

PRZYGOTUJ SENIORKI I SENIORÓW DO WSPÓLNEJ PODRÓŻY

Scenariusz warsztatu komunikacji międzypokoleniowej

Warsztat komunikacyjny dla seniorów ma przygotować ich do procesu budowania międzypokoleniowej grupy, jaką docelowo mają stworzyć oraz do wzajemnej integracji i poprawy komunikacji interpersonalnej między nimi. Jednocześnie ma wprowadzić seniorów w dzisiejszy świat dzieci.

CELEM WARSZTATÓW jest dyskusja na temat celów projektu oraz międzypokoleniowych wyzwań związanych z jego realizacją.

REZULTAT WARSZTATÓW to lepsze poznanie się oraz rozwijanie pozytywnej komunikacji między seniorami, czerpanie radości ze wspólnych relacji, odprężenie, a także wyzwolenie pozytywnych emocji do dalszych wspólnych działań z dziećmi.

UCZESTNICY:

Seniorzy zależni zaproszeni do udziału w projekcie, seniorzy aktywni współpracujący przy realizacji projektu, nauczyciel lub inne osoby odpowiedzialne za realizację projektu. Ewentualnie, osoby towarzyszące z obszaru środowiska seniorów zależnych np.: partnerzy, opiekunowie, asystenci, wolontariusze itp. (należy rozważyć, zwłaszcza gdy uczestnicy są osobami niesamodzielnymi, wymagającymi pomocy w czynnościach typu chodzenie, jedzenie itp.)

METODY PRACY:

- mini-wykład połączony z prezentacją multimedialną,
- dyskusja moderowana,
- pogadanka,
- wywiad,
- pytania otwarte.

PRZYGOTOWANIE SALI:

- Zadbaj o aranżację sali w taki sposób, by wszyscy uczestnicy spotkania mieli możliwość swobodnego siedzenia przy wspólnym stole oraz kontaktu wzrokowego z każdym uczestnikiem;
- Upewnij się, że wybrane miejsce spotkania jest dostępne dla osób starszych zależnych (brak schodów, działająca winda);
- W zależności od funduszy można przygotować spotkanie przy ciastku i kawie/herbacie, lub w formie innego drobnego poczęstunku. Można także poprosić dzieci o pomoc przy dekorowaniu sali (np. obrus, serwetki, zastawa, drobne dekoracje na stół);
- Upewnij się, że sala jest odpowiednio duża, aby pomieścić wszystkich spodziewanych uczestników, że jest zaopatrzona w odpowiednią liczbę krzeseł;
- Na początku spotkania uczestnicy powinni dostać wszelkie potrzebne materiały informacyjne w formie drukowanej. Najlepiej wyłożyć je w widocznym miejscu (np. na stoliku przy wejściu do sali lub na krzesłach), mówić o nich osobom przychodzącym lub od razu wręczać je im przy wejściu.

CZAS TRWANIA: od 1,5 do 2 godzin.

POMOCE I MATERIAŁY:

- laptop, projektor, głośnik, dostęp do Internetu lub tablica interaktywna w celu wyświetlenia prezentacji,
- materiały biurowe: papier, ołówki, długopisy,
- mały notes lub kalendarzyk z możliwością zapisania na nim istotnych dla seniorów informacji: np.

o terminie najbliższego spotkania, danych kontaktowych do osób prowadzących lub pomagających przy realizacji projektu, adresu spotkań. Takie informacje można również przygotować wcześniej i wydrukować w formie folderu (pamiętając o odpowiednio dużej i czytelnej czcionce),

- opcjonalnie aparat fotograficzny lub tablet umożliwiający stworzenie dokumentacji fotograficznej warsztatów. Uwaga! Aby móc korzystać ze zdjęcia w celach promocyjnych, należy uzyskać zgody osób znajdujących się na fotografii na wykorzystanie wizerunku.

PLAN SPOTKANIA:

- Osoba prowadząca wita uczestników, przedstawia wszystkich gości. Dziękując za przybycie, zachęca do nieskrępowanego częstowania się kawą, herbatą itp. Informuje o przewidywanym czasie spotkania i bardzo ogólnie o jego celu;
- Osoba prowadząca wraz z uczestnikami na kartkach piszą swoje imię. Kartki z imionami stawiają na stole, bądź przypinają do ubrania. Prowadzący mówi kilka zdań o sobie, po czym prosi każdego uczestnika o równie krótką (kilkuzdaniową) wypowiedź na swój temat (np. gdzie mieszka, jak trafił do projektu, czym się zajmuje obecnie i czym zajmował się przed emeryturą). Ważne, aby każdy uczestnik powiedział (samodzielnie, nie wyręczany przez innych) o sobie przynajmniej jedno, dwa zdania. Każdy z uczestników opowiadając o sobie, powinien określić, w jaki sposób życzy sobie, by się do niego zwracać. Jeżeli uważasz, że grupa potrzebuje jeszcze ćwiczeń, których celem będzie wzajemnie poznanie uczestników możesz wykorzystać ćwiczenia opisane poniżej, bądź zainspirować się ćwiczeniami przedstawionymi w Kroku 8 (Komunikacji międzypokoleniowej). Jeśli spotykacie się w grupie znanych sobie osób, tę część spotkania można pominąć;
- Osoba prowadząca opowiada seniorom o dzieciach, które będą brały udział w projekcie. W tym celu, można pokazać zdjęcia dzieci, przedstawić i krótko opowiedzieć o nich;
- Osoba prowadząca przedstawia swój wstępny pomysł na rozwój współpracy z dziećmi i zaprasza uczestników spotkania do dyskusji na ten temat. Dopytuje, czy wstępnie wyrażają zainteresowanie pomysłem. Jeśli pojawiają się wątpliwości, czy inne pomysły, to grupa dyskutuje o nich. Należy pamiętać, aby ukazać seniorom wartości, które wnoszą swoją osobą, angażując się w projekt międzypokoleniowy. Jeśli są osoby sceptyczne wobec pomysłu, prowadzący/prowadząca zachęca ich do pozostania do końca spotkania i przyjrzenia się proponowanej inicjatywie, w celu podjęcia ostatecznej decyzji;
- Osoba prowadząca moderuje dalszą, bardziej szczegółową dyskusję na temat planowanych działań. Zadaje pytania pomocnicze. Poniżej przedstawiono przykładowe propozycje tematów i pytań otwartych do dyskusji;
- Zakończenie spotkania – podsumowanie ustaleń, przedstawienie planu dalszych działań. Podziękowanie za spotkanie;
- Po spotkaniu warto pożegnać każdego uczestnika z osobna, upewniając się wcześniej czy ma jak wrócić do domu, bądź czy potrzebna jest mu jakaś pomoc;

PRZYKŁADOWE PROPOZYCJE TEMATÓW I PYTAŃ OTWARTYCH DO DYSKUSJI:

- Dzieci i młodzież teraz a dziś – czy widzisz różnice? Jakież?
- Czego brakuje współczesnym dzieciom i młodzieży? Co jest przyczyną tych braków?
- Co, zdaniem uczestników, jest obecnie ważne dla młodych ludzi, co ma dla nich wartość?
- Jakimi dziećmi Państwo byliście? Czego Wam brakowało, czego mieliście pod dostatkiem?
- Czy w dzieciństwie i/lub wczesnej młodości mieliście w swoim otoczeniu ważną dla siebie, dużo starszą osobę? Kto to był? Czym zasłużył sobie na miano kogoś ważnego?

- Jakiego rodzaju aktywności pamiętacie Państwo z okresu wczesnej młodości, które realizowane razem z ważną, starszą osobą dawały Wam radość, przyjemność lub inne korzyści (jakie?)
- Co z perspektywy seniora jest wartościowego i przyjemnego, w spędzaniu czasu z młodym człowiekiem, dzieckiem?
- Czy jest jakaś historia, anegdota, opowieść z własnego życia, którą chciałaby Pani/Pan podzielić się z młodymi ludźmi? Jaką wartość ma ona dla Państwa? Jaką może nieść wartość dla dzieci?
- Czy aktualnie, w dojrzałym życiu, znacie Państwo inną osobę w zbliżonym wieku, która wydaje się Wam być osobą problemową, mało przyjazną, nielubianą? Jeśli tak, to dlaczego? Co takiego Państwa zdaniem robi, że inni nie mają ochoty spędzać z nią czasu?
- Czy macie Państwo jakieś ograniczenia, trudności, które są dla Was krępujące? Co można zrobić, by nie narażać się na niepotrzebny stres z nimi związany (np. osoba może powiedzieć, że potrzebuje pomocy w przejściu do innego pomieszczenia, ale byłoby dla niej zbyt krępujące, aby pomagały jej w tym dzieci, zwłaszcza podczas pierwszych spotkań. Rozwiązaniem tego kłopotu, może być wyznaczenie wolontariusza do pomocy lub pomoc członków sieci wsparcia).
- Jak Państwo myślicie, jak wyglądałby świat, gdyby pewnego dnia na świecie żyli tylko ludzie bardzo dojrzały lub tylko bardzo młodzi? Jakie to miałyby konsekwencje na przyszłość?
- Czy macie Państwo hobby, pasje, fascynacje związane w wykonywanym wcześniej zawodem, o którym zechcielibyście opowiedzieć kiedyś młodzieży?
- Co Was przekonuje i zachęca do realizacji projektu Babcia z Klasą/Dziadek z Klasą?
- Jakie w Waszej wyobraźni pojawiają się myśli na temat możliwych trudności i poszczególnych etapów projektu?
- Czy nasuwają się Wam jeszcze jakieś pytania dotyczące projektu?
- Co sami myślicie na temat pomysłu integrowania środowisk międzypokoleniowo? Jakie dostrzegacie w tym wartości? Czy macie osobiste doświadczenia z tym związane?