytucji edukacyjnych, takich jak organizacje pozarządowe, uniwersytety trzeciego wieku, kluby seniora, centra edukacji społecznej czy organizacje zajmujące się edukacją dorosłych.

Planowane Study Circles są często prowadzone w ramach określonych programów edukacyjnych i są promowane poprzez katalogi kursów, reklamy i inne środki komunikacji. Zazwyczaj są one kierowane przez wykwalifikowanych liderów, którzy są odpowiedzialni za organizację zajęć, przygotowanie materiałów dydaktycznych oraz koordynację działań grupy.

Etapy organizacji i zarządzania Study Circle

Organizowanie i zarządzanie Study Circle to elastyczny proces, który może przyjąć różne formy w zależności od celów, kontekstu społecznego oraz preferencji uczestników. Poniżej prezentujemy podstawowe informacje na temat organizacji zarządzania Study Circle.

Określenie celu i tematu

Pierwszym krokiem jest wyraźne określenie celu Study Circle oraz tematu, który będzie omawiany podczas spotkań. Może to być rozwiązanie konkretnego problemu społecznego, nauka na określonym obszarze tematycznym, czy też dzielenie się wiedzą i doświadczeniami z innymi uczestnikami.

Rekrutacja uczestników

Następnym krokiem jest rekrutacja uczestników. Można to zrobić poprzez zaproszenia skierowane do osób zainteresowanych danym tematem, rozmowy z sąsiadami, ogłoszenia w lokalnych mediach społecznościowych lub placówkach edukacyjnych.

Wybór lidera

Ważnym elementem organizacji Study Circle jest wybór lidera lub zespołu osób odpowiedzialnych za zarządzanie grupą. Lider powinien być osobą komunikatywną, otwartą na pomysły innych uczestników oraz zaangażowaną w osiągnięcie celów Study Circle.

Określenie struktury i harmonogramu

Po zrekrutowaniu uczestników, należy określić strukturę i harmonogram spotkań. Decydując o częstotliwości oraz lokalizacji spotkań, należy uwzględnić preferencje uczestników oraz dostępność miejsca.

Zapewnienie zasobów

Kolejnym krokiem jest zapewnienie niezbędnych zasobów edukacyjnych oraz narzędzi, które będą wykorzystywane podczas spotkań. Mogą to być materiały edukacyjne, prezentacje multimedialne, czy też dostęp do internetu.

Rozpoczęcie spotkań

Po ustaleniu struktury i zapewnieniu zasobów, należy rozpocząć spotkania Study Circle zgodnie z ustalonym harmonogramem i planem. Lider lub zespół prowadzący powinien zapewnić sprawną organizację spotkań oraz zachęcać uczestników do aktywnego udziału i dzielenia się swoimi pomysłami.

Monitorowanie postępów

Podczas trwania Study Circle ważne jest regularne monitorowanie postępów oraz ocena efektywności działań podejmowanych przez grupę. Można to zrobić poprzez prowadzenie notatek z poszczególnych spotkań oraz przeprowadzanie krótkich ankiet wśród uczestników.

Podsumowanie i refleksja

Po zakończeniu cyklu spotkań, warto przeprowadzić podsumowanie oraz refleksję nad osiągniętymi rezultatami. Uczestnicy mogą dzielić się swoimi spostrzeżeniami oraz sugestiami dotyczącymi ewentualnych działań na przyszłość.

Warto pamiętać, że Study Circle może przyjmować różne formy i struktury w zależności od potrzeb i preferencji uczestników. Kluczem do sukcesu jest otwarta komunikacja, współpraca oraz zaangażowanie wszystkich uczestników.

Lider Study Circle

Lider "primus inter pares"

Lider Study Circle, choć jest traktowany jako "primus inter pares" czyli "pierwszy między równymi", odgrywa kluczową rolę w funkcjonowaniu grupy. Istnieją dwie główne funkcje lidera, które warto wyróżnić.

Pierwsza funkcja polega na gotowości lidera do poświęcenia znacznego czasu na obowiązki związane z prowadzeniem Study Circle. Istotne jest jednak zrozumienie, że lider nie powinien i nie może samodzielnie wykonywać wszystkich zadań. Study Circle opiera się na kolektywnej pracy, gdzie każdy uczestnik ponosi odpowiedzialność za postępy grupy. Rolę organizacyjną lidera można porównać do pośredniego łączenia funkcji przewodniczącego/prezesa i sekretarza.

Drugą istotną funkcją lidera jest troska o aspekty społeczne i emocjonalne funkcjonowania grupy. W tym kontekście, umiejętność budowania relacji, empatii i współpracy są kluczowe dla efektywnego przywództwa. Niepowodzenie lidera w realizacji tej funkcji może skutkować utratą członków grupy, chyba że relacje w grupie są bardzo silne.

Dobry lider Study Circle:

- Jest dobrym słuchaczem; słucha tego, co członkowie mają do powiedzenia.
- Zna członków grupy, ich potrzeby, preferencje i upodobania.
- Wyraża uczucia i opinie grupy, używając "my" zamiast "ja".
- Promuje współpracę i wspólne wysiłki.
- Zachęca wszystkich członków do przejmowania inicjatywy.
- Nie podejmuje decyzji w imieniu Study Circle bez wyraźnej autoryzacji do tego.
- Spełnia założenia i umowy z grupą, starając się dotrzymać obietnic.
- W przypadku konieczności krytyki, stara się umożliwić osobie krytykowanej zmianę stanowiska lub akceptację krytyki z godnością.

Dbłość o wskazane powyżej aspekty społeczne i emocjonalne jest kluczowa dla pozytywnego rozwoju pracy grupowej. Efektywne przywództwo Study Circle jest związane z umiejętnością łączenia funkcji organizacyjnych i społecznych tak, aby zapewnić harmonijne i efektywne funkcjonowanie grupy.

Trzy style przywództwa

1. Autorytarny przywódca

Ten typ lidera działa jak dyktator, podejmując decyzje samodzielnie i nie dopuszczając do dyskusji. Nie pozwala na uczestnictwo innych ani na wspólne decyzje. Zazwyczaj dominuje w rozmowach, nie słucha innych i nie wykazuje wrażliwości na potrzeby grupy. Tego rodzaju przywództwo nie jest odpowiednie dla Study Circle, gdzie wartość współpracy i wymiany poglądów jest kluczowa.

2. Przywódca laissez faire (odpuszczający)

Ten typ lidera nie angażuje się w prowadzenie grupy ani w podejmowanie decyzji. Pozwala dyskusjom trwać bez końca, co prowadzi do braku konkretnych rezultatów. W efekcie Study Circle może przekształcić się w klub dyskusyjny bez faktycznego postępu w nauce. Przywództwo laissez faire nie sprzyja efektywnej organizacji i realizacji celów.

3. Demokratyczny przywódca

Ten styl przywództwa charakteryzuje się respektowaniem zasad demokracji, aktywnym zaangażowaniem wszystkich uczestników i zachęcaniem do wspólnej dyskusji i podejmowania decyzji. Lider demokratyczny stara się osiągnąć konsensus w grupie, słucha innych, zachęca do udziału i podsumowuje dyskusje, zachęcając do zaangażowania wszystkich uczestników. Ten model przywództwa jest najbardziej odpowiedni dla Study Circle, jednak istnieje ryzyko, że zbyt duża demokracja może utrudnić podejmowanie decyzji i realizację celów.

Najlepszym liderem Study Circle jest osoba potrafiąca znaleźć równowagę między autorytarnym, laissez faire a demokratycznym stylem przywództwa, dostosowując się do potrzeb grupy i zachęcając do efektywnej współpracy i nauki.

Cztery role lidera

Aby zapewnić skuteczne prowadzenie grupy oraz wartościowe doświadczenie edukacyjne dla uczestników lider Study Circle zwykle musi pełnić cztery kluczowe role równocześnie:

1. Nauczyciel

W roli nauczyciela lider Study Circle reprezentuje wiedzę i informacje. Jest odpowiedzialny za przekazywanie treści edukacyjnych, dzielenie się wiedzą z uczestnikami oraz prowadzenie dyskusji na temat omawianych zagadnień. Jego celem jest wspieranie procesu uczenia się poprzez dostarczanie odpowiednich materiałów, wyjaśnianie trudnych koncepcji i rozwiewanie wątpliwości.

2. Przewodnik/doradca

W roli przewodnika lub doradcy lider Study Circle reprezentuje organizację. Odpowiada za zapewnienie odpowiedniego przebiegu spotkań, organizację harmonogramu i miejsc spotkań oraz koordynację działań grupy. Jego zadaniem jest także udzielanie wsparcia uczestnikom, rozwiązywanie problemów organizacyjnych oraz motywowanie do aktywnego uczestnictwa w działaniach koła.

3. Moderator

Jako moderator, lider Study Circle reprezentuje postawy i prowadzenie. Jest odpowiedzialny za utrzymanie odpowiedniego klimatu podczas spotkań, zapewnienie równego uczestnictwa wszystkich członków grupy oraz umożliwienie swobodnej wymiany poglądów. Jego rolą jest także rozstrzyganie ewentualnych konfliktów, stymulowanie dyskusji oraz dbanie o przestrzeganie ustalonych zasad współpracy.

4. Trener:

W roli trenera lider Study Circle reprezentuje umiejętności. Jego głównym celem jest rozwijanie kompetencji i wiedzy uczestników poprzez praktyczne działania, warsztaty oraz indywidualne wsparcie. W tej roli lider powinien także umieć identyfikować potrzeby szkoleniowe grupy, projektować odpowiednie zajęcia oraz monitorować postępy w osiągnięciu celów edukacyjnych. Ponadto, jako trener, powinien inspirować i motywować uczestników do ciągłego rozwoju osobistego i zawodowego.

Lider Study Circle musi zebrać uczestników jako zespół, wspólnotę, grupę, zespół i ponosi odpowiedzialność za postępy prac. Lider musi zatem stworzyć kreatywny, komunikatywny styl prowadzenia by stymulować, inspirować i zachęcać, a czasem nawet uczyć.

Kompetencje i umiejętności lidera

Skuteczne prowadzenie grupy oraz wartościowe doświadczenie edukacyjne dla uczestników wymagają od lidera Study Circle posiadania zarówno odpowiednich kompetencji osobistych, jak i zawodowych. Kluczowymi elementami skutecznego przywództwa są nie tylko umiejętności pedagogiczne, ale także zdolność do efektywnego pełnienia różnorodnych ról w procesie edukacyjnym.

Kompetencje osobiste, takie jak tolerancja, odpowiedzialność, umiejętności komunikacyjne, empatia, elastyczność, poczucie własnej wartości i pewność siebie, są niezbędne do budowania zaufania, motywowania uczestników oraz skutecznego zarządzania grupą. Wspierają one także rozwój relacji międzyludzkich i atmosfery sprzyjającej nauce.

Z drugiej strony, **umiejętności zawodowe**, takie jak znajomość procesów uczenia się dorosłych, planowanie i organizowanie działań edukacyjnych, umiejętność motywowania uczestników do nauki oraz umiejętności aktywizujące uczniów, są kluczowe dla skutecznego przekazywania wiedzy i osiągnięcia celów edukacyjnych.

W połączeniu z opisanymi wcześniej czterema rolami lidera odpowiednie kompetencje osobiste i zawodowe tworzą kompleksowy zestaw umiejętności niezbędnych do skutecznego prowadzenia Study Circle. Każda z tych ról ma swoje własne zadania i cele, ale skuteczny lider musi być w stanie równocześnie pełnić wszystkie cztery role, dostosowując się do potrzeb i charakteru grupy oraz kontekstu edukacyjnego.

Uczestnicy Study Circle

W Study Circle uczestniczyć mogą osoby o różnym wieku, zainteresowane tematyką poruszaną w grupie. Wspólnym mianownikiem dla wszystkich uczestników jest chęć nauki, dzielenia się wiedzą oraz aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym.

Zasady udziału w Study Circle:

Równość i demokracja

Współpraca i dialog między członkami Study Circle są kluczowe, gdzie każdy działa zarówno jako nauczyciel, jak i uczeń. W centrum uwagi znajduje się dialog i dyskusja, a nie jednostronne wykłady,

zewnątrzni eksperci lub formalne prezentacje. To otwarte pole wymiany myśli pozwala na rozwój różnorodnych perspektyw i pogłębianie zrozumienia tematów poruszanych podczas spotkań.

Rozwój

Celem Study Circle jest uwolnienie potencjału i zasobów jego uczestników, zachęcanie ich do działania oraz wpływania na otaczającą rzeczywistość społeczną. Dzięki aktywnemu uczestnictwu w dyskusjach i projektach, członkowie mają możliwość rozwijania swoich umiejętności, odkrywania nowych pasji oraz realizacji własnego potencjału. Dzięki temu uczestnicy nie tylko zdobywają nowe umiejętności, ale także stają się bardziej świadomi społecznie i angażują się w działania na rzecz zmian społecznych.

Współpraca i solidarność

Członkowie Study Circle pracują wspólnie w kierunku ustalonych celów, budując "wspólną płaszczyznę" w swoich relacjach i pomysłach. Współpraca ta opiera się na zaufaniu i wzajemnym wsparciu, co sprzyja osiągnięciu harmonii w grupie oraz skutecznemu działaniu na rzecz wyznaczonych celów.

Autonomia

Członkowie Study Circle mają niezależność w badaniu i samodzielnym kształtowaniu formatów i kierunków dyskusji, zgodnie z ich potrzebami, życzeniami i zakładanymi. Ta autonomia pozwala na elastyczne reagowanie na zmieniające się potrzeby grupy oraz kreatywne eksplorowanie różnych tematów i perspektyw.

Ciągłość i elastyczność

Zapewnienie odpowiedniej ilości czasu na rozmowy, umożliwia uczestnikom wyrażenie różnorodnych opinii, pozwala także uniknąć wycofywania się jednostek oraz nadmiernej presji na forsowanie swojego punktu widzenia. W tym kontekście istotne jest również, aby planowanie odbywało się przez samych członków, którzy mają możliwość dostosowania planów do zmieniających się potrzeb.

Aktywny udział członków

Aktywny udział uczestników Study Circle jest kluczowy dla osiągnięcia celów grupy. Dzięki współpracy, dialogowi i zaangażowaniu każdy uczestnik ma możliwość zarówno dzielenia się swoją wiedzą, jak i zdobywania nowych umiejętności i doświadczeń, co prowadzi do wszechstronnego rozwoju zarówno jednostki, jak i całości grupy. To zaangażowanie w życie grupy pozwala na budowanie silnych więzi społecznych oraz skuteczne osiągnięcie wspólnych celów edukacyjnych i społecznych.

Zasady Study Circle

Istnieje wiele różnych podejść do organizacji i realizacji Study Circles, ale mimo tych różnic, istnieją pewne wspólne zasady, które wyznaczają kierunek ich działania. Zasady te stanowią fundament, na którym opiera się każde Study Circle, niezależnie od jego konkretnego celu czy tematyki. Są to m.in.

Założenia wyjściowe

Uzyskanie jednomyślności co do celów i koncepcji Study Circle jest kluczowe dla efektywnej pracy grupy. Wyjaśnienie, dlaczego dana grupa została utworzona i jakie cele ma osiągnąć, pozwala na skupienie się na wspólnych działaniach. Opracowanie planu działania i zdefiniowanie zakresu tematycznego zapewniają jasność co do tego, czego Study Circle ma się nauczyć i jakie kroki będą podejmowane w trakcie procesu nauki.

Pytania pomocnicze: Jakie są nasze cele? Jaki jest powód istnienia? Jakie konkretne zadania mamy do wykonania? Co chcemy osiągnąć poprzez naukę? Jak długo planujemy poświęcić na to czas? Czy potrzebujemy (zewnętrznych) zasobów? W jaki sposób zamierzamy wspólnie działać?

Przygotowanie i planowanie

Każde Study Circle wymaga pewnego rodzaju przygotowania. Może to obejmować rekrutowanie uczestników, wybór materiałów do nauki, zaproszenie na pierwsze spotkanie, oraz organizację i planowanie przyszłych spotkań. Proces rekrutacji uczestników może obejmować tworzenie ogłoszeń, zapraszanie do udziału w Study Circle oraz selekcję osób, które mogą wносить wartość do grupy. Wybór odpowiednich materiałów do nauki jest kluczowy dla skuteczności działania grupy. Dobrze dobrany materiał pozwala na efektywne przekazywanie wiedzy i rozwijanie umiejętności.

Pierwsze spotkanie

Pierwsze spotkanie jest kluczowe, szczególnie gdy uczestnicy nie znają się wcześniej lub gdy większość z nich zna się, a tylko jedna lub dwie osoby są "obcymi". Organizacja pierwszego spotkania powinna być przemyślana tak, aby uczestnicy poczuli się komfortowo i mile widziani. Zapewnienie odpowiedniej atmosfery sprzyja otwartej wymianie myśli i współpracy.

Poznawanie się

Ważne jest, aby uczestnicy poznali się nawzajem na równych prawach. Należy na ten proces poświęcić wystarczająco dużo czasu. W trakcie procesu poznawania się uczestnicy mogą dzielić się swoimi zainteresowaniami, umiejętnościami oraz oczekiwaniami wobec Study Circle. Pozwala to na lepsze dopasowanie działań grupy do potrzeb jej członków. Wymiana informacji na temat dotychczasowych

doświadczeń edukacyjnych i zawodowych pozwala na lepsze zrozumienie potencjału i różnorodności uczestników.

Wyjaśnienie celów i założeń

Wyjaśnienie celów i założeń Study Circle jest kluczowe dla zaangażowania uczestników w działania grupy. Dlatego też istotną rolę pełni tutaj Lider. Uczestnicy powinni natomiast mieć możliwość komentowania, dyskusowania i decydowania. Otwarta dyskusja na temat celów pozwala na wypracowanie wspólnego zrozumienia i zaangażowanie wszystkich członków. Uczestnicy powinni mieć możliwość aktywnego uczestnictwa w procesie wyznaczania celów, co sprzyja poczuciu współodpowiedzialności za działania grupy.

Zaplanowanie

Struktura i organizacja spotkań Study Circle powinny być starannie przemyślane, aby zapewnić efektywność działań grupy. Ustalenie harmonogramu spotkań oraz miejsc ich odbywania umożliwia skuteczne zarządzanie czasem i zasobami. Wspólne omówienie planu działania pozwala na wypracowanie spójnej strategii realizacji celów Study Circle oraz skuteczną dystrybucję zadań i obowiązków w grupie.

Spotkania

Kolejne spotkania Study Circle stanowią okazję do pogłębiania relacji między uczestnikami oraz wymiany wiedzy i doświadczeń. Regularne spotkania umożliwiają kontynuację pracy nad osiągnięciem celów grupy i rozwijanie wspólnych projektów. Dzielenie się odpowiedzialnością za wykonywanie zadań i aktywne uczestnictwo we wspólnych działaniach wzmacniają zaangażowanie uczestników w proces nauki i tworzą atmosferę współpracy.

Produktywność

Efektywność pracy Study Circle można oceniać poprzez osiągnięcie wyznaczonych celów oraz systematyzację zdobytej wiedzy i umiejętności. Regularne raportowanie postępów pracy umożliwia monitorowanie postępów i identyfikowanie obszarów wymagających dalszego rozwoju. Tworzenie notatek oraz prowadzenie dyskusji online pozwala na dokumentowanie działań grupy oraz zachowanie kontynuacji dialogu między spotkaniami. W trakcie pracy niezbędne jest raportowanie postępów i systematyzacja wiedzy tworzonej przez grupę.

Uczenie się

Proces uczenia się w ramach Study Circle jest ciągłym doświadczeniem, które prowadzi do zdobywania nowej wiedzy i rozwijania umiejętności. Ważne jest zrozumienie, że proces ten nie kończy się po zakończeniu spotkań grupy, ale kontynuuje się w codziennych doświadczeniach życiowych. Dążenie do ciągłego rozwoju i poszerzania horyzontów wiedzy staje się integralną częścią uczestnictwa w Study Circle.

Badanie

Nowa wiedza często rodzi się z grupowej wymiany doświadczeń oraz wspólnej refleksji nad zagadnieniami omawianymi podczas spotkań Study Circle. Jednakże, prowadzenie badań może być również skutecznym sposobem pogłębiania wiedzy i poszerzania perspektyw. Poszukiwanie informacji i materiałów z zewnątrz oraz wykorzystanie różnorodnych źródeł pozwala na wzbogacenie dyskusji i lepsze zrozumienie omawianych tematów.

Doświadczenia

Doświadczenia uczestników stanowią cenne źródło wiedzy, które można wykorzystać w procesie nauki i rozwoju umiejętności w Study Circle. Wartościowe historie i przykłady mogą być inspiracją dla innych uczestników oraz przyczyniać się do tworzenia nowej wiedzy w grupie. Ważne jest docenianie i uwzględnianie różnorodności doświadczeń w ramach Study Circle, co sprzyja zbudowaniu pełniejszego i bardziej różnicowanego zrozumienia omawianych tematów.

Ocenianie

Proces oceny pracy Study Circle powinien być prowadzony zarówno w trakcie, jak i po zakończeniu działalności grupy. Regularne refleksje nad postępami oraz ocena osiągniętych rezultatów pozwalają na korygowanie działań i dostosowywanie strategii do zmieniających się potrzeb. Ocenianie powinno być integralną częścią procesu uczenia, pozwalając na kontynuację rozwoju i doskonalenie efektywności działań grupy.

Przestrzeganie tych zasad przyczynia się efektywności Study Circle, wspiera osiągnięcie założonych celów i stymuluje wszechstronny i zrównoważony rozwój uczestników.

Wymiary edukacji i rozwoju umiejętności w Study Circle

Proces nauki i rozwoju umiejętności w ramach Study Circles odbywa się zwykle w trzech wymiarach. Każdy z wymiarów wzbogaca doświadczenie uczestników i prowadzi do coraz głębszego zrozumienia omawianych tematów oraz zdobywania nowych umiejętności.

Indywidualne przygotowanie

Wymiar ten odnosi się do osobistego zaangażowania uczestników, którzy poświęcają czas na samodzielne zgłębianie tematu omawianego w ramach Study Circle. Każdy członek może przygotować się poprzez refleksje, badania, czytanie literatury lub inne działania, które pozwolą mu lepiej zrozumieć materiał przed spotkaniem grupy. Indywidualne przygotowanie jest kluczowe dla późniejszej aktywnej partycypacji w dyskusjach oraz efektywnej wymiany poglądów w ramach grupy.

Praca w Study Circle

Edukacja w tym wymiarze polega na aktywnym uczestnictwie w pracach Study Circle, gdzie uczestnicy dzieląc się swoimi perspektywami, doświadczeniami i wiedzą na temat omawianych tematów. Poprzez dialog, dyskusje i wzajemne inspiracje każdy członek ma szansę na rozwijanie swoich umiejętności analitycznych, krytycznego myślenia oraz zdobywania nowych spojrzeń na tematykę poruszaną w ramach grupy. Współpraca w Study Circle sprzyja także budowaniu zaufania i wspólnoty, co wpływa korzystnie na efektywność procesu edukacyjnego.

Zdobywanie wiedzy z zewnątrz

Trzeci wymiar obejmuje korzystanie z zewnętrznych źródeł wiedzy i ekspertów, które mogą wzbogacić dyskusje i pogłębić zrozumienie omawianych tematów. Zapraszanie ekspertów, korzystanie z literatury naukowej, czy dostęp do zasobów internetowych pozwala na poszerzenie horyzontów i pogłębienie wiedzy uczestników. Wprowadzenie zewnętrznych perspektyw i informacji stymuluje dyskusje i inspirowanie do dalszego poszukiwania wiedzy.

Dzięki tym trzem wymiarom Study Circle staje się nie tylko miejscem wymiany wiedzy, ale również platformą rozwoju umiejętności społecznych, intelektualnych i interpersonalnych uczestników. Osiągając nowy poziom wspólnego zrozumienia i rozwoju umiejętności, grupa umacnia swoją wspólnotę oraz zdolność do efektywnej współpracy i komunikacji.

Praktyczne wskazówki dotyczące organizacji spotkań

1. Przynieś swój kubek...

Kluczowym elementem spotkań jest przerwa na kawę. Żadne spotkanie Study Circle nie obędzie się bez dobrej przerwy na kawę. Gdy spotykamy się w prywatnych domach, gospodarz wieczoru zazwyczaj przygotowuje kawę, a czasem także drobny poczęstunek (lub ktoś z uczestników przynosi go ze sobą). W przypadku spotkań w miejscach publicznych bez zaplecza kuchennego, członkowie grupy są odpowiedzialni za przyniesienie kawy w termosach i podzielenie się nią z innymi. Zawsze pamiętaj jednak o swoim kubku!

2. Spotykajmy się na zewnątrz...

Dobrym pomysłem jest organizowanie spotkań poza oficjalnymi spotkaniami Study Circle, w miejscach o odmiennym charakterze, takich jak dom, miejsce pracy. Czasem może być łatwiej zacząć rozmowę w innym otoczeniu niż na oficjalnych spotkaniach, ponieważ atmosfera jest bardziej sprzyjająca, a można się spotkać nawet w mniejszych grupach. Taki sposób spotkań może również pomóc w mentalnym przygotowaniu się przed oficjalnymi spotkaniami grupy.

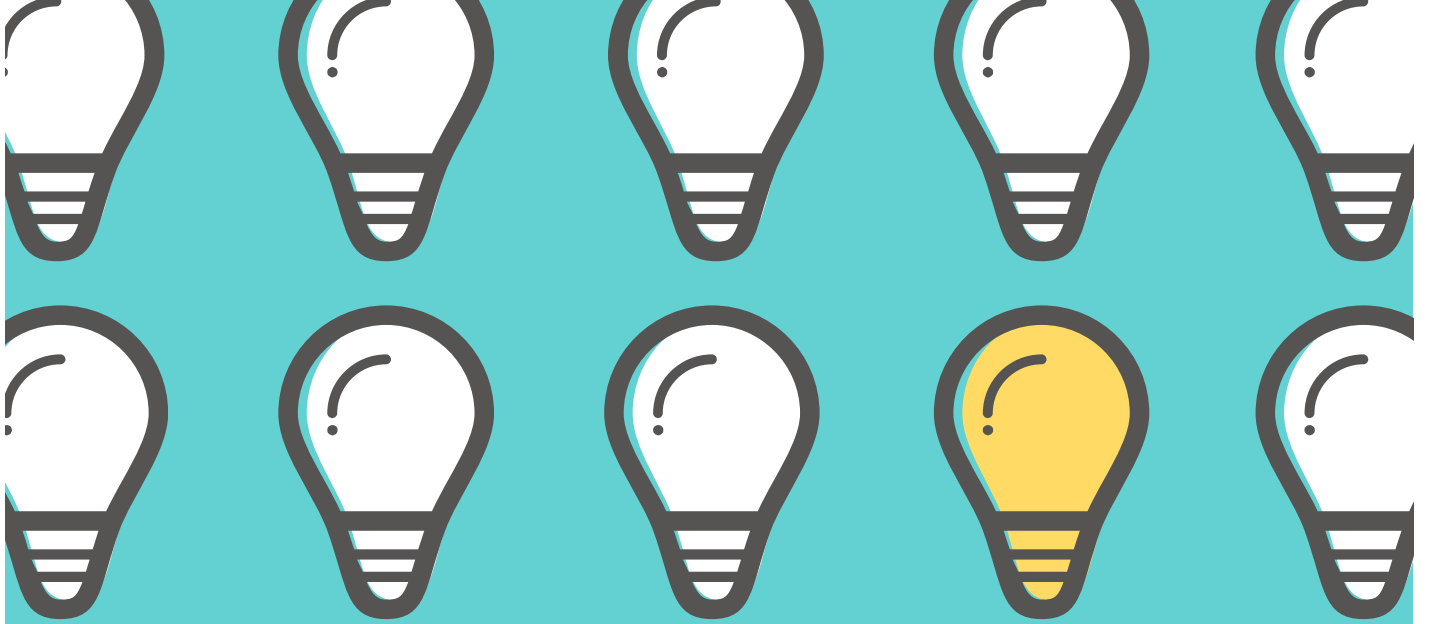
Źródła:

1. Bjerkaker S., Summers J. "Learning democratically. Using study circles" NIACE 2006
2. Bjerkaker S. „Changing Communities. The Study Circle – for learning and democracy”; CIEA 2014
3. Kindstrom C. "The Study Circle Method"; Studieforbundet Vuxenskolan 2002
4. Poradnik Dobrych Praktyk na przykładzie projektu „SPLOT – warsztaty samokształceniowe metodą Study Circle”; Fundacja Generacja
5. Study circle. Szwedzka metoda edukacji dorosłych, Centrum Rozwoju Inicjatyw Społecznych CRIS
6. <https://www.rfilc.org/library/the-study-circle-method/>

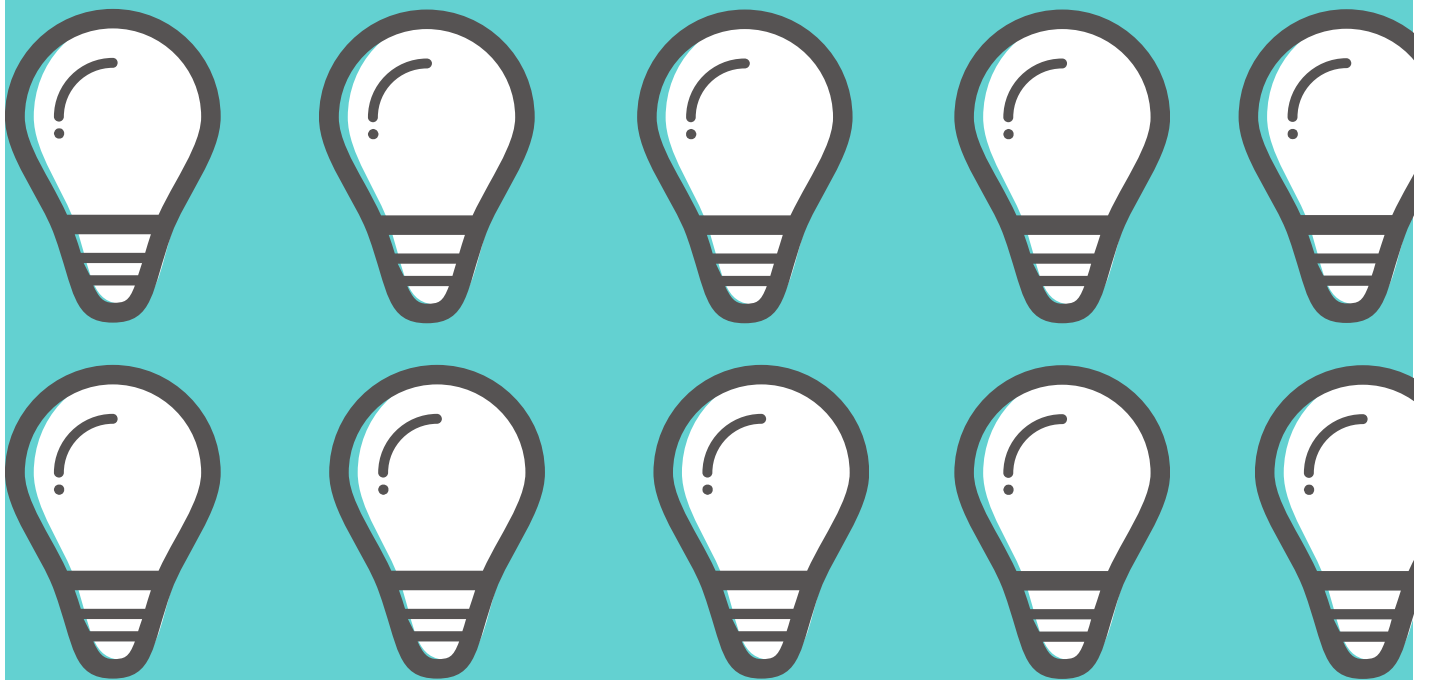
Plan Study Circle - materiał dla edukatorów

PLAN STUDY CIRCLE

Tytuł Projektu:	
Organizator (Nazwa Organizacji)	
Prowadzący (Imię I Nazwisko)	
Tytuł Study Circle	
Krótki opis Study Circle	
Cel Study Circle	
Grupa docelowa i jej powiązanie z obszarem edukacji senioralnej	
Wymagana wcześniejsza wiedzy uczestników	
Poziom Study Circle (zaawansowany, średni, podstawowy)	
Kluczowe tematy Study Circle	
Potrzebne Materiały	
Miejsce Spotkań	
Harmonogram (terminy i czas trwania spotkań)	
Efekty uczenia się	
Sposoby oceny efektów uczenia się	
Certyfikaty	



STUDY CIRCLES - DOBRE PRAKTYKI PROJEKTU EDUSENIOR



STUDY CIRCLES - DOBRE PRAKTYKI PROJEKTU EDUSENIOR

Study Circle "Ładne Kwiatki"

Opis

Study Circle "Ładne Kwiatki" był inicjatywą zorganizowaną w ramach projektu EduSenior, prowadzonego przez Stowarzyszenie Kulturalno-Sportowe PERFECT z Gdańska. Celem Study Circle było przeorganizowanie ogrodu przy Dziennym Domu Seniora Wigor Św. Barbary w Gdańsku poprzez urządzenie ogrodu według ustalonego planu i jego pielęgnację. Study Circle "Ładne Kwiatki" zgromadziło grupę 10-12 uczestników, którzy pod przewodnictwem lidera wspólnie podejmowali się zadań związanych z pielęgnacją ogrodu.

Cele:

- Kształtowanie umiejętności planowania, tworzenia i pielęgnowania ogrodu.
- Integracja uczestników poprzez wspólne działanie w celu uporządkowania przestrzeni ogrodowej.

Realizacja:

Study Circle realizowane było przez 12 tygodni, podczas których odbywały się regularne spotkania skupiające się na różnych aspektach pielęgnacji ogrodu. Tematy programowe obejmowały planowanie koncepcji ogrodu, przygotowanie terenu, zakupy materiałów, sadzenie roślin, pielęgnację, oraz inne praktyczne działania związane z ogrodniczymi pracami.

Efekty:

- Ogród został uporządkowany zgodnie z założoną koncepcją, a większość roślin się przyjęła, poprawiając estetykę ogrodu.
- Uczestnicy zdobyli wiedzę na temat różnych rodzajów roślin, nawozów oraz podstaw planowania przestrzennego ogrodu.
- Uczestnictwo w projekcie pozwoliło uczestnikom na rozwój umiejętności organizacyjnych, współpracy w zespole oraz komunikacji.

Wnioski i rekomendacje:

- Metoda Circle Study okazała się być angażująca dla uczestników, integrując ich poprzez wspólne działanie.

- Study Circle był skutecznym narzędziem kształtującym poczucie własnej wartości oraz rozwijającym umiejętności społeczne i praktyczne.
- Rekomenduje się kontynuację projektu w przyszłości, uwzględniając jego uniwersalność i potencjał w pracy z osobami starszymi.

Podsumowanie:

Projekt "Ładne Kwiatki" stanowi doskonały przykład wykorzystania metody Circle Study w praktyce, przynosząc liczne korzyści zarówno dla uczestników, jak i społeczności lokalnej. Działając na rzecz uporządkowania ogrodu, uczestnicy nie tylko rozwijali swoje umiejętności ogrodnicze, ale także budowali relacje społeczne i poczucie wspólnoty.

Study Circle „Ładne Kwiatki”



Zdjęcia z archiwum Dziennego Domu Senior Wigor, Gdańsk, 2023

Dojrzała Przedsiębiorczość - Twoja Emerytura Twój Nowy Start

Opis

Study Circle „Dojrzała Przedsiębiorczość- Twoja Emerytura, Twój nowy start” realizowane było w Klubie Sąsiedzkim Chełm prowadzonym przez Fundację NOVA w Gdańsku w ramach projektu EduSenior. Study Circle obejmowało łącznie 5 spotkań i skupiało się na organizacji edukacyjnych spotkań dla osób starszych, mających na celu rozwój przedsiębiorczości i aktywności społecznej wśród seniorów.

Cele:

- Motywacja do podjęcia działań przedsiębiorczych i aktywności społecznej.
- Wymiana wiedzy i doświadczeń w zakresie przedsiębiorczości.
- Integracja społeczna seniorów i budowanie relacji w grupie.
- Budowanie sieci wsparcia społecznego dla seniorów.

Realizacja:

Spotkania odbywały się cyklicznie, skupiając się na różnych tematach związanych z przedsiębiorczością i aktywnością społeczną. Każde spotkanie miało określony plan tematyczny i zakres czasowy. Uczestnicy dyskutowali, wymieniali doświadczenia i generowali pomysły na działania indywidualne i grupowe. Spotkania prowadził edukator z ramienia Fundacji NOVA. W spotkaniach brało udział od 5-8 osób.

Efekty:

- Uczestnicy zdobyli wiedzę na temat istoty przedsiębiorczości w życiu osób starszych oraz możliwości jej realizacji w wieku dojrzałym.
- Uczestnicy nabyli wiedzę na temat strategii poszukiwania pomysłów na dodatkowe źródło dochodu przed emeryturą lub na emeryturze.
- Uczestnicy dowiedzieli się, że można wykorzystywać posiadane umiejętności i pasje do dorabiania do emerytury oraz przekształcania pasji w źródło dochodu.
- Nabyli umiejętności identyfikowania możliwości i wyzwań związanych z podejmowaniem działań przedsiębiorczych.
- Poszerzyli horyzonty poprzez wymianę doświadczeń oraz poznanie przykładów udanych przedsiębiorstw senioralnych.
- Zdobyli inspiracje i wygenerowali pomysły na własne działania przedsiębiorcze, takie jak rękodzieło, sprzedaż online czy organizacja wydarzeń społecznych.
- Zdobyli umiejętność budowania sieci wsparcia społecznego poprzez nawiązywania kontaktów z innymi seniorami oraz instytucjami wspierającymi działalność przedsiębiorczą.

- Uzyskali także praktyczną wiedzę na temat pozyskiwania funduszy i małych grantów na działalność społeczną oraz przedsiębiorczą seniorów.
- Zwiększyła się ich pewność siebie i motywacja do podejmowania działań na rzecz własnego rozwoju i aktywności w społeczeństwie.

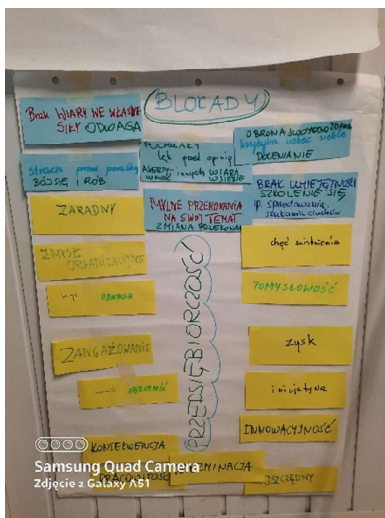
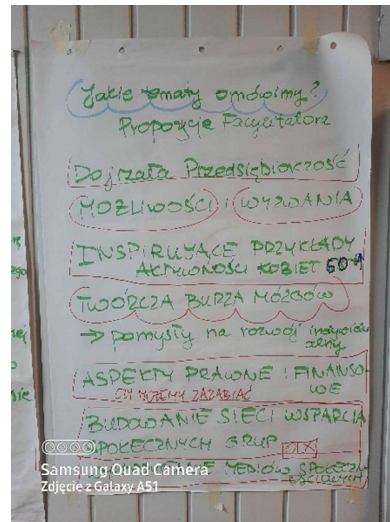
Wnioski i Rekomendacje:

- Metoda Study Circle okazała się skutecznym narzędziem edukacyjnym dla osób starszych, umożliwiającym im zdobycie wiedzy, umiejętności oraz wsparcia w realizacji ich celów w kontekście przedsiębiorczości senioralnej.
- Spotkania Study Circle sprzyjały aktywizacji uczestników oraz pobudzały ich do refleksji nad własnymi możliwościami i pasjami, co przekładało się na pomysły na rozwój ich aktywności społecznej i zawodowej.
- Współpraca z różnorodnymi ekspertami i mentorami, którzy w ramach Study Circle dzielili się swoimi doświadczeniami i wiedzą praktyczną, była kluczowa dla wartości edukacyjnej i inspiracyjnej spotkań Study Circle.
- Elastyczność metody Study Circle pozwala na dostosowanie programu do różnych potrzeb i zainteresowań uczestników, co sprawia, że może być stosowana w różnych kontekstach i na różnych etapach życia seniorów.

Podsumowanie:

"Dojrzała Przedsiębiorczość - Twoja Emerytura Twój Nowy Start" stanowi doskonały przykład skutecznego wykorzystania metody Study Circle w praktyce edukacyjnej dla osób starszych. Poprzez cykl pięciu spotkań, uczestnicy nie tylko zgłębiali tajniki przedsiębiorczości senioralnej, ale także budowali silną społeczność opartą na wzajemnym wsparciu i wymianie doświadczeń. Grupa wypracowała szereg pomysłów na działania indywidualne i grupowe, które będą kontynuowane w przyszłości. Ważne jest kontynuowanie edukacji w temacie przedsiębiorczości, a także umożliwienie uczestnikom samodzielnego organizowania spotkań i podejmowania działań oddolnych. Study Circle nie tylko podniósł poziom wiedzy i umiejętności uczestników, ale także zbudował w nich pewność siebie oraz motywację do aktywnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym.

Dojrzała Przedsiębiorczość - Twoja Emerytura Twój Nowy Start



Zdjęcia z archiwum Fundacji NOVA, Gdańsk 2023

Klub kulinarny- Smakowite Babki

Opis:

Study Circle „Klub Kulinarny- Smakowite Babki” wdrażany był w ramach projektu EduSenior w Domu Sąsiedzkim Przystań w Gdyni. Klub zawiązał się aby eksperymentować z metodą study circle w kontekście kulinariów. Inspiracją do tego wyboru była dostępność dużej kuchni oraz silne zainteresowanie seniorów innymi warsztatami kulinarnymi prowadzonymi w tym miejscu

Cele:

- Stworzenie przestrzeni do integracji seniorów poprzez wspólne działanie w kuchni.
- Wymiana doświadczeń kulinarnych i przepisów między uczestnikami.
- Rozwinięcie umiejętności kulinarnych i poszerzenie repertuaru potraw sezonowych.
- Budowanie relacji społecznych poprzez wspólne rozmowy i degustacje przygotowanych potraw.
- Zachęcenie seniorów do aktywnego uczestnictwa w życiu społeczności lokalnej poprzez udział w organizowanych spotkaniach.

Realizacja:

Odbyło się pięć spotkań, z udziałem od 5 do 8 osób w każdym z nich. Podczas tych spotkań uczestnicy gotowali i piekli głównie dania i ciasta sezonowe, takie jak ciasto śliwkowe, placki z cukinii, marchewki i ziemniaków, ciasto mech, pieczone jabłka i banany czy szarlotka. Cała grupa aktywnie uczestniczyła w procesie gotowania, nakrywania do stołu, wspólnych rozmowach podczas degustacji i sprzątaniu. Każde ze spotkań kończyła rozmowa podsumowująca prowadzona przez animatorkę Domu Sąsiedzkiego.

Efekty:

- Wzbogacenie atmosfery - podczas degustacji i rozmów, dołączali inni mieszkańcy Domu Sąsiedzkiego, tworząc atmosferę otwartości i wspólnoty. Obecność różnych grup wiekowych, od dzieci po seniorów, urozmaicała spotkania i sprzyjała wymianie różnorodnych doświadczeń.
- Inicjatywa plastyczna uczestniczki - jedna z uczestniczek, wykazująca talent plastyczny, zainicjowała ozdabianie stołu dekoracjami przygotowywanymi samodzielnie. Jej wkład w estetyczne przygotowanie miejsca do spożywania posiłków dodawał spotkaniom nie tylko waloru smakowego, ale również wizualnego, co z pewnością wpływało na atrakcyjność i komfort uczestnictwa.
- Kontynuacja spotkań- piątkowe spotkania w ramach Klubu Kulinarnego Smakowite Babki spotkały się z pozytywnym przyjęciem ze strony seniorów, co zaowocowało planami kontynuacji przez kolejne miesiące. Ta chęć kontynuacji świadczy o sukcesie projektu oraz jego istotnym wpływie na satysfakcję i zaangażowanie uczestników.

- Wzrost aktywności społecznej- poprzez udział w organizowanych spotkaniach kulinarnych, seniorzy aktywnie uczestniczyli w życiu społeczności lokalnej. Ich zaangażowanie przyczynia się do tworzenia bardziej otwartego i aktywnego środowiska, sprzyjając integracji społecznej oraz wymianie kulturowej i doświadczeń.

Podsumowanie:

Projekt "Klub kulinarny Smakowite babki" stanowi udany przykład wykorzystania metody study circle w praktyce, integrując seniorów poprzez wspólne gotowanie i wymianę kulinarnych doświadczeń. Uczestnictwo w spotkaniach przyniosło korzyści zarówno w postaci kulinarnych umiejętności, jak i wzmacniania relacji społecznych w lokalnej społeczności.

Study Circle „Smakowite Babki”



Zdjęcia z archiwum Domu Sąsiedzkiego w Przystani, Gdynia 2023

Połączy nas włóczka

Opis:

Study Circle „Połączy nas Włóczka” wdrażany był w ramach projektu EduSenior w Inkubatorze Sąsiedzkiej Energii Dolne Miasto w Gdańsku. "Połączy Nas Włóczka" jest inicjatywą, która powstała z potrzeby integracji społeczności lokalnej poprzez wspólne tworzenie i robienie czegoś pożytecznego dla innych. Istotą tego study circle jest połączenie dwóch głównych celów: wzajemnej nauki i wymiany doświadczeń oraz realizacji działań produktywnych na rzecz społeczności lokalnej. Uczestnicy study circle angażują się w tworzenie przedmiotów, które mogą być użyteczne dla społeczności lokalnej. W przypadku "Połączy Nas Włóczka" uczestnicy dziergają kocyki, czapki i inne rzeczy, które mogą być przekazane potrzebującym, np. osobom dotkniętym wojną na Ukrainie czy niepełnosprawnym dzieciom.

Cele:

- Tworzenie przestrzeni spotkań dla pasjonatek robótek włóczkowych, umożliwiających wymianę doświadczeń i integrację.
- Edukacja i przekazywanie doświadczenia poprzez rękodzielnicze działania seniorów na rzecz społeczności lokalnej
- Budowanie atmosfery opartej na luzności, śmiechu i braku marudzenia, sprzyjającej kreatywności i pozytywnym relacjom międzyludzkim.
- Zapobieganie wykluczeniu społecznemu poprzez zaangażowanie społeczne i integrację osób w różnym wieku.
- Kreowanie nowej społeczności senioralnej opartej na wspólnych zainteresowaniach i działaniach.

Realizacja:

- Spotkania odbywały się w Domu Sąsiedzkim ISE Dolne Miasto w Gdańsku i trwały średnio około 3 godzin.
- Uczestnicy wspólnie wykonywali prace ręczne, takie jak plectwo pleców i tworzenie drobnej odzieży, korzystając z dostarczonej włóczki.
- Prace były oceniane i wykonywane wspólnie, co sprzyjało integracji i wzajemnej inspiracji między uczestnikami.

Efekty:

- Wzrost umiejętności rękodzielniczych oraz poczucia własnej wartości u seniorów poprzez udział w twórczych działaniach.
- Kreowanie wspólnoty opartej na wspólnych zainteresowaniach i działaniach, co sprzyja integracji społecznej.
- Wytworzenie ciepłej atmosfery i wzajemnej inspiracji między uczestnikami, co prowadzi do tworzenia wyjątkowych prac ręcznych.

Wnioski i rekomendacje

- kontynuacja inicjatywy- istniejące korzyści społeczne oraz satysfakcja uczestników z zaangażowania w działania study circle sugerują, że warto kontynuować tę inicjatywę. Regularne spotkania mogą stać się stałym punktem w kalendarzu społeczności lokalnej, przyczyniając się do integracji i wzmacniania więzi międzyludzkich.
- rozwijanie partnerstw- ważne jest poszukiwanie partnerstw z lokalnymi organizacjami charytatywnymi, schroniskami dla bezdomnych czy innymi instytucjami, które mogą skorzystać z dzierganych przedmiotów. Współpraca z takimi podmiotami może poszerzyć zakres oddziaływania inicjatywy i zwiększyć jej pozytywny wpływ na społeczność.
- pozyskiwanie włóczki – konieczne są działania w celu pozyskiwania włóczki, włączając projekty, darczyńców lokalnych oraz aktywne zaangażowanie społeczności online, np. "polubiacze" na Facebooku z całej Polski. Wykorzystanie doświadczeń pań, które samodzielnie aplikują o granty z Gdańskiego Funduszu Senioralnego.

Podsumowanie:

"Połączy nas włóczka" stanowi doskonały przykład udanej inicjatywy integrującej społeczność poprzez wspólne działania rękodzielnicze, edukacyjne i integracyjne, prowadzone przez osoby senioralne.

Study Circle „Połączy nas włóczka”



Zdjęcia z archiwum Inkubatora Sąsiedzkiej Energii Dolne Miasto, Gdańsk 2023

Jak wzmacniać pracę z seniorami i grupami senioralnymi

Opis

Study Circle „Study Circle dla liderów i liderek Klubów Seniora” realizowane było w Centrum Dolna Brama prowadzonym przez Wydział Rozwoju Społecznego w Gdańsku – nowym miejscu na mapie Gdańska, w którym znajduje się między innymi Centrum Informacji i Animacji Senioralnej. Study Circle obejmowało łącznie 4 spotkania i skupiało się na organizacji edukacyjnych spotkań dla liderów i liderek Klubów Seniora oraz urzędników i urzędniczek wspierających społeczność lokalną w tym w wieku senioralnym, mających na celu rozwój Klubów Seniora i aktywności społecznej wśród seniorów. Liczba uczestników w zależności od spotkania 8-12.

Cele:

- Nauka metody Study Circle w pracy z grupą senioralną.
- Wymiana wiedzy i doświadczeń w zakresie pracy z grupami senioralnymi.
- Integracja społeczna seniorów i budowanie relacji w grupie.
- Budowanie sieci wsparcia społecznego dla seniorów.

Realizacja:

Spotkania odbywały się cyklicznie. Podczas pierwszego spotkania wybrano temat, który wydał się dla wszystkich uczestników i uczestniczek najciekawszy i najbardziej potrzebny. Podczas kolejnych spotkań pracowano wspólnie nad wzorem regulaminu klubów seniora. Uczestnicy dyskutowali, wymieniali doświadczenia, pracowali wspólnie nad wypracowaniem dokumentu, który zawierał wszystkie najważniejsze kwestie.

Efekty:

- Uczestnicy zdobyli wiedzę na temat Działania Klubów seniora w Gdańsku, ich specyfiki i wyzwań z jakimi wiąże się ich prowadzenie.
- Liderzy i Liderki nabyli wiedzę na temat metody Study Circle, otrzymali film instruktażowy nagrany przez jedną z prowadzących, prezentację oraz publikację dotyczącą metody.
- Uczestnicy zdobyli wiedzę na temat tworzenia regulaminów oraz innych dokumentów regulujących pracę grup.
- Uczestnicy dowiedzieli się, w jaki sposób wprowadzać regulacje w klubach i jakie są tego korzyści.
- Poszerzyli horyzonty poprzez wymianę doświadczeń oraz poznanie przykładów dokumentów regulujących pracę innych klubów seniora.

- Grupa przygotowała wzór regulaminu do samodzielnej modyfikacji wynikającej ze specyfiki danego klubu seniora.
- Liderzy i Liderki zadeklarowali wprowadzenie nowych regulaminów rozpoczęcie rozmów na temat zmian organizacyjnych w swoich zespołach.

Wnioski i Rekomendacje:

- Metoda Study Circle okazała się skutecznym narzędziem edukacyjnym dla osób starszych, umożliwiającym im zdobycie wiedzy, umiejętności oraz wsparcia w realizacji ich celów w kontekście prowadzenia Klubów Seniora.
- Spotkania Study Circle sprzyjały aktywizacji uczestników oraz pobudzały ich do refleksji nad sposobami wprowadzania regulacji w nieformalnych grupach senioralnych.
- Spotkanie i wymiana doświadczeń między liderami i liderkami kół seniora oraz urzędnikami i urzędniczkami dotyczącymi pracy z grupami nieformalnymi.

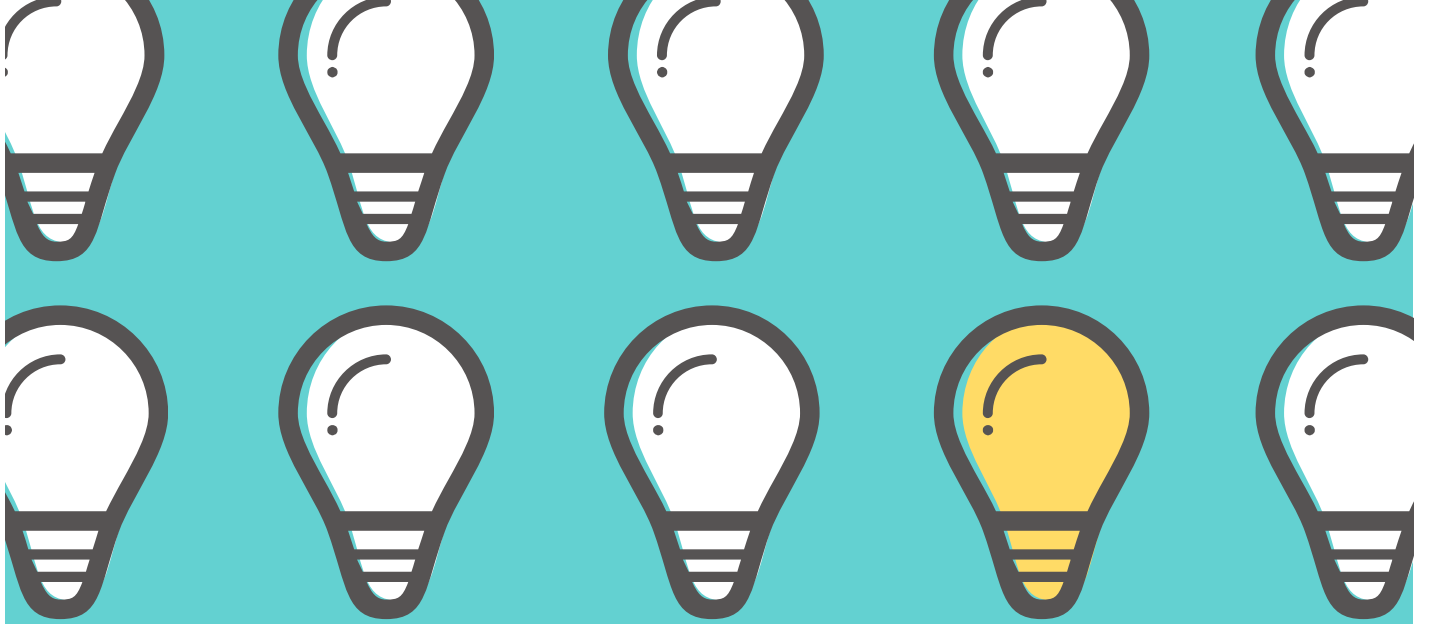
Podsumowanie:

Study Circle dla liderów i liderek Klubów Seniora "to przykład współpracy przedstawicieli grup nieformalnych oraz urzędu w celu podnoszenia jakości działania grup nieformalnych.

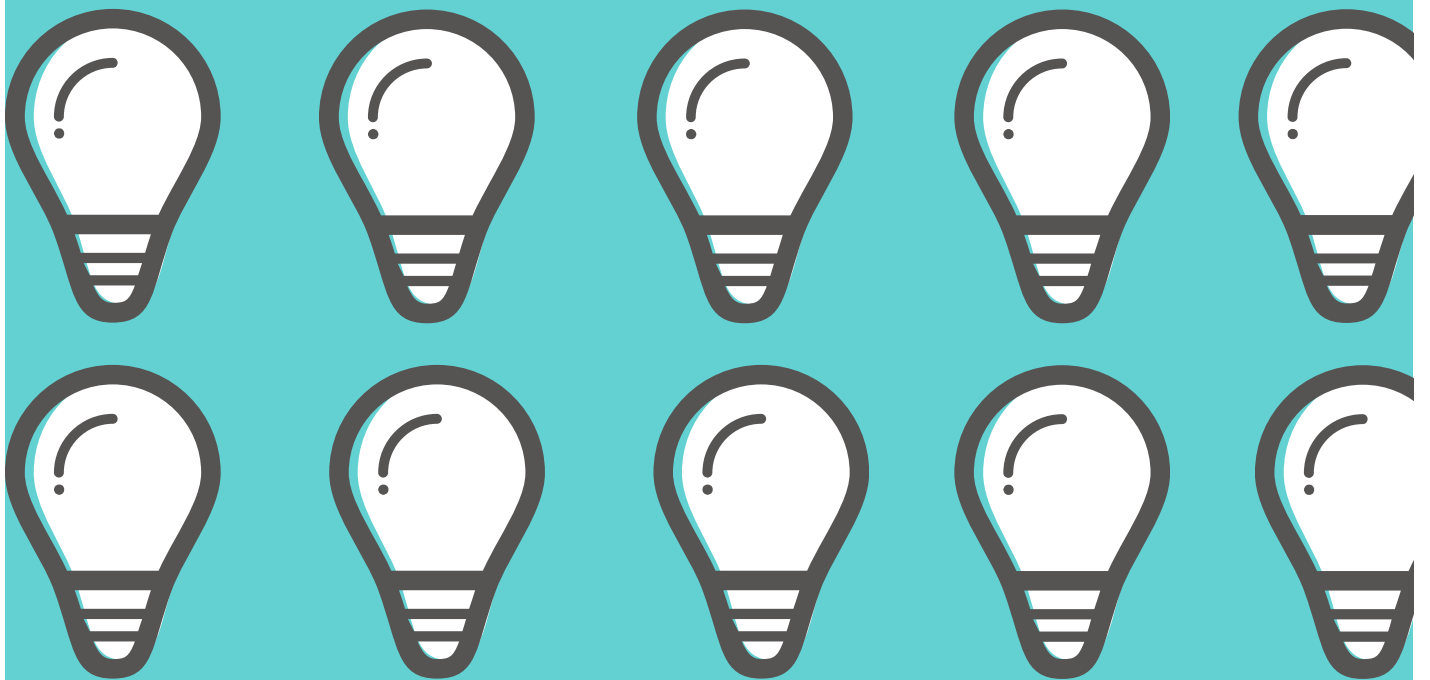
Study Circle „Jak wzmacniać pracę z seniorami i grupami senioralnymi”



Zdjęcie z archiwum Wydziału Rozwoju Społecznego UMG, Gdańsk 2023



RÓŻNE WYMIARY EDUKACJI SENIORALNEJ W NORWEGII



DIFFERENT DIMENSIONS OF SENIOR EDUCATION IN NORWAY

Dugnad - Learning through practice and community collaboration

Dugnad: A Norwegian Tradition Strengthening the Community

Dugnad is a Norwegian tradition that has deep historical roots and plays an important role in Norwegian society. It is the practice of community members joining forces to work together on a project or task aimed at the general good. In a dugnad, participants work together on various tasks for the benefit of their community, such as cleaning up areas, repairing defects, organizing festivals, and building playgrounds.

Dugnad is not only a way to keep the environment in good condition, but also an opportunity to get to know neighbors better, integrate the community and spend time in an atmosphere of cooperation and conversation. This unique form of social cooperation contributes to building interpersonal ties, effective problem solving and strengthening the sense of belonging to the community.

Participation in a dugnad is, in principle, voluntary, but refusal to participate in a dugnad is often frowned upon by other members of the local community.

History of Dugnad

The tradition of dugnad dates back to Viking times, when communities united with the common goal of building ships, maintaining farms and defending against invaders. The word "dugnad" is derived from the Old Norse language "dugnaðr," meaning "to be useful." Over time, dugnad has evolved into a more organized practice, and is now widely used for a variety of community projects. In 2004, the word "dugnad" was chosen by Norwegians as the "national word" because it best captures the essence of Norway, and can be traced back as far as 850 years.

Dugnad traditions

Dugnad is usually organized by community groups, such as residents' associations, sports clubs or schools. During a dugnad, participants gather at a designated location and work together to complete a set task. These works may include cleaning public spaces, painting buildings, planting plants or building

playgrounds. A dugnad is not only a time of work, but also an opportunity to integrate and forge new relationships while taking breaks together for food and conversation.

Dugnad Benefits

Dugnad offers many benefits for both the community and individual participants. By participating in dugnad, the community can:

- Build social ties by working together on a project.
- Perform tasks that may be difficult for a single person or organization to accomplish.
- Acquire new skills, such as construction, horticulture or event organization.
- Improve the condition of public spaces, making them more friendly to residents.
- Save money for projects by using volunteer labor.

Dugnad Cultural Values

Dugnad is not only a practical form of action, but also a strong symbol of community and cooperation. By working together on a project, community members not only achieve goals, but also build interpersonal ties and foster a sense of community. This Norwegian tradition is not only an effective tool for accomplishing tasks, but also an important element of social culture that contributes to the general welfare.

Dugnad Rules

- Voluntariness of participation: Participation in "dugnad" activities should be voluntary and based on a desire to help and community involvement.
- Common goals: "dugnad" activities should be aimed at achieving a common goal that is of significant importance to the local community or individual.
- Mutual assistance: It is important to support each other and share knowledge, skills and experience in a "dugnad."
- Fairness and equality: all participants in the "dugnad" should have equal opportunity and opportunity to participate, as well as the freedom to express their ideas and opinions.
- Responsibility and commitment: Each participant should take responsibility for his or her own actions and actively engage in tasks to achieve common goals.

Examples of Dugnad activities and projects

- **Preparation of green** spaces-activities including planting trees, flowers, lawn care and public gardens.
- **Clean-up** actions-organization of clean-up actions in the estate, housing community, city, beaches, parks or forests, during which the community cleans and beautifies its surroundings,
- **Construction projects and renovation** work-which involves building new community facilities or upgrading existing buildings,
- **Neighborly** assistance-supporting neighbors in various situations, such as moving, shopping or caring for animals.
- **Organization of cultural events**, such as festivals, concerts and art exhibitions.
- **Design of public** spaces-Participate in the planning and arrangement of urban spaces, such as parks, playgrounds and recreational areas.
- charity actions-organizing collections of money or gifts for needy people or social institutions, sports teams

Dugnad's educational potential

One important aspect of the dugnad is its educational potential, especially for children and young people. Through participation in dugnad, participants can gain new skills and practical experience. Working in a group on a specific project allows them to develop cooperation, communication and problem-solving skills. In addition, dugnad provides an excellent opportunity to learn social values such as responsibility, commitment and solidarity.

Dugnad learning outcomes

- **Developing Practical Skills**

Activities undertaken during the dugnad can range from repair work to gardening. Participants can learn how to use tools, how to do a variety of manual work, and how to take care of their surroundings.

- **Learning Social Values**

Dugnad is not only physical labor, but also an opportunity to learn social values such as cooperation, responsibility, commitment and solidarity. By participating in group activities, young people can develop communication skills, learn respect for others, and recognize the importance of cooperation and mutual aid.

- **Shaping Environmental Awareness**

Joint activities for the environment, such as cleaning up public areas or planting plants, can help create environmental awareness in young people. Dugnad provides an excellent opportunity to talk about environmental protection, sustainable development and caring for the common good.

- **Learning about the Diversity of the Community**

Dugnad often brings together diverse social groups, which provides an excellent opportunity to learn about cultural and social diversity. Young participants may have a chance to meet people with different lifestyles, beliefs or traditions, which can broaden their horizons and shape their openness to other perspectives.

- **Development of Independence and Initiative**

Through participation in the dugnad, participants can develop the ability to take initiative and act independently. Working in a group requires interaction and decision-making, which fosters leadership and time management skills.

- **Gaining Experience in Teamwork**

Dugnad is an excellent opportunity to learn teamwork and cooperation. Participants learn how to communicate effectively, how to share responsibilities and how to solve problems in a group. These skills are extremely valuable in professional and social life.

- **Shaping Attitudes of Responsibility and Commitment**

Working for the community during the dugnad can help foster attitudes of responsibility and involvement. Participating in such activities teaches how to take responsibility for one's actions and how to get involved in the local community.

- **Building a Sense of Community and Belonging**

Dugnad can contribute to building a strong sense of community and interpersonal ties. By working together for the common good, young people can feel part of something bigger and see the value of joint efforts.

How to prepare a successful dugnad- practical tips

- **Date and task planning**

The first step is to set a date and identify specific tasks to be completed. Establish a list of tasks in priority order and determine who will be responsible for completing them.

- **Informing the community**

It is important that as many people as possible participate in the dugnad. Therefore, carefully inform the community about the planned activities. Put up posters, post information on social media, send emails and letters to reach as many people as possible.

- **Clear message and communications**

Make sure all information is clear and understandable. Describe exactly what needs to be done, when and where the dugnad will take place, what tools will be needed, and what rules apply, such as waste segregation.

- **Division into teams and areas of work**

If possible, consider dividing participants into teams and assigning them specific work areas. You can also schedule different working hours for different groups to avoid having too many people in one place.

- **Provide support and necessary materials**

Make sure all necessary materials and tools are available at the dugnad site. Organize waste containers, prepare gardening tools, paints and brushes, or other necessary materials.

- **Motivation and appreciation**

Remember to motivate participants and appreciate their efforts. You can organize small refreshments or a meeting after the dugnad to thank everyone for participating and celebrate achievements together.

Dugnad in Senior Education

Dugnad can be a very useful method in educating seniors, which contributes to supporting active living and social integration of the elderly. Through participation in community projects and group activities, seniors have the opportunity:

- **developing social skills-** dognad can be an excellent opportunity for seniors to develop social skills such as communication, cooperation and relationship building. By working together on a social project, seniors have a chance to interact with other people their own age and make new friends.
- **experiential learning-Seniors** can learn practical skills such as gardening, renovation work or organizing community events, which can contribute to their personal development and satisfaction with their own achievements.
- **maintaining physical activity-** dognad often requires physical labor, which can be beneficial to seniors' health. Physical activity during community service can help maintain physical fitness and improve well-being, which is important for their overall health and quality of life.
- **Strengthening** self-reliance-participation in dognad can be a way to encourage seniors to maintain their independence and be socially active. By engaging in community service, seniors can feel needed and important to the community, which can help improve their self-esteem.

Institutions that can use Dognad for senior education

- **Nursing homes-** can organize dognad for their residents, giving them the opportunity to participate in a variety of social activities and activities.
- **Senior Citizens' Clubs and Councils-** can hold regular dognads, during which seniors can work on community projects, as well as participate in various workshops and educational activities.
- **Universities of the Third Age-** can use dognad as part of their curriculum, offering seniors the opportunity to engage in community projects and develop their interests and passions.
- **Cultural and Educational Centers-** can organize dognad for seniors, which include a variety of activities, such as gardening, renovations or organizing cultural events, which can contribute to the social activation of seniors.
- **NGOs** can use dognad for seniors as an effective strategy to promote social activity and integration among the elderly.
- **Neighborhood/municipal councils** can use dognad for seniors to promote social activity, integration and community development.

Dognad can be a valuable tool in educating seniors, supporting their active living, personal development and social integration. By participating in community projects and group activities, seniors have the opportunity to develop social competence, learn practical skills and stay physically active. Institutions such as nursing homes, senior clubs and universities of the third age can use dognad as an effective tool in working with seniors, promoting their health, social activity and satisfaction with life in later life.

Dugnad in Poland

Although the name dugnad is specific to Norwegian culture, the idea of collective action for the benefit of the local community is common and present in Poland as well. Despite the lack of this specific name, Polish society often employs similar practices, such as community deed or volunteerism, which aim to develop the local community and improve the quality of life of its residents. Both Dugnad and Polish forms of collective action are based on the values of solidarity, community involvement and the desire to help others. In both countries, there is an awareness that working together and involving the local community are key to building strong social ties and creating a better environment for all residents. Therefore, although the name may differ, the idea of dugnad also finds its counterpart in Poland.

However, it is worth pointing out that the concept of dugnad is deeply rooted in Norwegian culture and practiced from kindergarten, while in Poland there is no systemic education in this direction. In Norway, participation in dugnad is a natural part of social life, while in Poland the initiative is more often the result of an individual's needs rather than a cultural habit. General attitudes toward social involvement also play an important role. According to statistics from the European Social Survey, Norway is a leader in volunteering and social engagement among European countries. More than 60% of Norwegians engage in social activities, while less than 30% of people in Poland do so. Norwegians average three times as many hours per year as those involved in social activity in Poland, despite the fact that Norway's population is seven times smaller. It is society's attitude toward cooperation and involvement that determines the difference in approaches to practicing dugnad between the two countries.

Senior Volunteerism - Wisdom of Age as a Source of Education

Senior volunteerism is not only an act of social solidarity, but also a valuable resource of knowledge, experience and life wisdom that can be used as a source of education for various social groups but also for seniors themselves.

The Role of Senior Volunteerism in Education:

Senior volunteerism is a unique source of education, as seniors have a wealth of life and work experience that can be passed on through a variety of social activities. Their involvement can contribute to:

- **Knowledge transfer** - seniors can share their knowledge with younger generations, passing on valuable information about history, culture, occupation or daily life.
- **skill development**-Through participation in volunteering, seniors have the opportunity to develop their interpersonal, communication and organizational skills, which has a positive impact on their well-being and social activity.
- **building an open** society-volunteer activities of seniors foster intergenerational integration and build a society based on the values of solidarity, mutual respect and cooperation.

Benefits for Seniors and Communities:

Participation in senior volunteerism benefits both the seniors themselves and the community as a whole. For seniors, this means:

- **sense of satisfaction**- active participation in society contributes to a sense of self-worth and satisfaction with one's actions
- **Personal development**- involvement in a variety of volunteer activities fosters the development of social skills, interpersonal skills, empathy, communication, social group work, intellectual activity and mental health,
- **Social** integration-Volunteer activities enable new social contacts and integration in the local community,
- **Self-realization and activation** - participation in volunteer activities gives seniors a sense of usefulness, value and activity, which has a positive impact on their well-being and mental health,
- **Broaden horizons** - volunteer activities allow seniors to actively participate in social life, meet new people, places and cultures, which promotes broadening of horizons and development of social awareness.

In turn, for the local community, volunteer involvement of seniors means:

- **wealth of knowledge and experience**-Taking advantage of the potential of seniors contributes to expanding the knowledge base and experience of the local community,
- **increase in social activity**- active participation of seniors in community life promotes increased social involvement and the building of social ties,
- **Support in the implementation of social projects**-Seniors can provide valuable support in the implementation of various social projects, such as caring for the elderly, organizing cultural events or educational projects.

Examples of senior volunteerism:

- **Mentoring Programs** - NGOs or educational institutions can set up mentoring programs where seniors share their knowledge and experience with younger generations.
- **Care for the Elderly**-Seniors can engage in caring for other elderly people, providing emotional support, companionship and assistance with daily activities.
- **Organization of Workshops and Lectures**-Seniors can conduct workshops, lectures or thematic meetings where they share their knowledge on a variety of topics.
- **Work in Cultural Centers and Libraries**-Seniors can get involved in organizing various cultural events, exhibitions or reading to children.

Institutions that can use Senior Volunteerism as a method of senior education:

- **NGOs** - NGOs can engage seniors in volunteer work for a variety of social, cultural or educational causes,
- **Educational institutions**-schools, universities and cultural institutions can use senior volunteers as a form of intergenerational cooperation and as a source of valuable experience and knowledge for younger participants.
- **Senior organizations**-Senior clubs, senior councils and other organizations that bring together senior citizens can conduct various volunteer projects for the benefit of their community and the support of other age groups.

Organizing senior volunteers-practical tips

- **selection of tasks** - it is important to tailor tasks to the capabilities and interests of seniors to ensure their satisfaction and sense of usefulness,

- **Communication and motivation-it** is necessary to effectively inform and motivate seniors to participate in volunteer activities through clear communication, emotional support and appreciation of their efforts,
- **organization of the structure-it** is worth planning an appropriate organizational structure that will enable efficient coordination of activities, division of tasks and monitoring of progress.

Senior volunteering is not only a form of social solidarity, but also a valuable source of knowledge, experience and life wisdom that can be used in the process of education and social development. In Poland, despite the lack of formal educational programs in this area, more and more organizations and institutions recognize the potential of seniors as active participants in social life and builders of civil society. Promoting senior volunteerism is therefore an important step towards building a society based on the values of cooperation, respect and solidarity.

Peer Learning - learning in a peer group

What is peer-to-peer learning?

Peer-to-peer learning is a process where people of similar ages and educational experiences collaborate and learn from each other. It is a form of collaborative and community-based educational practice where knowledge and understanding are jointly constructed. By definition, it is the acquisition of knowledge and skills through the active provision of help and support between peers or matched companions. Peer-to-peer learning, also known as cooperative learning, can be an effective tool in the education of seniors, contributing to their intellectual, social and emotional activity.

Benefits of Peer Learning in Senior Education

- **Exchange of knowledge of experience**

Senior group participants can share their rich life, professional and personal experiences, which contributes to mutual learning and development. Through this process, seniors can gain new perspectives and insights on various issues.

- **Stimulation of the learning process**

Active discussion and reflection on educational topics that are discussed in the group stimulate the learning process. Participants are encouraged to think critically, analyze different points of view and seek solutions to problems. This makes the learning process more engaging and effective.

- **Emotional support**

Peer-to-peer learning can be an excellent opportunity for relationship building, mutual support and friendship among seniors. By working together on an educational task, they can develop social ties and a sense of belonging, which contributes to their overall well-being and mental health.

- **Developing interpersonal skills**

Participating in a peer group gives seniors the opportunity to develop interpersonal skills such as communication, cooperation, negotiation and conflict resolution. Through regular interaction with other group members, seniors have the opportunity to improve their social skills and learn from each other.

- **Active engagement**

Peer-to-peer learning engages seniors in an active cognitive process that can counteract social isolation and inactivity. Through regular meetings and joint activities, seniors have the opportunity to develop their cognitive skills, keep their minds active and creative.

- **Support in dealing with challenges**

Peer group education can also be a platform for sharing coping strategies and challenges that seniors may face later in life. Through mutual support and cooperation, seniors can more easily cope with difficulties and overcome obstacles.

Peer-to-peer learning can be a valuable tool in the education of seniors, contributing to their activity, self-realization and good quality of life. Through joint efforts and mutual assistance, seniors can benefit from both developing their skills and building strong social ties within their age group.

- **Social integration and relationship building**

Participating in a peer group allows older people to make new friends and build relationships with others who have similar life experiences. Creating bonds with people of similar age and cultural backgrounds can contribute to well-being and a sense of belonging to the community.

These benefits support the personal and social development of the elderly, contributing to improving their quality of life and enabling them to participate more fully in society.

Examples of peer groups in senior education

Discussion clubs

Discussion clubs are an excellent form of peer group learning for older people. They can focus on a variety of topics, such as literature, history, culture or current social events. Participants have the opportunity to share their insights, analyze texts and exchange views, which promotes active learning and deepening of knowledge.

Craft workshops

The elderly can take part in classes in handicrafts, tailoring, painting or jewelry making. During these classes, participants not only learn new skills, but also exchange ideas and techniques, which fosters creativity and inspires further development.

Computer courses

Computer courses dedicated to seniors are becoming increasingly popular as a form of peer-to-peer learning. During these classes, participants learn computer skills, how to use the Internet, send emails or use applications. In the group, they can exchange tips, solve technical problems and motivate each other to further develop in technology.

Cultural and artistic meetings

Cultural and artistic gatherings are an excellent opportunity to learn in a peer group. They can include visits to museums, art galleries, theaters or concerts. During these events, participants have the opportunity to discuss art, history or culture, exchange insights and opinions, which contributes to broadening horizons and developing interests.

Self-help groups

Self-help groups are an important part of peer-to-peer learning for older people facing specific health or life problems. These can include support groups for people with chronic illnesses, therapy groups, or groups dealing with coping with stress or loneliness. In these groups, participants can share their experiences, mentor each other and motivate each other to continue to grow and adapt to life changes.

All these examples show how diverse and rich peer group learning can be for older people, supporting their personal, social and emotional development.

Future Workshop - Vision of the Future and Creative Education of Seniors.

Future Workshop concept

Future Workshop is a participatory planning method that enables a group of participants to actively design the future by creating concrete visions, strategies and actions. The main premise of Future Workshop is based on the belief that participants have valuable knowledge and experience that can be used to solve problems and shape the future. The method supports the practical and collective creation of visions for the future, based on participants' experience and everyday knowledge. Participants become "social architects," imagining the future in an active and constructive way. The method integrates different types of knowledge and skills, bridging sectors and disciplines, and promotes free communication. Future Workshop is usually led by one or two qualified workshop leaders. It always has a specific theme that connects to participants' daily lives and experiences.

Assumptions of Future Workshop

- Participation - enabling participants to take an active part in the process of planning and shaping the future, leading to greater involvement of the community in making decisions about their own affairs.
- Creating a vision-Developing a vision of the desired future together with the participants, which makes it possible to define goals and aspirations on which to focus future actions.
- Problem solving - identifying existing problems, challenges and shortcomings, and seeking innovative solutions and action strategies that will improve the situation.
- Building trust and cooperation-creating an environment conducive to cooperation, dialogue and mutual support between participants, leading to building social ties and strengthening interpersonal relationships. Building partnerships between civic groups and local authorities.
- Strengthening communities - supporting community development by mobilizing local resources and potential, thereby fostering a stronger and more sustainable community
- Integration of different perspectives-encouraging the inclusion of diverse viewpoints, experiences and knowledge of participants, leading to a more comprehensive and balanced approach to planning for the future.
- Acting for social change - developing concrete actions and action plans to realize the developed visions and goals, contributing to positive social change. Stimulating a culture of participation and supporting community development

- Fostering democracy by allowing ordinary people to develop their desires for their personal lives, local communities and society as a whole. A democratic approach and open atmosphere are key to which is reflected in the principle that "no idea is rejected, all views are heard and noted."

Stages of Future Workshop

- **Preparation phase** - the group gets acquainted with each other, learns the rules of the meeting and the topic to be discussed
- **Critique phase** - participants analyze the current situation, identify existing problems and challenges, and critically evaluate the status quo. During this phase, discussion of existing problems and shortcomings is opened. Participants divided into smaller groups write down the problems and systematize them together.
- **The phase of utopia (fantasy)**-participants create together a vision of the desired future without paying attention to the limitations imposed by reality. In this phase, participants are tasked with building a common ideal vision of reality that would address all their needs and solve the problems identified earlier.
- **Implementation phase** - Participants, on the basis of the vision of the future developed in the previous phase, develop a concrete action plan that would allow the implementation of the developed visions of the dream future. The plan includes specific steps, tasks, deadlines and responsibilities.

During each stage of the Future Workshop, it is important to promote open discussion, cooperation and co-determination. This method enables participants to go beyond traditional patterns of thinking and become actively involved in shaping their future.

Future Workshop timeframe and practical issues

1. **Duration** - the workshop usually requires at least one full day, but it is best to allocate two days.
2. **Format** - the workshop can be conducted in traditional form, with participants in person, or digitally, using online tools. The format depends on the preferences and capabilities of the organizers and participants.
3. **Participants**-Participants can be various social groups, such as community citizens, public sector employees, students, business representatives, etc. Participation is voluntary and based on commitment and enjoyment rather than coercion.

4. **Groups and divisions**-In case of a larger number of participants, it is advisable to divide into parallel workshops with different stakeholder groups, for example, students and teachers, citizens and officials. It is also useful to be aware of possible power factions and interest groups.
5. **Presentation of results** - at the end of the workshop, all groups can meet to present their action plans and exchange views. An exhibition and presentation of future activities is also possible.
6. **Collaboration** - the essence of the workshop is cooperation and dialogue between participants, which enables the creation of concrete action plans and solving social problems.

Effects of Future Workshop

- Concrete action for social change toward a more sustainable future.
- Creating new networks and collaborations.
- Mutual learning between sectors and social groups.
- Strengthening the sense of community and trust.
- Building confidence and empowering participants.

Potential for using Future Workshop in senior education

Future Workshop can be used, among others, in senior clubs, senior homes, third-age universities and other non-governmental senior organizations in a variety of contexts to foster activity, self-reliance and a sense of community among residents. Examples of ways to use Future Workshop in senior education include:

- **Designing an activity schedule** - seniors can work together to plan a schedule of various activities and social events, such as cultural classes, craft workshops, club meetings, and going on walks. During the workshop, seniors can discuss their activity preferences and choose the ones that best suit their interests and needs.
- **Establishment of thematic clubs**-Seniors can express their desire to establish thematic clubs that will focus on specific interests, such as reading, art, photography, gardening, or cooking. During the workshop, seniors can discuss various ideas for theme clubs and establish rules for their operation.
- **Solving social problems**-Seniors can work together to identify and solve various social problems occurring in their environment, e.g. social isolation, inactivity, interpersonal conflicts. During the workshop, seniors can exchange ideas for improving the situation and develop strategies for action.

- **Planning community** projects-Seniors can engage in planning and implementing various community projects that will improve their quality of life. During the workshop, seniors can choose project topics, set goals, establish an action plan and assign tasks.
- **Creating Community Living** Spaces-Seniors can work together to design various community living spaces such as gardens, clubrooms, and meeting rooms in a senior citizen's home. During the workshop, seniors can discuss different ideas for space design and choose the best solutions.

Sources:

1. Balyaniskova N, Vseteckova J, Markowski M. "Peer learning within community-based programs".
2. Barros de Sales M, Azambuja Silveira R "Learning by Peers: An Alternative Learning Model for Digital Inclusion of Elderly People" Conference Paper - January 2009.
3. Stokłuska E. "Future workshops"; Center for Civic Education
4. <https://pol-nor.com/dugnad-pomoc-sasiedzka-w-norwegii/>
5. <https://www.kedzierzynkozle.pl/pl/strona/idea-dugnad>
6. <https://www.uef.fi/en/article/peer-learning-boosts-well-being-among-the-elderly>
7. <https://workingwithnorwegians.com/norwegian-dugnad-or-community-work/>
8. <https://www.kk24.pl/artykul/20130,setki-znaczen-jedna-idea-slownik-dugnad-czesc-1>
9. <https://www.kk24.pl/artykul/20144,setki-znaczen-jedna-idea-slownik-dugnad-czesc-2>
10. <https://publicystyka.ngo.pl/wolontariat-na-swiecie-norwegia-liderem-polska-w-ogonie-informacja-prasowa>

