XXIAdults

Dostosowanie systemu kształcenia dorosłych do wymogów XXI wieku

2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715

Przewodnik szkoleniowy

Co-funded by
the European Union

Niniejszy dokument został stworzony na licencji Creative Commons:

Uznanie autorstwa – Niekomercyjne – Na tych samych warunkach (CC BY-NC-SA).

Całość lub część niniejszego dokumentu może być wykorzystywana, kopiowana i ujawniana pod warunkiem podania źródła, nie wykorzystywania go w celach komercyjnych oraz niezmieniania licencji.

Wszelkie prawa zastrzeżone.

© Copyright 2024 XXI Adults

Zastrzeżenie

Finansowane przez Unię Europejską. Wyrażone poglądy i opinie są jednak wyłącznie poglądami i opiniami autora(-ów) i nie muszą odzwierciedlać poglądów Unii Europejskiej lub Europejskiej Agencji Wykonawczej ds. Edukacji i Kultury (EACEA). Ani Unia Europejska, ani EACEA nie ponoszą za nie odpowiedzialności.

Informacje

Projekt	Dostosowanie systemu kształcenia dorosłych do XXI wieku
Nr projektu	Nr ref.: 2024-1-ES01-KA220-ADU-000245715
Pakiet roboczy	WP2: Przewodnik szkoleniowy dla dorosłych XXI wieku
Data	1.10.2025
Rodzaj dokumentu	Przewodnik szkoleniowy
Język	angielski
Autor	Manuel Carabias Herrero, Tereza Patkova Senad Sakipovski Joanna Woźniczka-Sulka, Izabela Stokłosa Beremundo Ruy Diaz Maria Malliora, Georgia Ropi Kenan Junuzović, Ismail Šehić Pedro Miguel Pimentel Félix, Nuno Miguel Patrício Marques

Konsorcjum

DIPUTACIÓN DE VALLADOLID

FORMATIVE FOOTPRINT

E-SCHOOL EDUCATIONAL GROUP

EMPODERAR
DESENVOLVIMENTO ORGANIZACIONAL, SOCIAL, PROFISSIONAL E PESSOAL

NOVA FUNDACJA

INSTITUTE for ROMA and MINORITIES INCLUSION

BRAVO Sarajevo

Indeks

0

Wprowadzenie 6

Streszczenie 6

O projekcie 6

Metodologia 7

Cel przewodnika 7

Jak korzystać z przewodnika 8

Ramy teoretyczne 9

Przegląd kształcenia dorosłych w Europie 9

Najważniejsze wyzwania współczesnej edukacji dorosłych 10

Podejścia w edukacji dorosłych 12

Uczenie się przez praktykę 12

Uczenie się międzypokoleniowe 15

Uczenie się w społeczności lokalnej 19

Nauka cyfrowa i mieszana 23

Uczenie się od rówieśników 25

Mentoring / coaching 27

Podejścia kulturowe / kreatywne 29

Podejścia oparte na współpracy / partnerstwie 31

Moduł 1: Nauczanie cyfrowe 36

Wprowadzenie i uzasadnienie 36

Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje 38

Uzasadnienie teoretyczne 40

Dobre praktyki 42

Moduł 2: Kreatywność i innowacyjność 50

Wprowadzenie i uzasadnienie 50

Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje 51

Uzasadnienie teoretyczne 52

Dobre praktyki 54

Streszczenie

XXI Adults – Adaptacja systemu kształcenia dorosłych do XXI wieku to europejski projekt współpracy, którego celem jest modernizacja kształcenia dorosłych oraz uczynienie go bardziej integracyjnym, kreatywnym i zorientowanym na technologie cyfrowe. Projekt stanowi odpowiedź na wyzwania współczesnej Europy – transformację cyfrową, starzenie się społeczeństw, migrację i potrzebę uczestnictwa społecznego – poprzez identyfikację innowacyjnych podejść, które pomagają dorosłym skutecznie się uczyć i dostosowywać.

Na podstawie ankiet przeprowadzonych wśród dorosłych słuchaczy, nauczycieli, kierowników i pracowników administracyjnych, a także analizy ponad trzydziestu dobrych praktyk zebranych w krajach partnerskich, w ramach projektu opracowano przewodnik szkoleniowy „ ”
oraz platformę edukacyjną, które mają wspierać nauczycieli dorosłych w ich codziennej pracy.

Przewodnik szkoleniowy łączy badania, teorię i praktykę. Przedstawia kluczowe podejścia w edukacji dorosłych i oferuje cztery moduły tematyczne skupiające się na nauce cyfrowej, kreatywności, współpracy społecznej i międzypokoleniowej oraz integracji.

Przewodnik ten służy jako pomost między wiedzą a zastosowaniem — jest praktycznym narzędziem, które wspiera nauczycieli i ośrodki edukacyjne we wdrażaniu innowacyjnych rozwiązań. Stanowi również podstawę dla kolejnych etapów projektu: fazy pilotażowej i współpracy z ośrodkami kształcenia dorosłych w całej Europie.

Wprowadzenie

O projekcie

XXI Adults – Adaptacja systemu kształcenia dorosłych do XXI wieku to europejski projekt współpracy (KA220-ADU), którego celem jest dostosowanie kształcenia dorosłych do nowych realiów społecznych, cyfrowych i gospodarczych XXI wieku.

Jego głównym celem jest wspieranie modernizacji systemów kształcenia dorosłych poprzez identyfikację, analizę i promowanie innowacyjnych metod i narzędzi, które sprawiają, że nauka staje się bardziej integracyjna, kreatywna i cyfrowa. Projekt koncentruje się na opracowaniu wspólnego modelu edukacyjnego, który poprawia dostęp do wysokiej jakości możliwości kształcenia dla dorosłych, jednocześnie wzmacniając współpracę między instytucjami w całej Europie.

Projekt odpowiada na potrzeby:

- dorosłych uczących się, w tym seniorów i grup znajdujących się w trudnej sytuacji,
- nauczycieli i trenerów, którzy odgrywają kluczową rolę w zapewnianiu innowacyjności w nauczaniu,
- kierowników i pracowników administracyjnych instytucji kształcenia dorosłych, którzy koordynują i kształtują proces edukacyjny.

XXI Adults przyczynia się do realizacji kluczowych strategii europejskich, takich jak Europejska agenda umiejętności i Europejska przestrzeń edukacyjna 2025, promując uczenie się przez całe życie, integrację i aktywny udział w życiu społecznym.

Metodologia

Przewodnik szkoleniowy został opracowany w ramach ustrukturyzowanego procesu, który odzwierciedla etapy i cele projektu.

1. Ankieta i analiza potrzeb – partnerzy przeprowadzili ankiety wśród osób uczących się (zwłaszcza seniorów), nauczycieli, kierowników i pracowników administracyjnych, aby lepiej zrozumieć ich potrzeby edukacyjne, motywacje i bariery. Wyniki tych badań wyznaczyły kierunek projektu i treść niniejszego przewodnika.
2. Mapowanie dobrych praktyk – każdy partner zidentyfikował i opisał przykłady udanych inicjatyw w zakresie kształcenia dorosłych, korzystając ze wspólnego szablonu. W rezultacie powstał zbiór ponad trzydziestu dobrych praktyk reprezentujących różnorodne konteksty i podejścia.
3. Analiza i synteza – dane badawcze i dobre praktyki zostały przeanalizowane w celu zidentyfikowania skutecznych podejść i metodologii, które mogłyby posłużyć jako podstawa nowoczesnego modelu kształcenia dorosłych.
4. Stworzenie przewodnika szkoleniowego – niniejszy przewodnik przekłada wyniki badań i mapowania na uporządkowane, praktyczne narzędzie dla nauczycieli i menedżerów. Jest on częścią szerszego procesu, który obejmuje:

- opracowanie platformy edukacyjnej oraz
- wybór ośrodków kształcenia dorosłych gotowych do współpracy w testowaniu i wdrażaniu wyników projektu podczas fazy pilotażowej.

Metodologia ta gwarantuje, że przewodnik opiera się zarówno na dowodach, jak i rzeczywistych doświadczeniach, łącząc politykę europejską z praktycznymi innowacjami.

Cel przewodnika

Przewodnik szkoleniowy pełni rolę pomostu między badaniami a praktyką. Zawiera kompleksowy przegląd innowacyjnych podejść oraz konkretne przykłady i narzędzia, które można dostosować do kontekstu kształcenia dorosłych.

Jego konkretne cele to:

- przedstawienie kluczowych wyzwań i możliwości w zakresie kształcenia dorosłych,
- promowanie integracyjnych i kreatywnych metod, które odzwierciedlają rzeczywiste potrzeby osób uczących się,
- dostarczenie inspiracji i wskazówek dla nauczycieli i instytucji zajmujących się kształceniem dorosłych,
- oraz wspieranie przyszłej współpracy z ośrodkami kształcenia dorosłych zaangażowanymi w pilotażowe wdrażanie i realizację.

Łącząc badania, praktykę i narzędzia cyfrowe, przewodnik przyczynia się do budowania elastycznego i zrównoważonego modelu kształcenia dorosłych na miarę XXI wieku.

Jak korzystać z przewodnika

Przewodnik szkoleniowy ma logiczną i przystępną strukturę, umożliwiającą czytelnikom zapoznanie się z tematami zgodnie z ich potrzebami.

1. Ramy teoretyczne – przedstawiają europejski kontekst kształcenia dorosłych i główne wyzwania w dzisiejszym środowisku edukacyjnym.
2. Podejścia w kształceniu dorosłych – przedstawia główne podejścia do nauczania i uczenia się zidentyfikowane podczas badań i analiz.
3. Moduły tematyczne – cztery moduły skupiające się na kluczowych obszarach projektu:
    - Kształcenie cyfrowe
    - Kreatywność i innowacyjność
    - Uczenie się społeczne i międzypokoleniowe
    - Integracja

Każdy moduł zawiera:

- Wprowadzenie i uzasadnienie
- Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje

- Uzasadnienie teoretyczne
- Dobre praktyki
- Obraz symboliczny / wizualizacja

Przewodnik można przeczytać w całości lub zapoznać się z poszczególnymi modułami. Jego treść zostanie również przeniesiona na interaktywną platformę edukacyjną, gdzie nauczyciele i ośrodki edukacyjne znajdą podsumowania, przykłady i listy kontrolne „jak wdrożyć" – wspierające kolejny etap projektu: testowanie i współpracę z wybranymi ośrodkami kształcenia dorosłych.

Ramy teoretyczne

Przegląd kształcenia dorosłych w Europie

Edukacja dorosłych w Europie przechodzi głęboką transformację. XXI wiek zmienił sposób życia, pracy i uczenia się ludzi: technologia rozwija się szybciej niż systemy edukacyjne, społeczeństwa starzeją się, a migracja i mobilność na nowo definiują społeczności. W tej sytuacji kształcenie dorosłych musi być czymś więcej niż tylko przestrzenią zdobywania podstawowych umiejętności – musi stać się motorem uczestnictwa, odporności i integracji cyfrowej.

Projekt XXI Adults jest bezpośrednią odpowiedzią na te realia. Uznaje on, że cyfryzacja nie jest jedynie procesem technicznym, ale przemianą społeczną, która wpływa na każdy aspekt życia – od zdolności do zatrudnienia i uczestnictwa obywatelskiego po komunikację i tożsamość kulturową. Dla dorosłych umiejętność poruszania się w środowisku cyfrowym jest obecnie tak samo istotna, jak kiedyś umiejętność czytania i liczenia. Jednak same kompetencje cyfrowe nie wystarczą; dorośli potrzebują również pewności siebie, krytycznego myślenia i zdolności adaptacyjnych, aby uczyć się przez całe życie.

Strategie europejskie i krajowe (takie jak europejska agenda umiejętności, plan działania na rzecz edukacji cyfrowej oraz zalecenie Rady w sprawie uczenia się przez całe życie) podkreślają, że systemy edukacyjne muszą wyposażać dorosłych w kompetencje umożliwiające im pełne zaangażowanie się w transformację cyfrową i ekologiczną. XXI Adults przyczynia się do realizacji tych celów, pomagając ośrodkom kształcenia dorosłych i ich pracownikom w przekładaniu polityki na praktykę – budując lokalny potencjał poprzez narzędzia cyfrowe, współpracę międzypokoleniową i partnerstwa społeczne.

Podstawą projektu jest współpraca między uczącymi się, nauczycielami i instytucjami. Każda z tych grup odgrywa odrębną, ale powiązaną ze sobą rolę:

- Uczący się poszukują możliwości wzmocnienia swojej pewności siebie i autonomii w zakresie technologii cyfrowych.
- Nauczyciele i menedżerowie pełnią rolę facylitatorów zmian, co wymaga ciągłego rozwoju zawodowego.
- Administracja publiczna zapewnia warunki strukturalne – politykę, zasoby i przywództwo – które umożliwiają zrównoważone innowacje.

Równolegle, mapowanie ośrodków i dobrych praktyk w krajach partnerskich pokazuje, że innowacje już się zakorzeniają. Organizacje społeczne w Hiszpanii i Polsce integrują naukę kultury i kreatywności z programami cyfrowymi; ośrodki skupiające się na ICT w Grecji i Portugalii wprowadzają formaty mieszane i naukę wspieraną przez sztuczną inteligencję; oddolne inicjatywy w Bośni i Hercegowinie promują integrację społeczną i cyfrową wśród grup znajdujących się w trudnej sytuacji. Przykłady te pokazują, że skuteczna edukacja dorosłych łączy technologię z relacjami międzyludzkimi, tworząc elastyczne, integracyjne i znaczące przestrzenie edukacyjne.

W związku z tym uzasadnienie programu XXI Adults jest dwojakie:

1. Wzmocnienie kompetencji cyfrowych jako podstawy spełnienia osobistego i zawodowego.
2. Przedefiniowanie kształcenia dorosłych jako ekosystemu uczenia się przez całe życie, międzypokoleniowego i opartego na społeczności, zdolnego do reagowania na ciągłe zmiany.

Teoretyczne ramy stanowią podstawę przewodnika: umieszczają edukację dorosłych w szerszym kontekście transformacji społecznej i stanowią pomost koncepcyjny do przedstawionych poniżej podejść pedagogicznych i modułów.

Kluczowe wyzwania w dzisiejszej edukacji dorosłych

Edukacja dorosłych w Europie jest coraz częściej uznawana za fundament integracji, aktywnego obywatelstwa i innowacji. Jednak pomimo silnego wsparcia politycznego, dziedzina ta nadal boryka się z utrzymującymi się i pojawiającymi się wyzwaniami, które wpływają na sposób uczenia się dorosłych oraz reakcje ośrodków, nauczycieli i administracji. Wyzwania te są ze sobą powiązane – mają charakter technologiczny, instytucjonalny i ludzki – a ich rozwiązanie wymaga zarówno strategicznej wizji, jak i elastycznych działań lokalnych.

1. Pogłębiająca się przepaść cyfrowa

Cyfryzacja stwarza możliwości, ale także nowe nierówności. Wiele osób dorosłych włączyło technologie do swojej codziennej rutyny, ale inne pozostają wykluczone ze względu na ograniczony dostęp, umiejętności lub pewność siebie. Ta przepaść ma charakter nie tylko techniczny, ale także społeczny: odzwierciedla wiek, wykształcenie, dochody i położenie geograficzne. Uczniowie z obszarów miejskich często korzystają z dostępu do infrastruktury cyfrowej, podczas gdy społeczności wiejskie lub znajdujące się w niekorzystnej sytuacji mogą polegać na przestarzałych urządzeniach lub słabej łączności.

Edukacja dorosłych musi zatem zapewniać równe szanse uczestnictwa w życiu cyfrowym, oferując nie tylko szkolenia, ale także motywację, wsparcie emocjonalne i dostęp do niezbędnych narzędzi. Niwelowanie przepaści polega na wzmacnianiu pozycji – pomaganiu każdej osobie dorosłej w staniu się aktywnym obywatelem cyfrowym, a nie biernym konsumentem.

2. Integracja i różnorodność

Społeczeństwa europejskie stają się coraz bardziej zróżnicowane w wyniku migracji, starzenia się społeczeństwa i zmieniających się struktur rodzinnych. Systemy kształcenia dorosłych muszą reagować na te zmiany, tworząc integracyjne i dostosowane do uwarunkowań kulturowych środowiska uczenia się. Osoby starsze, migranci, dorośli o niskich kwalifikacjach i osoby niepełnosprawne często napotykają największe przeszkody w dostępie do edukacji cyfrowej lub uczenia się przez całe życie. Pokonanie tych barier wymaga spersonalizowanych ścieżek kształcenia, wymiany międzypokoleniowej i podejścia opartego na społeczności, które sprawiają, że edukacja jest odpowiednia i dostępna dla wszystkich. Integracja oznacza również

walkę z cyfrową przepaścią między płciami i zapewnienie, że wszyscy dorośli, niezależnie od pochodzenia, mogą śmiało korzystać z technologii i uczestniczyć w życiu społecznym.

3. Rola nauczycieli i rozwój zawodowy

Nauczyciele znajdują się w centrum transformacji. Nie są już tylko przekazicielami wiedzy, ale facylitatorami, mentorami i przewodnikami cyfrowymi. Jednak wielu z nich nadal nie ma ustrukturyzowanych możliwości rozwoju zawodowego. Przejście na nauczanie mieszane i online ujawniło luki w pedagogice cyfrowej, zarządzaniu klasą w środowiskach wirtualnych oraz ocenie kompetencji cyfrowych.
Nauczyciele potrzebują ciągłych, zorientowanych na praktykę szkoleń, które wspierają eksperymentowanie z nowymi metodami, sprzyjają wzajemnemu uczeniu się i zapewniają uznanie kompetencji w zakresie nauczania cyfrowego. Budowanie pewności siebie i odporności nauczycieli ma kluczowe znaczenie dla umożliwienia zmian na poziomie instytucjonalnym.

4. Bariery instytucjonalne i systemowe

Ośrodki kształcenia dorosłych i instytucje szkoleniowe często działają przy ograniczonych środkach finansowych, fragmentarycznym zarządzaniu i sztywnych ramach administracyjnych. Chociaż cyfryzacja jest strategicznym priorytetem na poziomie europejskim, lokalne ośrodki często mają trudności z przełożeniem celów polityki na działania. Wiele z nich jest uzależnionych od finansowania opartego na projektach, które choć jest innowacyjne, może utrudniać długoterminowe planowanie.
Zrównoważony system kształcenia dorosłych wymaga skoordynowanego przywództwa, konsekwentnych inwestycji i wspierających polityk, które dostosowują cele w zakresie infrastruktury, szkoleń i integracji. Wzmocnienie powiązań między administracją publiczną a ośrodkami ma zasadnicze znaczenie dla stworzenia stabilnego środowiska sprzyjającego innowacjom.

5. Kultura uczenia się i motywacja

Dorośli uczący się różnią się zasadniczo od młodszych uczniów: mają doświadczenie, obowiązki i oczekiwania. Cenią sobie przydatność, elastyczność i możliwość natychmiastowego zastosowania wiedzy. Rozwój modeli hybrydowych i mikrolearningu pokazuje, że dorośli preferują krótkie, modułowe, praktyczne formy nauki wspierane przez narzędzia cyfrowe. Jednak utrzymanie motywacji pozostaje wyzwaniem, zwłaszcza gdy dorośli borykają się z ograniczeniami czasowymi lub brakiem pewności siebie.

Aby skutecznie zaangażować dorosłych, nauka musi być zaprojektowana jako proces wspierający i partycypacyjny – taki, który uznaje ich wcześniejsze doświadczenia, oferuje widoczne postępy (takie jak certyfikaty lub mikro-kwalifikacje) i buduje poczucie własnej skuteczności poprzez praktyczne sukcesy.

Wezwanie do zintegrowanych działań

Wyzwania te nie mogą być rozwiązane wyłącznie przez pojedyncze podmioty. Niwelowanie przepaści cyfrowej, wspieranie integracji i profesjonalizacja nauczycieli wymagają współpracy między uczącymi się, ośrodkami i administracją. Projekt XXI Adults traktuje kształcenie dorosłych jako wzajemnie powiązany ekosystem, w którym każdy poziom wspiera pozostałe w budowaniu kompetencji cyfrowych, pewności siebie i społeczności.

W kolejnych rozdziałach niniejszego przewodnika omówiono zatem podejścia pedagogiczne i moduły szkoleniowe, które oferują praktyczne sposoby reagowania na te wyzwania – łącząc innowacje cyfrowe z relacjami międzyludzkimi, integracją i uczeniem się przez całe życie.

Podejścia w kształceniu dorosłych

Uczenie się przez działanie

Uczenie się przez praktykę to teoria edukacyjna, która kładzie nacisk na aktywne zaangażowanie, praktyczne doświadczenie i naukę zorientowaną na zadania. Zamiast biernego przyswajania informacji poprzez wykłady lub czytanie, uczący się aktywnie uczestniczy w praktycznych, rzeczywistych zadaniach i działaniach.

Kluczowe aspekty uczenia się przez praktykę obejmują:

- Praktyczne doświadczenie
- Aktywne zaangażowanie
- Uczenie się na błędach
- Refleksja
- Nauka kontekstowa

Przykład dobrej praktyki

Kręgi umiejętności cyfrowych dla osób starszych

Podsumowanie praktyki

Kręgi umiejętności cyfrowych dla osób *starszych* to inicjatywa społeczna prowadzona przez rówieśników, mająca na celu poprawę podstawowych umiejętności cyfrowych wśród osób w wieku 50–75 lat. Jej celem jest wyeliminowanie przepaści cyfrowej poprzez promowanie praktycznej nauki budującej pewność siebie w sprzyjającym i nieformalnym otoczeniu. Praktyka ta wspiera szersze cele edukacji dorosłych poprzez wyposażenie grup znajdujących się w trudnej sytuacji w umiejętności cyfrowe XXI wieku, pomagając im poprawić jakość życia i zwiększyć potencjał zatrudnienia.

Cele

- Wyposażenie osób starszych w praktyczne umiejętności cyfrowe (np. korzystanie z poczty elektronicznej, dostęp do portali rządowych, bezpieczeństwo w Internecie, nagrywanie filmów).
- Zmniejszenie wykluczenia cyfrowego i promowanie niezależności.
- Wspieranie kontaktów społecznych i zaangażowania społecznego poprzez wspólną naukę.
- Wspieranie ośrodków kształcenia dorosłych w modernizacji ich strategii dotarcia do odbiorców i integracji społecznej.

Metodologia

Krok po kroku:

- Rekrutacja: Lokalne ośrodki edukacyjne zaprosiły do udziału osoby starsze i wolontariuszy społecznych.
- Szkolenie moderatorów: Wolontariusze (w tym młodsi dorośli i przeszkoleni pedagodzy) przeszli krótkie szkolenie dotyczące zasad kształcenia dorosłych i narzędzi cyfrowych.
- Tworzenie kręgów: Utworzono małe grupy (6–10 uczestników), które spotykały się co tydzień na 90-minutowych sesjach przez 6 tygodni.
- Dostosowanie treści: Każda grupa wybrała tematy odpowiadające jej potrzebom (np. podstawy obsługi telefonu komórkowego, bankowość internetowa, rozmowy wideo, tworzenie filmów).
- Nauka poprzez praktykę: Sesje miały charakter praktyczny i obejmowały zadania z życia codziennego (np. tworzenie kont e-mail, rezerwowanie terminów, nagrywanie krótkich filmów).
- Wsparcie rówieśnicze: Członkowie grupy pomagali sobie nawzajem, a prowadzący udzielali wskazówek w razie potrzeby.
- Pętla informacji zwrotnej: oceny w trakcie i po zakończeniu programu pomogły ulepszyć przyszłe sesje.

Wyniki

- Ponad 100 osób starszych w 3 krajach poprawiło swoje umiejętności cyfrowe.
- Uczestnicy zgłaszali większą pewność w korzystaniu ze smartfonów, poczty elektronicznej i usług cyfrowych.
- Kilku uczestników powróciło do pracy w niepełnym wymiarze godzin lub rozpoczęło wolontariat online.
- Wzmocnienie więzi społecznych i dialogu międzypokoleniowego.

Czynniki sukcesu

- Bezpieczne środowisko nauki w małych grupach, dostosowane do tempa osób starszych.
- Praktyczne tematy związane z rzeczywistym życiem (np. portale zdrowotne, komunikacja cyfrowa, tworzenie filmów).
- Międzypokoleniowa nauka wspierana przez młodych wolontariuszy.
- Elastyczność treści i podejścia w różnych krajach.

Zalecenia

Tak, praktyka ta jest wysoce przenośna. Każde centrum kształcenia dorosłych może ją wdrożyć, dysponując:

- Dostęp do podstawowej infrastruktury ICT (Wi-Fi, tablety/laptopy).
- Możliwości dotarcia do społeczności lokalnej.
- Rekrutacji wolontariuszy lub partnerstw z organizacjami młodzieżowymi.

Wskazówki / Wdrożenie

- Należy korzystać z łatwych do zrozumienia materiałów wizualnych i drukowanych przewodników krok po kroku.
- Zacznij od znanych narzędzi cyfrowych (np. telefonów komórkowych przed komputerami).

Świętuj małe osiągnięcia (np. certyfikaty „pierwszego wysłanego e-maila", najlepszy film).

Uczenie się międzypokoleniowe

Uczenie się międzypokoleniowe to dynamiczne podejście, w ramach którego osoby w każdym wieku — od dzieci i młodych dorosłych po osoby starsze — uczą się razem i od siebie nawzajem w sposób korzystny dla wszystkich stron.

Charakteryzuje się ono:

- Wzajemnością
- Współpracą
- Uczenie się przez całe życie
- Kluczowe korzyści

Międzypokoleniowe uczenie się oferuje znaczące korzyści dla wszystkich zaangażowanych stron:

Dla młodszych pokoleń (dzieci/młodzież)	Dla starszych pokoleń (dorośli/seniorzy)	Dla społeczności
Wzrost poczucia własnej wartości i pewności siebie.	Zmniejszenie izolacji społecznej i samotności.	Wzmocnienie więzi społecznych i spójności społeczności.
Poprawa umiejętności społecznych i emocjonalnych (empatia, szacunek dla różnych punktów widzenia).	Poprawa zdrowia psychicznego i poznawczego (np. poprawa pamięci, poczucie celu).	Zmniejszenie dyskryminacji ze względu na wiek i przełamanie stereotypów między grupami wiekowymi.
Dostęp do umiejętności życiowych, kontekstu historycznego i wiedzy	Możliwości nabywania nowych umiejętności (zwłaszcza	Zachowanie kultury poprzez przekazywanie tradycji i historii życia.

kulturowej od doświadczonych osób dorosłych.	technologicznych) i poczucia bycia docenionym.	
Poprawa umiejętności akademickich i umiejętności czytania i pisania.	Poprawa zdrowia fizycznego dzięki wspólnym aktywnościom fizycznym.	Wspólne rozwiązywanie problemów społecznych lub środowiskowych przy wykorzystaniu połączonego doświadczenia i innowacyjności.

Przykład dobrej praktyki

Sale lekcyjne poświęcone edukacji i kulturze

Podsumowanie praktyki

Przedstawiony przykład dobrej praktyki jest częścią programu kształcenia ustawicznego Rady Prowincji Valladolid, zwanego *„Sale edukacyjne i kulturalne”*, który w 2023 r. obchodził 40-lecie istnienia.

Program rozpoczął się w roku akademickim 1983–1984 i ma na celu promowanie poczucia przynależności do wspólnej ludzkości. Jest otwarty dla osób powyżej 18 roku życia i oferuje możliwości interakcji społecznych, uczestnictwa i osobistej przyjemności.

Od momentu powstania program wywarł widoczny wpływ na życie społeczne i kulturalne lokalnych gmin. Stworzył przestrzeń do dialogu, debaty, kreatywności, zabawy i aktywnego uczestnictwa, które do dziś pozostają centralnym elementem jego podejścia. Z biegiem lat ewoluowały zarówno stosowane metodologie, jak i tematyka codziennej praktyki edukacyjnej. W rezultacie oferta szkoleniowa uległa dywersyfikacji i obecnie obejmuje kursy z języka angielskiego, filmu, sztuki, geografii, kreatywnego pisania, zarządzania emocjami, mitologii i symboliki w sztuce.

Cele

- Poruszanie różnorodnych tematów i wydarzeń związanych z aktualnymi, historycznymi, literackimi i życiowymi zagadnieniami, wspierając nie tylko naukę koncepcyjną, ale także rozwój umiejętności i postaw potrzebnych w życiu codziennym.
- Promowanie poczucia przynależności do wspólnej ludzkości i wspólnej planety poprzez pielęgnowanie empatii, troski o zasoby, solidarności oraz szacunku dla różnorodności i odmienności.
- Wzmocnienie pozycji uczniów, aby angażowali się w krytyczną refleksję, wyrażali swoje pomysły i emocje ustnie i na piśmie oraz praktykowali aktywne słuchanie – kluczowe kompetencje niezbędne do funkcjonowania jako autonomiczni obywatele świata.

Metodologia

Metodologia została zaprojektowana tak, aby była aktywna i oparta na uczestnictwie, wychodząc od tego, co uczniowie już wiedzą. Efekty uczenia się były rozwijane stopniowo, obejmując wiedzę, umiejętności praktyczne i postawy. Jednostki dydaktyczne miały jasną i logiczną sekwencję, a każdy etap procesu uczenia się wspierany był konkretnymi działaniami.

- Zajęcia motywacyjne / podnoszące świadomość
  – Ćwiczenia „Co wiesz o...?" / „Co chciałbyś wiedzieć o...?"
  – Oglądanie filmów, słuchanie piosenek, czytanie nagłówków
- Zajęcia badawcze / rozwijające wiedzę
  – Czytanie i omawianie artykułów
  – Słuchanie podcastów
  – Indywidualne badania z wykorzystaniem Internetu lub książek
  – Projektowanie i przeprowadzanie wywiadów lub ankiet
  – Prezentowanie treści i porządkowanie ich za pomocą map koncepcyjnych
  – Wycieczki kulturalne (muzea, kina, wystawy)
- Zajęcia refleksyjne
  – Dyskusje grupowe oparte na zdobytej wiedzy i badaniach
- Zajęcia komunikacyjne / oceniające
  – Tworzenie produktów związanych z tematem
  – Gry edukacyjne
  – Mini-spotkania z pobliskimi społecznościami lub miastami
- Sesje trwają dwie godziny i odbywają się co tydzień.

Wyniki

Konkretne wyniki tej dobrej praktyki, oparte na danych dotyczących uczestnictwa z spisu powszechnego z 2024 r., można podsumować w następujący sposób:

- Zaangażowanie uczniów: 95% uczestników zgłosiło wysokie zaangażowanie w działania badawcze i dyskusje, wykonując zadania z dużym zaangażowaniem.
- Frekwencja: Frekwencja w ciągu tygodnia była stała. Nieobecności wynikały głównie z problemów zdrowotnych lub obowiązków opiekuńczych.
- Udział w działaniach końcowych: Uczniowie aktywnie uczestniczyli w końcowej fazie zajęć, w tym w grach i, co najważniejsze, w tworzeniu produktów końcowych.

Czynniki sukcesu

Praktyka okazała się skuteczna, ponieważ umieściła uczniów w centrum procesu uczenia się. Na wielu etapach uczestnicy dzielili się swoją wiedzą i doświadczeniami z innymi, wzmacniając wzajemne uczenie się. Kluczową rolę odegrała również ciągła i aktywna obecność facylitatora.

Nauczyciel wspierał i kierował grupą, zachęcał do udziału, wyjaśniał treści oraz pomagał rozpoznawać i doceniać różnorodne role w grupie.

Zalecenia

Praktyka ta jest wysoce przenośna i może być wdrażana w małych miastach. Wymaga jednak silnego zaangażowania nauczycieli, w tym elastycznego harmonogramu, regularnych działań następczych za pośrednictwem grup WhatsApp, ciągłej motywacji grupy, ciągłej aktualizacji treści oraz zwracania szczególnej uwagi na bieżące wydarzenia i zainteresowania uczestników.

Wskazówki / porady dotyczące wdrożenia

- Zapewnij regularne cotygodniowe spotkania (np. 2-godzinne sesje), aby budować ciągłość i spójność grupy.
- Utrzymuj rozmiar grupy na poziomie umożliwiającym dialog i indywidualny udział.
- Połącz bodźce kulturowe (filmy, artykuły, muzyka, dzieła sztuki) z moderowaną dyskusją.
- W miarę możliwości integruj lokalne wycieczki kulturalne (muzea, wystawy, imprezy społecznościowe).
- Zachęcaj uczniów do wspólnego tworzenia produktów końcowych (prezentacji, mini-projektów, spotkań społeczności).
- Utrzymuj komunikację między sesjami (np. grupy WhatsApp), aby podtrzymać zaangażowanie.
- Dostosuj tematy do bieżących wydarzeń i zainteresowań uczestników, aby nauka miała sens.
- Zapewnij silne wsparcie moderatora, skupiając się na moderacji, integracji i aktywnym słuchaniu.

Nauka oparta na społeczności

Uczenie się oparte na społeczności (CBL) to strategia edukacyjna, która łączy znaczące zaangażowanie społeczności z nauczaniem akademickim i krytyczną refleksją.

Jest to podejście oparte na nauce przez doświadczenie, które łączy to, czego uczniowie uczą się w klasie, z rzeczywistymi zagadnieniami, kontekstami i problemami w ich lokalnej społeczności. Podstawową ideą jest to, że społeczność służy jako przestrzeń edukacyjna, w której uczniowie mogą zastosować wiedzę teoretyczną, rozwinąć praktyczne umiejętności i przyczynić się do zaspokojenia rzeczywistych potrzeb społeczności.

Korzyści płynące z CBL

CBL zapewnia znaczące korzyści wszystkim zaangażowanym stronom:

Beneficjent	Kluczowe korzyści

Studenci	✓ Głębsza nauka: lepsze zrozumienie treści akademickich dzięki zastosowaniu w praktyce. ✓ Rozwój umiejętności: doskonalenie umiejętności krytycznego myślenia, rozwiązywania problemów, pracy zespołowej, komunikacji i przywództwa. ✓ Odpowiedzialność obywatelska: wzmacnia empatię, zaangażowanie obywatelskie i odpowiedzialność społeczną. ✓ Przygotowanie do kariery zawodowej: zapewnia możliwość nawiązania kontaktów zawodowych i zdobycia doświadczenia przydatnego przy tworzeniu CV.
Partnerzy społeczni	✓ Zwiększone możliwości: otrzymują cenne wsparcie i świeże spojrzenie na potrzeby i problemy społeczności. ✓ Dostęp do zasobów: Uzyskaj dostęp do wiedzy i doświadczenia wykładowców i studentów. ✓ Stabilność w przyszłości: Pomaga budować stabilność w przyszłości poprzez angażowanie młodych ludzi w swoją misję.
Instytucja	✓ Silniejsze więzi: Kultywuj pozytywne, wzajemne relacje z lokalną społecznością. ✓ Poprawa reputacji: pozycjonuje instytucję jako lidera w dziedzinie edukacji opartej na doświadczeniu i działaniach społecznych.

Przykład dobrej praktyki

Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowego opowiadania historii

Podsumowanie praktyki

Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowych opowiadaczy historii to międzypokoleniowy projekt edukacyjny, który umożliwia osobom starszym tworzenie treści cyfrowych poprzez dzielenie się historiami swojego życia za pomocą narzędzi do cyfrowego opowiadania historii i mediów społecznościowych. Inicjatywa ta zwiększa umiejętności cyfrowe, ekspresję osobistą i integrację społeczną.

W coraz bardziej cyfrowym społeczeństwie wiele osób starszych spotyka się z wykluczeniem z powodu braku umiejętności cyfrowych, pewności siebie lub dostępu do odpowiednich możliwości nauki. Podczas gdy w edukacji cyfrowej skupia się głównie na młodszych pokoleniach, osoby starsze są często pomijane, co prowadzi do przepaści cyfrowej, która wpływa nie tylko na ich dostęp do usług, ale także na uczestnictwo w życiu społecznym i wyrażanie siebie.

Projekt ten powstał w odpowiedzi na tę lukę, tworząc integracyjne i wzmacniające środowisko edukacyjne, w którym osoby starsze mogą nabrać pewności siebie w korzystaniu z narzędzi cyfrowych, jednocześnie angażując się w znaczącą, kreatywną pracę. Inicjatywa koncentruje się na cyfrowym storytellingu – wykorzystaniu zdjęć, filmów, głosu i tekstu do tworzenia i dzielenia się osobistymi narracjami.

Cele

Projekt *„Powrót do przyszłości”* został zaprojektowany tak, aby połączyć integrację cyfrową z wzmocnieniem pozycji osobistej i kulturowej. Jego cele mają charakter zarówno technologiczny, jak i humanistyczny, koncentrując się na kompetencjach cyfrowych, kreatywności i uczeniu się międzypokoleniowym:

- Zwiększenie umiejętności cyfrowych osób starszych poprzez angażujące i celowe wykorzystanie technologii;
- Umożliwienie seniorom dzielenia się historiami swojego życia za pomocą narzędzi cyfrowych, sprzyjając wyrażaniu siebie i budowaniu dziedzictwa;
- Promowanie międzypokoleniowego uczenia się poprzez łączenie seniorów z młodymi wolontariuszami lub facylitatorami w ramach wspólnego procesu uczenia się;
- Zmniejszenie izolacji cyfrowej i społecznej, pomagając osobom starszym czuć się bardziej związanymi i docenianymi w dzisiejszym cyfrowym świecie;
- Zachęcanie do aktywnego starzenia się poprzez udział w znaczących i kreatywnych działaniach;
- Opracowanie dostępnych metodologii cyfrowego opowiadania historii, które można powielać w różnych kontekstach edukacji dorosłych i społeczności lokalnych.

Zamiast skupiać się na abstrakcyjnych umiejętnościach, projekt ma na celu wykorzystanie cyfrowego storytellingu jako pomostu do nawiązania więzi, poczucia własnej wartości i kreatywności. Uczestnicy uczą się nie tylko obsługi urządzeń cyfrowych, ale także wykorzystywania ich do czegoś, co jest dla nich naprawdę ważne: opowiadania swojej historii.

Metodologia

Projekt *„Powrót do przyszłości”* opiera się na praktycznym, kreatywnym i międzypokoleniowym podejściu. Jego struktura opiera się na praktycznych doświadczeniach edukacyjnych, które pomagają osobom starszym stać się cyfrowymi narratorami pod okiem młodszych facylitatorów lub edukatorów.

Wdrażanie krok po kroku

- Rekrutacja uczestników
- Szkolenie moderatorów
- Warsztaty i kręgi opowiadaczy
- Rozwój umiejętności cyfrowych

- Tworzenie opowieści
- Dzielenie się i wystawa
- Informacje zwrotne i refleksje

Czas trwania i format

- Projekt jest zazwyczaj realizowany w cyklach trwających od 8 do 12 tygodni, w ramach których odbywają się 1–2 sesje tygodniowo (każda trwająca od 1,5 do 2 godzin).
- Sesje odbywają się w nieformalnych, przyjaznych miejscach, takich jak uniwersytety dla seniorów, biblioteki, centra kultury ( ) lub lokalne przestrzenie kulturalne.

Wyniki

Projekt *„Powrót do przyszłości”* przyniósł znaczące i wielopoziomowe rezultaty, zarówno na poziomie indywidualnym, jak i społecznym. Jego wpływ wykracza poza nabycie umiejętności cyfrowych, obejmując transformację emocjonalną, społeczną i międzypokoleniową.

- Poprawa kompetencji cyfrowych
- Wzmocnienie pozycji poprzez wyrażanie siebie
- Zmniejszenie izolacji społecznej i cyfrowej
- Wzmocnienie więzi międzypokoleniowych
- Nowe społeczności edukacyjne
- Rozpowszechnianie i widoczność

Czynniki sukcesu

Sukces programu *„Powrót do przyszłości”* wynika z jego zdolności do łączenia cyfrowego wzmocnienia pozycji, kreatywności i solidarności międzypokoleniowej w ramach prostej, powtarzalnej struktury. Kilka kluczowych czynników przyczyniło się do skuteczności praktyki „ ”:

- Opowiadanie historii jako narzędzie motywacyjne.
- Uczenie się przez praktykę
- Współpraca międzypokoleniowa
- Elastyczne, nieformalne środowisko
- Wyrażanie kultury i widoczność
- Współpraca europejska i zasoby

Zalecenia

- Praktykę tę można wdrożyć w klubach seniora, bibliotekach, ośrodkach kultury lub placówkach edukacji nieformalnej.
- Małe i stałe grupy sprzyjają budowaniu zaufania i wzajemnej nauce.
- Facylitatorzy powinni być przygotowani do połączenia wskazówek dotyczących technologii cyfrowych ze wsparciem emocjonalnym.

- Bezpieczne i pełne szacunku środowisko ma zasadnicze znaczenie dla dzielenia się osobistymi historiami.
- Współpraca z organizacjami młodzieżowymi lub wolontariuszami wzmacnia wymiar międzypokoleniowy.
- Publiczna prezentacja wyników zwiększa widoczność i motywację uczestników.

Wskazówki / Porady dotyczące wdrażania

- Rozpocznij od sesji wprowadzających skupionych na komunikacji i budowaniu zaufania.
- Utrzymuj rozmiar grup na rozsądnym poziomie, aby zapewnić indywidualne wsparcie.
- Zapewnij jasne i dostępne materiały edukacyjne dostosowane do poziomu umiejętności cyfrowych uczestników.
- Zachęcaj uczestników do przynoszenia osobistych zdjęć, wspomnień lub przedmiotów, które mogą zainspirować do opowiadania historii.
- Po każdej sesji należy przeznaczyć czas na refleksję i dyskusję w grupie.
- Skup się na procesie uczenia się, a nie na technicznej perfekcji.
- Dokumentuj historie i dziel się nimi w lokalnej społeczności, aby wzmocnić widoczność i dumę.

Nauczanie cyfrowe i mieszane

Nauczanie cyfrowe i nauczanie mieszane to dwa powiązane ze sobą podejścia edukacyjne, które wykorzystują technologię do usprawnienia nauczania i uczenia się, ale różnią się one strukturą i sposobem realizacji.

Nauczanie cyfrowe to ogólny termin określający każdy proces uczenia się, w którym pośredniczą lub wspierają technologie cyfrowe. Koncentruje się ono na wykorzystaniu różnych narzędzi i zasobów cyfrowych w celu:

- Zapewnienie elastyczności w zakresie czasu, miejsca, ścieżki i/lub tempa nauki.
- Oferowanie spersonalizowanych doświadczeń dostosowanych do indywidualnych potrzeb i stylów uczniów.
- Zwiększenie dostępności materiałów edukacyjnych.
- Włączenie różnych formatów, takich jak kursy online, nauczanie mobilne, oprogramowanie edukacyjne, wykłady wideo i treści interaktywne.

Cechy	Nauka cyfrowa	Nauczanie mieszane
Zakres	Szeroki – ogólny termin obejmujący wszelkie formy nauki wspierane przez technologie.	Szczegółowy – konkretny model nauczania łączący dwa rodzaje przekazywania wiedzy.

Realizacja	Może być w pełni internetowy (np. MOOC), mobilny lub po prostu wzbogacony o technologie.	Zawsze stanowi połączenie elementów bezpośrednich (twarzą w twarz) i cyfrowych/online.
Lokalizacja	Może odbywać się w dowolnym miejscu (tylko online) lub w fizycznej sali lekcyjnej.	Wymaga zarówno fizycznej sali lekcyjnej, jak i dostępu online.

Przykład dobrej praktyki

Program mentorski online: seniorzy uczą się od rówieśników

Podsumowanie praktyki

Program cyfrowego mentoringu to ustrukturyzowana inicjatywa typu peer-to-peer, w ramach której osoby starsze posiadające kompetencje cyfrowe pełnią rolę mentorów dla swoich rówieśników, którzy nie mają takich umiejętności. Model ten wykorzystuje wiarygodność rówieśników, empatię i wspólne doświadczenia, aby przyspieszyć naukę cyfrową, zwiększyć pewność siebie i zmniejszyć poczucie izolacji , które często towarzyszy osobom starszym nieznającym nowoczesnych technologii. Jest on zgodny z ogólnymi celami edukacji dorosłych poprzez modernizację praktyk edukacyjnych w sposób uwzględniający różnice kulturowe, bez wywierania presji, kładąc nacisk zarówno na wzmocnienie pozycji, jak i na społeczność.

Cele

- Poprawa kompetencji cyfrowych osób starszych przy użyciu formatu opartego na wzajemnej pomocy.
- Zbudowanie pewności siebie osób uczących się i zmniejszenie oporu wobec narzędzi cyfrowych.
- Promowanie wolontariatu i aktywnego starzenia się.
- Wzmocnienie poczucia celu i wkładu społecznego wśród starszych mentorów.
- Ułatwienie edukacji opartej na społeczności lokalnej i integracji cyfrowej w obszarach o ograniczonym dostępie do usług.

Metodologia

Faza 1: Rekrutacja i szkolenie mentorów

- Centrum zidentyfikowało osoby starsze (w wieku powyżej 55 lat) posiadające umiejętności cyfrowe i zainteresowane wolontariatem.
- Krótkie szkolenie (3 sesje) wyposażyło ich w strategie nauczania i komunikacji dostosowane do uczenia się rówieśniczego.

- Mentorzy otrzymali zestawy narzędzi zawierające przewodniki krok po kroku, najczęściej zadawane pytania dotyczące rozwiązywania problemów oraz podręcznik mentora „ ”.

Faza 2: Rejestracja podopiecznych

- Uczestnicy z niewielkim doświadczeniem cyfrowym lub bez takiego doświadczenia rejestrowali się za pośrednictwem lokalnych ośrodków.
- Uczniowie zostali przydzieleni do mentorów na podstawie języka, zainteresowań i dostępności.

Faza 3: Sesje mentorskie

- Pary spotykały się co tydzień przez 1–2 godziny przez 6 tygodni w znanym, nieformalnym otoczeniu.
- Program nauczania był dostosowany do potrzeb: podopieczni wybierali obszary zainteresowań (np. korzystanie z usług rządowych online, rozmowy wideo, udostępnianie zdjęć, tworzenie filmów).
- Mentorzy zgłaszali postępy koordynatorowi programu w celu uzyskania informacji zwrotnej i wsparcia.

Faza 4: Refleksja grupowa i świętowanie

- Pod koniec cyklu mentorzy i podopieczni spotkali się, aby podzielić się doświadczeniami i sukcesami.
- Certyfikaty i uznanie zarówno dla mentorów, jak i uczniów zwiększyły motywację.

Wyniki

- Ponad 30 par mentorskich pomyślnie ukończyło cykle w fazie pilotażowej.
- 87% podopiecznych stwierdziło, że czuje się „bardziej pewnie” w korzystaniu z narzędzi cyfrowych.
- Mentorzy odnotowali wzrost poczucia własnej wartości i celu.
- Wielu podopiecznych zaczęło nieformalnie uczyć innych, wywołując efekt domina.

Czynniki sukcesu

- Wysoka empatia i zdolność do nawiązania relacji między mentorem a uczniem.
- Skoncentrowana, indywidualna uwaga – uczniowie uczyli się we własnym tempie.
- Niski koszt, łatwa skalowalność dzięki wykorzystaniu lokalnych wolontariuszy i przestrzeni.
- Więzi społeczne i wzajemna zależność między seniorami.

Zalecenia

Łatwość przeniesienia do ośrodków kształcenia dorosłych, organizacji pozarządowych, bibliotek i stowarzyszeń seniorów w całej Europie. Aby odnieść sukces, realizatorzy potrzebują:

- Grupy osób starszych posiadających umiejętności cyfrowe
- Podstawowej koordynacji (jeden koordynator zatrudniony w niepełnym wymiarze godzin na region)
- Dostępnych przestrzeni edukacyjnych
- Materiały pomocnicze w formie drukowanej oraz szkolenia dla mentorów.

Wskazówki / porady dotyczące wdrożenia

- Zacznij od emerytów znających się na technologii (np. byłych pracowników biurowych, nauczycieli).
- Używaj prostych formularzy opinii, aby śledzić postępy i dostosowywać sesje.
- Doceniaj i świętuj sukcesy mentorów — ich zaangażowanie wzrasta, gdy czują się doceniani.

Wzajemne uczenie się

Wzajemne uczenie się to praktyka edukacyjna, w ramach której uczniowie lub współpracownicy uczą się od siebie nawzajem poprzez współpracę i wzajemną wymianę wiedzy. Zamiast czerpać wiedzę wyłącznie od jednego nauczyciela lub eksperta, uczestnicy dzielą się wiedzą, uczą się od siebie nawzajem i wspierają się, aby osiągnąć wspólne cele edukacyjne.

Korzyści płynące z uczenia się od rówieśników

Wzajemne uczenie się zapewnia szereg korzyści poznawczych i społecznych:

Rodzaj korzyści	Opis
Poznawcze	**Głębsze zrozumienie:** Wyjaśnianie materiału innym utrwala własne zrozumienie tematu. **Różnorodne perspektywy:** Kontakt z wieloma punktami widzenia i strategiami rozwiązywania problemów wzmacnia krytyczne myślenie.
Społeczne i emocjonalne	**Poprawa umiejętności:** sprzyja pracy zespołowej, komunikacji, współpracy i cierpliwości. **Większy komfort:** rówieśnicy często używają prostszego, bardziej

	przystępnego języka i tworzą środowisko, w którym mniej się ocenia, co zwiększa chęć zadawania pytań.
Akademicki	**Lepsze wyniki:** Badania pokazują, że może to prowadzić do lepszego zrozumienia pojęć i poprawy wyników w nauce. **Większe zaangażowanie:** Element społeczny sprawia, że proces uczenia się jest przyjemniejszy i bardziej motywujący.

Przykład dobrej praktyki

Ogród edukacyjny – praktyczna edukacja ekologiczna na rzecz integracji społecznej

Podsumowanie praktyki

Learning Garden to praktyka edukacyjna oparta na naturze, mająca na celu wspieranie integracji społecznej marginalizowanych osób dorosłych, w tym uchodźców, rodzin o niskich dochodach i osób niepełnosprawnych. Angażując uczestników w praktyczne zajęcia ogrodnicze, edukację ekologiczną i zajęcia grupowe w ogrodzie społecznościowym , program ten sprzyja nawiązywaniu kontaktów społecznych, budowaniu świadomości ekologicznej i wzmacnianiu pozycji osobistej. Celem jest zapewnienie bezpiecznej, integracyjnej i spokojnej przestrzeni, w której uczestnicy mogą uczyć się poprzez praktykę, ponownie nawiązać kontakt z naturą i zbudować pewność siebie, jednocześnie rozwijając zrównoważone nawyki i więzi społeczne.

W obszarach miejskich, takich jak Berlin, wiele osób dorosłych znajdujących się w niekorzystnej sytuacji społecznej, w tym migranci, bezrobotni i osoby z problemami zdrowia psychicznego, boryka się z izolacją społeczną, brakiem celu w życiu i niskim zaangażowaniem w formalną edukację. Tradycyjne nauczanie w salach lekcyjnych często nie przyciąga tych osób ani nie pozwala ich zatrzymać. Rosło zapotrzebowanie na alternatywne, łatwo dostępne przestrzenie edukacyjne, w których uczestnicy mogliby nawiązywać kontakty, budować pewność siebie i rozwijać kompetencje w praktycznym i sprzyjającym środowisku.

Grupa docelowa

- Dorośli z niskimi kwalifikacjami lub długotrwałym bezrobociem
- Uchodźcy i migranci z ograniczonym doświadczeniem w zakresie edukacji formalnej
- Osoby z problemami psychicznymi lub wychodzące z kryzysów psychospołecznych
- Seniorzy i dorośli z lękiem społecznym lub izolacją

Cele

- Wykorzystanie edukacji opartej na naturze do rozwijania poczucia własnej skuteczności, umiejętności społecznych i świadomości zrównoważonego rozwoju wśród marginalizowanych osób dorosłych
- Stworzenie integracyjnych i terapeutycznych przestrzeni edukacyjnych na świeżym powietrzu, które promują dobre samopoczucie i redukują stres
- Rozwijanie praktycznych umiejętności w zakresie ekologicznego ogrodnictwa, ochrony środowiska i pracy zespołowej
- Poprawa szans na zatrudnienie poprzez nabycie uniwersalnych umiejętności miękkich (punktualność, odpowiedzialność, współpraca).

Metodologia

Wdrożenie krok po kroku:

1. Przygotowanie przestrzeni: Wolna działka w pobliżu centrum została przekształcona w dostępny ogród edukacyjny z podwyższonymi grządkami, zbiornikami na deszczówkę, miejscami do siedzenia i małą salą lekcyjną na świeżym powietrzu.
2. Nabór uczestników: Zgłoszenia napływały od lokalnych pracowników socjalnych, urzędów pracy i projektów sąsiedzkich. Nie wymagano żadnej wcześniejszej wiedzy ani umiejętności czytania i pisania.
3. Cotygodniowe sesje: Uczestnicy brali udział w sesjach w małych grupach (2–3 godziny tygodniowo) przez 12–16 tygodni, prowadzonych przez przeszkolonych edukatorów ogrodniczych i pedagogów społecznych.
4. Moduły tematyczne: Tematy obejmowały kompostowanie, pielęgnację gleby, sadzenie sezonowe, różnorodność biologiczną, odżywianie i budowanie społeczności.
5. Refleksja i integracja społeczna: Sesje zawsze kończyły się grupową refleksją. Uczestnicy dzielili się posiłkami przyrządzonymi z uprawianych przez siebie ziół i warzyw, promując poczucie przynależności i wymianę kulturową.
6. Wydarzenia społecznościowe: W ogrodzie organizowano festiwale zbiorów, dni otwarte i warsztaty dla rodzin, zwiększając widoczność i zaangażowanie lokalnej społeczności.

Zastosowane metody

- Nauka oparta na doświadczeniu i naturze
- Praca w grupach i opowiadanie historii
- Zajęcia dotykowe i sensoryczne (np. sadzenie, gotowanie, zbieranie plonów)
- Formy nauki niewerbalnej (idealne dla uczestników o niskim poziomie umiejętności czytania i pisania)

Wyniki

Konkretne wyniki:

- Od 2020 r. ponad 150 osób dorosłych ukończyło cykl *Learning Garden*.

- 75% z nich kontynuowało dalszą edukację lub działalność wolontariacką.
- Kilku uczestników dołączyło do programów szkoleniowych dotyczących rolnictwa miejskiego lub zrównoważonego rozwoju.
- Wzmocnienie więzi społecznych oraz zmniejszenie poczucia izolacji i niepokoju wśród uczestników.

Wpływ na uczestników:

- Uczestnicy zyskali pewność siebie, rutynę i poczucie sprawczości.
- Poprawę zdrowia fizycznego i psychicznego, zwłaszcza u osób długotrwale bezrobotnych lub po traumatycznych przeżyciach.

Proces uczenia się sprzyjał wymianie międzykulturowej i wzajemnemu uczeniu się.

Czynniki sukcesu

Co sprawiło, że praktyka była skuteczna i innowacyjna:

- Niski próg dostępności, format niecyfrowy dostępny dla wszystkich dorosłych, niezależnie od poziomu umiejętności czytania i pisania lub znajomości języka
- Wykorzystanie natury i ogrodnictwa jako narzędzi terapeutycznych i edukacyjnych
- Podejście skoncentrowane na uczniu, nieformalne i uwzględniające traumę
- Współpraca międzysektorowa między pedagogami, pracownikami socjalnymi i ogrodnikami

Unikalne lub kreatywne elementy

- Nauka poprzez naturę – rośliny, gleba i pory roku stały się „nauczycielami”
- Posiłki „zbierz i podziel się” sprawiły, że nauka stała się namacalna i odżywcza
- Wykorzystanie kręgów refleksji i opowiadania historii zamiast formalnych ocen

Zalecenia

Warunki pomyślnego wdrożenia:

- Przestrzeń na świeżym powietrzu z podstawową infrastrukturą (podwyższone grządki, schronienie, dostęp do wody)
- Trenerzy zaznajomieni z pedagogiką integracyjną i edukacją ekologiczną
- Partnerstwa z lokalnymi służbami zdrowia, zatrudnienia lub pomocy społecznej w celu dotarcia do odbiorców
- Elastyczny harmonogram i ciągła informacja zwrotna od uczestników

Wskazówki / Wdrożenie

- Unikaj nadmiernie ustrukturyzowanych programów nauczania – pozwól, aby ogród i pory roku kierowały procesem uczenia się

- Projektuj z myślą o dostępności (szerokie ścieżki, podwyższone grządki, ciche zakątki)
- Zapewnij nieformalne spotkania towarzyskie (herbata, posiłki, rozmowy), aby budować zaufanie
- Wykorzystaj obserwacje i dzienniki (wizualne lub werbalne) do śledzenia postępów

Mentoring / coaching

Mentoring i coaching to cenne metody rozwoju, skupiające się na pomaganiu jednostkom w rozwoju i osiąganiu ich potencjału, ale mają one różne cechy:

Mentoring

1. Cel: długoterminowy, holistyczny rozwój zawodowy i osobisty, rozwój kariery i pokonywanie wyzwań.
2. Relacje: Obejmuje bardziej doświadczonego, zaufanego doradcę (mentora), który dzieli się swoją mądrością, wiedzą i osobistym doświadczeniem z mniej doświadczoną osobą (podopiecznym).
3. Ramy czasowe: zazwyczaj długoterminowe, często trwające rok lub dłużej.
4. Wiedza specjalistyczna: Mentor zazwyczaj posiada bezpośrednie doświadczenie w dziedzinie lub ścieżce kariery podopiecznego.
5. Program: Zazwyczaj ustalany przez podopiecznego; to podopieczny ustala program i zwraca się o radę lub wskazówki.
6. Podejście: Bardziej nieformalne, polegające na udzielaniu porad, dzieleniu się doświadczeniami i bezpośrednim doradztwie przez mentora.

Coaching

1. Cel: Krótkoterminowa, ukierunkowana na wyniki poprawa określonych umiejętności, zadań lub osiągnięcie mierzalnych celów.
2. Relacja: Obejmuje współpracę coacha z osobą coachowaną w ramach procesu pobudzającego do refleksji. Coach nie musi koniecznie mieć bezpośredniego doświadczenia w konkretnej pracy osoby coachowanej.
3. Ramy czasowe: Często krótkoterminowe lub ograniczone czasowo, skupiające się na konkretnych wynikach.
4. Wiedza specjalistyczna: trenerzy są przeszkoleni w zakresie metodologii coachingu i rozwoju umiejętności.
5. Program: Współtworzony przez coacha i osobę coachowaną, skupiający się na konkretnych potrzebach i celach.

6. Podejście: Bardziej ustrukturyzowane i zazwyczaj niedyrektywne. Coach zadaje trafne pytania, aby pomóc osobie coachowanej znaleźć własne odpowiedzi, zbudować samoświadomość i opracować plan działania.

Przykład dobrej praktyki

Forma-te: platforma współpracy w zakresie uczenia się i dzielenia się zasobami dla nauczycieli dorosłych

Podsumowanie praktyki

Forma-te to platforma internetowa stworzona w celu wspierania ciągłego rozwoju zawodowego nauczycieli dorosłych, trenerów i innych specjalistów z dziedziny edukacji w Portugalii. Funkcjonuje ona zarówno jako cyfrowe repozytorium, jak i aktywna społeczność edukacyjna, w ramach której użytkownicy mogą dzielić się zasobami edukacyjnymi, uzyskiwać do nich dostęp i oceniać je.

Jej głównym celem jest promowanie wspólnego uczenia się i wzajemnego wsparcia poprzez system oparty na punktach, który nagradza dzielenie się oryginalnymi treściami. Trenerzy zdobywają punkty, przesyłając zasoby (takie jak scenariusze lekcji, arkusze robocze lub narzędzia), które mogą następnie wykorzystać do pobrania materiałów udostępnionych przez innych. Ten model wzajemności sprzyja budowaniu poczucia wspólnoty, zaufania i uznania zawodowego wśród nauczycieli dorosłych.

Platforma zapewnia również aktualne informacje na temat polityki w zakresie kształcenia dorosłych, możliwości szkoleniowych, certyfikacji zawodowej (takiej jak CCP) oraz trendów pedagogicznych, co czyni ją cennym centrum dla wszystkich osób zaangażowanych w sektorze edukacji nieformalnej.

Skierowana głównie do trenerów i specjalistów ds. edukacji, *platforma Forma-te* poprawia jakość kształcenia dorosłych, ułatwiając dostęp do praktycznych zasobów, zachęcając do refleksyjnej praktyki i wspierając rozwój zawodowy poprzez aktywny udział w sieci prowadzonej przez rówieśników.

Cele

Głównymi celami *Forma-te* są promowanie jakości w kształceniu dorosłych oraz wzmacnianie pozycji trenerów poprzez dostęp do zasobów, wzajemne uczenie się i uznanie zawodowe. W szczególności praktyka „ ” ma na celu:

- Wspieranie kultury wspólnego uczenia się wśród osób zajmujących się kształceniem dorosłych poprzez zachęcanie do dzielenia się materiałami pedagogicznymi i doświadczeniami;

- Ułatwienie dostępu do praktycznych, gotowych do użycia zasobów edukacyjnych dostosowanych do kontekstów kształcenia dorosłych (nieformalne, zawodowe, oparte na społeczności);
- Promowanie rozwoju zawodowego trenerów poprzez refleksyjną praktykę, kontakt z nowymi metodologiami i wymianę doświadczeń z innymi nauczycielami;
- zachęcanie do uczestnictwa i umiejętności cyfrowych poprzez oferowanie przyjaznego dla użytkownika środowiska online i promowanie wykorzystania narzędzi cyfrowych do celów szkoleniowych;
- Wspieranie widoczności i wartości roli trenera poprzez uznanie wkładu w postaci systemu punktów, który nagradza aktywny udział;
- Wypełnianie luki między polityką a praktyką poprzez dzielenie się aktualnymi informacjami na temat ram regulacyjnych (takich jak wymagania CCP) i tworzenie przestrzeni do merytorycznej debaty.

Nadrzędnym celem jest stworzenie zrównoważonego, integracyjnego i partycypacyjnego ekosystemu dla specjalistów zajmujących się kształceniem dorosłych, w którym ciągłe uczenie się jest nie tylko zachęcane, ale także nagradzane i ułatwiane dzięki wsparciu innych specjalistów.

Metodologia

Wdrożenie *Forma-te* przebiegało zgodnie z jasną, skalowalną i zorientowaną na użytkownika metodologią opartą na trzech głównych filarach: udostępnianiu treści, interakcji między rówieśnikami i użyteczności platformy. Proces przebiegał w kilku etapach:

1. Opracowanie i projekt platformy

Niewielki zespół pedagogów i programistów zaprojektował platformę z myślą o konkretnych potrzebach specjalistów zajmujących się kształceniem dorosłych. W projekcie priorytetowo potraktowano:

- Łatwość nawigacji;
- Autonomię użytkownika;
- Przejrzysty i funkcjonalny interfejs;
- Włączenie systemu punktowego jako mechanizmu motywacyjnego.

System punktowy został zainspirowany zasadami wymiany peer-to-peer: użytkownicy zdobywają punkty, przesyłając oryginalne treści, i mogą je wykorzystać do pobrania materiałów przesłanych przez innych. Model ten sprzyja sprawiedliwości, zaangażowaniu i wzajemności.

2. Struktura zasobów i ich selekcja

Platforma umożliwia użytkownikom dzielenie się szeroką gamą zasobów, w tym:

- Plany sesji szkoleniowych;
- arkusze robocze i ćwiczenia;
- Praktyczne narzędzia i szablony;
- Refleksje teoretyczne lub artykuły techniczne;
- Oficjalne dokumenty i wytyczne dotyczące dziedziny szkolenia.

Każdy zasób jest oznaczony tagiem, sklasyfikowany i opisany przez autora. Inni użytkownicy mogą oceniać i komentować materiały, wspierając kulturę kontroli jakości i wzajemnej oceny.

3. Zaangażowanie społeczności i komunikacja

Platforma rozwijała się organicznie dzięki:

- Poczty pantoflowej i sieci profesjonalnych;
- Współpracę z ośrodkami szkoleniowymi i organizacjami zajmującymi się kształceniem dorosłych;
- Regularne publikowanie artykułów informacyjnych, biuletynów i aktualności prawnych;
- aktywnej obecności w mediach społecznościowych.

Z biegiem czasu społeczność zaczęła się samoregulować, a doświadczeni użytkownicy regularnie dzielili się swoją wiedzą i oferowali nieformalne doradztwo poprzez interakcje na forum i komentarze.

4. Bieżąca konserwacja i ewolucja

W celu ulepszenia funkcjonalności serwisu zbierane są na bieżąco opinie użytkowników. Regularnie dodawane są nowe kategorie i funkcje, takie jak:

- Tematyczne zaproszenia do dzielenia się zasobami (np. integracja cyfrowa, umiejętności ekologiczne);
- Wyróżnione zasoby i współpracownicy;
- Integracja z innymi inicjatywami, takimi jak *Transforma-te*, promującymi innowacje pedagogiczne.

Ramy czasowe

Platforma została opracowana i stworzona w ciągu około 6–9 miesięcy, a od momentu uruchomienia jest stale aktualizowana i udoskonalana. Jest to inicjatywa o charakterze ciągłym, której długoterminowa trwałość jest zapewniona dzięki zaangażowaniu społeczności i minimalnym kosztom operacyjnym.

Wyniki

Od momentu uruchomienia *Forma-te* przyniosła wyraźne i wymierne rezultaty w zakresie poprawy współpracy, rozwoju zawodowego i dostępu do wysokiej jakości zasobów w sektorze edukacji dorosłych w Portugalii.

1. Rozwój społeczności

- Ponad 10 000 zarejestrowanych użytkowników, głównie nauczycieli dorosłych, trenerów i techników szkoleniowych;
- Dynamiczna i rosnąca baza aktywnych użytkowników, którzy regularnie dzielą się materiałami i oceniają je;
- Wysoki odsetek powracających użytkowników, wskazujący na trwałe zaangażowanie i zadowolenie z platformy.

2. Dostępność i wykorzystanie zasobów

- Ponad 15 000 zasobów edukacyjnych udostępnionych do tej pory;
- Częste pobieranie i ponowne wykorzystywanie materiałów w rzeczywistych kontekstach szkoleniowych, zwłaszcza w kształceniu zawodowym i nieformalnym kształceniu dorosłych;
- Tematyka obejmuje szkolenia z zakresu podstawowych umiejętności, umiejętności cyfrowych, przedsiębiorczości, umiejętności społecznych i edukacji włączającej.

3. Pozytywny wpływ na praktykę zawodową

- Trenerzy zgłaszają, że czują się bardziej związani ze swoją rolą zawodową i doceniani w niej;
- Korzystanie z platformy doprowadziło do poprawy planowania i realizacji sesji szkoleniowych, zapewniając dostęp do nowych pomysłów i metodologii;
- System ocen i komentarzy wspiera refleksyjną praktykę i konstruktywne opinie wśród współpracowników.

4. Promowanie kultury dzielenia się

- Model oparty na punktach z powodzeniem zachęcił do wymiany między rówieśnikami.
- Widoczna zmiana z biernego korzystania z zasobów na aktywny wkład;
- Pojawienie się nieformalnych sieci i relacji mentorskich w ramach platformy.

5. Wkład w politykę i innowacje

- Platforma stała się punktem odniesienia dla dostawców szkoleń i profesjonalistów przechodzących proces certyfikacji (np. CCP);
- Pomogła wypełnić lukę między regulacjami a praktyką, oferując praktyczne narzędzia zgodne z oficjalnymi wytycznymi;

- Integracja z inicjatywą *Transforma-te* rozszerzyła jej zakres o innowacje pedagogiczne, kreatywne metodologie i zmiany na poziomie systemowym.

Krótko mówiąc, *Forma-te* znacząco przyczyniła się do wzmocnienia ekosystemu edukacji dorosłych w Portugalii, udostępniając wysokiej jakości zasoby tworzone przez społeczność oraz wzmacniając rolę trenerów jako aktywnych podmiotów zmian edukacyjnych.

Czynniki sukcesu

Kilka kluczowych czynników przyczyniło się do sukcesu i trwałości *Forma-te* jako dobrej praktyki w kształceniu dorosłych:

- Model wymiany zasobów oparty na punktach
  Innowacyjny system, w którym użytkownicy zdobywają punkty, przesyłając zasoby, a następnie wykorzystują je do pobierania materiałów, stanowi silną zachętę do współtworzenia platformy. Dzięki temu użytkownicy z biernych konsumentów stają się aktywnymi współtwórcami platformy.
- Kierowane przez rówieśników i społeczność
  Forma-te wzmacnia pozycję trenerów, umieszczając ich w centrum rozwoju platformy. Jakość i trafność treści pochodzi ze społeczności, co zapewnia ich praktyczne zastosowanie i dostosowanie do rzeczywistych potrzeb trenerów.
- Praktyczna i różnorodna biblioteka zasobów
  Platforma oferuje szeroki wybór zasobów, które można dostosować do różnych kontekstów szkoleniowych i profili osób uczących się. Ta różnorodność jest jedną z cech najbardziej cenionych przez użytkowników i wspiera zróżnicowane nauczanie.
- Niska bariera wejścia
  Aby dołączyć do platformy i wnieść swój wkład, nie są wymagane żadne specjalne kwalifikacje ani przynależność do instytucji, co sprawia, że platforma jest szeroko dostępna. Przyjazny dla użytkownika interfejs umożliwia szybkie rozpoczęcie pracy, nawet dla mniej doświadczonych w zakresie technologii cyfrowych nauczycieli.
- Silne nieformalne uznanie
  Trenerzy otrzymują nieformalne potwierdzenie i informacje zwrotne od innych użytkowników w postaci ocen i komentarzy, co tworzy pozytywny cykl wzmocnienia. Przyczynia się to do poczucia tożsamości zawodowej i motywacji.
- Integracja z szerszymi trendami edukacyjnymi
  Forma-te jest zgodna z krajowymi strategiami dotyczącymi uczenia się przez całe życie i kształcenia dorosłych. Jej integracja z *Transforma-te*, projektem skupiającym się na innowacjach edukacyjnych, dodaje warstwę refleksji, eksperymentów i odnowy pedagogicznej.
- Stabilność finansowa i niezależność
  Platforma działa przy minimalnym finansowaniu, opierając się głównie na dobrowolnym zaangażowaniu i niskich kosztach utrzymania. Ten oszczędny model zapewnia jej odporność i długoterminową rentowność.

Wszystkie te czynniki sprawiają, że *Forma-te* jest solidnym, integracyjnym i inspirującym modelem współpracy w zakresie rozwoju zawodowego w kształceniu dorosłych.

Zalecenia

Model *Forma-te* jest wysoce przenośny i można go dostosować do szerokiego zakresu kontekstów krajowych i lokalnych, szczególnie tych, w których specjaliści ds. kształcenia dorosłych działają w rozproszonych lub niedostatecznie wspieranych środowiskach.

Warunki pomyślnego wdrożenia

- Przejrzysty i prosty system punktowy
  Podstawowy mechanizm motywacyjny powinien być dobrze wyjaśniony, przejrzysty i łatwy w użyciu. Musi on nagradzać wkład bez tworzenia barier w dostępie.
- Początkowe budowanie społeczności
  Silny start wymaga zidentyfikowania i zaangażowania grupy zaangażowanych nauczycieli lub organizacji, które są gotowe dzielić się treściami i promować platformę wśród swoich kolegów.
- Przyjazne dla użytkownika środowisko cyfrowe
  Interfejs musi być intuicyjny dla trenerów o różnym poziomie umiejętności cyfrowych, zwłaszcza tych, którzy nie czują się pewnie w korzystaniu z technologii.
- Mechanizmy kontroli jakości
  Systemy wzajemnej oceny, ocen i komentarzy pomagają utrzymać jakość i trafność udostępnianych materiałów bez konieczności stosowania scentralizowanego systemu kontroli.
- Lokalna adaptacja
  Chociaż struktura jest powtarzalna, kategorie treści, języki i odniesienia do certyfikacji powinny odzwierciedlać krajowe/regionalne ramy kształcenia dorosłych.
- Komunikacja strategiczna
  Promocja poprzez stowarzyszenia zawodowe, podmioty szkoleniowe i media społecznościowe może pomóc w zwiększeniu zaangażowania i włączeniu platformy do istniejących sieci.
- Otwartość i zaufanie
  Budowanie kultury dzielenia się opiera się na przejrzystości, uczciwości i wzajemnym szacunku – wartościach, które muszą być zakorzenione w zarządzaniu platformą i etosie społeczności.

Organizacje zainteresowane przyjęciem tego modelu powinny przetestować platformę w małej społeczności praktyków, zebrać opinie i stopniowo zwiększać jej skalę. Model ten jest szczególnie odpowiedni dla instytucji szkoleniowych, sieci kształcenia ustawicznego lub konsorcjów zajmujących się kształceniem dorosłych, które chcą wzmocnić współpracę wewnętrzną i wpływ zewnętrzny.

Wskazówki / Wdrożenie

Na podstawie doświadczeń *Forma-te* przedstawiamy kilka praktycznych wskazówek dla osób, które chcą wdrożyć podobną praktykę w swoim środowisku:

Przed uruchomieniem

- Zacznij od analizy potrzeb: porozmawiaj z trenerami i nauczycielami dorosłych, aby zrozumieć ich główne wyzwania i potrzeby w zakresie zasobów.
- Postaraj się, aby system był prosty: unikaj nadmiernego komplikowania systemu punktowego lub procesu przesyłania/pobierania plików. Prostota jest kluczem do zaangażowania.
- Korzystaj z narzędzi open source: platformy takie jak WordPress lub Moodle (z wtyczkami) mogą obsługiwać podstawowe wersje portalu wymiany wiedzy przy niskich kosztach.

Podczas wdrażania

- Przeprowadź pilotaż z małą, zaufaną grupą: zaproś kilku entuzjastycznych trenerów do przesyłania materiałów i przekazywania opinii. Ich wczesny wkład nada ton i wyznaczy standardy jakości.
- Ustal jasne wytyczne dotyczące treści: wyjaśnij, jakie rodzaje zasobów są mile widziane, jak należy je opisywać i jakie formaty są akceptowane.
- Wykorzystaj storytelling, aby rozbudować społeczność: dziel się prawdziwymi historiami trenerów, którzy skorzystali z platformy, aby zbudować emocjonalną więź i wiarygodność.

Po uruchomieniu

- Twórz regularne wyzwania lub kampanie wymiany: na przykład tygodnie tematyczne (np. „Narzędzia integracji cyfrowej”) mogą pobudzić aktywność i odnowić zainteresowanie.
- Doceniaj najlepszych autorów: wyróżniaj osoby często dzielące się treściami lub treści o wysokich ocenach za pośrednictwem biuletynów lub mediów społecznościowych.
- Zapewnij mikro-wsparcie: oferuj krótkie samouczki, FAQ, a nawet system partnerski dla osób, które nie są pewne, jak mogą wnieść swój wkład.

Wskazówki dotyczące zrównoważonego rozwoju

- Utrzymuj niskie koszty operacyjne, zachęcając do moderacji przez innych użytkowników zamiast zatrudniania pełnoetatowych pracowników.
- Nawiąż współpracę z instytucjami (ośrodkami kształcenia dorosłych, uniwersytetami, gminami), aby poszerzyć zasięg i zwiększyć wiarygodność.

Zachęcaj do współwłasności: pozwól użytkownikom sugerować ulepszenia i czuć się częścią ewolucji platformy.

Podejścia kulturowe / kreatywne

Kulturowe i kreatywne podejście w edukacji dorosłych stawia doświadczenie ludzkie w centrum procesu uczenia się. Zamiast polegać wyłącznie na formalnym nauczaniu lub strategiach opartych na danych, wykorzystuje ono sztukę, dziedzictwo, projektowanie i opowiadanie historii, aby sprzyjać refleksji, dialogowi, budowaniu tożsamości i zaangażowaniu społeczności.

W kontekście kształcenia dorosłych podejścia te pomagają uczestnikom połączyć wiedzę z doświadczeniem życiowym, wzmocnić więzi społeczne oraz rozwinąć krytyczne i kreatywne myślenie. Dzięki włączeniu ekspresji kulturowej do praktyki edukacyjnej nauka staje się nie tylko źródłem informacji, ale także nabiera znaczenia i ma charakter transformacyjny.

W praktyce może to oznaczać wykorzystanie interpretacji artystycznej, lokalnej historii, analizy wizualnej lub technik narracyjnych w celu zgłębiania kwestii społecznych, budowania wspólnego zrozumienia i promowania aktywnego uczestnictwa.

Przykład dobrej praktyki

Mitologia i symbolika za pomocą narzędzi telematycznych.

Podsumowanie praktyki

Grupa internetowa *„Mitologia i symbolika w sztuce”* została utworzona w 2020 r. w odpowiedzi na pandemię COVID-19. Jej celem było zaspokojenie potrzeb edukacyjnych dorosłych w prowincji Valladolid poprzez wykorzystanie prostego i powszechnie dostępnego narzędzia cyfrowego: WhatsApp.

Kurs obejmował krótkie mikro-lekcje wspierane dokumentami, zdjęciami, filmami i interaktywnymi ćwiczeniami. Taki format pozwolił uczestnikom zapoznać się z tematami kulturalnymi i artystycznymi w elastyczny i przystępny sposób.

Nawet po powrocie do nauczania stacjonarnego format online został utrzymany. Okazał się on szczególnie cenny dla uczestników, którzy nie mogli lub nie chcieli uczestniczyć w zajęciach stacjonarnych ze względu na harmonogram pracy, sytuację osobistą lub problemy zdrowotne.

Praktyka ta jest ściśle powiązana z długoletnim programem „Sale edukacyjne i kulturalne” Rady Prowincji Valladolid, który działa na obszarach wiejskich od ponad 40 lat. Format online rozszerzył jego zasięg i zapewnił ciągłość dostępu dla różnorodnych grup dorosłych słuchaczy.

Cele

- Rozwijanie zainteresowania historią, mitologią i sztuką poprzez studiowanie elementów architektonicznych, rzeźbiarskich i symbolicznych.
- Promowanie samodzielnej i wspólnej nauki w dostępnym środowisku cyfrowym.
- Wykorzystanie WhatsApp jako narzędzia dydaktycznego ułatwiającego uczestnictwo, monitorowanie i ciągłą interakcję między uczniami a nauczycielami.

Cele według obszaru kompetencji

1. Zrozumienie historyczne i kontekstowe
    - Rozpoznawanie i kontekstualizacja kluczowych procesów historycznych kształtujących rozwój miejski i kulturowy.
    - Zrozumienie roli instytucji religijnych, społecznych i politycznych w kształtowaniu dziedzictwa kulturowego.
    - Powiązanie debat historycznych z szerszymi dyskusjami na temat etyki i praw człowieka.
2. Obserwacja i interpretacja artystyczna
    - Analizowanie elementów architektonicznych i rzeźbiarskich jako wyrazu władzy, przekonań i tożsamości.
    - Interpretować style artystyczne z różnych okresów historycznych.
    - Rozpoznawanie symbolicznych i formalnych cech klasycznych i przedklasycznych tradycji artystycznych.
3. Interpretacja mitologii i symboliki
    - Interpretacja narracji mitologicznych poprzez przedstawienia artystyczne.
    - Łączenie elementów ikonograficznych z ich społecznymi, religijnymi i kulturowymi znaczeniami.
    - Porównywanie przestrzeni sakralnych oraz ich funkcji rytualnych i estetycznych.
4. Komunikacja i refleksja krytyczna
    - Aktywne uczestnictwo w dyskusjach cyfrowych i zadaniach grupowych.
    - Formułowanie uzasadnionych opinii na tematy historyczne i kulturowe.
    - Twórz jasne i spójne wypowiedzi pisemne i ustne (teksty, nagrania audio, obrazy).
5. Umiejętności cyfrowego i samodzielnego uczenia się
    - Wykorzystaj WhatsApp jako narzędzie do nauki, komunikacji i współpracy.
    - Wybieraj i udostępniaj odpowiednie zasoby cyfrowe.
    - Zarządzaj indywidualnym procesem uczenia się, jednocześnie angażując się z szacunkiem w dynamikę grupy.

Metodologia

Metodologia kursu opiera się na ciągłej interakcji za pośrednictwem WhatsApp, wykorzystując różne formaty (tekst, audio, obrazy i linki) w celu urozmaicenia działań edukacyjnych. Podejście to łączy zasoby multimedialne i aktywne techniki, takie jak debata, opowiadanie historii, badania z przewodnikiem i analiza wizualna. Wszystkie zadania zostały zaprojektowane tak, aby były dostępne za pośrednictwem telefonów komórkowych i kompatybilne z elastycznymi harmonogramami, wspierając dorosłych uczniów w godzeniu nauki z obowiązkami osobistymi i zawodowymi.

- Cotygodniowe mini-lekcje**:** Treść została podzielona na krótkie moduły dostarczane za pomocą zwięzłych tekstów, objaśniających klipów audio i materiałów wizualnych (obrazy i filmy związane z omawianymi tematami artystycznymi i historycznymi).

- Pytania i debaty: Uczestnicy byli zachęcani do zadawania pytań, komentowania materiałów i angażowania się w ustrukturyzowane dyskusje w celu promowania krytycznego myślenia.
- Zasoby multimedialne: Linki do galerii zdjęć, rekonstrukcji 3D i wirtualnych wycieczek pomagały w głębszym zrozumieniu tematu.
- Ćwiczenia praktyczne: krótkie zadania skupiały się na identyfikowaniu elementów artystycznych, symboli lub odniesień mitologicznych w materiałach wizualnych.
- Wspólne repozytoria: Uczestnicy dzielili się odpowiednimi artykułami, obrazami lub filmami, sprzyjając wspólnemu budowaniu wiedzy.

Kurs online przebiegał zgodnie z tym samym kalendarzem akademickim, co wersja stacjonarna, i trwał przez cały rok akademicki 2024–2025.

Wyniki

Uzyskane wyniki są w dużej mierze zadowalające, ponieważ opierają się na założeniu, że edukacja dorosłych powinna szanować różnorodność ścieżek życiowych, wzbogacać wcześniejsze doświadczenia uczniów i sprzyjać dialogowi horyzontalnemu. Pozwoliło to na stworzenie dialogowej „wirtualnej społeczności", w której wszyscy uczniowie czują, że uczestniczą we wspólnym programie o wspólnych celach i treści.

Czynniki sukcesu

Na sukces tej praktyki złożyło się kilka elementów:

- Wykorzystanie powszechnie dostępnego i znanego narzędzia cyfrowego (WhatsApp), co zmniejszyło bariery technologiczne.
- Elastyczna struktura dostosowana do dorosłych uczniów o zróżnicowanych harmonogramach i obowiązkach.
- Krótkie, dobrze skonstruowane mikro-lekcje, które utrzymywały zaangażowanie.
- Połączenie tekstu, audio, obrazów i zasobów multimedialnych, wspierające różne style uczenia się.
- Ciągła interakcja między uczestnikami a moderatorem, sprzyjająca budowaniu poczucia wspólnoty.
- Silne powiązanie z istniejącym programem „Sale edukacyjne i kulturalne", zapewniające ciągłość i spójność pedagogiczną.

Zalecenia

Ta praktyka jest wysoce przenośna i może być wdrażana w różnych kontekstach edukacji dorosłych, zwłaszcza tam, gdzie dostęp do komputerów lub zaawansowanych platform jest ograniczony. Aby wdrożenie zakończyło się sukcesem:

- Niezbędny jest moderator potrafiący moderować dyskusje online i regularnie udzielać informacji zwrotnych.
- Grupa powinna pozostać niezmienna, aby budować zaufanie i ciągłość.
- Treści powinny być dostosowane do pochodzenia kulturowego i zainteresowań uczestników.
- Jasna struktura tygodniowa i zasady komunikacji pomagają utrzymać zaangażowanie.
- Format online może skutecznie uzupełniać zajęcia stacjonarne.

Wskazówki / Porady dotyczące wdrożenia

- Podziel treści na krótkie, łatwe do opanowania jednostki nauczania.
- Wykorzystaj różnorodne formaty (tekst, audio, obrazy), aby utrzymać uwagę i integrację.
- Zachęcaj do aktywnego udziału poprzez pytania i małe zadania refleksyjne.
- Określ jasne oczekiwania dotyczące czasu odpowiedzi i zasad komunikacji.
- Regularnie podsumowuj dyskusje, aby utrwalić kluczowe punkty nauczania.
- Upewnij się, że materiały są w pełni dostępne za pośrednictwem smartfonów.
- Zachowaj równowagę między ustrukturyzowanym przewodnictwem a otwartą dyskusją.

Podejście oparte na współpracy / partnerstwie

Podejścia oparte na współpracy lub partnerstwie odnoszą się do strategii, w ramach których dwie lub więcej organizacji, grup lub osób współpracuje w celu osiągnięcia wspólnego i wzajemnie korzystnego celu. Podstawową zasadą jest łączenie zasobów — takich jak wiedza, doświadczenie, finansowanie lub technologia — w celu osiągnięcia wyników, które trudno byłoby osiągnąć samodzielnie.

W kontekście edukacji dorosłych i społeczności lokalnych podejścia te promują wspólną odpowiedzialność, relacje horyzontalne i długoterminową stabilność. Zamiast opierać się na modelu odgórnym ekspert-klient, ramy współpracy zachęcają do współtworzenia, dialogu i lokalnej odpowiedzialności.

Cechy	Podejście tradycyjne	Podejście oparte na współpracy
Dynamika władzy	Odgórne / dyrektywne	Horyzontalne / wzajemne
Rozwiązywanie problemów	Rozwiązania opracowane przez ekspertów	Rozwiązania kierowane przez społeczność

Zrównoważony rozwój	Zależność od pomocy zewnętrznej	Oparte na lokalnej odpowiedzialności
Komunikacja	Jednokierunkowe raportowanie	Ciągłe pętle informacji zwrotnej

Przykład dobrej praktyki

Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu

Podsumowanie praktyki

Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu to kurs kształcenia ustawicznego przeznaczony dla trenerów dorosłych, którzy chcą rozwinąć lub udoskonalić swoje umiejętności w zakresie planowania, wdrażania i oceny działań e-learningowych. Kurs wyposaża uczestników w umiejętności pedagogiczne w zakresie technologii cyfrowych, umożliwiając im korzystanie z platform e- u, projektowanie treści cyfrowych i tworzenie interaktywnych środowisk edukacyjnych. Wspiera on profesjonalizację trenerów pracujących w dziedzinie edukacji dorosłych, szczególnie w kontekście kształcenia mieszanego lub kształcenia na odległość.

Pojawienie się i rozwój cyfrowych środowisk edukacyjnych, przyspieszone przez pandemię COVID-19, ujawniło poważne braki w umiejętnościach pedagogicznych wielu nauczycieli i trenerów zajmujących się kształceniem dorosłych. Tradycyjne metody szkoleniowe nie spełniały już wymagań związanych z nauczaniem online lub mieszanym, co spowodowało potrzebę ukierunkowanego rozwoju zawodowego.

Grupa docelowa obejmuje trenerów i nauczycieli dorosłych pracujących w profesjonalnych ośrodkach szkoleniowych, instytucjach zawodowych lub jako freelancerzy. Wielu z nich miało doświadczenie w nauczaniu w salach lekcyjnych, ale brakowało im pewności siebie i wiedzy metodologicznej, aby skutecznie prowadzić nauczanie za pośrednictwem platform cyfrowych.

Praktyka ta jest zazwyczaj wdrażana w ramach ustawicznego doskonalenia zawodowego (CPD) i może być realizowana przez organizacje akredytowane przez DGERT w Portugalii. Może również stanowić część programów finansowanych ze środków krajowych lub europejskich, takich jak POISE, Portugal 2020 lub projekty mobilnościowe Erasmus+ KA1.

Cele

Główne cele praktyki *„Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu”* to:

- Poprawa umiejętności cyfrowych i pewności siebie wśród nauczycieli dorosłych w zakresie korzystania z platform i narzędzi internetowych.

- Opracowanie strategii pedagogicznych, które są skuteczne w wirtualnych i mieszanych środowiskach edukacyjnych.
- Promowanie zaangażowania uczniów poprzez interaktywne i multimedialne treści.
- Zapewnienie integracyjnego i dostępnego kształcenia poprzez dostosowanie materiałów do różnych profili uczących się i poziomów dostępu do technologii cyfrowych.
- Wspieranie kultury innowacji w szkoleniach, zachęcanie nauczycieli do eksperymentowania z nowymi formatami, takimi jak mikrolearning, grywalizacja lub narzędzia do współpracy.
- Wspieranie przejścia tradycyjnych ośrodków szkoleniowych na modele hybrydowe lub całkowicie internetowe.

Ogólnie rzecz biorąc, praktyka ta ma na celu wyeliminowanie przepaści cyfrowej w kształceniu dorosłych i zapewnienie, że trenerzy mogą zapewnić wysokiej jakości doświadczenia edukacyjne w dowolnym formacie.

Metodologia

Kurs *„Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu”* jest zazwyczaj realizowany w formacie mieszanym lub całkowicie online, a jego czas trwania wynosi od 15 do 35 godzin. Metodologia opiera się na praktycznym i refleksyjnym modelu uczenia się, w którym trenerzy stosują narzędzia i podejścia bezpośrednio w swoich własnych kontekstach nauczania. Nacisk kładziony jest na praktyczne wdrażanie, interakcję między uczestnikami i stopniowy rozwój umiejętności.

Wdrażanie krok po kroku

1. Ocena potrzeb
   Uczestnicy wypełniają krótką ankietę diagnostyczną lub samoocenę, aby określić swój punkt wyjścia pod względem kompetencji cyfrowych i znajomości narzędzi e-learningowych.
2. Moduł wprowadzający
   Przedstawiony zostaje przegląd edukacji cyfrowej, w tym korzyści i wyzwania związane z e-learningiem typu „ ” oraz kluczowe różnice pedagogiczne między formatami bezpośrednimi i online.
3. Zapoznanie się z zestawem narzędzi
   Uczestnicy zapoznają się z szeregiem powszechnie stosowanych narzędzi cyfrowych, takich jak:
   - Moodle lub Google Classroom do organizacji kursów
   - Canva, Genially lub PowerPoint do tworzenia treści
   - Padlet, Mentimeter lub Jamboard do interakcji
   - Screencast-O-Matic lub Loom do nagrywania lekcji
   - Kahoot lub Quizizz do oceny w formie gry

   Nacisk kładziony jest nie tylko na sposób działania tych narzędzi, ale także na to, w jaki sposób mogą one zwiększyć skuteczność pedagogiczną.

4. Zajęcia projektowe
   Uczestnicy projektują własne działania e-learningowe, dostosowując narzędzia cyfrowe do swojego kontekstu zawodowego i stosując zasady projektowania instruktażowego (np. modele ADDIE lub SAMR).
5. Wzajemna ocena i refleksja
   Trenerzy angażują się w ustrukturyzowaną wzajemną ocenę poprzez fora lub sesje synchroniczne. Dzielą się swoją pracą, udzielają konstruktywnych informacji zwrotnych i zastanawiają się nad sposobami poprawy swoich praktyk nauczania cyfrowego.
6. Zadanie końcowe / symulacja
   Każdy uczestnik przeprowadza krótką sesję szkoleniową online lub segment modułu, korzystając z narzędzi i strategii omówionych podczas kursu.
7. Dalsze działania i wsparcie
   W celu wsparcia dalszego wdrażania i wymiany wiedzy poza formalnym okresem szkolenia można zaoferować opcjonalne mentoring lub utworzenie społeczności praktyków.

Wyniki

Wdrożenie *technik i narzędzi dla trenerów e-learningu* przyniosło kilka konkretnych i wymiernych rezultatów:

- Wzrost pewności siebie trenerów w zakresie technologii cyfrowych
  Uczestnicy zgłaszają, że czują się bardziej samodzielni i swobodni w korzystaniu z platform internetowych, integrowaniu zasobów multimedialnych i zarządzaniu wirtualnymi klasami.
- Ulepszony projekt szkoleń
  Trenerzy opracowują bardziej uporządkowane i angażujące moduły e-learningowe, które są lepiej dostosowane do celów nauczania, treści i metod oceny.
- Większe zaangażowanie uczniów
  Kursy przeprojektowane przez przeszkolonych nauczycieli charakteryzują się wyższym poziomem interakcji i niższym odsetkiem osób rezygnujących z nauki, zwłaszcza gdy wykorzystują interaktywne i grywalizowane narzędzia.
- Większa inkluzywność i dostępność
  Uczestnicy stosują zasady dostępności i dostosowują materiały do potrzeb dorosłych uczniów o różnym poziomie kompetencji cyfrowych.
- Rozwój sieci wsparcia rówieśniczego
  Wiele edycji kursu prowadzi do powstania nieformalnych społeczności praktyków, w ramach których trenerzy nadal wymieniają się zasobami, pomysłami i wyzwaniami poza formalnym okresem szkolenia.

Ogólnie rzecz biorąc, praktyka ta przyczynia się do profesjonalizacji kształcenia dorosłych oraz poprawia jakość i adekwatność szkoleń cyfrowych i mieszanych.

Czynniki sukcesu

Kilka kluczowych elementów przyczyniło się do sukcesu i skuteczności kursu *„Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu”*:

- Praktyczne i praktyczne podejście
  Kurs koncentruje się na rzeczywistych narzędziach, które uczestnicy mogą natychmiast zastosować w swoich własnych kontekstach nauczania, zwiększając przydatność i motywację.
- Postępowanie krok po kroku
  Trenerzy są stopniowo wprowadzani w narzędzia, w uporządkowanej sekwencji, która pozwala uniknąć przytłoczenia ich zbyt dużą ilością informacji naraz.
- Wzajemna nauka i dzielenie się wiedzą
  Uczestnicy uczą się nie tylko od trenera, ale także od siebie nawzajem, poprzez wzajemne opinie, dyskusje i zadania zespołowe.
- Elastyczna struktura dostosowana do indywidualnego tempa nauki
  Format e-learningu pozwala zapracowanym nauczycielom dorosłych uczyć się we własnym tempie, z opcjonalnymi sesjami synchronicznymi zapewniającymi dodatkowe wsparcie.
- Skupienie się na pedagogice cyfrowej, a nie tylko na narzędziach
  Oprócz nauki obsługi narzędzi uczestnicy odkrywają, jak projektować skuteczne doświadczenia edukacyjne online.
- Środowisko sprzyjające i integracyjne
  Trenerzy są zachęcani do zadawania pytań, popełniania błędów i refleksji nad własnym stylem nauczania, co tworzy przestrzeń dla prawdziwego rozwoju.

Elementy te przyczyniają się do ogólnej skuteczności i trwałości kursu.

Zalecenia

Kurs „Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu” jest wysoce uniwersalny i można go dostosować do różnych kontekstów, regionów i profili osób uczących się. Może być realizowany przez ośrodki szkoleniowe, organizacje pozarządowe, instytucje publiczne, a nawet niezależnych trenerów, pod warunkiem spełnienia następujących warunków:

- Dostęp do infrastruktury cyfrowej
  Zarówno trenerzy, jak i uczestnicy muszą mieć podstawowy dostęp do urządzeń (laptopa, tabletu lub smartfona) i połączenia internetowego.
- Facylitatorzy posiadający kompetencje cyfrowe i pedagogiczne
  Kurs powinien być prowadzony przez trenerów, którzy rozumieją zarówno technologie edukacyjne, jak i zasady kształcenia dorosłych.
- Dostosowanie do grupy docelowej

Przykłady, narzędzia i studia przypadków powinny odzwierciedlać rzeczywistość uczestników (np. trenerów zawodowych, nauczycieli alfabetyzacji, facylitatorów społecznościowych).

- Przejrzysty i intuicyjny system zarządzania nauczaniem
  Prosty i przyjazny dla użytkownika system zarządzania nauczaniem (taki jak Moodle lub Google Classroom) jest niezbędny, aby uniknąć barier cyfrowych.
- Mechanizmy wsparcia
  Zapewnienie filmów instruktażowych, sekcji FAQ lub opcji mentoringu może poprawić jakość doświadczenia, zwłaszcza w przypadku trenerów mniej zaznajomionych z technologią.

Ten model kursu jest szczególnie polecany dla ośrodków kształcenia dorosłych przechodzących na nauczanie mieszane, dla nowych trenerów rozpoczynających pracę w tej dziedzinie lub dla inicjatyw kształcenia ustawicznego ukierunkowanych na transformację cyfrową.

Wskazówki / Wdrożenie

Organizacje lub facylitatorzy planujący wdrożenie podobnej praktyki mogą skorzystać z poniższych porad i list kontrolnych, które pomogą im osiągnąć sukces:

Przed kursem

- Przeprowadź ocenę potrzeb, aby dostosować treść do wcześniejszej wiedzy uczestników.
- Wybierz platformę o niskich barierach cyfrowych (np. Moodle, Google Classroom lub NAU).
- Przygotuj moduł powitalny zawierający wskazówki dotyczące nawigacji i podstawowe wsparcie w zakresie umiejętności cyfrowych.
- Zapewnij zgodność z wymogami dostępności (np. rozmiar czcionki, kontrast kolorów, napisy).

W trakcie kursu

- Wykorzystaj jednostki mikrouczenia: krótkie, ukierunkowane moduły najlepiej sprawdzają się w przypadku zapracowanych osób dorosłych.
- Co kilka lekcji wprowadzaj elementy interaktywne, takie jak quizy, fora lub zadania grupowe.
- Twórz jasne instrukcje i podawaj przykłady dla każdego zadania.
- Oferuj regularne spotkania lub sesje pytań i odpowiedzi, nawet jeśli są one krótkie i nieformalne.

Po zakończeniu kursu

- Zachęcaj uczestników do wdrażania tego, co stworzyli podczas kursu.
- Zaproponuj opcjonalne wsparcie uzupełniające (mentoring, społeczność praktyków).

- Zbierz opinie i popraw przyszłe edycje na podstawie uwag uczestników.

Wskazówka: Zawsze traktuj narzędzia jako środki służące usprawnieniu nauki, a nie jako cel sam w sobie. Skup się przede wszystkim na pedagogice.

Moduł 1: Nauka cyfrowa

Wprowadzenie i uzasadnienie

Modernizacja ośrodków kształcenia dorosłych w całej Europie wymaga, aby nauczanie cyfrowe wykroczyło poza zwykły zestaw narzędzi i stało się celowym, dostępnym i zorientowanym na człowieka doświadczeniem edukacyjnym. Badania przeprowadzone w ramach projektu XXI Adults, w tym ankiety wśród administracji publicznej, nauczycieli, menedżerów i dorosłych uczniów w sześciu krajach partnerskich, wskazują na wspólną diagnozę:

1. Istnieją nierówności infrastrukturalne (szczególnie w zakresie wyposażenia i łączności, zwłaszcza na obszarach wiejskich);
2. Dorośli są bardzo zmotywowani do rozwijania kompetencji cyfrowych przydatnych w życiu, pracy i uczeniu się przez całe życie;
3. Nauczyciele domagają się ciągłych, zorientowanych na praktykę i dostosowanych do kontekstu szkoleń; oraz
4. Kwestie takie jak bezpieczeństwo cyfrowe i odpowiedzialne korzystanie ze sztucznej inteligencji stają się priorytetami o charakterze przekrojowym.

Jednocześnie analiza dobrych praktyk wśród partnerów pokazuje, że najbardziej spójne wyniki osiąga się, gdy technologia jest wykorzystywana do wspierania prostych, autentycznych i opartych na społeczności zadań edukacyjnych, a nie jako cel sam w sobie.

Kręgi umiejętności cyfrowych, mentoring seniorów dla seniorów, symulacje codziennych zadań (zdrowie, finanse, e-usługi), cyfrowe opowiadanie historii, centra społecznościowe i laboratoria

kreatywne (FabLabs) to konkretne przykłady tego, jak nauka cyfrowa staje się znacząca, przenośna i transformacyjna, nawet na małą skalę .

Dowody te potwierdzają dojrzałe modele instytucjonalne (np. wspólne sieci LMS, repozytoria OER i społeczności praktyków) oraz metodyki skoncentrowane na uczniu, takie jak myślenie projektowe, nauczanie oparte na projektach i podejścia międzypokoleniowe.

Wspólna analiza dobrych praktyk w organizacjach partnerskich XXI Adults potwierdza tę tezę i pokazuje, że nauczanie cyfrowe jest zarówno narzędziem integracji, jak i motorem innowacji pedagogicznych.

W poszczególnych krajach zebrane dobre praktyki ilustrują uzupełniające się i możliwe do przeniesienia podejścia:

- Portugalia podkreśla praktyki skoncentrowane na profesjonalizacji trenerów i tworzeniu humanizowanych środowisk cyfrowego uczenia się. Inicjatywy takie jak *Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu, Listy na całe życie* i *Powrót do przyszłości – seniorzy jako guru cyfrowych opowiadaczy historii* łączą technologię, kreatywność i empatię.
- Hiszpania kładzie nacisk na inicjatywy w zakresie cyfrowego uczenia się oparte na społeczności, w tym *warsztaty języka angielskiego online/stacjonarne oraz wykorzystanie narzędzi Google*, które przybliżają cyfrowe uczenie się do codziennego życia i pomagają zmniejszyć izolację społeczną.
- Grecja przedstawia modele cyfrowego mentoringu i wzajemnego uczenia się, takie jak *kręgi umiejętności cyfrowych* i *program cyfrowego mentoringu*, które wzmacniają pozycję osób dorosłych o niskim poziomie umiejętności cyfrowych i sprzyjają solidarności międzypokoleniowej.
- Bośnia i Hercegowina zidentyfikowała inicjatywy skupiające się na krytycznej umiejętności korzystania z mediów, w tym *podstawach umiejętności korzystania z mediów cyfrowych*, zwiększające zdolność dorosłych do krytycznej oceny i bezpiecznego korzystania z informacji online.
- Polska dokumentuje rolę *FabLabów i centrów edukacyjnych* jako praktycznych przestrzeni edukacyjnych, w których dorośli eksperymentują z technologiami i kreatywnymi metodami w środowiskach opartych na współpracy.
- Z kolei Niemcy pokazują potencjał ekosystemu DVV i krajowych platform cyfrowych jako przykłady systemowej integracji cyfrowej w kształceniu dorosłych, łączącej innowacje technologiczne, wsparcie pedagogiczne i zapewnienie jakości.

Wszystkie te praktyki wskazują na wyraźny trend europejski: nauka cyfrowa ma trwały wpływ, gdy jest znacząca, dostępna i skoncentrowana na osobie. Wspiera ona aktywne uczenie się, współpracę i więzi społeczne, rozwijając nie tylko umiejętności techniczne, ale także pewność siebie, autonomię i uczestnictwo.

Z perspektywy dorosłych uczniów wyniki ankiety konsekwentnie wskazują na preferowanie hybrydowych i praktycznych modeli uczenia się (komunikacja online, e-usługi, tworzenie

dokumentów, arkusze kalkulacyjne, platformy edukacyjne), a także na potrzebę ścisłego doradztwa, mentoringu rówieśniczego i budowania pewności siebie.

W przypadku nauczycieli i menedżerów dane wskazują na wysoką motywację do wprowadzania innowacji, ale także na ograniczony czas na projektowanie i aktualizację, przestarzały sprzęt w niektórych ośrodkach oraz potrzebę krótkich, praktycznych i wspierających szkoleń (w tym w zakresie sztucznej inteligencji w edukacji, oceny cyfrowej i dostępności).

Administracja publiczna uznaje strategiczny priorytet cyfryzacji oraz znaczenie stabilnego finansowania, pomocy technicznej i partnerstw wielopoziomowych (gminy, uniwersytety, organizacje pozarządowe i firmy technologiczne), podkreślając jednocześnie potrzebę koordynacji i równości terytorialnej.

Z tego powodu moduł przedstawia przykłady dobrych praktyk, które mają na celu wypełnienie luki między diagnozą a działaniem, umożliwiając osobom, zespołom i ośrodkom:

- Zastanowić się, jak zaprojektować proste, skoncentrowane na uczniu doświadczenia cyfrowe;
- Stosować strategie hybrydowe i mikrolearningowe, łączące elementy synchroniczne i asynchroniczne;
- wymieniać się opiniami i pomysłami na temat autentycznych, integracyjnych praktyk;
- Wdrażanie podstawowych zasad dostępności i bezpieczeństwa cyfrowego jako standardów jakości;
- budować społeczności praktyków i sieci mentorskie w celu ciągłego rozwoju;
- Włączaj naukę cyfrową do lokalnych realiów, zapewniając jej znaczenie społeczne i zrównoważony charakter.

Podsumowując, moduł ten opiera się na europejskich dobrych praktykach, aby zaoferować pragmatyczne i integracyjne punkty wyjścia do cyfrowego uczenia się, zapewniając, że technologia pozostaje środkiem łączącym ludzi, a nie celem samym w sobie w edukacji dorosłych w XXI wieku.

Zalecane warunki cyfrowe do wdrożenia

Minimalne wymagania:

- Dostęp do urządzenia cyfrowego (komputera, tabletu lub smartfona).
- Podstawowe połączenie internetowe umożliwiające komunikację online i wykonywanie prostych zadań cyfrowych.
- Znajomość podstawowych narzędzi cyfrowych (np. poczta elektroniczna, przeglądanie stron internetowych, tworzenie dokumentów).

W miarę możliwości warto zapewnić:

- Stabilne połączenie internetowe do sesji synchronicznych i pracy zespołowej.
- Dostęp do wspólnej przestrzeni online lub platformy edukacyjnej w celu uzyskania materiałów i komunikacji.

- Mechanizmów wsparcia technicznego lub wsparcia rówieśniczego dla uczestników wymagających dodatkowej pomocy.

Warunki te są celowo elastyczne i można je dostosować do lokalnych realiów, zapewniając integracyjne i wykonalne wdrożenie modułu w różnych kontekstach.

Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje

- Lepsze zrozumienie cyfrowego uczenia się w edukacji dorosłych w oparciu o konkretne przykłady dobrych praktyk.
- Zwiększenie pewności siebie w korzystaniu z prostych narzędzi cyfrowych, zainspirowane praktykami z życia wziętych, przedstawionymi w całym module.
- Opracowanie koncepcji niewielkiego, dostosowanego do kontekstu zadania edukacyjnego opartego na przedstawionych podejściach.
- Wzmocnienie świadomości podstawowych zasad bezpieczeństwa, dostępności i odpowiedzialnego korzystania z technologii cyfrowych.
- Wypracowanie co najmniej jednego praktycznego pomysłu, który można realistycznie zastosować w swoim ośrodku lub praktyce nauczania.

Podstawy cyfrowego uczenia się: dlaczego i jak

Poprzez analizę konkretnych dobrych praktyk i ilustrujących je projektów, uczestnicy są zachęcani do refleksji nad tym, co oznacza nauczanie cyfrowe w edukacji dorosłych – nie tylko jako wykorzystanie technologii, ale jako podejście mające na celu uczynienie nauki bardziej elastyczną, dostępną i zorientowaną na człowieka.

Zastanawiając się nad tymi przykładami, uczestnicy są zachęcani do przeanalizowania własnych praktyk i zidentyfikowania jednej realistycznej możliwości transformacji cyfrowej w ich konkretnym kontekście.

Rezultat: Zwiększona świadomość potencjału cyfrowego uczenia się jako pedagogicznego sprzymierzeńca w zakresie integracji, zaangażowania i motywacji uczniów.

Projektowanie prostych i autentycznych doświadczeń cyfrowych

Opierając się na wybranych dobrych praktykach i inicjatywach, ta sekcja zachęca uczestników do refleksji nad tym, w jaki sposób małe, rzeczywiste zadania cyfrowe mogą w znaczący sposób zaangażować uczniów i wspierać ich aktywny udział.

Uczestnicy są zachęcani do eksperymentowania z prostym narzędziem cyfrowym i naszkicowania mikroaktywności, która jest istotna i można ją dostosować do ich własnego kontekstu nauczania lub szkolenia.

Wynik: Zwiększona świadomość i początkowa umiejętność konceptualizacji niewielkiego zadania cyfrowego skoncentrowanego na uczniu.

Innowacje dzięki narzędziom cyfrowym

Korzystając z praktycznych przykładów i ilustrujących inicjatyw, uczestnicy odkrywają kreatywne sposoby wykorzystania codziennych narzędzi cyfrowych (takich jak slajdy, quizy, tablice do współpracy i asystenci AI) w celu wspierania nauki.

Zainspirowani tymi przykładami, uczestnicy są zachęcani do praktycznego zapoznania się z jednym z narzędzi i zastanowienia się nad tym, jak kreatywność, etyka i odpowiedzialność łączą się w innowacjach cyfrowych.

Wynik: Zwiększona pewność siebie i świadomość w zakresie kreatywnego, etycznego i odpowiedzialnego korzystania z prostych narzędzi cyfrowych.

Mentoring i wspólna nauka

Na podstawie rzeczywistych przykładów praktyk mentoringu i wzajemnego uczenia się uczestnicy zastanawiają się nad tym, w jaki sposób mentoring cyfrowy może wzmocnić pozycję zarówno nauczycieli, jak i uczniów.

Zachęca się ich do dzielenia się doświadczeniami wzajemnego wsparcia w ramach swoich instytucji oraz do zbadania, w jaki sposób społeczności internetowe mogą sprzyjać trwałemu rozwojowi zawodowemu.

Wynik: Większe uznanie mentoringu i współpracy jako kluczowych czynników wpływających na pewność siebie w zakresie technologii cyfrowych, integrację i ciągłe uczenie się.

Bezpieczeństwo, etyka i obywatelstwo cyfrowe

Na podstawie krótkich przykładów i wybranych dobrych praktyk uczestnicy zastanawiają się nad bezpieczeństwem w sieci, dezinformacją i etycznym wykorzystaniem sztucznej inteligencji w kontekście edukacyjnym.

Zachęca się ich do zidentyfikowania kluczowych praktyk, które promują cyfrowe dobre samopoczucie oraz odpowiedzialne i krytyczne uczestnictwo w ich własnym środowisku.

Wynik: zwiększona świadomość i wspólne zaangażowanie na rzecz etycznych, bezpiecznych i krytycznych praktyk cyfrowych.

Mikroprojekt: od pomysłu do działania

Opierając się na przykładach i pomysłach omówionych w module, uczestnicy przekładają jeden inspirujący pomysł na prosty i realistyczny plan działania mający na celu poprawę cyfrowego aspektu ich praktyki nauczania lub centrum.

W ramach wspólnych przestrzeni, takich jak wspólna galeria lub forum, przedstawiają swoje plany i wymieniają się opiniami.

Wynik: Konkretny i wykonalny pomysł, zainspirowany zidentyfikowanymi dobrymi praktykami, mający na celu zastosowanie zasad cyfrowego uczenia się w lokalnym kontekście.

Ogólny wynik

Po ukończeniu tej podróży edukacyjnej uczestnicy powinni:

- Zwiększą swoją świadomość i pewność siebie w stosowaniu podejść cyfrowych w kształceniu dorosłych, zainspirowani konkretnymi przykładami i dobrymi praktykami;
- Opracować niewielkie, możliwe do przeniesienia pomysły, które można realistycznie dostosować do własnego kontekstu edukacyjnego;
- stanie się częścią społeczności nauczycieli zmotywowanych do dalszego odkrywania i refleksji nad pedagogiką cyfrową;
- przyczyniać się do wspólnej europejskiej wizji integracyjnego, zorientowanego na człowieka cyfrowego uczenia się.

Uzasadnienie teoretyczne

E-learning jako droga do integracji i pewności siebie

Nauczanie cyfrowe stało się podstawą kształcenia dorosłych nie tylko dlatego, że umożliwia elastyczny dostęp do nauki w dowolnym miejscu i czasie, ale także dlatego, że tworzy nowe sposoby uczestnictwa, współpracy i wyrażania wiedzy. Jego prawdziwa wartość edukacyjna zależy od tego, w jaki sposób jest ono zintegrowane z pedagogiką – przekształcając technologię w znaczące i integracyjne doświadczenie edukacyjne, a nie cel sam w sobie.

Dowody zebrane z sześciu krajów partnerskich projektu XXI Adults pokazują, że nauka cyfrowa nadal odzwierciedla nierówności w dostępie i pewności siebie, szczególnie wśród osób starszych, osób o niższym poziomie wykształcenia oraz osób mieszkających na obszarach wiejskich lub w obszarach znajdujących się w niekorzystnej sytuacji. Luki te mają charakter nie tylko techniczny, ale także społeczny i motywacyjny. Dlatego nauka cyfrowa musi być postrzegana jako brama do integracji i aktywnego obywatelstwa, pomagająca dorosłym w pełniejszym uczestnictwie w życiu społeczności i odzyskaniu pewności siebie w zakresie swoich zdolności uczenia się.

Według Rady Unii Europejskiej (2021) kształcenie dorosłych powinno „umożliwić wszystkim dorosłym pełne uczestnictwo w życiu cyfrowym, gospodarczym i obywatelskim", zapewniając, że transformacja cyfrowa nie pozostawi nikogo w tyle.

Moduł ten odpowiada na to wyzwanie, koncentrując się na:

- Poprawę pedagogicznego wykorzystania technologii cyfrowych poprzez podejście interaktywne, skoncentrowane na człowieku;
- zapewnieniu równości, dostępności i motywacji poprzez dostarczenie krótkich, praktycznych strategii, które nauczyciele mogą natychmiast zastosować w swoich własnych kontekstach.

Rola nauczyciela: od użytkownika narzędzi do facylitatora doświadczeń edukacyjnych

Transformacja cyfrowa na nowo definiuje rolę nauczycieli. Poza opanowaniem narzędzi nauczyciele stają się facylitatorami cyfrowych doświadczeń edukacyjnych – profesjonalistami, którzy planują krótkie, hybrydowe działania, tworzą środowiska sprzyjające uczestnictwu oraz integrują narzędzia cyfrowe w sposób etyczny i celowy.

Podejście to opiera się na zasadach andragogiki (Knowles, 1984) i heutagogiki (Hase & Kenyon, 2000), które kładą nacisk na autonomię, samokierowanie i uczenie się poprzez doświadczenie. W kontekście cyfrowym dorośli najlepiej uczą się, gdy kontrolują tempo nauki, dostrzegają jej bezpośrednie znaczenie i otrzymują konstruktywne informacje zwrotne.

W niniejszym module przedstawiono cztery zasady przewodnie, które nauczyciele mogą stosować w swojej codziennej praktyce:

- Autentyczność – zadania z życia codziennego, które sprawiają, że nauka ma znaczenie;
- Refleksyjność – wykorzystywanie błędów, informacji zwrotnych i samooceny jako okazji do rozwoju;
- Współpraca – przekształcanie przestrzeni cyfrowych w środowiska wspólnego uczenia się;
- Dostępność – projektowanie nauki, która obejmuje wszystkich, niezależnie od barier technicznych lub społecznych.

Europejskie ramy i dostosowanie polityki

Moduł *„Nauka cyfrowa”* jest ściśle powiązany z europejskimi priorytetami i ramami odniesienia, które wyznaczają kierunki kształcenia dorosłych:

- DigComp 2.2 (Komisja Europejska, 2022) – opisujący kompetencje w zakresie umiejętności informacyjnych, komunikacji, tworzenia treści cyfrowych, bezpieczeństwa i rozwiązywania problemów;
- DigCompEdu – definiuje, w jaki sposób nauczyciele mogą w znaczący sposób włączać technologie do nauczania i uczenia się;
- Nowa europejska agenda na rzecz kształcenia dorosłych na lata 2021–2030 (Rada UE, 2021) — wyznaczająca cel, zgodnie z którym co najmniej 80% dorosłych powinno posiadać podstawowe umiejętności cyfrowe do 2030 r.

Zamiast skupiać się na opanowaniu narzędzi, moduł ten przekłada te ramy na krótkie, oparte na pedagogice strategie, które sprzyjają świadomości cyfrowej, pewności siebie i etycznemu korzystaniu z technologii.

Innowacje i nauczanie hybrydowe jako szansa na zmianę

Innowacyjność w kształceniu dorosłych nie jest mierzona liczbą wykorzystywanych narzędzi, ale tym, w jaki sposób technologia zwiększa zaangażowanie i znaczenie. Łączenie momentów synchronicznych i asynchronicznych, tzw. „ ” lub łączenie zajęć stacjonarnych i online, pomaga uczącym się pozostać w kontakcie i zaangażować się.

Badania europejskie (Baltacı, 2025; Ruuskanen-Parrukoski, 2020) potwierdzają, że nawet lekkie, dobrze skonstruowane modele hybrydowe zwiększają motywację i integrację – pod warunkiem, że istnieje wsparcie ludzkie i pedagogiczne.

- Dobre praktyki zebrane w ramach projektu XXI Adults ilustrują tę równowagę:
- Kręgi umiejętności cyfrowych i mentoring międzypokoleniowy (Grecja, Portugalia);
- Lokalne laboratoria kreatywne (Polska, Niemcy, Hiszpania);
- Inicjatywy na rzecz umiejętności korzystania z mediów (Bośnia i Hercegowina);
- Projekty związane z cyfrowym storytellingiem (Portugalia, Grecja).

We wszystkich tych przykładach technologia wzmacnia wpływ nauczycieli, ale ich nie zastępuje.

Etyka, bezpieczeństwo i zaufanie w przestrzeni cyfrowej

Cyfryzacji w edukacji zawsze musi towarzyszyć świadomość etyczna. Kwestie takie jak ochrona danych, prywatność, odpowiedzialne korzystanie ze sztucznej inteligencji, dezinformacja i dobre samopoczucie w sieci wymagają świadomej uwagi i przemyślanych działań pedagogicznych.

Włączenie tych tematów do działań oznacza również promowanie cyfrowego obywatelstwa i bezpieczeństwa w Internecie jako podstawowych kompetencji wszystkich nauczycieli i uczniów. Celem jest wychowanie świadomych, krytycznych i odpowiedzialnych użytkowników, którzy wiedzą, jak bezpiecznie i wspólnie działać w środowisku cyfrowym.

Synteza: ludzka droga do cyfrowego zaufania

Włączenie technologii cyfrowych do kształcenia dorosłych jest przede wszystkim ludzkim procesem zmiany.
Moduł ten proponuje realistyczną i motywującą ścieżkę do:

- Wzmocnienie pozycji nauczycieli jako facylitatorów i projektantów znaczących doświadczeń edukacyjnych;
- uczynienie cyfrowego uczenia się narzędziem integracji, pewności siebie i uczestnictwa;
- wspierania społeczności praktyków i wzajemnego wsparcia;
- zapewnienia, że transformacja cyfrowa w kształceniu dorosłych pozostaje transformacją skoncentrowaną na człowieku.

Ostatecznie nauczanie cyfrowe spełnia swój cel, gdy łączy ludzi, poszerza możliwości i buduje zaufanie do uczenia się przez całe życie.

Dobre praktyki

1·Dobra praktyka: Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu

Kontekst i tło

Cyfrowa transformacja w kształceniu dorosłych w Portugalii przyniosła nowe wyzwania dla trenerów i nauczycieli, z których wielu miało solidne doświadczenie w nauczaniu bezpośrednim, ale ograniczoną znajomość cyfrowych metod pedagogicznych i narzędzi.

Projekt *„Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu”,* zidentyfikowany i udokumentowany przez Empoderar jako odpowiednia dobra praktyka, wypełnia tę lukę, wyposażając trenerów kształcenia dorosłych w kompetencje cyfrowe i pedagogiczne niezbędne do projektowania, wdrażania i oceny znaczącego kształcenia online i mieszanego.

Inicjatywa ta stanowi część szerszego programu krajowego i europejskiego mającego na celu modernizację kształcenia dorosłych oraz promowanie wysokiej jakości, integracyjnego i zorientowanego na człowieka e-learningu. Jest ona zgodna z priorytetami Unii Europejskiej w zakresie uczenia się przez całe życie i ram kompetencji cyfrowych (DigComp i DigCompEdu), koncentrując się na szkoleniu pedagogów w zakresie etycznego i celowego włączania technologii do nauczania.

Cele

- Wzmocnienie kompetencji cyfrowych i pedagogicznych trenerów w zakresie środowisk edukacyjnych online i hybrydowych.
- Promowanie krytycznego i etycznego wykorzystania technologii cyfrowych w edukacji.
- Poprawa jakości komunikacji online i interakcji między trenerami a uczniami.
- Opracowanie metodologii projektowania instruktażowego i oceny formatywnej dostosowanych do e-learningu opartego na metodzie „ ”.
- Budowanie społeczności praktyków w celu wymiany doświadczeń, współpracy i ciągłego rozwoju zawodowego.

Realizacja

Kurs miał formę programu blended learning, łączącego synchroniczne sesje online prowadzone przez doświadczonych trenerów z asynchronicznymi zajęciami na platformie e-learningowej. Uczestnicy zapoznali się z różnorodnymi obszarami tematycznymi, w tym:

- Zasady nauczania online i blended learning;
- Planowanie pedagogiczne i strukturyzacja modułów cyfrowych;
- Skuteczne wykorzystanie systemów zarządzania nauczaniem (LMS) i narzędzi multimedialnych do nauki;
- Motywacja i zaangażowanie uczniów w kontekście cyfrowym;
- Ocenę formatywną i opartą na informacji zwrotnej w e-learningu;
- Standardy dostępności i integracji w środowiskach wirtualnych.

Duży nacisk położono na naukę poprzez praktykę: uczestnicy aktywnie eksperymentowali z narzędziami takimi jak Canva, Moodle, Mentimeter, Quizziz i Nearpod, stosując je w mikroprojektach symulujących rzeczywiste scenariusze nauczania. Integralną częścią procesu była wspólna refleksja i wzajemna ocena.

Wyniki i wpływ

- Trenerzy z różnych instytucji ukończyli kurs i odnotowali znaczny wzrost pewności siebie w zakresie technologii cyfrowych oraz kreatywności pedagogicznej.
- Stworzenie otwartych zasobów edukacyjnych (OER) i modeli wielokrotnego użytku do cyfrowych działań dydaktycznych.
- Zauważalna poprawa zaangażowania i interakcji uczniów podczas sesji online, dzięki zastosowaniu przez trenerów bardziej opartych na współpracy i doświadczeniu metod.
- Utworzenie sieci trenerów e-learningu, umożliwiającej wzajemne wsparcie i ciągłą wymianę praktyk po zakończeniu kursu.
- Wkład w modernizację oferty kształcenia dorosłych w Portugalii, pokazujący, że technologia może wzbogacać, a nie zastępować, ludzki i relacyjny wymiar nauczania.

Wnioski

Ta dobra praktyka pokazuje, że szkolenie trenerów stanowi podstawę wysokiej jakości nauczania cyfrowego.
Oprócz rozwijania umiejętności technicznych, *„Techniki i narzędzia dla trenerów e-learningu”* przyczyniają się do kształtowania tożsamości zawodowej dostosowanej do wymagań edukacji w erze cyfrowej – refleksyjnej, kreatywnej, integracyjnej i skoncentrowanej na uczniu.

Model ten można łatwo przenieść na inne konteksty europejskie i stanowi on inspirujący przykład tego, jak transformacja cyfrowa może wzmocnić ludzki i pedagogiczny rdzeń kształcenia dorosłych.

2 Dobra praktyka: Kręgi umiejętności cyfrowych dla osób starszych

Kontekst i tło

W ostatnich latach szybka cyfryzacja życia codziennego w Grecji, od komunikacji i dostępu do usług po udział w działaniach obywatelskich, ujawniła głębokie luki w umiejętnościach cyfrowych, szczególnie wśród osób dorosłych w wieku 50 lat i starszych. Wiele osób starszych nie tylko nie posiada niezbędnych umiejętności technicznych, ale także nie ma pewności siebie i motywacji do korzystania z narzędzi cyfrowych.

Inicjatywa *„Kręgi umiejętności cyfrowych dla osób starszych”*, zidentyfikowana i udokumentowana przez E-SCHOOL Educational Group jako odpowiednia dobra praktyka, zajmuje się tą luką poprzez promowanie wspieranej przez rówieśników, integracyjnej i praktycznej nauki cyfrowej. Jest ona zgodna z europejskim celem politycznym, jakim jest zapewnienie wszystkim dorosłym podstawowych umiejętności cyfrowych (Rada UE, 2021; Komisja Europejska, 2022) i zajmuje się problemem izolacji społecznej, która może wynikać z wykluczenia cyfrowego.

Poprzez organizowanie małych, wspierających kręgów edukacyjnych program tworzy środowisko, w którym osoby starsze mogą uczyć się we własnym tempie, swobodnie zadawać pytania i otrzymywać wskazówki od przeszkolonych mentorów i rówieśników, którzy mają podobne doświadczenia.

Cele

- Wzmocnienie podstawowych kompetencji cyfrowych osób starszych, aby umożliwić im uczestnictwo w nowoczesnym społeczeństwie cyfrowym.
- Budowanie pewności siebie i autonomii w korzystaniu z narzędzi cyfrowych w życiu codziennym (komunikacja, usługi online, wyszukiwanie informacji).
- Zachęcanie do wzajemnego uczenia się i wymiany międzypokoleniowej, w ramach której uczestnicy uczą się od siebie nawzajem i wspierają się.
- Promowanie integracji społecznej i zmniejszenie izolacji poprzez grupowe działania cyfrowe.
- Wspieranie poczucia aktywnego obywatelstwa i motywacji do uczenia się przez całe życie.

Realizacja

Program był realizowany poprzez lokalne kręgi edukacyjne utworzone w ośrodkach kultury, bibliotekach i stowarzyszeniach seniorów w kilku regionach Grecji. Każdy krąg składał się z 6–8 uczestników, którym towarzyszył facylitator przeszkolony w zakresie edukacji dorosłych i pedagogiki cyfrowej.

Metodologia łączyła warsztaty stacjonarne z praktykami online pod okiem instruktora, zgodnie z programem , obejmującym postęp od umiejętności podstawowych do średniozaawansowanych. Kluczowe obszary tematyczne obejmowały:

- Bezpieczne i efektywne korzystanie ze smartfonów i tabletów;
- Nawigacja w Internecie, poczta elektroniczna i rozmowy wideo;
- Dostęp do usług publicznych i informacji zdrowotnych online;
- komunikację online i media społecznościowe w celu utrzymania więzi rodzinnych i społecznych;
- Rozpoznawanie wiarygodnych informacji i dezinformacji.

Kluczową rolę odegrało wzajemne mentoring: uczestnicy na zmianę pełnili rolę uczących się i mentorów, wzmacniając współpracę i wspólną odpowiedzialność za naukę.
Zadania praktyczne były zaczerpnięte z **rzeczywistych sytuacji** (np. wysyłanie wiadomości e-mail, rezerwacja terminu online lub zarządzanie formularzem cyfrowym), co zapewniało ich bezpośrednie znaczenie.

Wyniki i wpływ

- Ponad 150 osób starszych pomyślnie ukończyło szkolenie, wykazując się większą pewnością siebie i kompetencjami w zakresie korzystania z narzędzi cyfrowych.
- Uczestnicy zgłaszali większe poczucie niezależności i więzi z rodziną i społecznością, co zmniejszyło ich izolację społeczną.
- Facylitatorzy zaobserwowali wzrost motywacji do ciągłego uczenia się i silniejsze więzi międzypokoleniowe, ponieważ wielu uczestników dzieliło się nowymi umiejętnościami z krewnymi lub przyjaciółmi.

- Inicjatywa ta sprzyjała budowaniu zaufania i solidarności społecznej, przekształcając lokalne kręgi edukacyjne w przestrzenie wzajemnego wsparcia.
- Model ten został uznany przez lokalne władze i sieci kształcenia dorosłych za skuteczne i niedrogie podejście do integracji cyfrowej.

Wnioski

Kręgi umiejętności cyfrowych dla osób starszych są przykładem tego, jak nauka cyfrowa może być integracyjna, społeczna i wzmacniająca. Koncentrując się na mentoringu, współpracy i autentyczności, praktyka ta pokazuje, że kompetencje cyfrowe mają charakter nie tylko techniczny, ale także emocjonalny i relacyjny – są kluczem do uczestnictwa i dobrego samopoczucia w późniejszym życiu.

Jego sukces polega na połączeniu praktycznych ćwiczeń z empatią i duchem wspólnoty, co sprawia, że jest to model, który można przenieść na edukację dorosłych w całej Europie ( ). W ramach XXI ADULTS podkreśla on znaczenie budowania społeczności edukacji cyfrowej, które pielęgnują pewność siebie, więzi i aktywne obywatelstwo.

3. Dobra praktyka: Podstawy umiejętności korzystania z mediów cyfrowych – wzmacnianie pozycji dorosłych w zakresie krytycznego korzystania z informacji online

Kontekst i tło

W dzisiejszym cyfrowym świecie dorośli są nieustannie narażeni na przytłaczający napływ informacji online, w tym dezinformacji, manipulacji i ekstremistycznych narracji. W Bośni i Hercegowinie, podobnie jak w wielu krajach europejskich, znaczna liczba dorosłych nie posiada kompetencji niezbędnych do krytycznej oceny treści cyfrowych, rozpoznawania stronniczych informacji lub identyfikowania bezpiecznych i wiarygodnych źródeł.

Program *„Podstawy umiejętności korzystania z mediów cyfrowych”*, zidentyfikowany i udokumentowany przez BRAVO (Bośniackie Stowarzyszenie Reprezentujące Cenne Możliwości) jako odpowiednia dobra praktyka, stanowi odpowiedź na to wyzwanie, umożliwiając dorosłym krytyczne, odpowiedzialne i etyczne korzystanie z mediów cyfrowych. Inicjatywa opiera się na europejskich ramach, takich jak DigComp 2.2, i przyczynia się do realizacji priorytetów europejskiego planu działania na rzecz edukacji cyfrowej „ ” (2021–2027) poprzez wspieranie integracji cyfrowej, krytycznego myślenia i odporności na dezinformację.

Cele

- Wzmocnienie kompetencji w zakresie umiejętności korzystania z mediów i technologii cyfrowych wśród dorosłych słuchaczy.
- Umożliwienie uczestnikom krytycznej oceny treści internetowych i rozpoznawania technik manipulacji.
- Zmniejszenie ryzyka dezinformacji cyfrowej i wykluczenia społecznego.
- Promowanie dialogu międzypokoleniowego i dyskusji społecznościowej na temat odpowiedzialnego korzystania z mediów.

- Wyposażenie dorosłych nauczycieli w praktyczne narzędzia umożliwiające włączenie umiejętności korzystania z mediów do nauczania.

Realizacja

Program był realizowany w formie interaktywnych warsztatów i sesji mieszanych, łączących teorię z praktycznymi ćwiczeniami. Wśród uczestników znaleźli się dorośli uczniowie z różnych środowisk edukacyjnych, nauczyciele i przedstawiciele społeczności.

Główne działania edukacyjne obejmowały:

- Rozpoznawanie fałszywych wiadomości i analizowanie rzeczywistych przykładów dezinformacji.
- Badanie wpływu algorytmów, reklam i mediów społecznościowych na postrzeganie i podejmowanie decyzji.
- Dyskusje grupowe na temat etycznej komunikacji i zachowań w sieci.
- Działania oparte na wzajemnym uczeniu się między młodszymi i starszymi osobami dorosłymi w celu dzielenia się doświadczeniami i perspektywami.
- Zadania refleksyjne promujące krytyczne myślenie i samoświadomość w środowisku cyfrowym.

Warsztaty były prowadzone przez przeszkolonych edukatorów przy użyciu metod partycypacyjnych, takich jak studia przypadków, analiza mediów i wspólne rozwiązywanie problemów. Materiały zostały dostosowane do różnych poziomów kompetencji cyfrowych, aby zapewnić dostępność dla wszystkich uczestników.

Wyniki i wpływ

- Uczestnicy odnotowali znaczną poprawę w rozpoznawaniu niewiarygodnych informacji i stosowaniu krytycznego myślenia podczas korzystania z treści internetowych.
- Wzrosła świadomość etycznego i odpowiedzialnego zachowania w środowisku cyfrowym, w tym poszanowania prywatności, ochrony danych i konstruktywnej komunikacji online.
- Wzmocniono zrozumienie międzypokoleniowe: młodsi dorośli wnieśli wiedzę cyfrową, a starsi uczestnicy doświadczenie życiowe i krytyczną refleksję.
- Nauczyciele zdobyli praktyczne metody integracji umiejętności cyfrowych i medialnych z programami nauczania dla dorosłych.
- Inicjatywa przyczyniła się do zwiększenia odporności społecznej i integracji, zmniejszając podatność na dezinformację i polaryzację.

Wnioski

Podstawy umiejętności korzystania z mediów cyfrowych pokazują, w jaki sposób edukacja cyfrowa może promować zarówno kompetencje, jak i świadomość. Łącząc praktyczne szkolenie z refleksją etyczną, pomaga dorosłym poruszać się po cyfrowym świecie w sposób bezpieczny, odpowiedzialny i krytyczny.

Ta dobra praktyka potwierdza, że nauka cyfrowa nie dotyczy wyłącznie umiejętności technologicznych, ale także kształtowania krytycznych obywateli zdolnych do oceny informacji, budowania zaufania i pozytywnego wkładu w życie demokratyczne. W ramach programu XXI ADULTS stanowi ona etyczny i obywatelski wymiar nauki cyfrowej, zapewniając, że innowacjom zawsze towarzyszy refleksja, empatia i odpowiedzialność.

Moduł 2: Kreatywność i innowacyjność

Wprowadzenie i uzasadnienie

W szybko zmieniającym się XXI wieku kreatywność i innowacyjność stały się niezbędnymi kompetencjami w procesie uczenia się przez całe życie i aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Instytucje kształcenia dorosłych w całej Europie stoją przed coraz większym wyzwaniem, jakim jest rozwijanie tych umiejętności zarówno wśród nauczycieli, jak i uczniów, aby sprostać wymaganiom gospodarki opartej na wiedzy i transformacji cyfrowej (Rada Unii Europejskiej, 2021; Tsai, 2012).

Dyrektorzy, nauczyciele i pracownicy zajmujący się kształceniem dorosłych – zwłaszcza ci, którzy dążą do modernizacji swoich instytucji – uznają, że wspieranie kreatywnego myślenia i stosowanie innowacyjnych metodologii ma kluczowe znaczenie dla zapewnienia edukacji zgodnej z współczesnymi standardami. Dorośli uczniowie, w tym osoby w wieku 50–75 lat pochodzące ze środowisk znajdujących się w trudnej sytuacji, również odnoszą znaczne korzyści z możliwości rozwijania kreatywności i kompetencji cyfrowych, które pozwalają im dostosować się do zmian technologicznych i społecznych.

Polityka europejska wzmacnia te priorytety: kształcenie dorosłych jest postrzegane nie tylko jako środek poprawy szans na zatrudnienie i integracji społecznej, ale także jako motor kreatywności, innowacji i przedsiębiorczości (Rada Unii Europejskiej, 2008; 2021).

W ramach projektu XXI Adults, który koncentruje się na modernizacji kształcenia dorosłych w odpowiedzi na transformację cyfrową i społeczną, moduł ten służy jako pomost między tradycyjnymi podejściami pedagogicznymi a innowacyjnymi praktykami wymaganymi w szybko zmieniającym się środowisku. W kontekstach, w których kształcenie dorosłych ma trudności z nadążaniem za zmianami technologicznymi i społecznymi, wspieranie kreatywności wśród nauczycieli i osób uczących się staje się kluczowe dla zdolności adaptacyjnych, zaangażowania i uczenia się przez całe życie.

Badania przeprowadzone w ramach projektu XXI Adults, oparte na ankietach wśród dorosłych uczniów, nauczycieli, menedżerów i administracji publicznej, wykazały:

1. Potrzeby i trendy wśród osób uczących się

- Duże zainteresowanie sztuczną inteligencją, narzędziami kreatywnymi i nowymi technologiami.
- Duże zapotrzebowanie na spersonalizowane, elastyczne i innowacyjne formaty nauczania.

2. Kompetencje nauczycieli

- Coraz częstsze eksperymentowanie z AI i narzędziami cyfrowymi w praktyce nauczania.
- Coraz częstsze wykorzystanie kreatywnych technologii (np. Canva, edycja wideo, produkcja multimedialna).
- Potrzeba zintegrowanych szkoleń łączących rozwój umiejętności cyfrowych, kreatywnych i miękkich.

3. Innowacje na poziomie instytucjonalnym i systemowym

- Administracja publiczna wymaga nowoczesnej infrastruktury, planowania strategicznego i innowacji sprzyjających włączeniu społecznemu.
- Innowacje muszą równoważyć narzędzia cyfrowe z kreatywnością, komunikacją i krytycznym myśleniem.

4. Podejścia pedagogiczne

- Praktyczne i stosowane działania sprzyjają kreatywności i innowacyjności.
- Hybrydowe i interaktywne środowiska uczenia się najlepiej wspierają innowacyjne praktyki.

Zgodnie z tą logiką moduł wprowadza uczestników zarówno w zasady, jak i praktyczne zastosowanie kreatywności i innowacji w kształceniu dorosłych. Łączy podstawy teoretyczne z przykładami dobrych praktyk zebranych od partnerów projektu z całej Europy, prezentując strategie, narzędzia i metody, które zwiększyły zaangażowanie i wyniki nauczania w ośrodkach kształcenia dorosłych.

Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje

Dorośli uczniowie, zwłaszcza ci w wieku 50–75 lat i pochodzący ze środowisk znajdujących się w trudnej sytuacji, o ograniczonych umiejętnościach cyfrowych, zdobywają szereg kompetencji, które umożliwiają im aktywne uczestnictwo w społeczeństwie cyfrowym i poprawiają ich samopoczucie:

1. Umiejętności cyfrowe i kreatywna pewność siebie – uczniowie rozwijają podstawowe umiejętności cyfrowe i pokonują technofobię, co ma kluczowe znaczenie, biorąc pod uwagę, że brak kompetencji cyfrowych może powodować poczucie wykluczenia i frustracji, zwłaszcza wśród osób starszych (Fernández-Piqueras, González-García, Sanz-Ponce i Calero-Plaza, 2025). Problem przepaści cyfrowej rozwiązuje się poprzez

zapewnienie sprzyjającego, praktycznego środowiska do eksperymentowania z technologią.

2. Kreatywne myślenie i umiejętności rozwiązywania problemów – dzięki nauce technik takich jak burza mózgów, mapowanie myśli lub wykorzystanie mediów cyfrowych do wyrażania pomysłów, osoby dorosłe, zwłaszcza starsze, wzmacniają swoją zdolność do kreatywnego i elastycznego podejścia do wyzwań osobistych i społecznych. Co ważne, to kreatywne wzmocnienie przyczynia się do ich poczucia własnej skuteczności i może poprawić jakość życia – badania wykazały, że kreatywne zaangażowanie osób starszych wiąże się z lepszym zdrowiem poznawczym, zmniejszeniem izolacji i poczuciem celu (Ross, Lachmann, Jaarsveld, Riedel-Heller i Rodriguez, 2023).
3. Myślenie projektowe i innowacyjne podejście – angażując się w uproszczone procesy myślenia projektowego – empatię wobec użytkowników, generowanie pomysłów, tworzenie prototypów i testowanie – uczniowie stosują ustrukturyzowaną kreatywność w rzeczywistych sytuacjach, rozwijając praktyczne i zorientowane na rozwiązania podejście.
4. Współpraca i kreatywność społeczna – uczestnicy rozwijają umiejętności w zakresie kreatywności opartej na współpracy poprzez projekty grupowe i wzajemne uczenie się, zarówno osobiście, jak i za pośrednictwem dostępnych platform cyfrowych. Ćwiczą dzielenie się pomysłami, udzielanie i otrzymywanie informacji zwrotnych oraz wspólne tworzenie rozwiązań. Jest to zgodne z naciskiem kładzionym przez europejskie ramy kompetencji cyfrowych na kreatywne wykorzystanie technologii cyfrowych indywidualnie i zbiorowo w celu wprowadzania innowacji (Komisja Europejska, 2022).
5. Wyrażanie kultury i osobowości – uczniowie rozwijają swoje zdolności do wyrażania siebie i uczenia się przez całe życie poprzez twórcze działania. Wielu uczestników odkrywa nowe formy kreatywności, takie jak cyfrowe opowiadanie historii, fotografia lub sztuka, które pozwalają im dzielić się doświadczeniami życiowymi i wiedzą kulturową. Eksperci ds. edukacji dorosłych zauważają, że *znalezienie nowych sposobów uczenia się i pozytywne nastawienie do technologii otwierają możliwości codziennej kreatywności* w późniejszym życiu (Ruuskanen-Parrukoski, 2020).

Uzasadnienie teoretyczne

Wspieranie kreatywności w kształceniu dorosłych

Kreatywność jest powszechnie uznawana za kluczową zdolność dorosłych do radzenia sobie ze zmianami (Tsai, 2012). Władze europejskie podkreślają, że edukacja i szkolenia na wszystkich poziomach powinny rozwijać zdolności twórcze i innowacyjne osób uczących się, co z kolei przyczynia się do zrównoważonego rozwoju gospodarczego i społecznego (Rada Unii Europejskiej, 2008). Badania pokazują również, że kształcenie dorosłych może wywołać osobistą transformację – na przykład pracownicy zaangażowani w ciągłe uczenie się są zazwyczaj bardziej kreatywni i produktywni, co podkreśla wartość kreatywności dla zatrudnialności i aktywnego obywatelstwa (Tsai, 2012).

Badania wskazują, że środowiska edukacyjne skoncentrowane na uczniach, autonomiczne i sprzyjające wsparciu są najbardziej sprzyjające rozwijaniu zdolności twórczych (Tsai, 2012). W

praktyce oznacza to, że nauczyciele powinni zachęcać uczniów do generowania pomysłów bez obawy przed krytyką, promować otwarte rozwiązywanie problemów i pozwalać na eksperymentowanie. Kluczowe strategie pobudzające kreatywne myślenie obejmują wykorzystanie dyskusji grupowych i projektów opartych na współpracy, sesje burzy mózgów, scenariusze odgrywania ról, ćwiczenia z kreatywnego pisania oraz działania edukacyjne oparte na problemach.

Metody te wykorzystują naukę opartą na doświadczeniu i często zabawę, które, jak pokazują badania, są powiązane z kreatywnymi wynikami. Równie ważne są cechy interpersonalne nauczyciela: stwierdzono, że przyjazny, zachęcający i entuzjastyczny styl nauczania ma znaczący wpływ na kreatywne sukcesy uczniów (Tsai, 2012).

Kluczowe znaczenie ma atmosfera wsparcia. Kreatywność rozkwita, gdy uczniowie czują się bezpiecznie, mogą podejmować ryzyko i myśleć nieszablonowo, bez obawy przed porażką lub wyśmiewaniem. Dorosłym nauczycielom zaleca się stworzenie atmosfery zaufania, w której nowe pomysły są mile widziane, a błędy postrzegane jako okazje do nauki. Motywacja jest rzeczywiście kluczowym czynnikiem: uczniowie zmotywowani wewnętrznie (kierujący się ciekawością i osobistymi zainteresowaniami) są zazwyczaj bardziej kreatywni. Dlatego nauczyciele dorosłych powinni starać się wykorzystać pasje i doświadczenia życiowe uczniów, nadając nauce osobiste znaczenie.

Myślenie projektowe jako kreatywna metoda rozwiązywania problemów

Czym jest myślenie projektowe? Myślenie projektowe to podejście do innowacji i rozwiązywania problemów skoncentrowane na człowieku, które zyskało popularność w edukacji. W kontekście edukacyjnym podejście to kładzie nacisk na empatię wobec uczniów lub użytkowników końcowych, zachęca do nieszablonowego myślenia i równoważy myślenie analityczne z myśleniem kreatywnym (Boubaris, 2020). Kluczowe elementy myślenia projektowego obejmują: empatię, zabawową współpracę, kreatywną pewność siebie i uczenie się na błędach (Boubaris, 2020).

Powodem, dla którego myślenie projektowe jest postrzegane jako tak obiecujące, jest to, że koncentruje się ono na głębokim zrozumieniu potrzeb uczniów. Stosując techniki myślenia projektowego (takie jak mapowanie empatii, persony i szybkie prototypowanie działań edukacyjnych), nauczyciele mogą zidentyfikować bolączki i pragnienia swoich dorosłych uczniów i wprowadzać odpowiednie innowacje.

Innowacje dzięki technologii w kształceniu dorosłych

Postęp technologiczny wywarł głęboki wpływ na kształcenie dorosłych, otwierając nowe możliwości dotyczące sposobu, miejsca i zakresu nauki. Narzędzia i platformy cyfrowe są powszechnie postrzegane jako katalizatory innowacji w edukacji, umożliwiające bardziej elastyczne, spersonalizowane i angażujące doświadczenia edukacyjne (Baltacı, 2025). Jest to szczególnie ważne dla dorosłych uczących się, którzy często muszą godzić edukację z obowiązkami zawodowymi i osobistymi. Rozwiązania w zakresie kształcenia online i cyfrowego

umożliwiają dorosłym dostęp do edukacji w dowolnym miejscu i czasie, co zwiększa możliwości podnoszenia kwalifikacji i przekwalifikowania się.

Ważnym aspektem innowacji poprzez technologię jest zapewnienie wszystkim dorosłym – w tym starszym uczącym się – możliwości uczestniczenia w erze cyfrowej. Obecnie Europa boryka się z poważną przepaścią cyfrową między pokoleniami. Tylko co czwarty starszy Europejczyk (w wieku 65–74 lat) posiada przynajmniej podstawowe umiejętności cyfrowe (UNECE, 2022). Oznacza to, że innowacyjne wykorzystanie technologii w kształceniu dorosłych musi iść w parze z wysiłkami na rzecz poprawy umiejętności cyfrowych starszych uczących się. Unia Europejska wyznaczyła ambitny cel: do 2030 r. co najmniej 80% dorosłych powinno posiadać podstawowe umiejętności cyfrowe (Wspólne Centrum Badawcze, 2025). Jednak według stanu na 2024 r. tylko około 55,6% dorosłej populacji osiąga ten poziom.

Osiągnięcie celu 80% będzie wymagało ukierunkowanych inicjatyw mających na celu zaangażowanie osób, które obecnie pozostają w tyle – w szczególności grup szczególnie wrażliwych, takich jak osoby dorosłe o niskim poziomie wykształcenia, mieszkańcy obszarów wiejskich i osoby starsze. W europejskich dokumentach politycznych podkreśla się potrzebę dostosowania szkoleń i wsparcia do potrzeb tych grup, uznając, że osoby starsze i osoby o ograniczonym dostępie do technologii cyfrowych wymagają szczególnej uwagi w ramach działań na rzecz podnoszenia umiejętności cyfrowych.

Wykorzystanie technologii w kształceniu dorosłych nie polega tylko na nauczaniu umiejętności cyfrowych, ale także na wykorzystaniu najnowocześniejszych narzędzi w celu usprawnienia nauki wszystkich przedmiotów. Kilka trendów w dziedzinie technologii edukacyjnych kształtuje kształcenie dorosłych w Europie i poza nią (Baltacı, 2025):

- Mobilne uczenie się – smartfony sprawiły, że mobilne uczenie się stało się potężnym narzędziem. Dorośli mogą teraz uczyć się w dowolnym miejscu dzięki aplikacjom oferującym interaktywne mikro-lekcje. Dostęp w dowolnym czasie i miejscu pomaga zintegrować naukę z codziennym życiem.
- Nauczanie mieszane – połączenie nauczania online i bezpośredniego oferuje najlepsze cechy obu metod, pozwalając dorosłym korzystać ze wsparcia w klasie, a jednocześnie dostosować naukę do harmonogramu pracy.
- Nauczanie spersonalizowane i oparte na sztucznej inteligencji – systemy oparte na sztucznej inteligencji mogą dostosowywać treści do poziomu ucznia i zapewniać informacje zwrotne. Takie narzędzia są cenne w zaspokajaniu różnorodnych potrzeb dorosłych uczniów.
- Technologie immersyjne (VR/AR) – technologie te symulują rzeczywiste scenariusze, umożliwiając praktyczne ćwiczenia. W ramach projektów pilotażowych w Europie wykorzystano VR do szkolenia zawodowego i edukacji kulturalnej.
- Platformy internetowe i otwarte zasoby – platformy kursów online na żądanie i otwarte zasoby edukacyjne (OER) zwiększają dostęp do uczenia się przez całe życie.

Chociaż technologia przynosi wiele korzyści, innowacje w kształceniu dorosłych są najskuteczniejsze, gdy technologia jest wykorzystywana w sposób integracyjny i przemyślany. Nauczyciele potrzebują szkoleń i wsparcia, aby skutecznie wdrażać nowe narzędzia. Istnieje

również ryzyko, że osoby o niskich umiejętnościach cyfrowych mogą zostać jeszcze bardziej w tyle. Innowacyjne programy w Europie łączą wprowadzanie technologii z budowaniem potencjału. Element ludzki pozostaje kluczowy – technologia jest czynnikiem wspomagającym, ale nie zastępuje motywacji, wskazówek i interakcji społecznych, które napędzają kształcenie dorosłych (Rada Unii Europejskiej, 2021).

Dobre praktyki

1 Dobra praktyka: FabLab Gdańsk wspierany przez Orange

Kontekst i tło

FabLab Gdańsk powered by Orange to otwarta i bezpłatna przestrzeń edukacyjna, która oferuje dorosłym uczącym się możliwość rozwijania praktycznych umiejętności w takich dziedzinach, jak druk 3D, projektowanie CAD, elektronika i obróbka drewna. Opierając się na podejściu „uczenie się przez działanie", praktyka ta umożliwia uczestnikom naukę poprzez tworzenie i eksperymentowanie, niezależnie od ich dotychczasowego doświadczenia z technologią. Głównym celem jest podniesienie kompetencji cyfrowych, technicznych i społecznych, wspieranie zaangażowania lokalnej społeczności oraz zmniejszenie wykluczenia edukacyjnego i cyfrowego. Praktyka ta jest skierowana do ogółu dorosłej populacji Gdańska, w tym osób powracających na rynek pracy, osób starszych, kobiet i wszystkich zainteresowanych kreatywnym wykorzystaniem nowoczesnych technologii.

Utworzenie FabLab Gdańsk powered by Orange było odpowiedzią na rosnące zapotrzebowanie na otwarty, integracyjny dostęp do edukacji technologicznej i narzędzi cyfrowych wśród osób w każdym wieku – zwłaszcza dorosłych, którzy wcześniej byli pozbawieni takich możliwości. W szybko zmieniającym się świecie pracy i technologii wielu dorosłych napotyka bariery związane z brakiem doświadczenia, pewności siebie lub dostępu do narzędzi i szkoleń. Należą do nich osoby starsze, kobiety powracające na rynek pracy, bezrobotni oraz osoby o niskich lub przestarzałych umiejętnościach technicznych.

Grupą docelową *FabLabu* jest ogólna populacja dorosłych mieszkańców Gdańska i okolic, w szczególności osoby pragnące zdobyć praktyczne doświadczenie w zakresie narzędzi cyfrowej produkcji, takich jak drukarki 3D, frezarki CNC lub wycinarki laserowe, a także osoby zainteresowane elektroniką, obróbką drewna lub projektowaniem cyfrowym.

Cele

- Poprawa kompetencji cyfrowych i technicznych wśród dorosłych słuchaczy, w tym modelowania 3D, elektroniki, cięcia laserowego, frezowania CNC i korzystania z oprogramowania CAD.
- Zapewnienie integracyjnych i dostępnych możliwości kształcenia dla osób dorosłych, które mogą nie uczestniczyć w formalnej edukacji.
- Zachęcanie do uczenia się poprzez praktykę i kreatywne rozwiązywanie problemów poprzez działania oparte na projektach.
- Wspieranie zaangażowania społeczności i współpracy.

- Zmniejszenie przepaści cyfrowej.
- Wspieranie kreatywności i innowacyjności.
- Przyczynianie się do uczenia się przez całe życie poprzez nieformalną edukację, która promuje ciekawość, pewność siebie i ciągły rozwój.

Wdrożenie

Wdrożenie *FabLab Gdańsk powered by Orange* opierało się na dostosowaniu międzynarodowego modelu FabLab do potrzeb lokalnej społeczności. Proces ten został przeprowadzony we współpracy między Fundacją Orange, Miastem Gdańsk i Stowarzyszeniem FabLab Gdańsk i składał się z kilku kluczowych etapów, w tym uruchomienia otwartego dostępu i zaangażowania społeczności oraz utrzymania i rozszerzenia działalności.

Wyniki i wpływ

- Setki dorosłych wzięło udział w bezpłatnych warsztatach poświęconych drukowaniu 3D, projektowaniu cyfrowemu, elektronice, obróbce drewna i technologii CNC, zwiększając swoją pewność w korzystaniu z nowoczesnych narzędzi i oprogramowania.
- Inicjatywa zmniejszyła wykluczenie cyfrowe, docierając do osób, które wcześniej nie miały dostępu do edukacji technologicznej.
- Powstała silna i integracyjna społeczność twórców i uczących się. Wielu uczestników zgłasza wzrost pewności siebie, kreatywności i silniejsze poczucie sprawczości w kształtowaniu swoich ścieżek edukacyjnych lub ponownym wejściu na rynek pracy.
- Praktyka ta została uznana za skuteczny model nieformalnej edukacji dorosłych.

Wnioski

FabLab Gdańsk wspiera innowacyjność i kreatywność, zapewniając dorosłym praktyczny dostęp do nowoczesnych narzędzi i technologii, zachęcając do eksperymentowania, rozwiązywania problemów i tworzenia. Jego podejście „uczenie się przez działanie" umożliwia różnorodnym uczniom projektowanie, tworzenie i testowanie pomysłów, jednocześnie budując pewność siebie i poszerzając kompetencje cyfrowe, techniczne i kreatywne w ramach integracyjnej przestrzeni społecznościowej.

Model *FabLab* można przenieść do różnych kontekstów lokalnych, w tym do ośrodków miejskich, obszarów wiejskich, szkół, bibliotek i centrów społecznościowych. *FabLab Gdańsk* pokazuje, że nawet stosunkowo niewielkie inicjatywy – oparte na współpracy i wspólnych wartościach – mogą wywrzeć znaczący i trwały wpływ na edukację dorosłych. Przyszłe wdrożenia powinny zapewniać dostępność, różnorodność uczniów i długoterminową stabilność.

2·Dobra praktyka: Ośrodki edukacyjne dla społeczności – Duisburg

Kontekst i tło

Ośrodki edukacyjne w Duisburgu to bezpieczne, integracyjne przestrzenie edukacyjne oparte na sąsiedztwie, oferujące zajęcia z czytania, pisania, języka niemieckiego i matematyki dla młodzieży romskiej i ich rodzin. Zaprojektowane jako pomosty do formalnej edukacji i szkolenia zawodowego, ośrodki te zajmują się międzypokoleniowymi barierami w nauce, zwłaszcza dla osób o niskim poziomie wykształcenia, zapewniając elastyczne wsparcie osadzone w społeczności.

Wiele rodzin romskich w Duisburgu mieszka w gęsto zaludnionych dzielnicach miejskich, gdzie dostęp do usług publicznych jest ograniczony. W tych obszarach młodzież i dorośli często spotykają się z wykluczeniem z głównego nurtu edukacji ze względu na niską znajomość języka, brak wcześniejszej edukacji szkolnej, niepewność mieszkaniową i strukturalną antycygańską dyskryminację. Publiczne instytucje owe miały trudności z dotarciem do tych społeczności z powodu wzajemnej nieufności, barier kulturowych i ograniczeń logistycznych. W odpowiedzi na to lokalne organizacje pozarządowe (takie jak BildungsWerkstatt Duisburg i Integra Duisburg e.V.), we współpracy z miejskim biurem ds. integracji, zainicjowały powstanie ośrodków edukacyjnych jako oddolnego, międzykulturowego podejścia do nauki.

Grupą docelową są młodzież romska (w wieku 14–27 lat) i ich rodziny, zwłaszcza te mieszkające w dzielnicach dotkniętych segregacją i nieuczęszczające do szkół ani niepracujące.

Cele

- Rozwijanie podstawowych umiejętności czytania, pisania i liczenia wśród młodzieży i dorosłych Romów.
- Zwiększenie pewności siebie i motywacji do nauki
- Wspieranie integracji z systemem kształcenia zawodowego i edukacyjnego
- Wzmocnienie nauki w rodzinie i spójności społecznej
- Budowanie zaufania społeczności i partnerstwa z instytucjami edukacyjnymi

Wdrożenie

- Utworzenie lokalnych ośrodków: wynajęto pomieszczenia i przekształcono je w przyjazne, uwzględniające różnice kulturowe centra edukacyjne.
- Działania społeczne: lokalni romscy animatorzy nawiązali kontakt z rodzinami, odwiedzając je w domach i organizując imprezy społecznościowe, aby wyjaśnić ofertę i zachęcić do zapisów.
- Elastyczne zajęcia edukacyjne: Sesje w małych grupach odbywające się dwa razy w tygodniu, obejmujące:
  – podstawy czytania i pisania w języku niemieckim
  – matematyka w życiu codziennym i budżetowanie
  – poruszanie się po dokumentach związanych ze zdrowiem, szkołą i zatrudnieniem
  – konwersacje w języku niemieckim i odgrywanie ról w sytuacjach codziennych
- Włączenie rodziny: rodzice i starsze rodzeństwo byli zapraszani na wspólne sesje edukacyjne, co sprzyjało edukacji międzypokoleniowej.

- Pomost do formalnych systemów: po 6–9 miesiącach osoby uczące się, które wykazały gotowość, były kierowane do formalnych szkół językowych, urzędów pracy lub programów zawodowych dla młodzieży.

Wyniki i wpływ

- W ciągu dwóch lat w programie wzięło udział ponad 150 romskich uczniów.
- Ponad 40 z nich przeszło do formalnych kursów integracyjnych języka niemieckiego lub kursów przygotowujących do kształcenia i szkolenia zawodowego.
- Zwiększona frekwencja i punktualność
- Znaczna poprawa podstawowych umiejętności czytania i mówienia
- Wzmocnienie udziału rodziny w sprawach związanych ze szkołą (np. spotkania rodziców)

Wnioski

Centra edukacyjne promują innowacyjność i kreatywność, oferując elastyczne, osadzone w społeczności formy nauki dostosowane do potrzeb uczestników. Tworząc bezpieczne przestrzenie, w których młodzież romska i rodziny romskie mogą zgłębiać umiejętności czytania i pisania oraz języka za pomocą metod dostosowanych do uwarunkowań kulturowych, centra te budują pewność siebie, ciekawość i nowe ścieżki edukacyjne wykraczające poza tradycyjne struktury szkolne.

Model ten można przenieść do innych miast o dużej koncentracji ludności romskiej lub marginalizowanych grup migrantów. Kluczowe warunki to lokalizacja w społeczności, budowanie zaufania poprzez mediatorów romskich oraz ścisła współpraca z lokalnymi władzami.

3·Dobra praktyka: Innowacje zorientowane na człowieka poprzez myślenie projektowe (HPI School of Design Thinking, Poczdam)

Kontekst i tło

Ta dobra praktyka to kreatywny model uczenia się, który umożliwia dorosłym uczącym się, w tym profesjonalistom, nauczycielom i innowatorom, rozwiązywanie złożonych problemów świata rzeczywistego przy użyciu metodologii myślenia projektowego. Program oferowany przez Instytut Hasso Plattnera zapewnia mieszane, praktyczne doświadczenie edukacyjne, w ramach którego uczestnicy pracują w zróżnicowanych zespołach, aby wspólnie tworzyć rozwiązania dla wyzwań związanych z biznesem, edukacją lub społeczeństwem obywatelskim. Dzięki ustrukturyzowanemu procesowi empatii, tworzenia pomysłów, prototypowania i testowania uczniowie zdobywają kluczowe kompetencje XXI wieku, takie jak umiejętność korzystania z technologii cyfrowych, innowacyjność, współpraca i przedsiębiorczość. Celem jest budowanie kreatywnej pewności siebie i wyposażenie dorosłych w narzędzia i sposób myślenia potrzebne do wprowadzania innowacji w ich społecznościach, organizacjach i karierach.

W miarę jak społeczeństwa i rynki pracy stają się coraz bardziej złożone i cyfrowe, dorosłym w kontekście zawodowym i obywatelskim coraz bardziej brakuje kreatywnych i opartych na współpracy umiejętności rozwiązywania problemów, niezbędnych do radzenia sobie z

niepewnymi, szybko zmieniającymi się wyzwaniami. Tradycyjne modele kształcenia dorosłych często kładą nacisk na naukę teoretyczną i indywidualne wyniki, nie przygotowując uczniów do rzeczywistych, opartych na pracy zespołowej środowisk innowacyjnych, które można znaleźć w dzisiejszej gospodarce i społeczeństwie.

Główną grupą docelową są dorośli uczniowie, tacy jak profesjonaliści, nauczyciele, przedsiębiorcy i pracownicy sektora publicznego z różnych dziedzin. Program jest również skierowany do osób w połowie kariery zawodowej lub przechodzących transformację między sektorami, które chcą rozwijać swoje zdolności innowacyjne i umiejętności współpracy cyfrowej.

Cele

- Wyposażenie dorosłych w narzędzia i sposób myślenia umożliwiające kreatywne, zorientowane na człowieka rozwiązywanie problemów.
- Rozwijanie kompetencji cyfrowych i współpracy niezbędnych do innowacji.
- Zachęcanie do współpracy międzysektorowej i interdyscyplinarnej.
- Wypełnienie luki między myśleniem akademickim a zastosowaniem w świecie rzeczywistym.
- Przesunięcie uczestników od linearnego myślenia skoncentrowanego na rozwiązaniach do iteracyjnego podejścia skoncentrowanego na użytkowniku.
- Kultywować kulturę eksperymentowania i empatii w kontekście zawodowym i edukacyjnym.
- Promowanie nowego podejścia do pracy zespołowej i porażki jako części procesu uczenia się.

Wdrożenie

- Wybór uczestników – wybierana jest zróżnicowana grupa na podstawie motywacji, różnorodności doświadczeń (sektor, wiek, dyscyplina) oraz otwartości na nowe modele uczenia się.
- Wdrożenie i szkolenie – wstępne warsztaty wprowadzają ramy myślenia projektowego i narzędzia współpracy (zarówno fizyczne, jak i cyfrowe, takie jak Miro, Zoom i zestawy do prototypowania).
- Tworzenie zespołów – tworzone są małe, interdyscyplinarne zespoły składające się z 5–6 osób, którym przypisuje się rzeczywiste wyzwania z organizacji partnerskich.
- Praca nad projektem – zespoły przechodzą przez pięć faz myślenia projektowego – empatię, definiowanie, tworzenie pomysłów, prototypowanie i testowanie – stosując zwinne i kreatywne metody.
- Coaching i refleksja – zespoły są wspierane przez przeszkolonych coachów i facylitatorów, którzy kierują ich procesem i zachęcają do meta-uczenia się i refleksji.

- Prezentacje końcowe i iteracja – wyniki są udostępniane zewnętrznym interesariuszom; informacje zwrotne prowadzą do dalszych udoskonaleń lub wdrożenia w rzeczywistym świecie.

Kluczowe zastosowane metody

- Szybkie prototypowanie
- Wywiady z użytkownikami i mapowanie empatii
- Techniki burzy mózgów
- Cykle informacji zwrotnych
- Cyfrowe tablice i narzędzia do współpracy

Wyniki i wpływ

- Od momentu powstania programu przeszkolono ponad 3000 specjalistów w zakresie myślenia projektowego i współpracy cyfrowej.
- Opracowano wiele praktycznych rozwiązań w takich obszarach, jak opieka zdrowotna, mobilność miejska, edukacja i zrównoważony rozwój środowiska.
- Uczestnicy zgłaszali wzrost pewności siebie w zakresie kreatywności, poprawę umiejętności współpracy oraz większą gotowość do podejmowania inicjatywy.
- Wielu z nich opisało transformacyjne zmiany w swoim podejściu do przywództwa i pracy zespołowej.
- Absolwenci wprowadzili myślenie projektowe do swoich instytucji, zwiększając długoterminowy wpływ programu.

Wnioski

Program *Design Thinking* sprzyja innowacyjności i kreatywności, angażując dorosłych w praktyczny proces empatii, tworzenia pomysłów i szybkiego prototypowania. Pracując w zróżnicowanych zespołach, uczestnicy wspólnie tworzą rzeczywiste rozwiązania, wzmacniając umiejętności cyfrowe, pewność siebie w zakresie kreatywności i przedsiębiorcze podejście, jednocześnie ucząc się podejścia do wyzwań poprzez eksperymentowanie i współpracę.

Myślenie projektowe jest modelem, który można przenieść na skalę globalną i dostosować do ośrodków kształcenia dorosłych, organizacji pozarządowych, administracji publicznej i środowisk korporacyjnych. Warunki pomyślnego wdrożenia to: wykwalifikowani facylitatorzy lub trenerzy przeszkoleni w zakresie myślenia projektowego, elastyczna przestrzeń edukacyjna (fizyczna lub wirtualna) sprzyjająca eksperymentowaniu, rzeczywiste wyzwania wynikające z lokalnego kontekstu oraz gotowość instytucji do przyjęcia otwartego, nieliniowego procesu uczenia się.

Moduł 3: Uczenie się społeczne i międzypokoleniowe

Wprowadzenie i uzasadnienie

Wyniki badań XXI Adults jasno pokazują, że uczenie się międzypokoleniowe jest zarówno koniecznością, jak i szansą dla edukacji dorosłych w dzisiejszej Europie. Dane ankietowe z sześciu krajów partnerskich wskazują na bardzo zróżnicowaną populację osób uczących się, od młodych dorosłych po seniorów w wieku powyżej 75 lat, o równie zróżnicowanym poziomie wykształcenia i statusie zatrudnienia. Potwierdza to, że edukacja dorosłych musi odpowiadać na szerokie potrzeby i realia międzypokoleniowe.

Uczący się podkreślali znaczenie więzi społecznych, empatii i poczucia przynależności jako czynników motywujących do udziału w szkoleniach, obok rozwoju kariery i integracji cyfrowej.

Dla wielu osób starszych izolacja i wykluczenie cyfrowe pozostają istotnymi barierami, podczas gdy młodsi dorośli często poszukują umiejętności, które zwiększają ich szanse na zatrudnienie i uczestnictwo w życiu współczesnego społeczeństwa. Nauczyciele i menedżerowie zgłaszali podobne obawy, podkreślając, że ośrodki kształcenia dorosłych potrzebują narzędzi wzmacniających integrację, współpracę i zdolność adaptacyjną międzypokoleniową.

Zebrane dobre praktyki dodatkowo potwierdzają te obserwacje. Na przykład inicjatywy takie jak *„Autentyczna nauka na rzecz współpracy międzypokoleniowej”* (Polska) i *„EduSenior”* (Polska) pokazują, w jaki sposób ustrukturyzowana współpraca między młodzieżą a seniorami tworzy silniejsze społeczności, zwalcza stereotypy związane z wiekiem i rozwija podstawowe umiejętności, takie jak komunikacja, empatia i uczestnictwo obywatelskie.

Podobnie programy *„Digital Mentorship Programme: Seniors Learning from Peers”* (Grecja) i *„Digital Ambassadors in the Neighbourhood”* (Grecja) pokazują, w jaki sposób podejście oparte na współpracy między rówieśnikami i międzypokoleniowej pomaga osobom w różnym wieku dzielić się wiedzą, zmniejszać przepaść cyfrową i budować zaufanie.

Praktyki te pokazują, że uczenie się międzypokoleniowe jest nie tylko wartościowe społecznie, ale także skuteczne pod względem pedagogicznym. Dorośli najlepiej uczą się, gdy angażują się w autentyczne, rzeczywiste zadania, które zachęcają do współpracy, refleksji i dialogu między grupami wiekowymi. Projekty oparte na wzajemnym szacunku i aktywnym uczestnictwie pomagają budować trwałe kompetencje, zarówno cyfrowe, jak i społeczne, jednocześnie wzmacniając lokalne społeczności.

W tym sensie moduł 3 ma na celu:

- Promowanie integracji społecznej poprzez współpracę międzypokoleniową.
- Zajmowanie się barierami izolacji, wykluczenia i nierówności cyfrowej, z którymi borykają się zwłaszcza osoby starsze i grupy szczególnie wrażliwe.
- Zapewnienie nauczycielom metod i narzędzi ułatwiających międzypokoleniowe uczenie się w praktyczny, skoncentrowany na uczniu sposób.
- Pokazanie, w jaki sposób wzajemne uczenie się między młodszymi i starszymi osobami dorosłymi może wspierać zatrudnialność, zaangażowanie obywatelskie i uczenie się przez całe życie.

Opierając się na wynikach badań i sprawdzonych dobrych praktykach, moduł ten traktuje uczenie się społeczne i międzypokoleniowe jako fundament przewodnika szkoleniowego XXI Adults Training Guide, zapewniając, że edukacja dorosłych w XXI wieku pozostaje integracyjna, innowacyjna i oparta na społeczności.

Czego nauczą się uczniowie / zdobyte umiejętności i kompetencje

Moduł ten koncentruje się na praktycznych umiejętnościach, które pomagają budować znaczące relacje międzypokoleniowe. Poniżej przedstawiono główne efekty uczenia się i kompetencje, które uczestnicy powinni rozwinąć.

Empatia, integracja i komunikacja

W ramach tego modułu uczestnicy badają, w jaki sposób znaczące uczenie się międzypokoleniowe może opierać się na empatii, dialogu i wzajemnym szacunku. Rozwijają umiejętność rozpoznawania znaczenia aktywnego słuchania i komunikacji integracyjnej, jednocześnie identyfikując i eliminując ryzyko wykluczenia społecznego w swoich społecznościach. Poprzez praktykowanie konstruktywnego dialogu i podstawowych strategii rozwiązywania konfliktów między grupami wiekowymi wzmacniają swoje kompetencje społeczne, inteligencję emocjonalną i umiejętności komunikacyjne.

Współpraca międzypokoleniowa i uczenie się od rówieśników

Uczestnicy uczą się również, jak projektować i prowadzić działania, które aktywnie angażują zarówno młodszych, jak i starszych uczniów. Dzięki mentoringowi rówieśniczemu, współtworzeniu, opowiadaniu historii i podejściu opartemu na nauce przez działanie doświadczają współpracy międzypokoleniowej i uczą się doceniać różnorodne perspektywy i

doświadczenia życiowe. Proces ten wzmacnia ich umiejętności pracy zespołowej, mediacji i dialogu międzypokoleniowego.

Integracja cyfrowa i mentoring

Duży nacisk kładzie się na integrację cyfrową i mentoring. Uczestnicy zdobywają praktyczne strategie wspierania seniorów i grup znajdujących się w trudnej sytuacji w niwelowaniu przepaści cyfrowej, jednocześnie rozwijając umiejętności mentorskie i facylitacyjne. Korzystając z dostępnych narzędzi cyfrowych, takich jak platformy wideokonferencyjne, aplikacje do wspólnego projektowania i media społecznościowe, uczą się, jak technologia może stać się pomostem między pokoleniami, a nie barierą. Zwiększa to ich kompetencje cyfrowe, zdolność adaptacji i pewność siebie w prowadzeniu innych.

Zaangażowanie obywatelskie i uczenie się przez całe życie

Wreszcie, moduł zachęca uczestników do połączenia międzypokoleniowego uczenia się z zaangażowaniem obywatelskim i rozwojem przez całe życie. Uczestnicy są prowadzeni przez proces projektowania niewielkich inicjatyw społecznych, które zbliżają pokolenia, wzmacniają aktywne obywatelstwo i sprzyjają odpowiedzialności społecznej. W ten sposób rozwijają umiejętności przywódcze, kompetencje obywatelskie i nastawienie na naukę, które wspierają ciągły rozwój osobisty i zawodowy.

Uzasadnienie teoretyczne

Uczenie się społeczne i międzypokoleniowe opiera się na komunikacji, współpracy i wspólnych doświadczeniach między różnymi grupami wiekowymi. Jednak w dzisiejszym świecie większość tej wymiany odbywa się w środowiskach cyfrowych. Badania XXI Adults potwierdzają, że dorośli w całej Europie wykazują bardzo zróżnicowany poziom kompetencji cyfrowych: podczas gdy młodsze pokolenia często płynnie korzystają z platform internetowych, wiele osób starszych napotyka bariery, takie jak brak pewności siebie, ograniczony dostęp do urządzeń lub trudności związane z bezpieczeństwem w Internecie. Ta przepaść cyfrowa nie tylko dzieli pokolenia, ale także grozi pogłębieniem wykluczenia społecznego, jeśli nie zostanie rozwiązana.

Z tego powodu kompetencje cyfrowe są podstawą edukacji międzypokoleniowej. Stanowią one wspólny język i narzędzia, które pozwalają osobom w różnym wieku współpracować, dzielić się historiami i wspierać się nawzajem. Dobre praktyki, takie jak *program mentorski w zakresie technologii cyfrowych* (Grecja) i *podstawy umiejętności korzystania z mediów cyfrowych* (Bośnia i Hercegowina), pokazują, w jaki sposób międzypokoleniowe uczenie się rówieśnicze w sferze cyfrowej pomaga seniorom nabrać pewności siebie, jednocześnie umożliwiając młodszym uczestnikom pełnienie roli facylitatorów i mentorów. Podejścia te sprawiają, że umiejętności cyfrowe stają się pomostami, zmniejszając stereotypy, zwiększając empatię i wzmacniając więzi społeczne.

Jednocześnie kompetencje cyfrowe rozszerzają zakres międzypokoleniowego uczenia się poza kontekst lokalny. Umożliwiają one uczestnikom nawiązywanie kontaktów ponad granicami, angażowanie się w społeczności internetowe i wspólne tworzenie projektów, które odzwierciedlają zarówno tradycyjną wiedzę, jak i nowoczesne innowacje. Dzięki wspólnej nauce

pokolenia mogą wymieniać się doświadczeniami życiowymi i wiedzą techniczną, zapewniając, że żadna grupa nie zostanie pominięta w transformacji cyfrowej.

W tym sensie kompetencje cyfrowe mają znaczenie dla modułu 3, ponieważ nie są one jedynie umiejętnościami technicznymi, ale czynnikami sprzyjającymi integracji, dialogowi i solidarności. Pozwalają one dorosłym w każdym wieku na równe uczestnictwo, wzajemną naukę i aktywny wkład w życie swoich społeczności. Wzmocnienie umiejętności cyfrowych w ramach uczenia się społecznego i międzypokoleniowego wspiera zatem szerszą misję projektu XXI Adults: stworzenie systemu kształcenia dorosłych, który jest integracyjny, zorientowany na przyszłość i mocno zakorzeniony we współpracy międzypokoleniowej.

Dobre praktyki

1·Dobra praktyka: autentyczne uczenie się na rzecz współpracy międzypokoleniowej

Kontekst i tło

W wielu społecznościach europejskich seniorzy i młodzi ludzie żyją obok siebie, ale mają ograniczone możliwości współpracy. Seniorzy często doświadczają izolacji społecznej lub czują się niedoceniani, podczas gdy młodym ludziom brakuje znaczących sposobów angażowania się w życie społeczności. Projekt *„Autentyczna nauka na rzecz współpracy międzypokoleniowej”* został opracowany w odpowiedzi na te wyzwania, a jego celem jest łączenie różnych pokoleń poprzez wspólną naukę i inicjatywy społeczne.

Cele

- Wzmocnienie więzi międzypokoleniowych poprzez zbliżenie młodzieży i seniorów jako równorzędnych partnerów.
- Promowanie autentycznego uczenia się poprzez zadania z życia codziennego i projekty społeczne.
- Rozwijanie kompetencji społecznych i obywatelskich, takich jak empatia, praca zespołowa i aktywne obywatelstwo.
- Zmniejszenie stereotypów międzypokoleniowych i wspieranie wzajemnego szacunku.

Realizacja

W inicjatywie wzięło udział dziesięć szkół i dziesięć grup seniorów z regionu Śląska w Polsce. Utworzono zespoły mieszane wiekowo, które przy wsparciu mentorów opracowały i wdrożyły lokalne działania oparte na potrzebach społeczności. Działania obejmowały wydarzenia kulturalne, inicjatywy ekologiczne i warsztaty edukacyjne. W ciągu kilku miesięcy zrealizowano 20 lokalnych projektów, które uzyskały wsparcie w postaci mentoringu, finansowania i szkoleń.

Wyniki i wpływ

- Ponad 220 uczestników zaangażowało się w działania międzypokoleniowe, zgłaszając poprawę umiejętności społecznych i komunikacyjnych.
- 96% uczestników stwierdziło, że projekt pomógł im lepiej zrozumieć wartość współpracy międzypokoleniowej.
- Seniorzy zgłaszali, że czują się bardziej aktywni, doceniani i związani ze społecznością, podczas gdy młodzież wyrażała uznanie dla mądrości i doświadczenia starszych pokoleń.
- Kilka grup postanowiło kontynuować współpracę po zakończeniu formalnego harmonogramu projektu.

Praktyka ta pokazuje, w jaki sposób międzypokoleniowe uczenie się buduje mosty między grupami wiekowymi, jednocześnie eliminując ryzyko izolacji i wykluczenia. Podkreśla również znaczenie uczenia się przez działanie, w ramach którego uczestnicy aktywnie współtworzą znaczące inicjatywy społeczne. W przypadku modułu 3 przykład ten pokazuje, w jaki sposób ustrukturyzowaną współpracę międzypokoleniową można włączyć do kształcenia dorosłych w celu rozwijania zarówno kompetencji społecznych, jak i motywacji do uczenia się przez całe życie.

2 Dobra praktyka: Program mentorski online: seniorzy uczą się od rówieśników

Kontekst i tło

Jedną z głównych barier dla osób starszych w dzisiejszym społeczeństwie jest przepaść cyfrowa. Wielu seniorów nie ma wystarczającej pewności siebie, umiejętności lub wsparcia, aby efektywnie korzystać z narzędzi cyfrowych, co ogranicza ich zdolność do utrzymywania kontaktów, dostępu do usług lub uczestnictwa w życiu społeczności. *Program mentorski w zakresie technologii cyfrowych* został stworzony w Grecji, aby rozwiązać ten problem poprzez umożliwienie seniorom uczenia się bezpośrednio od swoich rówieśników i młodszych pokoleń.

Cele

- Zmniejszenie wykluczenia cyfrowego wśród osób starszych poprzez zapewnienie dostępnych możliwości uczenia się pod kierunkiem rówieśników.
- Wzmocnienie więzi społecznych poprzez zachęcanie do mentoringu i wymiany wiedzy międzypokoleniowej.
- Budowanie pewności siebie seniorów w korzystaniu z narzędzi cyfrowych do komunikacji, pozyskiwania informacji i wykonywania codziennych zadań.
- Promowanie uczenia się przez całe życie i solidarności społecznej.

Realizacja

W ramach programu przeszkolono starszych wolontariuszy i młodszych mentorów, aby wspierali rówieśników w nauce podstaw obsługi technologii cyfrowych, takich jak poczta elektroniczna, rozmowy wideo, bankowość internetowa i bezpieczne korzystanie z Internetu. W ośrodkach społecznościowych, bibliotekach i lokalnych organizacjach pozarządowych zorganizowano kręgi edukacyjne i sesje indywidualne. Metoda kładła nacisk na praktyczne ćwiczenia, cierpliwość i powtarzanie, zapewniając uczestnikom możliwość zastosowania umiejętności w rzeczywistych sytuacjach.

Wyniki i wpływ

- Seniorzy zdobyli praktyczne umiejętności cyfrowe, które poprawiły ich codzienne życie (np. kontaktowanie się z rodziną przez Internet, zarządzanie usługami elektronicznymi).
- Uczestnicy zgłaszali większą pewność siebie, mniejszy strach przed technologią i silniejszą motywację do dalszej nauki.
- Międzypokoleniowy mentoring sprzyjał empatii, szacunkowi i silniejszym relacjom społecznym.
- Program stworzył trwałą sieć mentorów cyfrowych, zapewniając ciągłe wsparcie rówieśnicze poza początkową fazą projektu.

Ta dobra praktyka pokazuje, jak kompetencje cyfrowe mają kluczowe znaczenie dla międzypokoleniowego uczenia się. Łącząc interakcje społeczne z praktycznymi szkoleniami cyfrowymi, nie tylko zmniejsza się wykluczenie, ale także umożliwia seniorom pełniejsze uczestnictwo w życiu społecznym. W module 3 przykład ten pokazuje, jak mentoring i uczenie się od rówieśników mogą przekształcić przepaść cyfrową w okazję do nawiązania kontaktów, wzmocnienia pozycji i solidarności.

3rd Dobre praktyki: Podstawy umiejętności korzystania z mediów cyfrowych – wzmacnianie pozycji dorosłych w zakresie krytycznego korzystania z informacji online

Kontekst i tło

Wraz z szybkim rozwojem platform internetowych dorośli są coraz bardziej narażeni na dezinformację, treści manipulacyjne i ekstremistyczne narracje. Wielu uczniów, zwłaszcza osoby starsze lub mające mniejsze możliwości, nie posiada umiejętności krytycznej oceny informacji w Internecie. Ta luka nie tylko zagraża podejmowaniu świadomych decyzji, ale także zwiększa podatność na wykluczenie i radykalizację.

Cele

- Wzmocnienie kompetencji w zakresie umiejętności korzystania z mediów wśród dorosłych uczniów.
- Wyposażenie uczestników w umiejętności krytycznej oceny źródeł internetowych, rozpoznawania manipulacji i unikania dezinformacji.

- Zmniejszenie ryzyka wykluczenia społecznego poprzez wspieranie równego udziału w społeczeństwie cyfrowym.
- Wspieranie dialogu międzypokoleniowego na temat bezpiecznego, odpowiedzialnego i krytycznego korzystania z mediów.

Realizacja

W ramach programu zorganizowano interaktywne warsztaty i moduły szkoleniowe łączące teorię z praktyką. Dorośli nauczyli się rozpoznawać fałszywe wiadomości, rozumieć stronniczość i weryfikować źródła internetowe. Działania obejmowały studia przypadków, analizę grupową rzeczywistych przykładów mediów oraz międzypokoleniowe dyskusje rówieśnicze, podczas których młodsi uczestnicy dzielili się wiedzą na temat technologii cyfrowych, a starsi uczestnicy dzielili się doświadczeniem życiowym i krytyczną refleksją.

Wyniki i wpływ

- Dorośli uczestnicy programu zgłaszali większą pewność siebie w korzystaniu z mediów cyfrowych i rozpoznawaniu manipulacyjnych narracji.
- Grupy międzypokoleniowe wypracowały wspólne rozumienie odpowiedzialnego zachowania w sieci, zmniejszając stereotypy i budując solidarność.
- Program przyczynił się do zapobiegania wykluczeniu i ryzyku związanemu z dezinformacją na poziomie społeczności lokalnej.
- Nauczyciele zdobyli praktyczne narzędzia do włączenia umiejętności korzystania z mediów do edukacji dorosłych.

Ta dobra praktyka pokazuje, jak kompetencje cyfrowe i kompetencje społeczne są ze sobą powiązane. Umiejętność korzystania z mediów umożliwia dorosłym krytyczne i odpowiedzialne poruszanie się po świecie cyfrowym, a współpraca międzypokoleniowa zapewnia wymianę wiedzy w obu kierunkach. W module 3 przykład ten ilustruje, w jaki sposób rozwijanie krytycznego myślenia poprzez umiejętności cyfrowe wzmacnia również integrację, zaufanie i odporność w zróżnicowanych społecznościach.

Moduł 4: Integracja

Wprowadzenie i uzasadnienie

Integracja w kształceniu dorosłych jest podstawą europejskich polityk i praktyk, podkreślając pilną potrzebę budowania systemów kształcenia, które są sprawiedliwe, odpowiednie i dostępne dla wszystkich, niezależnie od rasy, płci, wieku czy pochodzenia. Współczesne społeczeństwa kształtują się pod wpływem transformacji cyfrowej, migracji i starzenia się społeczeństwa, co stwarza zarówno wyzwania, jak i możliwości dla dorosłych uczących się.

Według globalnego raportu UNESCO na temat kształcenia i edukacji dorosłych (2022) polityka edukacyjna sprzyjająca włączeniu społecznemu jest ściśle powiązana z zatrudnialnością, spójnością społeczną i zdolnością dorosłych do dostosowania się do szybkich zmian. Podobnie Komisja Europejska (2020) podkreśla, że kształcenie dorosłych musi wykraczać poza podstawowe umiejętności, takie jak umiejętność czytania, pisania i liczenia, i obejmować naukę międzykulturową, uczestnictwo społeczne i wzmacnianie pozycji cyfrowej.

Wykluczenie z możliwości kształcenia dorosłych często pogłębia istniejące nierówności. Grupy znajdujące się w trudnej sytuacji, takie jak migranci, uchodźcy, społeczności romskie, osoby starsze i osoby niepełnosprawne, są w nieproporcjonalny sposób dotknięte ograniczonym dostępem do integracyjnej i wysokiej jakości edukacji. W raporcie OECD Skills Outlook (2023) podkreślono, że dorośli o niskim poziomie umiejętności są trzykrotnie bardziej narażeni na bezrobocie i dwukrotnie bardziej narażeni na izolację społeczną. Dlatego integracyjna edukacja dorosłych nie dotyczy wyłącznie wyników uczenia się, ale także godności, wzmocnienia pozycji i prawa do równego udziału w edukacji i obywatelstwie.

W niniejszym module uznaje się, że integracja jest zarówno zasadą, jak i praktyką. Jako zasada promuje ona sprawiedliwość i równe szanse. Jako praktyka musi być wpisana w programy nauczania, politykę instytucjonalną, materiały dydaktyczne i codzienne interakcje edukacyjne. Powodem, dla którego niniejszy moduł koncentruje się na integracji, jest zapewnienie, aby żaden dorosły uczący się nie był wykluczony z możliwości edukacyjnych i cyfrowych. Jak wykazano w wyżej wymienionych raportach (UNESCO, 2022; Komisja Europejska, 2020; OECD, 2023; Rada Europy, 2022), edukacja integracyjna wzmacnia społeczności i zmniejsza dyskryminację strukturalną.

Czego nauczą się uczniowie / Zdobyte umiejętności i kompetencje

- Rozwijanie silniejszych kompetencji międzykulturowych poprzez okazywanie szacunku dla różnorodności, praktykowanie empatii i konstruktywne rozwiązywanie konfliktów w interakcjach międzykulturowych.
- Wzmocnienie umiejętności społecznych poprzez skuteczną komunikację, współpracę zespołową i aktywny udział w inicjatywach społecznościowych.
- Będą korzystać z podstawowych narzędzi i technologii cyfrowych w celu uzyskiwania dostępu do informacji, skutecznej komunikacji i pewnego uczestnictwa w społeczeństwie cyfrowym, wspierając swoją integrację cyfrową.
- Budowanie pewności siebie i odporności poprzez stosowanie strategii zwiększających poczucie własnej skuteczności w nowych kontekstach społecznych i zawodowych.
- Rozwijaj podstawowe umiejętności obywatelskie i rzecznicze, aby aktywniej uczestniczyć w procesach demokratycznych i podejmowaniu decyzji społecznych.

Uzasadnienie teoretyczne

Dlaczego integracja ma dziś znaczenie?

Wykluczenie dorosłych z edukacji cyfrowej i ograniczenie ich dostępu do umiejętności cyfrowych w pracy, edukacji i życiu publicznym zwiększa nierówności społeczne. Badania (Komisja Europejska, Plan działania na rzecz edukacji cyfrowej, 2020 r.) pokazują, że przepaść cyfrowa często prowadzi do szerszych podziałów społecznych. Według UNESCO (2022 r.) umiejętność korzystania z technologii cyfrowych staje się warunkiem koniecznym do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym i procesach decyzyjnych, co sprawia, że integracyjny dostęp do edukacji cyfrowej ma zasadnicze znaczenie.

Ponadto dowody potwierdzają, że integracyjna edukacja dorosłych poprawia szanse na zatrudnienie, zaangażowanie obywatelskie i ogólne samopoczucie. Prognoza OECD dotycząca umiejętności (2023) wskazuje, że dorośli zaangażowani w uczenie się przez całe życie mają wyższe wskaźniki zatrudnienia, lepsze wyniki w zakresie zdrowia psychicznego i silniejsze zaangażowanie obywatelskie. Rada Europy (2022) podkreśla również, że edukacja integracyjna jest kluczowym czynnikiem w budowaniu demokratycznych i odpornych społeczeństw.

Z punktu widzenia spójności społecznej integracyjne środowiska edukacyjne sprzyjają dialogowi międzykulturowemu i pokojowemu współistnieniu. Jak stwierdził były sekretarz generalny ONZ Kofi Annan: „Organizacja Narodów Zjednoczonych została utworzona w przekonaniu, że dialog może zwyciężyć nad nieporozumieniami, że różnorodność jest uniwersalną cnotą, a narody świata są znacznie bardziej zjednoczone wspólnym losem niż podzielone odrębnymi tożsamościami" (Organizacja Narodów Zjednoczonych). UNESCO definiuje ponadto dialog międzykulturowy jako proces transformacyjny oparty na wzajemnym szacunku, empatii i otwartości na różne perspektywy (UNESCO). W społeczeństwach wielokulturowych i starzejących się niezbędne jest zapobieganie marginalizacji i promowanie solidarności. Badania (UNESCO, 2019; Europejska agenda umiejętności, 2020) potwierdzają, że edukacja integracyjna bezpośrednio wspiera cel zrównoważonego rozwoju nr 4 (wysokiej jakości edukacja) i cel zrównoważonego rozwoju nr 10 (zmniejszenie nierówności).

Jeśli chodzi o dostosowanie polityki, w europejskiej przestrzeni edukacyjnej UE (cel na 2025 r.) stwierdza się, że co najmniej 47% osób dorosłych w wieku 25–64 lat powinno uczestniczyć w działaniach edukacyjnych w ciągu 12 miesięcy. Europejska przestrzeń edukacyjna uznaje włączenie społeczne za priorytet strategiczny, podkreślając, że umiejętności zwiększające szanse na zatrudnienie muszą być połączone z kompetencjami obywatelskimi i kompetencjami w zakresie zrównoważonego rozwoju. Kształcenie dorosłych jest zatem nie tylko polityką dotyczącą siły roboczej, ale także długoterminową inwestycją społeczną, która wzmacnia demokrację i dobrobyt.

Podsumowując, promowanie integracji w współczesnych społeczeństwach ma fundamentalne znaczenie dla tworzenia równych szans, zwłaszcza w zakresie dostępu do kształcenia. Integrujące kształcenie dorosłych umożliwia jednostkom nie tylko radzenie sobie z szybkimi zmianami, ale także rozwijanie się jako aktywni, świadomi i zaangażowani obywatele (OECD, 2023; UNESCO, 2022; Komisja Europejska, 2020; Rada Europy, 2022; Europejska agenda umiejętności, 2020).

Dobre praktyki

1st Dobra praktyka: EduSenior: Poprawa jakości edukacji seniorów

Kontekst i tło:

EduSenior był wspólnym projektem polskich i norweskich organizacji zajmujących się osobami starszymi, finansowanym w ramach Programu Edukacyjnego Mechanizmu Finansowego EOG 2014–2021. Celem projektu była poprawa jakości edukacji seniorów w ośrodkach sąsiedzkich w Polsce, zwłaszcza w Trójmieście (Gdańsk, Gdynia, Sopot).

Program obejmował szkolenia i staże w Norwegii, pilotażowe wdrażanie metod edukacyjnych w grupach seniorów oraz opracowanie praktycznego przewodnika i modułów szkoleniowych dla podmiotów zajmujących się kształceniem dorosłych. *EduSenior* był odpowiedzią na rosnące zapotrzebowanie na wartościowe, partycypacyjne możliwości uczenia się dla osób starszych i promował uczenie się przez całe życie w sprzyjającym środowisku społeczności lokalnej.

Projekt był skierowany do dwóch głównych grup docelowych:

- pedagogów i facylitatorów pracujących z seniorami w środowiskach społecznościowych oraz
- osoby starsze (powyżej 60. roku życia), które uczestniczyły w pilotażowych działaniach edukacyjnych.

Został opracowany w odpowiedzi na rosnące wykluczenie cyfrowe i brak dostępnych, wzmacniających możliwości uczenia się dla seniorów.

Cele:

Głównym celem projektu *EduSenior* była poprawa jakości edukacji nieformalnej osób starszych poprzez wzmocnienie kompetencji nauczycieli pracujących z seniorami. Projekt miał na celu uczynienie edukacji dorosłych bardziej integracyjną, partycypacyjną i odpowiadającą rzeczywistym potrzebom osób starszych, ze szczególnym uwzględnieniem kompetencji cyfrowych i obywatelskich.

W szczególności *EduSenior* miał na celu:

- Wzmocnienie pozycji nauczycieli i facylitatorów poprzez wyposażenie ich w nowe narzędzia, wiedzę i metody umożliwiające skuteczne wspieranie starszych uczniów.
- Zwiększenie zaangażowania i pewności siebie osób starszych, zwłaszcza tych zagrożonych wykluczeniem cyfrowym.
- Opracowanie praktycznych zasobów (przewodnika i modułów szkoleniowych) do szerszego wykorzystania przez podmioty zajmujące się kształceniem dorosłych w Polsce i poza jej granicami.
- Promowanie współpracy międzynarodowej i wymiany dobrych praktyk między Polską a Norwegią w dziedzinie edukacji seniorów.

Realizacja:

- Projekt był realizowany w okresie od stycznia 2022 r. do grudnia 2023 r.
- Rozpoczął się od oceny potrzeb, w której uczestniczyli zarówno nauczyciele, jak i seniorzy.
- Polscy nauczyciele uczestniczyli w międzynarodowej mobilności, obejmującej szkolenia i obserwację pracy w Norwegii.
- W trzech ośrodkach kultury w Gdańsku przeprowadzono lokalny program pilotażowy z udziałem seniorów.
- Na podstawie opinii zebranych w fazie pilotażowej opracowano przewodnik i moduły szkoleniowe.
- W Gdańsku zorganizowano wydarzenie promocyjne z udziałem organizacji pozarządowych, nauczycieli i władz lokalnych.
- Wszystkie opracowane materiały zostały udostępnione publicznie.

Zastosowana metodologia:

- Zastosowano podejście oparte na kręgach naukowych – partycypacyjne, oparte na dialogu i skoncentrowane na uczniu.
- Projekt łączył szkolenia międzynarodowe, lokalne grupy pilotażowe i opracowanie praktycznych zasobów.
- Skupiono się na umiejętnościach cyfrowych, zaangażowaniu obywatelskim i współpracy międzypokoleniowej.
- Utworzono małe, spójne grupy, aby budować zaufanie, zachęcać do wzajemnego uczenia się i zapewnić aktywny udział.

Wyniki:

EduSenior wzmocnił kompetencje dziesięciu edukatorów dorosłych poprzez międzynarodowe szkolenia i działania związane z mobilnością. W fazie pilotażowej trzydziestu starszych uczestników w Gdańsku zgłosiło wzrost pewności siebie, motywacji i silniejsze poczucie przynależności do społeczności uczącej się.

Kluczowym wynikiem było opracowanie praktycznego przewodnika i modułów szkoleniowych dostosowanych do potrzeb osób starszych. W ramach projektu opracowano również katalog dobrych praktyk, który został zaprezentowany podczas wydarzenia upowszechniającego, i przyczynił się do zmniejszenia wykluczenia cyfrowego i edukacyjnego wśród seniorów. Opracowane zasoby pozostają trwałe i możliwe do powielenia, stanowiąc cenne narzędzia dla instytucji w Polsce i poza jej granicami.

Wniosek:

EduSenior jest wysoce przenośny i może być wdrażany w wielu różnych środowiskach edukacji dorosłych, szczególnie tych, które pracują z osobami starszymi w środowiskach nieformalnych lub społecznościowych. Sukces tej praktyki wynika z prostoty i elastyczności metodologii kół naukowych, a także z dostępności gotowych do użycia materiałów opracowanych w ramach projektu.

Podejście to można stosować w klubach seniora, bibliotekach, ośrodkach sąsiedzkich, organizacjach pozarządowych i innych instytucjach, których celem jest zapewnienie osobom starszym wartościowych możliwości uczenia się. Koła naukowe wymagają minimalnej infrastruktury – głównie zmotywowanej grupy uczestników i przeszkolonego moderatora – dzięki czemu model ten można dostosować zarówno do warunków miejskich, jak i wiejskich. *EduSenior* pokazuje, że przy odpowiednim przygotowaniu i zaangażowaniu można z powodzeniem wdrażać integracyjną i wzmacniającą pozycję edukację osób starszych w różnych społecznościach.

Druga dobra praktyka: TUECHTIG: Współpraca i edukacja dla osób niepełnosprawnych

Kontekst i tło

TUECHTIG to innowacyjna i integracyjna przestrzeń coworkingowa prowadzona przez KOPF, HAND + FUSS. Jej koncepcja opiera się na stworzeniu profesjonalnego i edukacyjnego środowiska, które jest dostępne dla wszystkich, w tym dla osób niepełnosprawnych. Inicjatywa promuje elastyczne warunki pracy, rozwój zawodowy oraz równy udział w życiu społecznym i gospodarczym.

Wspierana przez myAbility e.V. i finansowana przez Aktion Mensch, publiczne dotacje na innowacje oraz inwestycje społeczne, *TUECHTIG* odpowiada na pilną potrzebę stworzenia przestrzeni łączących produktywność, wzmocnienie pozycji i integrację. Zajmuje się barierami strukturalnymi, które często uniemożliwiają osobom niepełnosprawnym pełne uczestnictwo w środowiskach zawodowych i edukacyjnych.

Cele

TUECHTIG dąży do zapewnienia, że różnorodność jest uznawana, szanowana i ceniona. Jego głównym celem jest stworzenie wspólnego środowiska pracy, w którym osoby niepełnosprawne i pełnosprawne współpracują na równych zasadach, w oparciu o wzajemny szacunek i wsparcie.

Aby to osiągnąć, inicjatywa koncentruje się na:

- Zapewnienie w pełni dostępnej przestrzeni coworkingowej i edukacyjnej, w której osoby pełnosprawne i niepełnosprawne mogą współpracować.
- Oferowanie warsztatów prowadzonych przez rówieśników, dostosowanych do potrzeb dorosłych osób niepełnosprawnych i ich sojuszników.
- Wzmacnianie pozycji uczestników poprzez kontakt z przedsiębiorczością, narzędziami cyfrowymi i przywództwem społecznym.
- Podnoszenie świadomości i zmianę postrzegania społecznego w zakresie integracji, produktywności i profesjonalnej sprawczości.

Projekt funkcjonuje jako mały ekosystem, integrujący projektowanie przestrzeni, budowanie społeczności, szkolenia i innowacje społeczne.

Realizacja

Projekt TUECHTIG został wdrożony w kilku ustrukturyzowanych fazach:

- Faza projektowania: Przestrzeń została współtworzona z użytkownikami i zawiera uniwersalne elementy projektowe, takie jak regulowane biurka, oznaczenia dotykowe, obszary o niskim poziomie stymulacji i nawigacja bez barier.
- Budowanie społeczności: Działania informacyjne skierowane do sieci osób dorosłych z niepełnosprawnościami, opiekunów i wychowawców pomogły w kształtowaniu wstępnego programu.
- Uruchomienie programu: Wprowadzono warsztaty dotyczące umiejętności cyfrowych, projektowania dostępnego, opowiadania historii i przedsiębiorczości, często prowadzone przez mentorów-rówieśników z praktycznym doświadczeniem.

- Bieżąca działalność: Przestrzeń oferuje członkostwo w coworkingu, dostępne sale konferencyjne oraz ciągły kalendarz integracyjnych działań szkoleniowych.
- Monitorowanie wpływu: Pętle informacji zwrotnej, audyty dostępności i opinie uczestników wspierają ciągłe doskonalenie.

Metodologia

TUECHTIG stosuje podejście partycypacyjne, skoncentrowane na uczniu, oparte na współtworzeniu i wzajemnym uczeniu się. Zasady uniwersalnego projektowania kształtują środowisko fizyczne, a mentoring i doświadczenie życiowe zapewniają trafność i zaufanie.

Programy łączą umiejętności cyfrowe, przedsiębiorczość i kreatywną ekspresję. Zajęcia są prowadzone w małych, stałych grupach, aby sprzyjać dialogowi, współpracy i solidarności. Podejście to łączy rozwój zawodowy z wzmacnianiem społeczności.

Wyniki

- W ciągu pierwszych 18 miesięcy ponad 200 osób wzięło udział w działaniach edukacyjnych, projektach współpracy lub inicjatywach inkubacyjnych.
- Powstało co najmniej 15 inicjatyw społecznych, w tym kolektyw technologiczny zajmujący się neuroróżnorodnością oraz grupa zajmująca się tworzeniem podcastów dostępnych dla wszystkich.
- Uczestnicy zgłaszali wzrost pewności siebie, autonomii i sprawczości zawodowej.
- Model stał się uznanym punktem odniesienia dla ośrodków zorientowanych na integrację w Niemczech i Austrii.

Wnioski

TUECHTIG stanowi model, który można z powodzeniem przenieść na obszary miejskie z aktywnym sektorem kształcenia dorosłych lub ekosystemami innowacji społecznych. Dzięki elastycznym formom zaangażowania (udział bez wcześniejszej rejestracji, sesje hybrydowe i coaching indywidualny) można go dostosować do różnych potrzeb osób uczących się.

Włączając wzajemne uczenie się i mentoring do wszystkich modułów szkoleniowych oraz łącząc infrastrukturę bez barier z innowacyjnym programowaniem, *TUECHTIG* pokazuje, jak projektowanie sprzyjające włączeniu społecznemu może zmienić kształcenie dorosłych i uczestnictwo zawodowe. Inicjatywa ta zmniejsza wykluczenie, wzmacnia autonomię i oferuje powtarzalne ramy dla tworzenia sprawiedliwych, dostępnych i wzmacniających pozycję środowisk uczenia się.

Trzecia dobra praktyka – CAIS CAPACITA: Szkolenia integracyjne dla grup marginalizowanych

Kontekst i tło:

Program *CAIS CAPACITA+* został opracowany przez Associação CAIS w Lizbonie w celu przeciwdziałania wykluczeniu bezdomnych osób dorosłych i osób znajdujących się w skrajnej

sytuacji społecznej z edukacji, szkoleń i rynku pracy. Osoby te często napotykają wiele barier, w tym brak kwalifikacji, długotrwałe bezrobocie, stygmatyzację i problemy zdrowotne.

CAPACITA+ powstało w ramach szerszej misji CAIS na rzecz integracji społecznej i wzmacniania pozycji społecznej, łącząc edukację nieformalną ze szkoleniami zwiększającymi szanse na zatrudnienie. Program odpowiada na pilną potrzebę odbudowy autonomii, pewności siebie i integracji społecznej, jednocześnie łącząc uczestników z możliwościami zatrudnienia, wolontariatu lub dalszego szkolenia.

Cele

Główne cele programu *CAIS CAPACITA+* to:

- Wspieranie integracji społecznej poprzez pomoc osobom znajdującym się w trudnej sytuacji w rozwijaniu umiejętności osobistych, społecznych i zawodowych.
- Zwiększenie szans na zatrudnienie poprzez dostosowane ścieżki szkoleniowe, które łączą praktyczne warsztaty z rozwojem umiejętności miękkich.
- Wzmocnienie pozycji uczestników, aby odzyskali autonomię, pewność siebie i poczucie celu.
- Wypełnianie luki między osobami wykluczonymi społecznie a rynkiem pracy, edukacją i sieciami społecznościowymi.
- Promowanie aktywnego obywatelstwa, godności i rozwoju osobistego poprzez spersonalizowane doradztwo i wyznaczanie celów.
- Przełamanie cyklu marginalizacji poprzez tworzenie możliwości długoterminowej transformacji zamiast krótkoterminowej pomocy.

Program ma również na celu budowanie relacji opartych na zaufaniu, zapewnienie ustrukturyzowanego i spójnego wsparcia oraz pomoc uczestnikom w opracowaniu realistycznych planów życiowych zgodnych z ich zainteresowaniami i możliwościami.

Realizacja

CAIS CAPACITA+ jest realizowany w ramach modułowego programu trwającego kilka tygodni. Kluczowe elementy obejmują:

- Sesje grupowe dotyczące rozwoju osobistego, komunikacji, regulacji emocjonalnej i planowania życia.
- Praktyczne warsztaty (umiejętności cyfrowe, sztuka, rzemiosło lub inne obszary tematyczne w zależności od partnerstw).
- Indywidualne mentoringi, oferujące spersonalizowane wskazówki, motywację i wsparcie w dalszych działaniach.
- Wizyty studyjne w instytucjach i u pracodawców, zapoznające uczestników z rzeczywistymi warunkami pracy.
- Spotkania integracyjne, podczas których uczestnicy prezentują wyniki i dzielą się swoimi doświadczeniami.

Program jest skoncentrowany na uczestnikach i dostosowuje się do indywidualnego tempa i potrzeb. Obecnie jest realizowany w Lizbonie, ale istnieje możliwość powielenia go w innych kontekstach.

Metodologia

Program opiera się na metodologii skoncentrowanej na uczestnikach i opartej na zaufaniu. Dostosowuje się do tempa i możliwości każdej osoby, uwzględniając jej pochodzenie, słabe strony i aspiracje. Specjaliści i facylitatorzy CAIS ściśle współpracują z uczestnikami, budując relacje oparte na bliskości, empatii i szacunku. Środowisko nauki jest bezpieczne, sprzyjające i wolne od osądów.

Wyniki i wpływ

Zgłoszone skutki obejmują:

- Wzrost pewności siebie, umiejętności komunikacyjnych i samoświadomości.
- Nabycie podstawowych kompetencji zwiększających szanse na zatrudnienie (umiejętności cyfrowe, pisanie CV, przygotowanie do rozmowy kwalifikacyjnej).
- Poprawę regulacji emocjonalnej i jaśniejsze cele osobiste.
- Reintegracja na rynku pracy, wolontariat lub dalsze ścieżki szkoleniowe dla niektórych uczestników.
- Wzmocnienie więzi społecznych i zmniejszenie izolacji.
- Wzmocnienie partnerstw instytucjonalnych, przyczyniające się do trwałego wpływu wykraczającego poza każdy cykl programu.

Wnioski

CAIS CAPACITA+ pokazuje, jak nieformalne, holistyczne i oparte na zaufaniu kształcenie dorosłych może zmienić życie osób wykluczonych z głównych systemów. Jego sukces polega na połączeniu praktycznych szkoleń ze wsparciem emocjonalnym, przy jednoczesnym budowaniu mostów do sieci społecznościowych i możliwości zatrudnienia.

Model ten można przenieść na inne konteksty, pod warunkiem że organizacje zainwestują w szkolenia dla facylitatorów, bezpieczne przestrzenie edukacyjne i silne lokalne partnerstwa. Ostatecznie *CAPACITA+* pokazuje, że wzmocnienie pozycji, godność i spersonalizowane mentoring są niezbędne do przełamania cyklu marginalizacji i wspierania długoterminowej integracji społecznej.

Referencje

Moduł 1

Baltacı, A. (2025). *Nauczanie hybrydowe i integracja w kształceniu dorosłych: rola mediacji ludzkiej*. Journal of Continuing Education and Lifelong Learning, 14(2), 45–59.

Rada Unii Europejskiej. (2021). *Rezolucja w sprawie nowego europejskiego programu działań na rzecz kształcenia dorosłych na lata 2021–2030*. Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, C 504/6.

Komisja Europejska. (2017). *Europejskie ramy kompetencji cyfrowych nauczycieli (DigCompEdu)*. Luksemburg: Urząd Publikacji Unii Europejskiej.

Komisja Europejska. (2021). *Plan działania na rzecz edukacji cyfrowej (2021–2027): Przekształcenie kształcenia i szkolenia na miarę ery cyfrowej*. Bruksela.

Komisja Europejska. (2022). *Ramy kompetencji cyfrowych dla obywateli (DigComp 2.2)*. Luksemburg: Urząd Publikacji Unii Europejskiej.

Rada Europejska. (2018). *Zalecenie Rady w sprawie kluczowych kompetencji w uczeniu się przez całe życie*. Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, C 189/1.

Europejska Fundacja Kształcenia (ETF). (2022). *Rozwój umiejętności i kompetencji cyfrowych w kształceniu dorosłych: trendy i wyzwania*. Turyn: ETF.

Hase, S. i Kenyon, C. (2000). *Od andragogiki do heutagogiki*. Artykuły Ultibase, Southern Cross University.

Knowles, M. S. (1984). *Dorosły uczeń: zaniedbany gatunek* (wydanie trzecie). Houston: Gulf Publishing.

OECD. (2023). *Perspektywy umiejętności 2023: wartość uczenia się przez całe życie w cyfrowym świecie*. Paryż: OECD Publishing.

Ruuskanen-Parrukoski, M. (2020). *Modele pedagogiczne dla nauczania hybrydowego w edukacji dorosłych*. Fiński Instytut Badań Edukacyjnych.

UNESCO. (2023). *Wytyczne dotyczące opracowywania ścieżek kształcenia opartych na otwartych zasobach edukacyjnych*. Paryż: UNESCO.

Moduł 2

Baltacı, Ş. (14 kwietnia 2025 r.). *Rola technologii w kształceniu dorosłych: trendy i innowacje*. EPALE – Kształcenie dorosłych w Europie. epale.ec.europa.euepale.ec.europa.eu

Boubaris, T. (3 grudnia 2020 r.). *Myślenie projektowe w kształceniu dorosłych: metoda z potencjałem!* EPALE – Kształcenie dorosłych w Europie. epale.ec.europa.euepale.ec.europa.eu

Rada Unii Europejskiej. (2008). *Konkluzje z dnia 22 maja 2008 r. w sprawie promowania kreatywności i innowacji poprzez kształcenie i szkolenie*. Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, C 141, 17–20. eur-lex.europa.eueur-lex.europa.eu

Rada Unii Europejskiej. (2021). *Rezolucja Rady w sprawie nowego europejskiego programu działań na rzecz kształcenia dorosłych na lata 2021–2030*. Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej, C 504, 9–16. eur-lex.europa.eueur-lex.europa.eu

Komisja Europejska. (2022). *Ramy kompetencji cyfrowych dla obywateli, wersja 2.2 (DigComp 2.2)*. Urząd Publikacji Unii Europejskiej. publications.jrc.ec.europa.eu

Fernández-Piqueras, R., González-García, R. J., Sanz-Ponce, R. i Calero-Plaza, J. (2025). Cyfrowa przepaść wśród osób starszych: ocena kompetencji cyfrowych i propozycje znaczącej integracji. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education, 15*(10), artykuł 196. https://doi.org/10.3390/ejihpe15100196

Wspólne Centrum Badawcze (Komisja Europejska). (5 marca 2025 r.). *Jak osiągnąć cel UE, aby do 2030 r. 80% dorosłych posiadało podstawowe umiejętności cyfrowe?* (Komunikat prasowy). EU Science Hub. joint-research-centre.ec.europa.eujoint-research-centre.ec.europa.eu

Ross, S. D., Lachmann, T., Jaarsveld, S., Riedel-Heller, S. G. i Rodriguez, F. S. (2023). Kreatywność w ciągu całego życia: zmiany wraz z wiekiem i demencją. *BMC geriatrics*, *23*(1), 160. bmcgeriatr.biomedcentral.combmcgeriatr.biomedcentral.com

Ruuskanen-Parrukoski, P. (1 kwietnia 2020 r.). Seniorzy potrzebują nauki, aby ułatwić sobie codzienne życie. *Magazyn ELM*. https://elmmagazine.eu/senior-citizens-need-learning-to-facilitate-their-daily-life/

Tsai, K. C. (2012). Wartość nauczania kreatywności w edukacji dorosłych. *International Journal of Higher Education, 1*(2), 84–91. files.eric.ed.govfiles.eric.ed.gov

Europejska Komisja Gospodarcza ONZ. (2022). *Starzenie się w erze cyfrowej – UNECE podkreśla kluczowe działania mające na celu zapewnienie integracji cyfrowej osób starszych* (komunikat prasowy). itu.int

Moduł 3

Europejskie Stowarzyszenie Edukacji Dorosłych (EAEA). (2024). *Manifest na rzecz kształcenia dorosłych w XXI wieku (wydanie cyfrowe)*. (Ramy polityki: integracja, uczestnictwo, uczenie się przez całe życie, wymiary cyfrowe).

Instytut UNESCO ds. Kształcenia Ustawicznego. (2022). *Piąty globalny raport na temat kształcenia i edukacji dorosłych (GRALE 5)*. (Globalne dane i kierunki polityki w zakresie kształcenia dorosłych, integracji i uczestnictwa).

Eurostat. (2025). *Statystyki dotyczące kształcenia dorosłych – wyjaśnienie statystyk (PDF)*. (Udział w kształceniu dorosłych na poziomie UE; wskaźniki i trendy).

OECD. (2025). *Trendy w kształceniu dorosłych (badanie umiejętności dorosłych / prace związane z PIAAC)*. (Kontekst umiejętności dorosłych, wzorce uczenia się, znaczenie kompetencji cyfrowych).

OECD. (2025). *W jaki sposób ocena umiejętności dorosłych może najlepiej sprostać wymaganiom XXI wieku?* (Logika oceny; systemy uczenia się przez całe życie i kontekst pomiaru umiejętności).

Moduł 4

Associação CAIS. (2023). Projekt CAPACITA+. Pobrano 14 października 2025 r. z https://www.cais.pt/projeto-cais-capacita-arrancou-em-lisboa/

Bjerkaker Learning Lab. (b.d.). EduSenior – Poprawa jakości edukacji seniorów. Pobrano 14 października 2025 r. z https://bjerkakerlearninglab.no/projects-2/edusenior/

Rada Europy. (2022). Raport dotyczący edukacji włączającej. Strasburg: Wydawnictwo Rady Europy.

Komisja Europejska. (2020). Plan działania na rzecz edukacji cyfrowej na lata 2021–2027. Bruksela: Komisja Europejska.

Komisja Europejska. (2020). Europejska agenda umiejętności na rzecz zrównoważonej konkurencyjności, sprawiedliwości społecznej i odporności. Bruksela: Komisja Europejska.

KOPF, HAND + FUSS gGmbH. (b.d.). TUECHTIG – Inclusive Coworking. Pobrano 14 października 2025 r. z https://tuechtig-berlin.de/category/tuechtig/

OECD. (2023). Perspektywy umiejętności OECD 2023: Umiejętności niezbędne do odpornej transformacji ekologicznej i cyfrowej. Paryż: Wydawnictwo OECD.

UNESCO. (2019). Dialog międzykulturowy: kluczowe pojęcia. Paryż: UNESCO.

UNESCO. (2022). Global Report on Adult Learning and Education IV. Paryż: UNESCO.

Organizacja Narodów Zjednoczonych. (b.d.). Dialog międzykulturowy. United Nations Academic Impact. Pobrano 14 października 2025 r. z https://www.un.org/en/academic-impact/inter-cultural-dialogue

This document was created under the Creative Commons license:

Attribution-Non-Commercial-Share Alike (CC BY-NC-SA).

All or part of this document may be used, copied, and disclosed provided that the origin is mentioned, it is not used commercially, and its license is not modified.

All rights reserved.

© Copyright 2024 XXI Adults

Co-funded by the European Union