

DOŚWIADCZENIE ŻYCIOWE – CIĘŻKI BAGAŻ CZY CENNY SKARB?

CEL

Spotkanie składa się z dwóch części, które można realizować razem lub osobno.

Celem pierwszej części spotkania jest podkreślenie unikatowości kształtu indywidulanych ludzkich biografii przy jednoczesnym zwróceniu uwagi na ich wspólne fazy oraz typy doświadczeń. Uczestniczki i uczestnicy dokonają refleksji nad podobieństwami we własnych historiach – w ich strukturze, ale i w treści, wyrażającymi się w „doświadczeniu pokoleniowym”.

Celem drugiej części zajęć jest zapoznanie uczestników z metodą historii mówionej, wykorzystującą jako źródło historyczne pojedyncze, subiektywnie przedstawione biografie w formie wspomnień świadków historii. W jej trakcie grupa przedyskutuje zalety i ograniczenia tej metody. Warsztaty będą miały na celu zachęcenie uczestniczek i uczestników do utrwalenia własnych wspomnień.

METODY PRACY

wykład, praca w grupach, dyskusja, warsztat

MATERIAŁY I SPRZĘT

komputer z dostępem do Internetu, projektor, głośniki, komplet zdjęć, rysunków w liczbie przekraczającej liczbę uczestniczek i uczestników (materiały takie można przygotować wykorzystując zdjęcia z gazet [najlepiej takie, na których nie ma żadnego tekstu, słownego komentarza], świetnie sprawdzą się też zdjęcia lub rysunki ze starych kalendarzy, stare pocztówki, foldery. W razie potrzeby poszczególne zdjęcia można przykleić na kartki [będą bardziej sztywne, a treść drugiej strony nie będzie niepotrzebnie przykuwała uwagi]. Tematyka zdjęć, rysunków może być dowolna [łącznie z abstrakcją], czyste kartki, długopisy, flipchart, flamastry, stoper, prezentacje multimedialne (w załączniku) – prezentacje, jak i inne materiały należy dostosować do możliwości osób starszych (np. należy zadbać o czytelność prezentacji [wielkość czcionki, odpowiedni kontrast] lub dobre nagłośnienie)

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

PRZEBIEG ZAJĘĆ

Czas trwania	Materiały / sprzęt	Opis
FAZY ŻYCIA		
5 minut		Wprowadzenie do tematu Osoba prowadząca zajęcia zapoznaje uczestniczki i uczestników z tematyką spotkania. Informuje o planowanym przebiegu zajęć (o ich czasie i ew. przerwach).
30-45 minut [w zależności od liczby osób]	komplet zdjęć, rysunków w liczbie przekraczającej liczbę uczestniczek i uczestników	Poznajmy się bliżej Osoba prowadząca przed zajęciami rozkłada zdjęcia, obrazki na stole z dogodnym dostępem dla wszystkich uczestniczek i uczestników zajęć. Zadaniem uczestników oraz osoby prowadzącej jest teraz wybranie jednego z nich, które coś mówi o ich życiu, kojarzy się z jakimś doświadczeniem. Jeśli grupa zna się już bardzo dobrze, może to być coś, o czym mało osób jeszcze wie lub czym nie było okazji wcześniej się podzielić. Warto podkreślić, że może chodzić zarówno o skojarzenia związane z treścią materiałów, jak i kolorami, czy emocjami, które wywołują. Kiedy wszyscy mają już wybrany obrazek osoba prowadząca prosi każdego o opowiedzenie w ciągu 2-3 minut o powodach jego wyboru i zaczyna od siebie, a następnie przekazuje głos kolejnej osobie. Zadaniem osoby prowadzącej jest uważne słuchanie i ew. wynotowywanie podobieństw w opowieściach zgromadzonych osób. Szczególną uwagę powinna przywiązywać do wątków dotyczących zbliżonych doświadczeń związanych z wiekiem (etapami życia). Każda z osób, które uczestniczą w spotkaniu powinna zabrać głos, a prowadząca powinna czuwać zarówno nad tym, aby każdy miał taką możliwość i przestrzeń (np. aby nikt nie przerywał osobie, która opowiada o własnych skojarzeniach), jak i nad długością wystąpień (np. aby nikt nie odchodził od tematu i nie przekraczał wspomnianych 3 minut). Po wysłuchaniu wszystkich skojarzeń osoba prowadząca podsumowuje je, zwracając uwagę na ich podobieństwa (dotyczące np. treści, poruszanych spraw). Ta część spotkania służy integracji i otwarciu się grupy, ma także ukazać jej członkom, że część z ich doświadczeń i kontekstów, w których je zdobywali (jak np. zakład pracy, rodzina), są podobne.

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

45 minut	komputer i projektor, prezentacja multimedialna pt. Fazy życia	Wykład o fazach życia Osoba prowadząca spotkanie przedstawia wykład z elementami dyskusji na temat faz życia. W pierwszej części skupia się na różnych typach podobieństw interesujących badaczki i badaczy społecznych (np. opierając się na rozróżnieniu między kategorią statystyczną, socjologiczną i społeczną). W kolejnym etapie wykładu osoba prowadząca skupia się na pojęciu pokolenia i prowadzi dyskusję z grupą nad tym jak jest ono rozumiane i czym jest doświadczenie pokoleniowe. Następnie omawia różne sposoby opisywania faz życia, których autorzy zwracają uwagę na podobieństwa ludzkiego rozwoju i doświadczeń (model liniowy, fazowy i cykliczno-fazowy). Wykład kończy wspólna refleksja nad podobieństwem ludzkich doświadczeń i sposobami ich systematycznego opisywania przez naukowczynie i naukowców. Wykład należy dostosować do zakresu wiedzy uczestników. Prezentowany materiał i koncepcje warto przedstawić nie jako gotowe i niepodważalne rozwiązania, ale jako pewne propozycje „porządkowania” świata, o których można i warto dyskutować. Z tego powodu dobrym rozwiązaniem w trakcie wykładu może być zachęcanie zgromadzonych do zadawania pytań, komentowania przekazywanych treści, szukania przykładów z własnego życia.
HISTORIA MÓWIONA		
5 minut		Wprowadzenie do tematu Osoba prowadząca zajęcia zapoznaje uczestniczki i uczestników z tematyką spotkania. Informuje o planowanym przebiegu zajęć.
10 minut	kartka (flip-chart), flama-ster; komputer i projektor, prezentacja multimedialna pt. Historia mówiona	Kim jest „świadek historii”? Osoba prowadząca zadaje grupie pytanie o definicję „świadka historii”. W trakcie burzy mózgu przez osobę prowadzącą zbierane są różne skojarzenia. Uczestnicy mogą nawiązywać zarówno do skojarzeń ze słowem „świadek” (np. osoba, która obserwowała jakieś wydarzenie lub uczestniczyła w nim), jak i do „historii” (np. jako wydarzenia, przygody itp.). Następnie osoba prowadząca podsumowuje zebrane myśli i zwraca uwagę na szczególne rozumienie tego pojęcia, a więc odnoszące się do osoby, która przedstawia swoje wspomnienia w ramach gromadzenia świadectw („dowodów”, „sprawozdań”) na potrzeby archiwum historii mówionej. Zwraca też uwagę na to, że każdy może stać się „świadkiem historii” oraz na wyjątkowość ludzkiego doświadczenia. Warto też już na tym etapie spotkania zapytać grupę, czy jest w niej osoba, która miała okazję wcielić się w rolę „świadka historii”.

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

		Jeśli w grupie jest taka osoba można poprosić ją o opowiedzenie o okolicznościach tego zdarzenia. W dalszej części spotkania można też prosić o dodatkowe komentarze, oparte na tym doświadczeniu.
20 minut	komputer i projektor, głośniki, prezentacja multimedialna pt. Historia mówiona	Mini wykład na temat historii mówionej Osoba prowadząca zaznajamia grupę z inspiracjami historii mówionej i jej głównymi założeniami. Przedstawia również historię tej metody badawczej oraz dylematy, które wiążą się z jej stosowaniem. Wśród dylematów warto porozmawiać z grupą o tym czy historia mówiona pozwala nam na poznanie obiektywnego świata i czy różni się pod tym względem do „tradycyjnej” historii. Jakie są ograniczenia tej ostatniej, a jakie atuty tej pierwszej? Inną kwestią do dyskusji może być problem związany z ograniczeniami ludzkiej pamięci, a także ze sposobami przedstawiania wspomnień przez świadków historii. Czy badacz(ka) może pytać o wszystko? Czy świadek historii ma prawo do przemilczenia? Jeszcze innym tematem są pytania, na które źródła ustne mogą nam pomóc odpowiedzieć. Nie są to pytania: gdzie?, kiedy?, jak? Historia mówiona może natomiast pobudzić refleksję nad tym, dlaczego w dany sposób myślimy i pamiętamy o pewnych wydarzeniach. Rozmowa powinna zmierzać do konkluzji, że historia mówiona pozwala na badanie doświadczenia ludzkiego. W kolejnej części wykładu osoba prowadząca zwraca uwagę na archiwa i rodzaj wspomnień (kto je prezentował i czego dotyczyły) oraz typy materiałów (np. fotografie, nagrania, transkrypcje, filmy), które są w nich przechowywane. Konkretnie przykłady mogą dotyczyć polskich archiwów historii mówionej np. archiwum Muzeum Powstania Warszawskiego, Ośrodka Karta czy Teatru NN. Jeśli w miejscowości, w której działa Uniwersytet III Wieku istnieje takie archiwum warto wspomnieć o tym uczestnikom i zapoznać ich z charakterem gromadzonych tam materiałów. Ostatnią część zajęć warto poświęcić na wysłuchanie fragmentów nagrań wspomnień i wspólną refleksję nad sposobem snucia opowieści przez świadka historii, rolę osoby prowadzącej wywiad i doświadczeniem, jakim było jej wysłuchanie (oddziaływaniem historii na słuchaczki/y).
30-45 minut [w zależności od liczby osób]	uczestników warsztatów; stoper; flipchart, flaster;	Opowiedz mi o sobie – warsztaty z gromadzenia wspomnień Osoba prowadząca rozpoczyna od zadania pytania grupie o reguły prowadzenia wywiadu ze świadkiem historii. Następuje burza mózgów, w rezultacie której zapisane zostają reguły wywiadu.

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

	plansza lub prezentacja multimedialna z pytaniami;	Wśród nich powinny się znaleźć kwestie dotyczące charakteru stawianych pytań, aktywności osoby prowadzącej w trakcie wywiadu, relacji między osobą prowadzącą o świadkiem historii. Następnie grupa dzieli się na pary, w których jedna osoba będzie prowadzącą wywiad, a druga będzie opowiadać. Zadaniem każdej z osób jest sprawdzenie się w obydwu rolach. Osoba pytająca w każdej parze zaczyna np. słowami „proszę, opowiedz mi o sobie...”, a osoba prowadząca uruchamia stoper. Wywiad w parze trwa około 5 minut, a następnie następuje zmiana ról. Narrator staje się pytającym, a pytający narratorem. Osoba prowadząca ponownie pilnuje czasu. Po zakończonym ćwiczeniu następuje refleksja grupowa nad doświadczeniem prowadzenia wywiadu i nad rolą świadka historii. Osoba prowadząca zadaje pytania: • Czy narratorzy otworzyli się przed pytającymi? • Jak pytający czuli się w swojej roli? • Jak opowiadamy o swoim życiu? Jak szukamy dla treści odpowiedniej formy, nadającej „sens” naszemu życiu? Zadaniem uczestników jest próba odpowiedzi na pytania, które mają pobudzić ich do refleksji nad doświadczeniem, w którym właśnie uczestniczyli (np. nad kompetencjami potrzebnymi do prowadzenia wywiadów lub nad emocjami, jakie mogą towarzyszyć „świadkom historii” w trakcie opowiadania). Refleksja ma też dotyczyć samej metody „historii mówionej” – jej możliwości i ograniczeń. Ćwiczenie ma na celu przybliżenie tego sposobu na poznawanie historii, poprzez jego doświadczenie.
5 minut		Podsumowanie Osoba prowadząca kończy zajęcia dziękując uczestniczkom i uczestnikom, podsumowuje wspólną pracę. Jest to moment, w którym warto podkreślić wagę naszych indywidualnych doświadczeń, które mogą być cenne i interesujące dla przyszłych pokoleń również za względu na podobieństwo naszych biografii.

ZAŁĄCZNIKI

Materiały do wykorzystania podczas zajęć:

- ▶ Załącznik nr 1 - prezentacja multimedialna pt. Fazy życia
- ▶ Załącznik nr 2 - prezentacja multimedialna pt. Historia mówiona

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

MATERIAŁY POMOCNICZE:

Brzezińska Anna, 2000, Społeczna psychologia rozwoju, Scholar, Warszawa.

Cherry Kendra, 2020, Erik Erikson's Stages of Psychosocial Development,

<https://www.verywellmind.com/erik-eriksons-stages-of-psychosocial-development-2795740>

Dąbrowski Roch (red.), 2008, Historia mówiona. Elementarz,

<http://www.swiadkowiehistorii.pl/pdfs/a.pdf>

Frisch Michael, 2018, Historia mówiona i Hard Times. Esej recenzyjny, „Wrocławski Rocznik Historii Mówionej”, Wydanie specjalne, s. 39-49.

Piotr Sztompka, 2002, Socjologia. Socjologia. Analiza społeczeństwa, Wydawnictwo Znak, Kraków.

Agata Stolarz, 2012, Historia mówiona w warsztacie historyka mentalności, „Pamięć i Sprawiedliwość”, 11/2 (20), s. 103-114,

[http://bazhum.muzhp.pl/media/files/Pamiec_i_Sprawiedliwosc/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t-11-n2_\(20\)/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t11-n2_\(20\)-s103-114/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t-11-n2_\(20\)-s103-114.pdf](http://bazhum.muzhp.pl/media/files/Pamiec_i_Sprawiedliwosc/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t-11-n2_(20)/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t11-n2_(20)-s103-114/Pamiec_i_Sprawiedliwosc-r2012-t-11-n2_(20)-s103-114.pdf)

Trempała Janusz, 2000, Koncepcje rozwoju człowieka [w:] Jan Strelau (red.) Podstawy psychologii, T. 1. GWP, Gdańsk

<https://relacjebiograficzne.pl/>

<http://teatrnn.pl/historiamowiona/>

<https://www.1944.pl/archiwum-historii-mowionej.html>

<http://www.mEDIATEKA.centrumzamenhofa.pl/>

Opracowała dr Anna Radiukiewicz

„SENIOR NA UNIWERSYTECIE”

Projekt współfinansowany ze środków Unii Europejskiej w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego