

HENRYK RYPIŃSKI

Almanach

ANEGDOTY
EDUKACYJNEJ



HENRYK RYPIŃSKI

Almanach

**ANEGDOTY
EDUKACYJNEJ**

S Z C Z E C I N
2 0 1 8

Rozdział 1 Spis treści

| | |
|---|-----------|
| Rozdział 1 Wprowadzenie | 3 |
| Rozdział 2 Istota innowacji „Almanach anegdoty edukacyjnej” | 4 |
| Rozdział 3 Wokół kompetencji społecznych – kontekst innowacji | 9 |
| 3.1. Pojęcie kompetencji społecznych | 9 |
| 3.2. Znaczenie kompetencji społecznych | 11 |
| 3.3. Ujęcie kompetencji społecznych w innowacji „Almanach anegdoty edukacyjnej” | 14 |
| 3.3.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego. | 14 |
| 3.3.2. Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych. | 15 |
| 3.3.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji..... | 16 |
| 3.3.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa..... | 17 |
| 3.3.5. Konstrukttywne porozumiewanie się w różnych środowiskach. | 18 |
| 3.3.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia..... | 19 |
| 3.3.7. Negocjowanie i osiągnięcie kompromisu..... | 20 |
| 3.3.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją. | 21 |
| 3.3.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość. | 22 |
| Rozdział 4 Wokół anegdoty edukacyjnej | 24 |
| 4.1. Czym jest anegdota edukacyjna | 24 |
| 4.2. Rola i funkcje anegdoty edukacyjnej w procesie edukacyjnym | 26 |
| Rozdział 5 Praktyczny przewodnik zastosowania anegdoty edukacyjnej w szkoleniach – metodologia pracy z anegdotą | 28 |
| 5.1. Przegląd metod szkoleniowych i możliwości wykorzystania w nich anegdot edukacyjnych | 28 |
| 5.1.1. Wykład i prezentacja..... | 28 |
| 5.1.2. Dyskusja. | 29 |
| 5.1.3. Odgrywanie ról..... | 30 |
| 5.1.4. Studium przypadku..... | 32 |
| 5.1.5. Gry i symulacje..... | 33 |
| 5.2. Przykłady zastosowania anegdoty edukacyjnej podczas zajęć – scenariusze pracy nad kompetencjami społecznymi z wykorzystaniem anegdoty | 35 |
| 5.2.1. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Zdrowie fizyczne i psychiczne..... | 35 |
| 5.2.2. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Społeczne zasady postępowania i reguły (praca w grupie)..... | 42 |
| 5.2.3. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Równość płci i niedyskryminacja..... | 50 |
| 5.2.4. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Komunikacja międzykulturowa. | 56 |
| 5.2.5. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Konstrukttywne porozumiewanie się. | 62 |
| 5.2.6. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Tolerancja, wyrażanie różnych punktów widzenia..... | 85 |
| 5.2.7. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Negocjowanie i kompromisy..... | 93 |
| 5.2.8. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Radzenie sobie ze stresem. | 101 |

| | |
|--|------------|
| 5.2.9. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Współpraca i asertywność..... | 114 |
| Rozdział 6 Antologia anegdoty edukacyjnej – wykaz i treści anegdot skategoryzowanych wg kompetencji społecznych. | 123 |
| 6.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia psychicznego i fizycznego..... | 123 |
| 6.2. Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych..... | 125 |
| 6.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji. | 133 |
| 6.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa. | 136 |
| 6.5. Konstrukttywne porozumiewanie się w różnych środowiskach. | 139 |
| 6.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia..... | 142 |
| 6.7. Negocjowanie i osiąganie kompromisu..... | 146 |
| 6.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją. | 148 |
| 6.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość..... | 152 |
| Rozdział 7 Suplement..... | 155 |
| 7.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego..... | 157 |
| 7.2 Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych zachowania..... | 167 |
| 7.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji. | 176 |
| 7.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa. | 187 |
| 7.5. Konstrukttywne porozumiewanie się w różnych środowiskach. | 194 |
| 7.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia..... | 198 |
| 7.7. Negocjowanie i osiąganie kompromisu..... | 203 |
| 7.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją. | 207 |
| 7.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość..... | 215 |
| 7.10 Treści anegdot do wykorzystania | 219 |
| Bibliografia | 238 |

Rozdział 1 Wprowadzenie

Podręcznik pt. „Almanach anegdoty edukacyjnej” powstał w ramach realizacji grantu na innowację społeczną ze środków projektu „Skrzydła dla innowacji przyszłością dojrzałej edukacji” realizowanego przez Zachodniopomorską Grupę Doradczą Sp. z o.o. w partnerstwie ze Związkiem Pracodawców Pomorza Zachodniego Lewiatan w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020, Oś Priorytetowa IV Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa.

Almanach anegdoty edukacyjnej nie jest tylko zbiorem dykteryjek do zastosowania w edukacji osób dorosłych w zakresie kształtowania i rozwijania kompetencji społecznych. Został pomyślany szerzej, jako narzędzie dydaktyczne wykorzystujące anegdoty w procesie dydaktycznym. To właśnie założenie znalazło wyraz w konstrukcji niniejszego podręcznika i prezentowanych treściach.

Trener/edukator otrzymuje zatem edukacyjne rozwiązanie wraz z gotowym narzędziem - podręcznik – przewodnik.

W podręczniku oprócz opisu innowacji, wyjaśniającego jej kontekst i wskazującego odbiorców Almanachu, zamieszczono także składowe elementy narzędzia, którymi są:

- Opis kompetencji społecznych wg autorskiego podziału – z opisu Unii Europejskiej wyodrębniono 9 głównych grup kompetencji społecznych;
- Praktyczny przewodnik zastosowania anegdoty edukacyjnej w szkoleniach – metodologia pracy z anegdotą, obejmująca przegląd metod szkoleniowych i możliwości wykorzystania w nich anegdot edukacyjnych oraz przykłady zastosowania anegdoty edukacyjnej podczas zajęć - 9 gotowych scenariuszy pracy nad kompetencjami społecznymi (szkoleń)

Istotną część Podręcznika stanowią oczywiście same anegdoty. Treści anegdot skategoryzowanych wg poszczególnych grup kompetencji społecznych (dobrych do pracy z daną kompetencją) zostały zamieszczone w Rozdziale 6. Ponadto w wyniku realizacji testu innowacji, po konsultacjach z trenerami, autor umieścił w Suplemencie wszystkie anegdoty, które wybrał wstępnie do pracy nad Almanachem. Zbiór ten ma stanowić pomoc w dalszym wykorzystywaniu anegdot w szkoleniach.

Opracowując na użytek innowacji autorskie definicje operacyjne najważniejszych grup kompetencji społecznych dokonano nowatorskiego zabiegu polegającego na ich „otagowaniu”. W toku tej pracy powstał materiał, który autor zdecydował się umieścić w podręczniku jako Suplement, gdyż jest przekonany, że materiał ten może być w wieloraki sposób wykorzystany np. przez trenerów kompetencji społecznych.

Rozdział 2 Istota innowacji „Almanach anegdoty edukacyjnej”

Dlaczego powstał „Almanach anegdoty edukacyjnej”?

Pomysł na opracowanie „Almanachu anegdoty edukacyjnej” jako narzędzia dydaktycznego wykorzystującego anegdoty w procesie dydaktycznym jest inicjatywa oddolną, wynikającą z naturalnych i praktycznych obserwacji środowiska edukacyjnego w Polsce popartych występowaniem istotnych problemów w edukacji ustawicznej, wśród których do najważniejszych należą:

1. **Fakt, iż kluczowe kompetencje społeczne nie są rozwijane w wystarczającym stopniu** – mainstreaming edukacyjny wskazuje wyraźne nastawienie na kształcenie zawodowe, techniczne, poparte zewnętrzną weryfikacją i walidacją. Ma to swoje uzasadnienie np. w kontekście zapotrzebowania rynku pracy. Nie mniej istotne jak tzw. „twarde kwalifikacje” są kompetencje społeczne tj. zdolność skutecznego i konstruktywnego uczestnictwa w życiu społecznym i zawodowym, szczególnie w społeczeństwach charakteryzujących się coraz większą różnorodnością. (Parlament Europejski, 2006) Problem ten znajduje potwierdzenie w wynikach badań i analiz porównawczych w zakresie kompetencji podstawowych (jak wiedza matematyczna, czytanie, języki obce) i przekrojowych (umiejętności ICT, **kompetencje społeczne** i obywatelskie). Niestety nie są to kompetencje traktowane równorzędnie – kompetencje podstawowe mają większy udział w edukacji formalnej oraz stanowią odrębne przedmioty, co oznacza, że kształcenie powszechne nie oddziałuje w wystarczającym stopniu na kompetencje przekrojowe, w tym społeczne. (Komisja Europejska/EACEA/Euridice, 2012) Pokolenie osób dorosłych 25-64 lata nie doświadczyło na swojej ścieżce edukacji formalnej spójnego oddziaływania na kompetencje społeczne – zazwyczaj działania ograniczały się do uczestnictwa w lekcjach wychowawczych o dość doraźnej strukturze organizacyjnej i tematycznej a odpowiedzialność za kształtowanie kompetencji miękkich rozdzielała się po nauczycielach, nie czyniąc nikogo koordynatorem tych procesów. W konsekwencji osoby dorosłe posiadają wykształcenie formalne, nie poparte często odpowiednimi kompetencjami społecznymi. Widać to wyraźnie na przykładzie wymagań rynku pracy – gdzie trudność w pozyskaniu pracowników lub ich znaczna rotacja (np. w branży IT) wynika z braku zdolności do pracy w grupie, komunikacji czy odporności na stres. „W badaniach Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości, „największym deficytem” cechują się następujące kompetencje:

- nawiązania kontaktu z klientem (34 proc. szefów się na to uskarża),
- rozwiązywania problemów (32 proc.),
- pracy w zespole (22 proc.)” (Wilk, 2015)

Kompetencje społeczne (głównie Innowacyjność, Inicjatywa, uczenie się oraz uczciwość, ale też komunikacja, radzenie sobie ze stresem czy współpraca) to jednocześnie kompetencje przyszłości. (Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, 2014)

2. **Niski poziom udziału Polaków w kształceniu ustawicznym.** Jak pokazują statystyki, w 2014 roku jedynie 4,1% osób dorosłych dokończyło się w różnych formach, podczas kiedy wskaźnik ten był istotnie wyższy dla Unii Europejskiej. Wyniósł on ok. 9%. (Jędrych i Szczepański, 2017)
3. **Szczególnie niekorzystna sytuacja osób z grup defaworyzowanych** – pozostających na granicy wykluczenia społecznego, edukacyjnego i zawodowego. Wyraźnie daje się zauważyć pewną cechę wspólną – **luki w zakresie kompetencji społecznych** (korelację pomiędzy niskimi kompetencjami a defaworyzacją potwierdzają aktualne analizy). (Chłoń-Domińczak, 2016)

Np. udział osób dorosłych w kształceniu ustawicznym maleje z wiekiem. O ile wśród osób młodych (pomiędzy 25. a 34. rokiem życia) wynosi ok. 11%, to u osób między 35. a 44. rokiem życia jest już o ok. 3% niższy, natomiast wśród osób starszych, a wciąż aktywnych zawodowo, które mają do emerytury co najmniej 10 lat, spada do 2,7%. W kontekście rosnących wymagań rynku pracy, wydłużającego się okresu aktywności zawodowej oraz oczekiwań pracodawców co do kompetencji pracowników – również starszych wiekiem – są to dane niepokojące. (Jędrych i Szczepański, 2017)

4. **Niewystarczające dostosowanie obecnego systemu kształcenia ustawicznego do potrzeb edukacyjnych dorosłych Polaków**, w szczególności nie uwzględnia on potrzeb i możliwości osób po 35. roku życia. (Główny Urząd Statystyczny, 2015)
5. **Brak na rynku edukacyjnym spójnych narzędzi do pracy dla edukatorów osób dorosłych w obszarze kompetencji kluczowych (społecznych) w rozumieniu Zaleceń Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 18 grudnia 2006 r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie (2006/962/WE)**. Brak jest kompleksowego zestawu narzędzi dla edukacji oczekiwanej w UE. Trenerzy, wykładowcy czy nauczyciele osób dorosłych nie posiadają podręcznika czy metody pracy konkretnie nad zestawem kompetencji społecznych. Dostępne są opracowania ukierunkowane na dzieci i młodzież (np. Podręcznik do nauczania kompetencji społecznych i przykładowe plany lekcji, PSS), ale brak jest materiałów do nauki osób dorosłych, odpowiadających potrzebom dojrzałych osób.
6. **Niewystarczający dostęp do źródeł praktycznych przykładów dla początkujących trenerów**. Młodzi trenerzy mają trudności w zdobyciu pierwszych zleceń, a jeżeli już takie uzyskają to często ma ono wagę dalszego ich „być albo nie być” na rynku. (Klimek, 2010) Analiza portalu GoldenLine przeprowadzona podczas sporządzania niniejszego wniosku pokazuje wielość problemów dotyczących początkujących trenerów szukających materiałów, narzędzi, porad o tym, jak zafunkcjonować na rynku szkoleniowym. (GoldenLine.pl, 2014) Ośrodki kształcenia trenerów nastawione komercyjnie najczęściej przygotowują teoretycznie, nie dając konkretnych narzędzi (jak scenariusze) do pracy. Trener po ukończeniu kursu jest w podobnej sytuacji jak absolwent studiów wyższych – posiada wykształcenie teoretyczne, w niewielkiej mierze poparte jednak praktycznymi umiejętnościami.

Koncepcja Almanachu opiera się na próbie zaproponowania narzędzia, które jest odpowiedzią, choćby po części, na wszystkie powyższe problemy. Po pierwsze treść metody odnosi się bezpośrednio do kompetencji społecznych ujętych jednak w autorski sposób. Po drugie, dzięki swojej formie, opartej na zbiorze anegdot, Almanach jest narzędziem, które jest szczególnie dopasowane do potrzeb i możliwości edukacyjnych osób dorosłych, w tym osób z tzw. grup defaworyzowanych. Anegdoty proponowane są jako pomost pomiędzy dojrzałością dorosłego człowieka a kontekstem kształtowania kompetencji społecznych, który z reguły wydaje się bardziej adekwatny dla młodszych osób (np. nauka rozumienia reguł postępowania w społeczeństwie i grupie). Dzięki anegdotom uruchamiane są skojarzenia dorosłych osób adekwatne do ich wiedzy i doświadczeń np. związane z historią powszechną, mniej lub bardziej typowymi sytuacjami z życia codziennego, znanymi postaciami, zjawiskami politycznymi, itd. Wprowadzenie anegdot ma osadzić uczestników w procesie edukacyjnym poprzez demonstrowanie urealnionych historii, które stanowią punkt odniesienia wobec własnej sytuacji. Owe dopasowanie do potrzeb i możliwości osób dorosłych jest z kolei istotnym czynnikiem motywacyjnym do udziału w szkoleniach, wpływającym w efekcie na finalny poziom udziału osób dorosłych w edukacji ustawicznej. Wreszcie, jeżeli chodzi o kontekst użytkownika metody, należy stwierdzić, że trenerzy, szczególnie początkujący, otrzymują atrakcyjne narzędzie do wpierania swojej kariery zawodowej. Innowacja może stanowić fundament

warsztatu pracy trenerów. Udostępnienie Almanachu jest przekroczeniem dominującego biznesowego podejścia nieudostępniania gotowych narzędzi i wyrasta z założenia, że trener mający do dyspozycji gotowy warsztat pracy i tak musi wykorzystać swoje umiejętności trenerskie do efektywnego przeprowadzenia zajęć (to promowanie koncepcji knowledge sharing w edukacji).

Czym jest „Almanach anegdoty edukacyjnej”?

Almanach to edukacyjne rozwiązanie wraz z gotowym narzędziem, to podręcznik – przewodnik dla edukatorów.

W podręczniku, oprócz wprowadzenia i niniejszego opisu innowacji, zamieszczono składowe elementy narzędzia, którymi są:

- Opis kompetencji społecznych wg autorskiego podziału – z opisu UE wyodrębniono 9 głównych grup kompetencji społecznych;
- Praktyczny przewodnik zastosowania anegdoty edukacyjnej w szkoleniach – metodologia pracy z anegdotą, obejmująca przegląd metod szkoleniowych i możliwości wykorzystania w nich anegdot edukacyjnych oraz przykłady zastosowania anegdoty edukacyjnej podczas zajęć - 9 gotowych scenariuszy pracy nad kompetencjami społecznymi (szkoleń) z wykorzystaniem anegdoty

Antologia anegdoty edukacyjnej – wykaz i treści anegdot skategoryzowanych wg poszczególnych grup kompetencji społecznych (kluczowych) – w 9 działach zostały skatalogowane anegdoty tematycznie dobrane dla pracy z daną kompetencją społeczną.

Dla kogo został przygotowany „Almanach anegdoty edukacyjnej”?

Almanach jako gotowe narzędzie edukacyjne przeznaczone jest dla osób odpowiedzialnych i realizujących procesy edukacyjne w obszarze kompetencji społecznych. Wśród nich podstawową grupę stanowią oczywiście edukatorzy – trenerzy form edukacji ustawicznej, szczególności początkujący. Niemniej jednak narzędzie może być z powodzeniem zastosowane również przez nauczycieli i wykładowców. Wśród użytkowników instytucjonalnych należy wymienić:

- a) Firmy szkoleniowe
- b) Uczelnie wyższe
- c) Organizacje pozarządowe realizujące cele edukacyjne.

W warstwie merytorycznej zaproponowanych treści edukacyjnych Almanach odnosi się do odbiorców innowacji – osób z grup defaworyzowanych, które wymagają oddziaływania w zakresie kształcenia kompetencji kluczowych:

- a) Kobiet – ze względu na fakt, iż kobiety są generalnie w gorszym położeniu na rynku pracy (np. otrzymują niższe wynagrodzenia zajmując te same jak mężczyźni stanowiska (Kurdwanowska)) – kompetencja określona jako: Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji jest u kobiet szczególnie istotna, ale w praktyce dnia codziennego ulega obniżeniu przez stereotypy, prezentowane także przez same kobiety (kobiety są silniej sterowane przez stereotypy niż mężczyźni, co oznacza niską kompetencję wyodrębnioną jako: Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa).
- b) Osób długotrwale bezrobotnych – badania sytuacji osób bezrobotnych wskazują, że w przypadku osób bezrobotnych dłużej niż 6 miesięcy „należy skupić się na zmodyfikowaniu kompetencji społecznych”. „Osoby bezrobotne w mobilnym wieku

produkcyjnym, nie pracujące od 3 do 6 miesięcy powinny w równym stopniu skupić się na potrzebach w obszarze wiedzy i umiejętności oraz kompetencji społecznych (...) W przypadku osób w wieku od 44 do 54 lat (...), szkolenia należy ukierunkować na obszar kompetencji społecznych, w zakresie umiejętności pracy w grupie, komunikowania oraz nastawienia na zmiany. Brak tych cech wpływa na wykluczenie zawodowe osób bezrobotnych z tej grupy wiekowej”. „Osoby w wieku powyżej 54 roku życia (...) są w najtrudniejszej sytuacji. Ponieważ w ich przypadku korekty wymaga zarówno obszar kompetencji społecznych, jak również przewyciężenie niechęci i niemocy do doskonalenia kompetencji zawodowych i do przekwalifikowania się”. (Kęsy, 2015) Wnioski z badań i innych analiz dotyczących osób długotrwale bezrobotnych jednoznacznie wskazują, że posiadają one znaczny deficyt szeroko pojętych kompetencji społecznych, prezentując tylko przykładowe: Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego, Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania, Radzenie sobie ze stresem i frustracją.

- c) Osoby z niepełnosprawnością – ta grupa jest niejednorodna. Znajdują się w niej zarówno osoby dobrze funkcjonujące społecznie (np. osoby z niepełnosprawnością nabytą), jak i osoby ze znacznymi deficytami funkcjonalnymi (głównie osoby z upośledzeniem umysłowym, upośledzenia pierwotne). Niestety osób gorzej radzących sobie społecznie w grupie osób z niepełnosprawnością jest przeciętnie więcej niż w grupie osób pełnosprawnych. Umiejętności społeczne osób z niepełnosprawnością intelektualną można porównać do umiejętności osoby zdrowej w wieku od 4 (upośledzenie w stopniu głębokim) do 17 lat (w stopniu lekkim) (Wiernigroch). Skupiając się na szansach – wyposażenie osób z niepełnosprawnością w kompetencje społeczne poziomu nastolatka będzie traktowane jako sukces.
- d) Osoby w wieku 50 lat lub więcej – zauważalne są niepokojące tendencje edukacyjne wśród tej grupy m.in.: niska motywacja pracowników (szczególnie w wieku powyżej 45 lat) do podnoszenia lub zmiany kwalifikacji zawodowych; niechęć do podejmowania nauki wynikająca np. z problemów zdrowotnych i związanych z tym ograniczeń w poruszaniu się. Wg badań uwidacznia się silna tendencja dezaktywizacyjna osób 50+ - „najbardziej bierną grupą wśród osób 50+ byli ludzie starsi –w grupie bezrobotnych 50-64 lata 88% nie dokończyło się w żaden sposób, natomiast wśród pracujących było to 78%”. (Fundacja Gospodarcza, 2016) Innowacja jest w szczególności sposób dedykowana osobom 50+ dlatego, że wiele inspirujących anegdot dotyczy wydarzeń historycznych, w tym z okresu historii nowożytnej i najnowszej, które mogą być bliskie osobom starszym ze względu na splot ich doświadczeń życiowych z tematem lub kontekstem anegdoty.
- e) Osoby z wykształceniem co najwyżej średnim - osoby z wykształceniem co najwyżej gimnazjalnym i z wykształceniem średnim najrzadziej znajdują pracę, co wynika z jednej strony z niskich kwalifikacji, a z drugiej z obniżonego poziomu kompetencji społecznych w zakresie m.in. odporności na stres i frustrację, asertywności, współpracy, pracy w grupie i innych. Niskie wykształcenie silnie koreluje z niskimi kompetencjami społecznymi oraz z dodatkowymi zjawiskami jak „Osoby z niskim wykształceniem częściej tracą pracę i trudniej ją odzyskują” (Chłoń-Domińczak, 2016). Innowacja jest atrakcyjną formą kształcenia, która ma zachęcić grupy takie jak osoby z niskim wykształceniem do większej aktywności edukacyjnej.
- f) Pracownicy i pracodawcy firm mikro i małych – nie jest to klasyczna grupa defaworyzowana w rozumieniu obszarów doradztwa zawodowego czy opieki społecznej. Niemniej można

zauważyć, że efektywne zatrudnienie (z perspektywy pracownika oraz pracodawcy) uzależnione jest od odpowiedniego poziomu kompetencji społecznych. Są one kluczowe dla pracowników, cytując: „Wielu pracowników nie radzi sobie ze stresem w pracy, obowiązkami, relacjami ze współpracownikami czy przełożonymi, kontaktami z coraz bardziej wymagającymi klientami. Problemami, które w coraz większym stopniu dotyczą nasze społeczeństwo są: wypalenie zawodowe, nerwice będące skutkiem braku umiejętności radzenia sobie ze stresem, pracobolizm. Dlatego ważne są wskazówki dotyczące radzenia sobie z emocjami w pracy”. (Zamorska) Z perspektywy pracodawców kompetencje społeczne niezbędne są głównie w zakresie radzenia sobie z emocjami (swoimi i pracowników), empatii, radzenia sobie ze stresem.

Rozdział 3 Wokół kompetencji społecznych – kontekst innowacji.

3.1. Pojęcie kompetencji społecznych.

Choć o kompetencjach społecznych dużo pisze się i mówi od około 20-25 lat, to pojęcie kompetencji społecznych ma dużo dłuższą historię. Do psychologii społecznej pojęcie to wprowadził w roku 1959, w kontekście problematyki wywierania wpływu na otoczenie, R. White. Od tego czasu pojawiło się wiele definicji i ujęć tego pojęcia. W literaturze przedmiotu kompetencje społeczne utożsamiane są m.in. z kompetencjami komunikacyjnymi, zdolnościami społecznymi i komunikacyjnymi, umiejętnościami społecznymi, umiejętnościami komunikacyjnymi, a także jako zbiór wielu różnych zdolności, umiejętności i cech. Kompetencje społeczne niejednokrotnie też utożsamiane są z inteligencją społeczną. (Martowska, Psychologiczne uwarunkowania kompetencji społecznych, 2012) Wielość ujęć świadczy o tym, że kompetencje te są trudne do jednoznacznego zdefiniowania. Wszystkie jednak ujęcia łączy jedno – złożony charakter kompetencji społecznych oraz przypisywane znaczenie dla społecznego funkcjonowania jednostki. Kompetencje społeczne decydują o sposobie radzenia sobie przez jednostkę z określonego typu sytuacją społeczną. Z tego punktu widzenia najbardziej adekwatna do potrzeb niniejszej innowacji wydaje się być definicja zaproponowana przez A. Matczak, wg której kompetencje społeczne to „złożone umiejętności warunkujące efektywność radzenia sobie w określonego typu sytuacjach społecznych, nabywane przez jednostkę w toku treningu społecznego” (Matczak, Kwestionariusz Kompetencji Społecznych. Podręcznik, 2007). Poziom kompetencji społecznych jednostki zależy od wielu czynników. Z punktu widzenia psychologicznego uwarunkowany jest cechami osobowości, temperamentu, inteligencji ogólnej, społecznej i emocjonalnej. Ujęcie socjologiczne i pedagogiczne akcentuje m.in. rolę środowiska rodzinnego i stylu wychowania oraz treningu społecznego, w tym od aktywność w zakresie uczestniczenia w różnego rodzaju szkoleniach i treningach.

Kompetencje społeczne znalazły też należne miejsce w polityce społecznej Unii Europejskiej. W Zaleceniach Parlamentu Europejskiego i Rady nr 2006/962/WE z dnia 18 grudnia 2006 roku w sprawie kompetencji kluczowych (wspólnych, najważniejszych dla wszystkich) w procesie uczenia się przez całe życie czytamy: „Kompetencje społeczne są związane z dobrem osobistym i społecznym, które wymaga świadomości, w jaki sposób można zapewnić sobie optymalny poziom zdrowia fizycznego i psychicznego, rozumianego również jako zasób danej osoby i jej rodziny oraz bezpośredniego otoczenia społecznego, a także wiedzy, w jaki sposób może się do tego przyczynić odpowiedni styl życia. Dla powodzenia w kontaktach interpersonalnych i uczestnictwie społecznym niezbędne jest rozumienie zasad postępowania i reguł zachowania ogólnie przyjętych w różnych społeczeństwach i środowiskach (np. w pracy). Równie istotna jest świadomość podstawowych pojęć dotyczących osób, grup, organizacji zawodowych, równości płci i niedyskryminacji, społeczeństwa i kultury. Konieczne jest rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, a także wzajemnej interakcji narodowej tożsamości kulturowej i tożsamości europejskiej.

Podstawowe umiejętności w zakresie tej kompetencji obejmują zdolność do konstruktywnego porozumiewania się w różnych środowiskach, wykazywania się tolerancją, wyrażania i rozumienia różnych punktów widzenia, negocjowania połączonego ze zdolnością tworzenia klimatu zaufania, a także zdolność do empatii. Osoby powinny być zdolne do radzenia sobie ze stresem i frustracją oraz do wyrażania ich w konstruktywny sposób, a także powinny dokonywać rozróżnienia sfery osobistej i zawodowej.

Kompetencja ta opiera się na współpracy, asertywności i prawości. Osoby powinny interesować się rozwojem społeczno-gospodarczym, komunikacją międzykulturową, cenić różnorodność i szanować innych ludzi, a także być przygotowane na pokonywanie uprzedzeń i osiąganie kompromisu.”

To właśnie powyższe ujęcie stanowi punkt odniesienia dla prezentowanej innowacji, o czym więcej napisano w rozdziale 3.3.

Mówiąc o kompetencjach społecznych należy zwrócić uwagę połączenie trzech atrybutów: wiedzy, umiejętności i postawy wynikającej z doświadczenia, gdyż zgodnie z definicją Słownika Języka Polskiego TWP to te elementy stanowią składowe każdej kompetencji:

- 1) Wiedza to ogół wiadomości zdobytych dzięki uczeniu się, zasób wiadomości z jakiejś dziedziny, co wiąże się z funkcjonowaniem poznawczym człowieka (Okoń, 2017). Mówiąc więc o kompetencjach społecznych na poziomie wiedzy, mówimy o wiedzy związanej z wielokulturowym społeczeństwem, znajomości zasad, reguł, procedur postępowania przyjętych w określonych środowiskach, znajomości pojęć związanych z procesami grupowymi, znajomości zasad równości i przeciwdziałania dyskryminacji.
- 2) Posiadane umiejętności wiążą się z behawioralnym funkcjonowaniem człowieka i oznaczają „gotowość i możliwość celowego działania z wyborem i zastosowaniem najbardziej odpowiednich wyborów wraz z uwzględnieniem określonych warunków, gwarantujących właściwe rezultaty tego działania, to sprawdzona możliwość celowego wykonania pewnego określonego rodzaju działań” (Wiatrowski, 2005). Kompetencje społeczne na poziomie umiejętności dotyczą np. podejmowania trafnych decyzji, osiągania celów, rozwiązywania problemów, konfliktów, efektywnego porozumiewania się bez względu na jakiegokolwiek różnice, współpracy w grupie, podejmowania aktywności związanych z przeciwdziałaniem dyskryminacji, argumentowania własnych racji, tworzenia klimatu empatii i zaufania, zarządzania emocjami na poziomie zachowań.
- 3) Postawy, czyli uwewnętrznione przez jednostkę, wyuczone skłonności (akty woli przejawiające się w czynach) do reagowania w społecznie określony sposób, szczególnie przez podejmowanie określonych działań w odpowiedzi na oczekiwania społeczne. (Postawa, 2016) Kompetencje społeczne na poziomie postaw oznaczają np. otwartość na współpracę, uzewnętrznienie posiadanych norm moralnych, asertywność, akceptację i poszanowanie innych ludzi, pokonywanie uprzedzeń.

Na koniec warto zwrócić uwagę na ten aspekt ujęć definicyjnych kompetencji społecznych, który akcentuje ich kształtowanie i rozwijanie w toku treningu społecznego, zarówno naturalnego, w sytuacjach życia codziennego czy pracy zawodowej, jak i o charakterze „laboratoryjnym” – w toku specjalnych oddziaływań szkoleniowych i terapeutycznych. Naturalny trening społeczny ma miejsce codziennie kiedy jednostka podejmuje aktywność rodzinną, zawodową, towarzyską, załatwia różne sprawy życiowe, pełni jakieś funkcje, czy podejmuje jakieś działania społeczne. Dzięki naturalnemu treningowi społecznemu człowiek nabywa coraz to nowe doświadczenia. (Martowska, Model uwarunkowań kompetencji społecznych, 2015)

W przypadku, gdy trening naturalny z jakichś powodów jest nieefektywny lub występuje jego niedostatek pewnym sposobem przeciwdziałania deficytom w funkcjonowaniu społecznym jest uczestniczenie w zorganizowanym treningu umiejętności społecznych. (Martowska, Model uwarunkowań kompetencji społecznych, 2015)

I właśnie owa możliwość kształtowania i rozwijania kompetencji społecznych stanowiła przesłankę do opracowania prezentowanego narzędzia – Almanachu anegdoty edukacyjnej.

3.2. Znaczenie kompetencji społecznych.

Znaczenie kompetencji społecznych ujęte jest już w samej ich definicji (patrz rozdział 3.1.), która wskazuje, że główną rolą tych kompetencji jest umożliwienie jednostce efektywnego radzenia sobie w określonego typu sytuacjach społecznych. Kompetencje społeczne zapewniają społecznie efektywne działanie. W praktyce oznacza to, że osoba w sposób satysfakcjonujący funkcjonuje w relacjach indywidualnych, grupowych i międzyludzkich. Umiejętności społeczne umożliwiają z jednej strony osiąganie własnych celów, z drugiej zaś działanie w zgodzie z oczekiwaniami społecznymi. (Matczak, Diagnoza intelektu, 1994)

Zrozumienie znaczenia kompetencji społecznych nie jest trudne, gdy pozna się „listę” zależności między nimi a społecznym funkcjonowaniem jednostki oraz korzyści, jakie wypływają z posiadania wysokiego poziomu umiejętności społecznych.

Oto niektóre z nich:

- Opanowanie umiejętności współżycia społecznego, które samo w sobie jest kompetencją społeczną, ale także jest wypadkową poszczególnych kompetencji społecznych, jest istotnym warunkiem zadowolenia i satysfakcji życiowej człowieka gdyż życie osobiste, zawodowe i publiczne jednostki w dużym stopniu zależy od zachowania, a przede wszystkim oddziaływania innych osób czy grup społecznych. Zdolność do współpracy z innymi i umiejętność prowadzenia wspólnych działań zapewnia efektywne funkcjonowanie w strukturach społeczno-zawodowych.
- Umiejętności społeczne są niezbędne do tworzenia i utrzymywania satysfakcjonujących (bliskich) relacji interpersonalnych, zaś trening umiejętności społecznych w sposób znaczący przyczynia się do zwiększenia satysfakcji i trwałości związków małżeńskich. (Spitzberg i Cupach, 2011)
- Kompetencje społeczne są ściśle powiązane z jakością pracy. Blisko dwie trzecie kompetencji związanych z ponadprzeciętnym wykonaniem w pracy to umiejętności emocjonalno-społeczne, w tym np. umiejętności komunikacyjne i empatia, umiejętności negocjacji, pracy w zespole oraz wywierania wpływu społecznego itp. Umiejętności wynikające z kompetencji osobistych i społecznych, określane są często jako najważniejsze kompetencje „przenośne”, czyli takie, które są podstawą skuteczności działania na bardzo różnych stanowiskach zawodowych i wielu rolach zawodowych. (Cherniss, 2000)
- Sukces podczas rozmowy kwalifikacyjnej w znacznej mierze zależy od wysokich umiejętności społecznych;
- Osiągnięcia edukacyjne są powiązane z poziomem kompetencji społecznych;
- Od kompetencji społecznych zależy samoregulacja jednostki, której dokonuje poprzez wyznaczenie celów, planowanie działań czy stosowanie strategii sprzyjających efektywnemu funkcjonowaniu
- Aktywność społeczna jest uwarunkowana kompetencjami społecznymi, np. subiektywnie spostrzegane prawdopodobieństwo zrealizowania celu wynika z przekonania o możliwości osiągnięcia sukcesu, a to z kolei warunkuje samo podejmowanie aktywności;
- Umiejętności społeczne zapewniają dobre samopoczucie, często zależy od nich poczucie bycia zrozumianym i docenionym;

- Umiejętności społeczne są warunkiem stworzenia i skutecznego korzystania z sieci wsparcia społecznego, co wiąże się z przeżywaniem mniejszego stresu lub łatwiejszym radzeniem sobie ze stresem;
- Wysokie umiejętności społeczne wiążą się z wyższymi wskaźnikami przystosowania do „zmian życiowych” oraz niższymi wskaźnikami depresji, lęku i poczucia samotności. (Spitzberg i Cupach, 2011)

Aby dokładniej zobrazować znaczenie kompetencji społecznych warto zapoznać się z wymownymi danymi:

W badaniach Polskiej Agencji Rozwoju Przedsiębiorczości, „największym deficytem” cechują się następujące kompetencje:

- ***nawiązania kontaktu z klientem (34 proc. szefów się na to uskarża),***
- ***rozwiązywania problemów (32 proc.),***
- ***pracy w zespole (22 proc.).***

Źródło: Kompetencje Polaków a potrzeby polskiej gospodarki, 2014, PARP

Odbiorcy z obszarów defaworyzowanych posiadają najczęściej deficyty w zakresie kompetencji kluczowych w powiązaniu z umiejętnościami życiowymi. „Zwłaszcza dla osób zagrożonych wykluczeniem społecznym w różnych okresach życia potrzebne są różne umiejętności, by mogli sprostać licznym wyzwaniom i trudnościom w gwałtownie zmieniającym się świecie

Źródło: modeLOWE Lokalne Ośrodki Wiedzy i Edukacji dla obszarów zdegradowanych i defaworyzowanych” Model funkcjonowania w środowisku lokalnym Lokalnego Ośrodka Wiedzy i Edukacji (LOWE) prowadzącego działania na rzecz aktywizacji edukacyjnej osób dorosłych, Lublin 2017

Około 35 % osób neurotycznych charakteryzuje się znacznym deficytem umiejętności społecznych (jest nieprzystosowana społecznie).

Źródło: Argyle, M. (1994). Nowe ustalenia w treningu umiejętności społecznych.

Szacuje się, że 10% ogólnej populacji świata ma poważne trudności związane z codziennymi sytuacjami społecznymi i relacjami interpersonalnymi.

Źródło: Argyle, M. (1994). Nowe ustalenia w treningu umiejętności społecznych.

Oblicza się, że od 7 do 25% populacji osób dorosłych może być społecznie niekompetentnych, zaś pozostała część populacji ma nadal znaczą „rezerwę”, czyli możliwość dalszego usprawniania skuteczności interpersonalnej. Nawet u połowy populacji obserwuje się znaczące deficyty szczegółowych umiejętności komunikacyjnych.

Źródło: Spitzberg, B. H., Cupach, W. R. (2002). Interpersonal skills. [w:] H. L. Knapp, J. A. Daly (red.) Handbook of interpersonal communication

Deficyt umiejętności społecznych wiąże się z podejmowaniem ryzykownych zachowań (nałogi, wandalizm, przestępczość, przemoc), co najprawdopodobniej wynika z angażowania się w bardziej patologiczne związki interpersonalne, które przyczyniają się do zaburzenia samooceny oraz są źródłem negatywnych wzorców zachowań społecznych.

Źródło: Spitzberg, B. H., Cupach, W. R. (2002). Interpersonal skills. [w:] H. L. Knapp, J. A. Daly (red.) Handbook of interpersonal communication

Wśród osób o wysokim IQ, ci, którzy osiągnęli wybitne rezultaty zawodowe i powodzenie w życiu, to jednostki charakteryzujące się ponadto wysoką potrzebą osiągnięć oraz stałością emocjonalną i przystosowaniem społecznym (a więc cechami i kompetencjami, które składają się na inteligencję społeczną i emocjonalną oraz umiejętnościami interpersonalnymi)

Źródło: Strelau, J. (2002). Psychologia różnic indywidualnych. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.

3.3. Ujęcie kompetencji społecznych w innowacji „Almanach anegdoty edukacyjnej”.

Za kompetencje społeczne uważa się, w najszerszym rozumieniu; wiedzę, umiejętności i postawy związane z jakością życia w społeczeństwie. O ile istnieje powszechna zgoda co do tego, że kompetencje społeczne są ważne i sprzyjają dobremu funkcjonowaniu człowieka, o tyle nie podjęto w Polsce zdecydowanej i skoordynowanej próby sformalizowania ich nauczania. W innowacji „Almanach anegdoty edukacyjnej” przyjęto koncepcję, że kompetencje społeczne mogą być obiektem planowego kształcenia podobnie, jak ma to miejsce w przypadku przedmiotów szkolnych. Proponowana innowacja wykorzystująca anegdoty w procesie edukacyjnym jest jedną z propozycji usystematyzowania kształtowania kompetencji społecznych na rzecz upowszechniania edukacji ustawicznej osób dorosłych.

Zaproponowane w innowacji ujęcie kompetencji społecznych ma na celu:

- lepsze zrozumienie poszczególnych kompetencji społecznych,
- osadzenie ich na gruncie polskich definicji,
- opracowanie definicji będących wypadkową opisów PE oraz polskiej praktyki i teorii edukacyjnej,
- dokonanie podziału oraz operacjonalizacji kompetencji społecznych,
- wyodrębnienie 3 składowych kompetencji (wiedza, umiejętności, postawy).

Podział na poszczególne grupy kompetencji społecznych został zainspirowany treścią Zalecenia Parlamentu Europejskiego i Rady z dnia 18 grudnia 2006 r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie (2006/962/WE). Na użytek opracowania niniejszej innowacji dokonano autorskiego wyselekcjonowania i nazwania kompetencji społecznych w oparciu o definicję UE (którą przytoczono w rozdziale 3.1).

Dla każdej z wyodrębnionych kompetencji została stworzona definicja scalająca rozumienie UE z Polską praktyką edukacyjną. Kompetencje zostały opisane przez pryzmat trójskładnikowej struktury (wiedza, umiejętności, postawy) oraz otagowane tj. przypisano im słowa kluczowe, które wykorzystano podczas dopasowywania anegdot do konkretnych kompetencji. Opis ten zamieszczono poniżej, w kolejnych podrozdziałach. Natomiast słowa kluczowe oraz definicje na gruncie teoretycznym dla poszczególnych kompetencji stanowią suplement do niniejszego podręcznika.

3.3.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„Kompetencje społeczne są związane z dobrem osobistym i społecznym, które wymaga świadomości, w jaki sposób można zapewnić sobie optymalny poziom zdrowia fizycznego i psychicznego, rozumianego również jako zasób danej osoby i jej rodziny oraz bezpośredniego otoczenia społecznego, a także wiedzy, w jaki sposób może się do tego przyczynić odpowiedni styl życia...”

b) Definicja operacyjna

Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego to świadome dążenie jednostki do prawidłowego i adekwatnego funkcjonowania w społeczeństwie w wymiarze fizycznym i psychicznym realizowane poprzez skuteczne zarządzanie swoim stylem bycia opartym

na sensownym i skutecznym operowaniu posiadanymi zasobami. Optymalny poziom zdrowia to bycie zadowolonym ze swojego życia i zaangażowane dążenie do szczęścia.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Zarządzanie stylem życia

a. Wiedza:

- Wie, co to jest styl życia
- Wie, jak styl życia wpływa na zdrowie
- Wie, jakie są elementy stylu życia

b. Umiejętności

- Potrafi określić swój styl życia
- Potrafi zdiagnozować elementy swojego stylu życia
- Potrafi wpłynąć na zmianę swojego stylu życia

c. Postawy

- Jest zmotywowany do poprawy swojego stylu życia
- Jest chętny do określenia swojego stylu życia
- Jest gotowy do zmiany elementów stylu życia

2. Zarządzanie zasobami

a. Wiedza

- Wie, co to są zasoby
- Wie, jakie są rodzaje zasobów
- Wie, gdzie szukać zasobów

b. Umiejętności

- Potrafi określić posiadane zasoby własne, rodziny i środowiska
- Potrafi zdobywać nowe zasoby
- Potrafi dzielić się zasobami

c. Postawy

- Jest zmotywowany do określenia puli zasobów
- Chce zwiększać swoje zasoby i widzi sens w tym działaniu
- Jest gotowy do dzielenia się zasobami

3.3.2. Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...Dla powodzenia w kontaktach interpersonalnych i uczestnictwie społecznym niezbędne jest rozumienie zasad postępowania i reguł zachowania ogólnie przyjętych w różnych społeczeństwach i środowiskach (np. w pracy)...”

„...Równie istotna jest świadomość podstawowych pojęć dotyczących osób, grup, organizacji zawodowych...”

b) Definicja operacyjna

Rozumienie społecznych zasad postępowania, reguł zachowania i zjawisk grupowych to bycie zorientowanym w ogólnie akceptowanych w danym społeczeństwie sposobach zachowania i podejmowanie przede wszystkim zachowań zgodnych z normami. To angażowanie się w życie różnych grup (przede wszystkim rodzinnych i zawodowych) oraz rozumienie specyfiki zachowań grup jako całości i zachowań ich członków wynikających z wpływu grupy. To także zauważanie

korzyści oraz ograniczeń wynikających z życia w danej grupie oraz umiejętność wyjścia poza stereotypowe postrzeganie grup innych od własnej.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Postępowanie zgodne z normami społecznymi

a. Wiedza

- Wie, jakie są normy obowiązujące w społeczeństwie, do którego należy
- Wie, jakie są konsekwencje naruszania norm
- Wie, jakie są korzyści z przestrzegania norm

b. Umiejętności

- Potrafi wybierać zachowania zgodne z normami społecznymi
- Potrafi określić konsekwencje podejmowania zachowań zgodnych i niezgodnych z normami
- Potrafi określić normy zachowania w różnych środowiskach

c. Postawy

- Jest zmotywowany do przestrzegania norm społecznych zdecydowanie częściej niż do ich nieprzestrzegania
- Chce dążyć do uzyskania korzyści wynikających z przestrzegania norm społecznych
- Chce uniknąć negatywnych konsekwencji nieprzestrzegania norm społecznych

2. Aktywne uczestnictwo w życiu grup społecznych

a. Wiedza

- Wie, jakie zjawiska grupowe występują w grupach społecznych
- Wie, jakie są korzyści z uczestnictwa w grupie społecznej
- Wie, że zjawiska grupowe w takim samym stopniu występują w grupach innych od własnej

b. Umiejętności

- Potrafi zauważyć wpływ zjawisk grupowych na zachowanie swoje i innych członków grupy
- Podejmuje, co do zasady, działania na korzyść własnej grupy służące realizacji jej celów
- Potrafi rozpoznać potencjał grup obcych i zauważać szanse współpracy

c. Postawy

- Aktywnie angażuje się w życie grup, do której należy
- Dąży do realizacji celów grupy, które uważa za wspólne
- Jest otwarty na uczestnictwo w nowych grupach, mających potencjał do realizacji wspólnych celów

3.3.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...Równie istotna jest świadomość podstawowych pojęć dotyczących (...), równości płci i niedyskryminacji, społeczeństwa i kultury...”

b) Definicja operacyjna

Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji to świadomość istnienia w społeczeństwie postaw akceptacji i nieakceptacji innych osób ze względu na płeć, rasę, wiek, stopień sprawności, wyznanie, pochodzenie, orientację seksualną, światopogląd lub inne przesłanki. To zauważanie konsekwencji nietolerancji w życiu społeczno-kulturowym w postaci nierówności i gorszego traktowania określonych grup. To podejmowanie działań na rzecz równości płci i niedyskryminacji, a co najmniej zaniechanie działań dyskryminacyjnych.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Dostrzeganie obszarów nierówności w społeczeństwie
 - a. Wiedza
 - Wie, jakie są przejawy i czego mogą dotyczyć nierówności w społeczeństwie
 - Wie, jakie są przejawy i czego może dotyczyć równość w społeczeństwie
 - Wie, jakich obszarów dotyczą przejawy nierówności i dyskryminacji
 - b. Umiejętności
 - Potrafi zidentyfikować przejawy nierówności i dyskryminacji w społeczeństwie
 - Potrafi zidentyfikować przejawy równości i niedyskryminacji w społeczeństwie
 - Potrafi kreować wokół siebie atmosferę równości i niedyskryminacji
 - c. Postawy
 - Wykazuje aktywność poznawczą i czujność wobec przejawów nierówności
 - Aprobuję inicjatywy i działania na rzecz równości i niedyskryminacji
 - Ceni kultury z zakorzenioną postawą równościową
2. Pasywna i aktywna niedyskryminacja
 - a. Wiedza
 - Wie, jakie są sposoby przeciwdziałania dyskryminacji i nierównościom w życiu społeczno-kulturowym
 - Wie, jak zmniejszać istniejące obszary nierówności w społeczeństwie
 - Wie, jakie są konsekwencje nierówności i dyskryminacji
 - b. Umiejętności
 - Potrafi chronić przejawy równości i niedyskryminacji
 - Potrafi zareagować na przejawy nierówności i dyskryminacji w społeczeństwie
 - Potrafi modyfikować swoje zachowania, które mają znamiona nierówności i dyskryminacji
 - c. Postawy
 - Powstrzymuje się od zachowań nacechowanych dyskryminacją wobec innych grup i osób
 - Uznaje równość i niedyskryminację innych grup i osób za korzystną cechę społeczeństwa i kultury
 - Przejawia postawę aprobującą równość i niedyskryminację innych grup i osób

3.3.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...Konieczne jest rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, a także wzajemnej interakcji narodowej tożsamości kulturowej

i tożsamości europejskiej.(...) Osoby powinny interesować się rozwojem społeczno-gospodarczym, komunikacją międzykulturową, cenić różnorodność i szanować innych ludzi ...”

b) Definicja operacyjna

Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa to dostrzeganie różnorodności wartości, kultury, ludzi i wymiarów społeczności europejskich. To docenianie korzyści wynikających z tej różnorodności a zarazem dostrzeganie korzyści z zachowania narodowej tożsamości kulturowej. To dostrzeganie powiązań narodowej tożsamości kulturowej społeczeństw europejskich z tożsamością europejską. To umiejętność podejmowanie komunikacji międzykulturowej, w atmosferze wzajemnego szacunku i zainteresowania, opartej na wymianie znaków z przedstawicielami innych społeczeństw.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Dostrzeganie i korzystanie z różnorodności społeczeństw europejskich
 - a. Wiedza
 - Wie, jakie są wymiary społeczeństw europejskich
 - Wie, jakie są korzyści z różnorodności społeczeństw europejskich
 - Wie, jak można integrować tożsamość narodową i europejską
 - b. Umiejętności
 - Potrafi odnaleźć się w innych społeczeństwach europejskich
 - Potrafi określić cechy różniące i świadczące o podobieństwie pomiędzy swoim a innymi społeczeństwami europejskimi
 - Umie czerpać korzyści z różnorodności społeczeństw europejskich
 - c. Postawy
 - Wykazuje otwartość na dostrzeganie różnorodności społeczeństw europejskich
 - Wykazuje zainteresowanie rozwojem społeczeństw europejskich
 - Przejawia postawę szacunku wobec innych społeczeństw europejskich

2. Komunikacja międzykulturowa
 - a. Wiedza
 - Wie, jak nawiązać komunikację międzykulturową
 - Wie, jakie są cechy komunikacji międzykulturowej
 - Wie, jakie są bariery komunikacji międzykulturowej
 - b. Umiejętności
 - Potrafi formułować komunikaty międzykulturowe
 - Potrafi odbierać komunikaty międzykulturowe
 - Potrafi reagować na pojawiające się sprzeczności i bariery komunikacyjne związane z różnorodnością
 - c. Postawy
 - Wykazuje otwartość na uczestnictwo w komunikacji międzykulturowej
 - Przyjmuje postawę zainteresowania i tolerancji wobec różnorodności w komunikacji
 - Wykazuje zaangażowanie w przełamywanie barier wynikających z różnorodności w komunikacji międzykulturowej

3.3.5. Konstruktywne porozumiewanie się w różnych środowiskach.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...Podstawowe umiejętności w zakresie tej kompetencji obejmują zdolność do konstruktywnego porozumiewania się w różnych środowiskach...”

b) Definicja operacyjna

Konstruktywne porozumiewanie się w różnych środowiskach to osiąganie swoich celów poprzez komunikację. To umiejętność elastycznego dopasowywania sposobów i narzędzi komunikacji w zależności od charakteru i wymagań danego środowiska.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Komunikowanie się w różnych środowiskach
 - a. Wiedza
 - Wie, czym jest komunikacja
 - Wie, na czym polega specyfika komunikacji w różnych środowiskach (przede wszystkim w pracy i rodzinie)
 - Wie, na czym polega komunikacja werbalna i niewerbalna
 - b. Umiejętności
 - Potrafi komunikować się w różnych środowiskach
 - Potrafi stosować w praktyce zasady i narzędzia komunikacji werbalnej
 - Potrafi stosować w praktyce zasady i narzędzia komunikacji niewerbalnej
 - c. Postawy
 - Wykazuje gotowość do komunikowania się
 - Podejmuje wysiłek dopasowania sposobu komunikacji do danego środowiska
 - Dbą o dobrą atmosferę procesu komunikacji

2. Konstruktywna komunikacja w różnych środowiskach
 - a. Wiedza
 - Wie, jak osiągać cele w procesie komunikacji
 - Zna sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku pracy
 - Zna sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku rodzinnym
 - b. Umiejętności
 - Potrafi osiągnąć swoje cele poprzez komunikację
 - Potrafi zastosować sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku pracy
 - Potrafi zastosować sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku rodzinnym
 - c. Postawy
 - Podejmuje wysiłki, aby osiągać cele poprzez komunikację
 - Wykazuje otwartość na komunikację drugiej strony procesu
 - Dąży do poszerzania swoich umiejętności komunikacyjnych

3.3.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„... wykazywania się tolerancją, wyrażania i rozumienia różnych punktów widzenia...”

b) Definicja operacyjna

Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia to przyjmowanie postawy pozytywnej akceptacji wobec osób o odmiennych cechach i wartościach oraz należących do odmiennych grup a przy tym otwartość na patrzeć na świat z perspektywy tej odmienności. To podejmowanie

wysiłku zrozumienia odmiennej sytuacji innych grup a także gotowość do wyrażania swojego punktu widzenia.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Akceptacja innych punktów widzenia

a. Wiedza

- Wie, że istnieją inne od własnego punkty widzenia
- Wie, są pozytywne konsekwencje wzajemnej tolerancji punktów widzenia
- Wie, jakie są negatywne konsekwencje braku tolerancji innych punktów widzenia

b. Umiejętności

- Potrafi przyjąć perspektywę odmienną od własnej
- Potrafi określić różnice w innych od własnych punktach widzenia
- Potrafi nawiązać porozumienie z osobami o odmiennych poglądach, wartościach, cechach

c. Postawy

- Podejmuje wysiłek, aby zrozumieć inne od własnego punkty widzenia
- Akceptuje inne od własnych wartości życiowe
- Jest otwarty na odmienne perspektywy widzenia świata

2. Wyrażanie innych punktów widzenia

a. Wiedza

- Wie, jakie są odpowiednie warunki do wyrażania własnego punktu widzenia
- Wie, jakie są konsekwencje wyrażania własnego punktu widzenia
- Wie, jakie są własne wartości i przekonania

b. Umiejętności

- Potrafi wyrażać swój punkt widzenia w adekwatnych sytuacjach
- Potrafi bronić swojego punktu widzenia w dyskusji
- Potrafi zmienić swój punkt widzenia pod wpływem argumentów

c. Postawy

- Jest otwarty na wyrażanie swojego punktu widzenia
- Jest gotowy do obrony swojego punkty widzenia
- Przyjmuje, że możliwa jest zmiana własnego punktu widzenia

3.3.7. Negocjowanie i osiąganie kompromisu.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...negocjowania połączonego ze zdolnością tworzenia klimatu zaufania..., (...) a także być przygotowane na pokonywanie uprzedzeń i osiąganie kompromisu”

b) Definicja operacyjna

Negocjowanie i osiąganie kompromisu to umiejętność podejmowania dyskusji w sytuacjach spornych, gotowość do bronięcia swojego stanowiska, uwzględnianie możliwości ustępstw na rzecz osiągnięcia celów oraz czerpanie satysfakcji z sukcesu okupionego uzasadnionymi wyrzeczeniami. To także zdolność do wchodzenia w sytuacje konfliktowe z wiarą w prawdziwość drugiej strony i otwartością na odmienne zdanie.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Negocjowanie
 - a. Wiedza
 - Wie, jakie są sposoby i narzędzia negocjacji
 - Wie, jak wygląda przebieg negocjacji
 - Wie, jakie są strategie negocjacji
 - b. Umiejętności
 - Potrafi bronić swojego stanowiska podczas negocjacji
 - Potrafi pójść na ustępstwo na rzecz osiągnięcia celu
 - Potrafi uznać racje drugiej strony negocjacji
 - c. Postawy
 - Ufa w dobre intencje i prawdomówność drugiej strony negocjacji
 - Zależy mu na tworzeniu klimatu zaufania i tolerancji podczas negocjacji
 - Wyraża gotowość do ustępstw

2. Osiąganie kompromisu
 1. Wiedza
 - Wie, w jaki sposób można osiągnąć kompromis
 - Wie, ile jest w stanie poświęcić na rzecz osiągnięcia kompromisu
 - Wie, że nie zawsze można osiągnąć kompromis
 2. Umiejętności
 - Potrafi określić ilość i rodzaje ustępstw, na jakie może przystać
 - Potrafi odpowiedzieć ustępstwem na ustępstwo
 - Potrafi nie ustępować w kwestiach zasadniczych
 3. Postawy
 - Jest gotowy do wyrzeczeń, aby osiągnąć cel
 - Potrafi czuć satysfakcję w związku z decydowaniem się na ustępstwa
 - Uzasadnionych ustępstw nie traktuje jako porażkę

3.3.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...Osoby powinny być zdolne do radzenia sobie ze stresem i frustracją oraz do wyrażania ich w konstruktywny sposób, a także powinny dokonywać rozróżnienia sfery osobistej i zawodowej.”

b) Definicja operacyjna

Radzenie sobie ze stresem i frustracją to umiejętność rozpoznawania sygnałów napięcia wynikających ze zderzenia możliwości organizmu i jego zasobów z wymaganiami środowiska. To umiejętność konstruktywnego wykorzystania napięcia do dokonania pozytywnej zmiany lub co najmniej do poradzenia sobie z trudną sytuacją bez większych szkód dla posiadanych zasobów. To dostęp do własnych emocji i przeżyć, w tym trudnych, akceptowanie ich i wybieranie konstruktywnych sposobów reakcji. To zapobieganie stanom frustracji poprzez przyjmowanie wewnątrzsterownej postawy wobec trudności. To w końcu zmniejszanie poziomu frustracji i stresu dzięki wglądowi w stany wewnętrzne, wybieraniu proaktywnych strategii działania oraz utrzymywaniu równowagi pomiędzy życiem zawodowym a prywatnym.

c) Główne kompetencje cząstkowe

1. Radzenie sobie ze stresem

- a. Wiedza
 - Wie, jakie są sposoby przeciwdziałania stresowi
 - Wie, jakie są sposoby powiększania zasobów
 - Wie, jakie są sposoby minimalizowania stresu po jego wystąpieniu
 - b. Umiejętności
 - Potrafi świadomie powiększać swoje zasoby
 - Potrafi właściwie wybrać najlepszą strategię radzenia sobie ze stresem
 - Potrafi wykorzystać stres do dokonania pozytywnej zmiany
 - c. Postawy
 - Ma świadomość, że stresu nie da się uniknąć
 - Wyraża otwartość na pozytywne działanie stresu
 - Wyraża chęć do aktywnego radzenia sobie ze stresem
2. Radzenie sobie z agresją i frustracją
- a. Wiedza
 - Wie, czym jest agresja i frustracja oraz jak je rozpoznawać
 - Wie, jak powstają agresja i frustracja
 - Wie, jakie są metody zmniejszania napięcia
 - b. Umiejętności
 - Potrafi rozpoznać początki agresji i je powstrzymać
 - Potrafi wykorzystać energię z agresji do konstruktywnego działania
 - Potrafi przezwyciężyć frustrację poprzez stosowanie proaktywnych strategii
 - c. Postawy
 - Wyraża gotowość do świadomego radzenia sobie z agresją
 - Wyraża postawę, że agresja nie jest konstruktywnym sposobem radzenia sobie z trudnościami
 - Ma motywację do przełamania koła frustracji-agresji

3.3.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość.

a) Definicja Parlamentu Europejskiego

„...a także zdolność do empatii (...) Kompetencja ta opiera się na współpracy, asertywności i prawości...”

b) Definicja operacyjna

Empatia, współpraca, asertywność i prawość to zestaw kompetencji zwiększających jakość relacji międzyludzkich. To zdolność do przyjęcia perspektywy drugiej osoby i współodczuwania jej stanów emocjonalnych. To współdzielenie celów i aspiracji z innymi osobami i dokonywanie z nimi wspólnych działań. To zdolność do obrony swoich granic w relacjach z innymi, gotowość do nieprzekraczania granic innych ludzi i realizacja w tych warunkach swoich celów. To także postępowanie według zasad społecznych, bycie wiarygodnym i spójnym w oczach innych ludzi.

c) Główne kompetencje cząstkowe

4. Współpraca oparta na empatii
 - a. Wiedza
 - Wie, czym jest empatia
 - Wie, jak nawiązać i utrzymać współpracę

- Wie, jak wykorzystać empatię w celu lepszego współdziałania
 - b. Umiejętności
 - Potrafi rozpoznawać i nazywać własne emocje
 - Potrafi rozpoznawać i nazywać cudze emocje
 - Potrafi wykorzystać empatię w celu lepszego współdziałania z innymi
 - c. Postawy
 - Wykazuje postawę otwartości i wrażliwości na odczucia innych osób
 - Wykazuje otwartość na współpracę i współdzielenie się z innymi
 - Chce wspólnie z innymi określać i realizować cele
5. Prawość i asertywność
- a. Wiedza
 - Wie, czym jest asertywność
 - Wie, jakie są narzędzia i metody asertywnej komunikacji
 - Wie, jakie są zasady społeczne
 - b. Umiejętności
 - Potrafi zastosować komunikację asertywną w codziennej praktyce
 - Potrafi stawiać granice i ich bronić
 - Potrafi być konsekwentny i uczciwy
 - c. Postawy
 - Okazuje szacunek sobie i innym
 - Chce być spójny w oczach innych
 - Podejmuje wysiłek bycia konsekwentnym i prawdomównym

Rozdział 4 Wokół anegdoty edukacyjnej.

4.1. Czym jest anegdota edukacyjna.

Zanim zrozumie się czym jest lub może być anegdota edukacyjna należy sięgnąć do pojęcia samej anegdoty.

Słownik Języka Polskiego definiuje anegdotę jako „krótkie opowiadanie o jakimś zabawnym lub niezwykłym zdarzeniu, zakończone zaskakującą, dowcipną puentą”. (Słownik Języka Polskiego, brak daty)

Zatem anegdota to pewnego rodzaju historyjka, krótka opowieść o czymś, najczęściej napisana w humorystyczny sposób zakończona w niespodziewany, nieoczekiwany sposób. Należy jednak podkreślić, że anegdota może funkcjonować zarówno w wersji pisanej, jak i mówionej. Publikowane zbiory anegdot (dotyczące np. sławnych uczonych, artystów itd.) cieszą się dużą popularnością.

Klasyczna anegdota to zwięzła miniatura narracyjna o trójdzielnej konstrukcji (ekspozycja, starcie, rozwiązanie), w której dużą rolę odgrywa zakończenie, często w formie puenty, bon motu, oryginalnego odwrócenia. Zaliczana jest do tzw. miniatur literackich. (Trznadłowski, 1977)

W Wikipedii czytamy: „Anegdota (gr. *anekdota* – nieopublikowane) – krótka forma literacka, zawierająca prawdziwe lub zmyślane opowiadanie o zdarzeniu z życia znanej postaci, żyjącej lub historycznej, lub z życia określonego środowiska czy grupy społecznej. Anegdota ma wydźwięk humorystyczny, może jednak zawierać również pierwiastki dydaktyczne. Charakterystyczną cechą gatunku jest wyraziste zakończenie i obecność niespodziewanej puenty. Anegdoty mogą być fragmentami większych utworów literackich, np. wspomnień, listów i biografii. W średniowieczu często stanowiły część kazań.” (Anegdota, 2006)

W powyższej definicji, w kontekście niniejszej innowacji, szczególną uwagę zwraca możliwy wydźwięk dydaktyczny anegdoty. Co zatem decyduje, że anegdota z formy literackiej lub „zwykłej” opowiastki humorystycznej staje się narzędziem edukacyjnym? Kluczem do takiej przemiany jest sama treść anegdoty, nie tylko ta dosłowna, ale również ukryta, niewypowiedziana.

Aby anegdota nabrała wymiaru edukacyjnego musi przede wszystkim zawierać w sobie lub odwoływać się do założonych treści kształcenia. Czesław Kupisiewicz definiuje treści kształcenia jako „całościowy kształt podstawowych wiadomości i umiejętności z dziedziny nauki, techniki, kultury, sztuki oraz praktyki społecznej, przewidziany do opanowania podczas ich pobytu w szkole”. (Kupisiewicz, 2006) Natomiast Franciszek Bereźnicki określa treści kształcenia jako „system wzajemnie ze sobą powiązanych wiadomości, umiejętności, nawyków i doświadczeń”. (Bereźnicki, 2007)

Z tego punktu widzenia szczególnego znaczenia nabierają takie elementy anegdoty jak treść opowieści i jej zakończenie (puenta), postać bohatera/bohaterów, użyty język. Najważniejszym elementem anegdoty w jej aspekcie edukacyjnym jest więc jej przesłanie, a jego zrozumienie przez „uczniar” jest kluczowe dla spełnienia przez anegdotę edukacyjnej roli rozumianej jako nośnik treści kształcenia. Największą więc wartość edukacyjną mają te anegdoty, które zawierają w sobie jakąś uniwersalną prawdę lub wartość życiową. Za pośrednictwem anegdoty można przekazać nie tylko informacje mające charakter typowo dydaktyczny (również pod względem moralnym), lecz także poprzez jakąś opinię, zaś inną zdyskredytować. (Chudzik, 2014) Uczeniu się sprzyjają emocje i uwaga, a tych z pewnością może dostarczyć anegdota, pod warunkiem, że wzbudzi ciekawość

i ożywi wyobraźnię, stanie się interesującą historią, a to „Historie nas poruszają, nie fakty. Historie zawierają fakty, ale fakty mają się do opowieści jak szkielet do całego człowieka. Ten, kto sądzi, że w uczeniu się chodzi o wkuwanie faktów, całkowicie się myli; szczegóły mają sens tylko w kontekście, i to właśnie kontekst i sens sprawiają, że szczegóły stają się ciekawe. I tylko wtedy, gdy fakty są w tym sensie ciekawe, pozostaną w naszej pamięci”. Dlatego dobry nauczyciel, zdaniem Spitzera, nie każe uczniom wkuwać dat, ale opowiada im ciekawe historie. (Spietzer, 2018)

O edukacyjnym charakterze anegdoty decydować będzie również możliwość jej zastosowania, odwołania się do niej, gdy chcemy nie tylko przekazać jakieś informacje, ale także do gdy zechcemy wskazać i wyjaśnić przyczynę danego stanu rzeczy, wydarzenia bądź też zachowania się postaci. Goethe mówił, że “dla człowieka światowego zbiór anegdot to największy skarb”. (Korzeniowski, 1992)

Kolejnym elementem mającym znaczenie dla edukacyjnego wymiaru anegdoty jest jej wiarygodność. Naciągana anegdota nie jest atrakcyjną informacją, nie wzbudza zainteresowania i nie zapada w pamięć. Zatem jej walory edukacyjne są znikome.

Oprócz wiarygodności, duże znaczenie ma też ich komizm. Nudna i mało zabawna anegdota nie przykuje uwagi odbiorców, a już z pewnością nie spełni pokładanych w niej „nadziei edukacyjnych” Tylko umiejętne wykorzystanie komizmu jako środka dydaktycznego może przynieść pozytywne skutki.

Nie każda anegdota nadaje się do bezkrytycznego powtarzania, a tym bardziej do wykorzystania w procesie edukacyjnym. Wybór odpowiednich do użycia w szkoleniach anegdot zależy przede wszystkim od tzw. dobrego smaku trenera/szkoleniowca. Kwestia jest trudna i delikatnej natury, gdyż poruszamy się tutaj w kręgu poczucia taktu i odpowiedzialności za słowo. Anegdoty dotyczą bowiem na ogół konkretnych osób i nie ma tutaj znaczenia czy żyjących, czy nie.

Charakterystyki anegdoty edukacyjnej dopełnia wachlarz możliwych ról i funkcji, które może ona pełnić w procesie edukacyjnym, a których próbę przedstawienia podjęto w kolejnym rozdziale.

4.2. Rola i funkcje anegdoty edukacyjnej w procesie edukacyjnym.

Anegdoty są doskonałym i wielowymiarowym narzędziem do wykorzystania w procesach edukacyjnych osób dorosłych, ponieważ:

- są atrakcyjnym źródłem treści kształcenia - z anegdot, oczywiście tych historycznych, nie zaś z pospolitych dowcipów, można wiele dowiedzieć się nie tylko o życiu znanych ludzi, ale poznać znaczące wydarzenia historyczne, zainteresowania, fascynacje i tęsknoty, sprawy polityczne i kwestie społeczne minionego czasu; (Linkner, 2000)
- są inspiracją do poszukiwania kreatywnych i niespodziewanych rozwiązań dla edukatora i uczestników procesu;
- są zaskakujące – przykuwają i skupiają uwagę. Na czas opowiedziana i trafna anegdota pozwala ustalać, optyimizować i zapewniać kontakt komunikatywny z odbiorcami. Po użyciu anegdoty przez trenera kolejne jego stwierdzenia lepiej zapadną w pamięć słuchaczy;
- są fundamentem budowania ćwiczeń szkoleniowych – zajęcia praktyczne mogą być obudowane wokół anegdoty tematycznej na wiele sposobów (case study, praca w grupach, indywidualna analiza, wizualizowanie i inne);
- są narzędziem przełamania oporu, lęku i braku zaufania w grupie – anegdota może pełnić funkcje integracyjne - poprzez zbliżanie ludzi do siebie pod względem intelektualnym i emocjonalnym, a także psychoterapeutyczne (anegdota pozwala mówić w charakterze humorystycznym o czymś złym, strasznym);
- są aktywatorem szerokiej perspektywy – anegdoty o zaskakującym zakończeniu umożliwiają nowe spojrzenie na stare problemy;
- są narzędziem kierunkowania procesu edukacyjnego – zastosowane w odpowiedniej chwili przez edukatora dają możliwość rozpoczęcia modułu tematycznego, zakończenia modułu, zmiany nastroju w grupie, skoncentrowania uwagi, itd. Jeśli powiesz coś nie wprost, tylko na przykład poprzez historię, łatwiej Ci zainteresować drugą osobę i dotrzeć do jej głębszych pokładów umysłu;
- są narzędziem normalizowania ograniczeń uczestników grupy edukacyjnej – możliwość usłyszenia i pracy z anegdotami o treści nawiązującej do problemów uczestników daje im większą pewność, że ich trudności są bardziej powszechne niż sądzili oraz że mogą one znaleźć pozytywne rozwiązanie;
- są narzędziem kształtowania postaw np. poprzez obnażanie słabości ludzkich, należy jednak zauważyć, że stosowanie anegdot jako narzędzia kształtowania postaw wymaga dłuższego procesu edukacyjnego i nie jest możliwe do zrealizowania w ramach pojedynczego szkolenia;
- są elementem paradygmatu kształcenia przez doświadczenie – w procesach edukacyjnych z dużą intensywnością wykorzystuje się elementy doświadczeniowe, a praca z anegdotami (doświadczenie osób trzecich) reprezentuje ten kierunek.

Wykorzystując anegdoty w edukacji można spodziewać się następujących efektów:

- wzrostu poziomu przyswojonej przez odbiorców wiedzy;
- poprawy umiejętności refleksji i krytycznego myślenia;

- poprawy wzajemnych relacji w grupie szkoleniowej;
- powstawania więzi pomiędzy „nauczycielem i uczniami”;
- spadku ilości aspołecznych, prowokacyjnych i agresywnych zachowań w grupie.

W kontekście pracy nad kompetencjami osobistymi, które są przedmiotem innowacji Almanach anegdoty edukacyjnej należy zwrócić uwagę na fakt, że rozwój tych kompetencji wymaga uzewnętrznienia własnych ograniczeń oraz potencjałów wśród członków grupy szkoleniowej. Praktyka edukacyjna pokazuje, że niektóre osoby (w szczególności z obszaru wykluczenia społecznego lub z nieadekwatnym poczuciem własnej wartości) nie są nauczone i gotowe do otwartości współdzielenia się osobistymi doświadczeniami. Dzięki anegdotce edukator może zaprezentować obrazowe historie w sytuacji, kiedy opór grupy nie pozwala sięgnąć do doświadczeń indywidualnych uczestników.

W prezentowanej innowacji anegdoty stają się głównym narzędziem pracy edukatora, nie tylko tłem. Służą nie tylko (w standardowym rozumieniu) jako „przełamanie lodów” i „kupienie grupy”, ale też pełnią funkcje:

- zasadniczej części procesu edukacyjnego – jako źródło treści kształcenia w formie podawczej, ćwiczeń i podstawy do dyskusji, wymiany doświadczeń itd.;
- modulatora nastroju i energii w grupie;
- wprowadzania nowych lub trudnych tematów;
- osadzania uczestników w procesie tu i teraz;
- narzędzia aktywizującego grupę;
- narzędzia przełamującego pierwsze lody;
- narzędzia otwierającego myślowo;
- narzędzia rozluźniającego;
- narzędzia niwelującego napięcie grupy.

Przykłady zastosowania anegdoty edukacyjnej w szkoleniach oraz praktyczne wskazówki do zastosowania w szkoleniach z zakresu rozwoju kompetencji miękkich zamieszczono w kolejnej, piątej części podręcznika.

Rozdział 5 Praktyczny przewodnik zastosowania anegdoty edukacyjnej w szkoleniach – metodologia pracy z anegdotą.

5.1. Przegląd metod szkoleniowych i możliwości wykorzystania w nich anegdot edukacyjnych.

5.1.1. Wykład i prezentacja

Wykład i prezentacja pozornie są najłatwiejszymi metodami szkoleniowymi, ponieważ trener/edukator w całości kontroluje sytuację dydaktyczną oraz treści przekazywane odbiorcom. Metody są chętnie wybierane, jeśli na sali szkoleniowej znajduje się duża grupa, której należy przekazać dość ogólną wiedzę lub dużą liczbę nowych informacji. Niestety pasywny udział słuchaczy stanowi barierę w efektywnym przyswajaniu nowej wiedzy, nie mówiąc już o skutecznej zmianie postaw. Badania wskazują, że uwaga/koncentracja odbiorców drastycznie spada po 15-20 minutach rozpoczęcia wykładu.

W tym kontekście z pomocą przychodzi anegdota edukacyjna, której włączenie w treść wykładu i prezentacji pozwoli na:

- a) skupienie uwagi odbiorców,
- b) rozbudzenie ich zainteresowania tematem,
- c) wyjaśnienie (zobrazowanie) omawianego zagadnienia,
- d) odwołanie do doświadczeń słuchaczy,
- e) rozluźnienie atmosfery spotkania.

Anegdota edukacyjna jest doskonałym nośnikiem kultury, a co za tym idzie – wartości, należy jednak pamiętać, aby wykorzystując ją, posługiwać się językiem dostosowanym do odbiorców. Odpowiedni dobór słów oraz umiejscowienie anegdoty we właściwym miejscu struktury wykładu i prezentacji umożliwią osiągnięcie wskazanych wyżej efektów.

Przykładowa konstrukcja wplecenia anegdoty edukacyjnej w treść wykładu/prezentacji może przedstawiać się następująco:

| | |
|--------------------|---|
| do 5 minut | krótkie przedstawienie tematu |
| do 20 minut | przekaz trenera/edukatora (wypowiedź ustna wzbogacona o pomoce wizualne, np.: prezentację PowerPoint), |
| do 10 minut | wykorzystanie anegdoty edukacyjnej do wyjaśnienia dotychczasowej treści oraz pobudzenia odbiorców do aktywnego słuchania (np.: poprzez odwołanie się do ich doświadczeń), |
| do 10 minut | podsumowanie sesji i poznanych wartości. |

W zależności od stylu pracy trenera/edukatora może on zachęcić słuchaczy do krótkiej dyskusji lub dzielenia się własnymi doświadczeniami podczas pracy w podgrupach (nie dłużej niż 15 minut). Po tym elemencie powinno nastąpić podsumowanie ćwiczenia i dalsza część wykładu.

Mel Silberman w swej pracy "Metody aktywizujące w szkoleniach" (Silberman, 2004) wskazuje, że dobry wykład powinien:

- pobudzać zainteresowanie słuchaczy;
- ułatwiać rozumienie treści i ich zapamiętywanie;
- pobudzać zaangażowanie uczestników spotkania;
- utrwalać poznany materiał.

Dobrze dobrana oraz umiejscowiona w strukturze spotkania anegdota może pełnić każdą ze wskazanych powyżej ról.

Przy wyborze anegdoty należy także kierować się charakterystyką i preferencjami grupy docelowej, ponieważ w takim samym stopniu powinna być ona zrozumiała dla wszystkich. Tym samym powinna opisywać historię postaci, która jest jednakowo rozpoznawalna przez odbiorców i w podobny sposób przywołuje im na myśl określone skojarzenia lub emocje (np.: Napoleon Bonaparte – dobry strateg, Steve Jobs – ambitny wizjoner, Bono z U2 – muzyk wspierający akcje humanitarne).

Warto pamiętać także, że forma przedstawienia anegdoty ma duży wpływ na sposób, w jaki zostanie odebrana. Trener/edukator powinien zaintryguować słuchaczy swoim głosem. Natomiast jego postawa i gesty powinny być spójne z opowiadaną historią.

Wykład i prezentacja są formami wstępu do metod kształcenia przez doświadczenie. Ich zadaniem jest takie wyjaśnienie zjawisk, które zaintrygują i zachęcą odbiorców do refleksji (w tym autorefleksji) i następnie treningu nowych umiejętności. Dzięki wykładowi i prezentacji słuchacz zostaje wyposażony w nową wiedzę, która stanowi podstawę do podjęcia zmian we własnym postępowaniu i postrzeganiu siebie i świata wokół.

5.1.2. Dyskusja.

Diskusja jest metodą nauczania preferowaną w pracy z osobami dorosłymi, ponieważ umożliwia uczenie się poprzez wyrażenie własnej opinii i skonfrontowanie jej z doświadczeniami pozostałych uczestników. Naturalna ciekawość ludzka oraz skłonność do porównywania stają się motorem napędowym procesów edukacyjnych, z których trener/edukator może uczynić skuteczne narzędzie kreowania nowych postaw i kompetencji.

Diskusja jako metoda z pewnością wymaga więcej przygotowań od trenera/edukatora niż wykład, ponieważ jej współtwórcami są wszyscy aktywni uczestnicy spotkania. Posiada szczególne miejsce w nauczaniu kompetencji społecznych jako technika promująca demokrację (Kozak i Łąguna, 2015) przy jednoczesnym kształtowaniu szacunku i akceptacji dla odrębności jednostki (postaw, zachowań, wartości). W mniejszym stopniu niż wykład nadaje się do przekazywania wiedzy, jednak jest skuteczniejsza jako stymulator myślenia i fundament zmiany postaw. Dzięki temu staje się regulatorem przystosowania społecznego w grupie. Dużą zaletą dyskusji jest również m.in. ujawnienie się kwestii spornych i konfliktów w grupie, rozwijanie umiejętności komunikacji z innymi, kontrolowania swoich emocji czy definiowania, analizowania i rozwiązywania problemów. (Argyle, 1981)

Dyskusje można podzielić na kilka typów: ze względu na sposób organizacji (zaplanowane, w tym moderowane, panelowe, debaty oxfordzkie i z zaproszonym gościem, zaś w opozycji do nich: spontaniczne) i strukturę organizacji (dyskusja w całej grupie i w podziale na mniejsze grupy).

Te zaplanowane są zaprojektowane i nierzadko sterowane przez trenera/edukatora, który moderuje ich przebieg, posługując się przygotowanymi wcześniej pytaniami, naprowadzeniami, klaryfikacjami. Tak zastosowana metoda ma doprowadzić uczestników do osiągnięcia założonych przez prowadzącego wniosków, z uprzednim wykorzystaniem własnych doświadczeń i refleksji.

Umiejętne zastosowanie anegdoty edukacyjnej w dyskusji może odegrać rolę:

- a) wprowadzenia do tematu,
- b) materiału do analizy,
- c) dygresji lub punktu zwrotnego zmieniającego kierunek przebiegu polemiki,
- d) zachęty/motywatora do wyrażenia swojego zdania i wzięcia czynnego udziału w zajęciach,
- e) uspokajacza/wyciszacza tonującego zbyt emocjonalne wystąpienia,
- f) podsumowania, czyli puenty.

W zależności od celu anegdoty jej wprowadzenie może nastąpić na początku (punkty a), b), w środku (c), d), e) lub na końcu dyskusji (f). Przygotowując się do danego tematu warto, aby trener/edukator miał w zanadru więcej niż jedną opowieść. Może się bowiem zdarzyć, że sytuacje podczas spotkania (np.: zbyt emocjonalne – lub wręcz przeciwnie zbyt monotonne) wymkną się spod kontroli i aby nadać celowy bieg i ton szkoleniu konieczne będzie przytoczenie innej historii. Ponadto już całościowy portret grupy ma niebagatelny wpływ na kierunek i dynamikę dyskusji. Oznacza to, że podczas jednego szkolenia doskonałym materiałem do pracy będzie jedna anegdota, a w przypadku drugiego – zupełnie inna. Podobnie zatem jak w przypadku wykładu, przy wyborze anegdoty jako elementu dydaktycznego należy kierować się ogólnym celem spotkania oraz charakterystyką uczestników.

Dyskusje spontaniczne mogą pojawić się jako element innych metod kształcenia, np.: wykładu czy studium przypadku. Doświadczony trener/edukator, aby osiągnąć cel dydaktyczny, będzie umiał wprowadzić anegdotę do rozmowy jako czynnik nadający kształt i orientację polemice. Początkującym trenerom/edukatorom dyskusje spontaniczne mogą wydawać się trudne do ujarznienia, ponieważ jej uczestnicy często poddają się emocjom i nastrojom (nierazko granicznym). Odpowiednie wprowadzenie anegdoty zgodnej z tematem może pozwolić na oczyszczenie napiętej atmosfery czy podsumowanie dialogu.

5.1.3. Odgrywanie ról.

Odgrywanie ról jest metodą, która najbardziej ze wszystkich opisanych do tej pory, wpływa na zmianę postaw oraz kreowanie nowych umiejętności. Uczestnicy spotkania po zapoznaniu się z tekstem starają się go zaprezentować tak, jak mogłaby to zrobić odgrywana przez nich osoba. Następnie sytuacja jest analizowana przez trenera/edukatora i obserwatorów. Przydatnym narzędziem wykorzystywanym przy realizacji tej metody są nagrania wideo, na których odtwórcy ról mogą zobaczyć swoje zachowanie. Wykorzystanie kamery wymaga jednak ogólnej zgody uczestników sesji oraz przyjaznej atmosfery wewnątrz grupy, pozwalającej na otwarcie się i poddanie ocenie.

Odgrywanie ról wspomaga doskonalenie umiejętności (zwłaszcza interpersonalnych), zwiększa świadomość własnych postaw i emocji, a także wiedzę na temat swoich zachowań i wysyłanych

sygnałów niewerbalnych. Ponadto pozwala ćwiczyć umiejętność analizowania i interpretowania działań i reakcji innych osób. (Kozak i Łaguna, 2015)

Anegdota edukacyjna może stanowić treść odgrywanych ról. Wybór anegdot może należeć do trenera/edukatora, ale może także zostać przygotowany przez uczestników spotkania po uprzedniej weryfikacji przez prowadzącego. Dla większej czytelności metody warto, aby w odgrywaniu ról nie brały udziału więcej niż trzy osoby. Podczas sesji dana anegdota może być prezentowana kolejno przez wszystkich zebranych lub tylko przez jedną grupę.

Anegdota jako element metody odgrywania ról może:

- a) stymulować procesy myślowe i utrwalać doświadczenia,
- b) tworzyć atmosferę nauki poprzez zabawę,
- c) ułatwiać zapamiętywanie i przekazywanie treści dalej,
- d) pomóc porównywać własne doświadczenia do życia autorytetów i sławnych osób,
- e) ćwiczyć nowe zachowania, na które uczestnicy nie pozwoliliby sobie w codziennym życiu.

Przed przystąpieniem do odgrywania ról trener/edukator powinien upewnić się, czy poszczególni uczestnicy posiadają dostateczną ilość informacji, pozwalającą im wczuć się w kreowaną rolę. Należy sprawdzić, czy tekst jest zrozumiały dla wszystkich, czy za jego pomocą uda się osiągnąć zaplanowane cele. W zależności od scenariusza spotkania prowadzący może pozwolić uczestnikom kontynuować rozwinięcie anegdoty na swój sposób – zgodny z założeniami sesji.

Albert Bandura w pracy "Teoria społecznego uczenia się" wskazał na cztery etapy uczenia się obserwacyjnego, które odgrywa kluczową rolę w omawianej metodzie:

1. obserwacja modelu – osoba ucząca się uważnie rejestruje zachowanie, które chce opanować (istotne właściwości, elementy składowe, gesty, emocje);
2. zapamiętywanie wzorca zachowania – osoba ucząca się internalizuje, czyli uwewnętrznia to, co zobaczyła w formie przemyśleń, wizualizacji i wyobrażeń, którym może towarzyszyć tzw. kod werbalny, czyli np.: słowne instrukcje czy opisy zachowania; fantazjowanie o sobie jako osobie odgrywającej nowe role sprzyja efektywnemu uczeniu się;
3. odtwarzanie zachowania – osoba ucząca się najpierw opanowuje elementy składowe obserwowanego zachowania i w posegmentowanej formie rekonstruuje je; na tym etapie cenne jest otrzymywanie konstruktywnych uwag zwrotnych na temat wykonywanych czynności, by za następną próbą udoskonalić je; dla utrzymania motywacji w dążeniu do wypracowania nowej umiejętności otoczenie powinno pozytywnie wzmacniać uczącego się;
4. podejmowanie zachowania w rzeczywistych sytuacjach – opanowanie nowych umiejętności/zachowań nie zawsze idzie w parze z zastosowaniem ich w praktyce; aby nowy model postępowania był wykorzystywany w życiu codziennym osoba musi być przekonana o jego słuszności i użyteczności; rolą trenera/edukatora zatem jest nie tylko umożliwienie odbiorcom udoskonalenia lub zmiany dotychczasowych zachowań, ale także skonstruowanie fundamentów poznawczych, które pozwolą tym zmianom trwać po zakończeniu sesji szkoleniowych. (Bandura, 2007)

Warto zauważyć, że anegdota nie musi być wykorzystywana jako materiał do odgrywania ról. Może to być także punkt wyjścia lub puenta spotkania, która w lekkiej i obrazowej formie rozpocznie lub podsumuje omawiane treści.

5.1.4. Studium przypadku.

Wspomniany już Mel Silberman określa studium przypadku jako "pisemną demonstrację". (Silberman, 2004) Trenerzy/edukatorzy posługują się także nazwami case study czy case analysis (analiza przypadku). Jest to metoda przenosząca abstrakcyjne pojęcia na konkretne sytuacje, dzięki czemu uczestnicy szkoleń mogą sprawdzić (w toku dyskusji czy własnych przemyśleń), na ile opanowali teoretyczny materiał i jak dobrze radzą sobie z nim w praktyce. Regularne posługiwanie się tą techniką pozwala ugruntować nową wiedzę i udoskonalić umiejętności. Zaletą studium przypadku jest praca na autentycznych przykładach i realnych sytuacjach, co wpływa pozytywnie na motywację odbiorców do uczenia się, ponieważ dostrzegają oni własną korzyść w rozwiązywaniu zadań i testowaniu samych siebie. Ponadto są zainteresowani sytuacjami, które potencjalnie mogą spotkać ich w życiu zawodowym lub prywatnym.

Dobrze przeprowadzona analiza przypadku umożliwia uczestnikom ulepszenie umiejętności:

- poszukiwania informacji,
- myślenia analitycznego i twórczego,
- stosowania znanych technik i metod,
- podejmowania decyzji,
- komunikowania się,
- poznawania i weryfikowania własnych postaw i zachowań. (Kozak i Łaguna, 2015)

Anegdota edukacyjna może być włączona w proces case study, ponieważ:

- a) odwołuje się do własnej wiedzy i doświadczeń w kontekście szerszej wiedzy kulturowo-społecznej,
- b) wykorzystuje ogólną (czasem popularną) wiedzę o świecie i znanych postaciach, sytuacjach, przez co odbiorcy czują zaciekawienie i motywację do rozwiązania problemu,
- c) w uproszczony sposób utrwała wiedzę i umiejętności, a element humorystyczny ułatwia zapamiętywanie i chęć podzielenia się historią w kręgach pozaszkoleniowych (walor ugruntowywania wiedzy/umiejętności),
- d) jest swoistym przerywnikiem wiedzowym – w martwym punkcie sesji, kiedy uczestnicy nie mogą wymyślić skutecznego rozwiązania lub gdy ładunek emocjonalno-konfliktowy jest bardzo wysoki, trener/edukator może zastosować anegdotę jako wstawkę – dygresję, która nadal w pewien sposób będzie powiązana z celem i treścią szkolenia, jednak pozwoli odbiorcom zdystansować się i ruszyć z miejsca (funkcja pobudzająca lub wyciszająca).

Uniwersalność anegdoty powoduje, że po raz kolejny można ją zastosować jako wstęp lub zakończenie do sesji, ale także jako główny materiał do analizy przypadku. Trener/edukator opracowując tekst, powinien pamiętać, że nie może być on zbyt długi i skomplikowany, napisany trudnym językiem. Należy zachować jasną strukturę materiału (dłuższą treść można podzielić na mniejsze paragrafy), wykorzystując przy tym śródtytuły i akapity. Prowadzący, wybierając sytuację problemową, powinien kierować się preferencjami grupy i prawdopodobieństwem wystąpienia podobnego zdarzenia w codziennym życiu uczestników.

Podczas studium przypadku trener/edukator może wspierać uczestników w procesie poprawnej analizy poprzez zadawanie odpowiednich pytań, np.: jak można zdefiniować główny problem? Jak go rozwiązano? Jakie zasoby zostały wykorzystane? Jakie napotkano przeszkody/szanse? Co się sprawdziło/co nie? Co przyczyniło się do sukcesu/porażki?. (Kozak i Łaguna, 2015) Zadanie powinno zakończyć się czytelnym podsumowaniem, ponieważ sama metoda odnosi się do problemów o nieustrukturyzowanej naturze. W roli puenty może znaleźć się oczywiście anegdota.

5.1.5. Gry i symulacje.

Gry i symulacje komputerowe podobnie jak odtwarzanie ról są metodą angażującą całość lub większość grupy szkoleniowej i służą wyjaśnieniu funkcjonowania danego wycinka rzeczywistości. W ogólnym rozumieniu gra szkoleniowa w uproszczony sposób odtwarza naturalne środowisko wraz z jego procesami, korelacjami i kontekstami. W zależności od celu danej rozgrywki mogą w nią być wpisane konflikty i problemy, wady i zalety rzeczywistych sytuacji.

Gry i symulacje mają duże znaczenie w procesie kształtowania i udoskonalania kompetencji społecznych. Wiedza, która została przyswojona za pomocą wykładu oraz zachowania, które zostały omówione podczas dyskusji czy studium przypadku i zaobserwowane lub przetestowane podczas odgrywania ról – teraz mogą w końcu zostać sprawdzone i ewentualnie skorygowane. Dzięki temu gry mogą z jednej strony uczyć indywidualnego podejmowania decyzji i analizowania ich skutków, z drugiej natomiast – pracy grupowej (rozwiązywania konfliktów, otwartości na innych, odpowiedzialności za siebie i zespół, budowania dobrej atmosfery). Metoda ta pozwala uczestnikom na eksperymentowanie ze swoim zachowaniem oraz sprawdzenie swoich reakcji i emocji na działania innych osób. Mimo to pierwszą reakcją uczestników na propozycję gry jest nierzadko rozbawienie czy dystans (metoda oceniana jest jako zabawa, a nie technika szkoleniowa), dlatego ważne jest, aby trener/edukator przygotował rozgrywkę opierającą się na zagadnieniach i wartościach ważnych z punktu widzenia odbiorców.

Zaletą tej metody jest równoczesne uczestnictwo w ćwiczeniu wszystkich odbiorców. W naturalny sposób zderzenie nowej sytuacji i niepewnych swoich zachowań osób może rodzić konflikty, dlatego zadaniem trenera/edukatora jest zastosowanie metody w taki sposób, by budować pozytywne wartości i demonstrować konstruktywne rozwiązywanie konfliktów.

W tej metodzie anegdota edukacyjna może być wykorzystywana jako wprowadzenie do tematu lub jego podsumowanie spotkania czy nawet całego cyklu. Doświadczony trener/edukator w zależności od koncepcji gry i celu spotkania nawet będzie umiał przygotować otoczenie gry na kanwie anegdoty.

Wykorzystanie anegdoty w tej metodzie pozwoli:

- a) odwołać się do powszechnie znanego lub rozpoznawanego przykładu,
- b) wyjaśnić zagadnienie na większym poziomie ogólności,
- c) zastosowanie tzw. "stopklatki", czyli pauzy w grze (np.: w bardzo emocjonującym momencie) w celu stonowania poruszenia i nadania zaistniałej sytuacji dystansu,
- d) ułatwić zapamiętywanie ćwiczonych zagadnień (wiedzy, umiejętności, postaw),
- e) przekazać pewną wiedzę kulturową oraz społeczną.

Bardzo ważnym elementem gry jest wyjaśnienie jej reguł, które powinny być zwięzłe, ale czytelne dla odbiorców. W fazie rozgrywki trener/edukator powinien być neutralnym obserwatorem, ale też koordynatorem przebiegu gry, który wkracza do akcji tylko w uzasadnionych przypadkach (lub zgodnie ze scenariuszem). Po zakończeniu zabawy następuje podsumowanie, czyli analiza,

interpretacja i ocena zaistniałych zjawisk. Trener/edukator powinien stworzyć atmosferę dyskusji, w której nacisk nie jest kładziony na wytykanie błędów i koncentrowanie się na porażkach poszczególnych zespołów czy jednostek, ale na rozważenie lepszych rozwiązań w przyszłości. Prowadzący sesję razem z uczestnikami powinni zastanowić się, czy cele gry zostały osiągnięte. Jeśli nie, co można byłoby zmienić, aby osiągnąć lepszy efekt. Trener/edukator może zachęcić do dzielenia się przykładami ze swojego życia, może również uogólnić rozważania anegdotą edukacyjną, która równocześnie rozluźni atmosferę i utrwali podsumowanie.

Ostatnim etapem gry jest tzw. "szukanie uogólnień". Jest to moment, w którym mechanizmy gry przekładane są na życie codzienne – w pracy czy środowisku rodzinnym. Etap ten bywa pomijany przez trenerów/edukatorów, choć jest kluczowym dla ewolucji postaw i zachowań uczestników szkolenia. Warto też pamiętać, że efekty gry (refleksje, obserwacje) wybrzmiewają w odbiorcach jeszcze przez kilka dni po zakończeniu rozgrywki, dlatego warto do nich nawiązywać – np.: poprzez anegdotę – podczas następnych sesji, aby utrwalić pozytywne zmiany.

5.2. Przykłady zastosowania anegdoty edukacyjnej podczas zajęć – scenariusze pracy nad kompetencjami społecznymi z wykorzystaniem anegdoty.

5.2.1. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Zdrowie fizyczne i psychiczne.

| | | | |
|---------------------------|---|--|---|
| TEMAT SZKOLENIA | Życiowa stylizacja | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie osiągnięcia optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego. | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIEJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, co to jest styl życia • Wie, jak styl życia wpływa na zdrowie • Wie, jakie są elementy stylu życia • Wie, co to są zasoby • Wie, jakie są rodzaje zasobów • Wie, gdzie szukać zasobów | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi określić swój styl życia • Potrafi zdiagnozować elementy swojego stylu życia • Potrafi wpłynąć na zmianę swojego stylu życia • Potrafi określić posiadane zasoby własne, rodziny i środowiska • Potrafi zdobywać nowe zasoby • Potrafi dzielić się zasobami | <ul style="list-style-type: none"> • Jest zmotywowany do poprawy swojego stylu życia • Jest chętny do określenia swojego stylu życia • Jest gotowy do zmiany elementów stylu życia • Jest zmotywowany do określenia puli zasobów • Chce zwiększać swoje zasoby i widzi sens w tym działaniu • Jest gotowy do dzielenia się zasobami |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | |

| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
|----------------------------|--|---------------------------------|--------------|
| | <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty: „W czasie pierwszej wojny światowej Jaroslav Hasek został wezwany przed komisję poborową. - Czegoś wam brakuje? - zapytał lekarz. - Niczego. Przeciwnie, tego i owego mam za dużo: kamieni żółciowych, wrzodów żołądka, reumatyzmu... - Zdolny do służby wojskowej! - Jak to? - zdziwił się pisarz. - Przy takim stanie zdrowia śmierć na polu chwały będzie dla ciebie prawdziwym wybawieniem. (www.filmweb.pl, 2018)”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |
| | <p>3. Pojęcie zasobów:</p> <ol style="list-style-type: none"> Trener wyjaśnia uczestnikom czym są zasoby – zasoby to wszystko, co pozwala lepiej radzić sobie z trudnymi sytuacjami Praca indywidualna – każdy wypisuje swoje zasoby na kartce Uczestnicy przedstawiają swoje listy zasobów na forum grupy Trener tworzy wspólną mapę zasobów prezentującą rodzaje zasobów | Mini-wykład, praca indywidualna | 30 minut |

| | | | |
|--|---|--|----------|
| | <p>4. Źródła i poszukiwanie zasobów:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Trener dzieli uczestników na 2 grupy (dowolną metodą) i każdej przydziela grupę zasobów b. Każda grupa ma za zadanie udzielić odpowiedzi „jak zdobyć te zasoby?” c. Następuje prezentacja wyników pracy grup d. Trener podsumowuje prezentacje z wykorzystaniem anegdoty: <p>„Albert Einstein był namiętym palaczem. W młodości palił przeważnie cygara, potem przerzucił się na fajkę i bardzo się do niej przywiązał. Podobno nie wypuścił jej z rąk nawet wtedy, gdy pewnego razu wpadł do wody po wyrwocieniu się jego żaglówki. W roku 1948 stan jego zdrowia był już jednak tak zły, że lekarze zakazali mu w ogóle palić.</p> <p>W tym właśnie czasie do Princeton, gdzie zatrudniony był Einstein, przyjechał z cyklem wykładów Niels Bohr. Pokoje obu uczonych sąsiadowały ze sobą. Pewnego dnia Bohr, zastanawiając się nad jakimś zagadnieniem, stanął przy oknie i zapatrzył się na rozciągający się stamtąd widok. Kiedy się odwrócił, spostrzegł ze zdumieniem Einsteina, który, podkładał tytoń z leżącego na stole kapciucha Bohra.</p> <p>– Ależ panie Einstein! – zawołał oburzony. – Przecież lekarze zabronili panu w ogóle kupować tytoń.</p> <p>– No właśnie – stwierdził bez cienia skruchy twórca teorii względności. – Zabronili kupować, ale kraść nie zakazali. (Słowiński, 2010)”</p> <ol style="list-style-type: none"> e. Wymiana zasobów i dzielenie się jako sposoby ich zdobywania i pomnażania – trener zaprasza uczestników do swobodnego poruszania się po sali, podchodzenia do innych osób i podejmowania próby podzielenia się zasobami. | Praca w grupach | 60 minut |
| | <p>5. Rozpoznanie sieci społecznej (zasoby rodziny i środowiska):</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Trener wprowadza grupę do tematu z użyciem anegdoty o treści: <p>„Olga Boznańska, polska malarka impresjonistka, zgłosiła się do lekarza, narzekając na silny rozstrój nerwowy. Lekarz zalecił jej dietę, unikanie podniet, picia alkoholu i palenia.</p> | Praca indywidualna, dyskusja, case study | 45 minut |

- Niech pani również trzyma się z daleka od osób, które działają pani na nerwy – dodał na koniec.
- I proszę zgłosić się za dwa tygodnie.

Minął miesiąc, lecz artystka nie pojawiła się. W końcu lekarz spotkał ją przypadkowo i pyta:

- Dlaczego pani nie przyszła?
 - Przecież miałam trzymać się z daleka od ludzi, którzy działają mi na nerwy. (Słowiński, 2010)”
- b. Każdy z uczestników sporządza listę osób wspierających oraz hamulcowych.
 - c. Chętni uczestnicy przedstawiają swoje sieci społeczne na forum grupy.
 - d. Trener przedstawia treść anegdoty:

„Niedawno za namową Bardzo Ważnej Osoby, oficjalnie zdiagnozowałam i zaczęłam leczyć silną depresję, która wraz z innymi zaburzeniami towarzyszyła mi od wielu lat. Gorzej, że przed początkiem leczenia zdążyłam zniszczyć relację z Bardzo Ważną Osobą - obawiam się, że tym razem odeszła na dobre. Generalnie mam teraz ciężki czas i spędziłam bite 3 dni w łóżku, byłby czwarty, ale niestety albo stety mam do załatwienia parę spraw.

Piekielnością wykazała się dziś moja matka. Jakoś tak wyszło, że dowiedziała się o mojej jutrzejszej wizycie u lekarza. Komentarz? 'Zawsze byłaś dziwna i chyba nie masz na co wydawać pieniędzy'.

Noż kurde. Ja nie oczekuję, że wszyscy będą mnie traktować jak jajko (czasem wiadro zimnej wody pomaga bardziej niż głaskanie po główce), ale własną matką mogłaby mnie chociaż trochę wesprzeć. Albo przynajmniej zamilknąć. Zwłaszcza, że przez ostatnie 10 lat prawdopodobnie wysyłałam setki sygnałów, że coś jest nie tak.

Wisienką na torcie jest fakt, że rok temu - jeszcze przed falą bardzo złych wydarzeń - na moją prośbę o pożyczkę na wizytę u psychologa stwierdziła, że wymyślam. Była wtedy w świetnej sytuacji finansowej.

| | | | |
|--|---|-----------------|----------|
| | <p>PS: Matka jest pielęgniarką z 40-letnim doświadczeniem. Wydawało mi się, że zrozumie w czym rzecz zamiast traktować to jako kolejną fanaberię (jak na ironię skłonność do takowych powiązana jest z jednym z moich zaburzeń :p).”</p> <p>e. Trener moderuje dyskusję z uczestnikami na temat:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jak oceniają postawę matki? • Jakie mogą być motywy matki? • Jak własne oczekiwania wobec drugiej osoby mogą zmieniać perspektywę sytuacji? | | |
| | <p>6. Zachowania pro i antyzdrowotne – trener dzieli uczestników na 2 grupy (dowolną metodą) i prosi ich o przygotowanie plakatu:</p> <p>a. Pierwsza grupa przygotowuje plakat pn. „Zachowania prozdrowotne”</p> <p>b. Pierwsza grupa przygotowuje plakat pn. „Zachowania antyzdrowotne”</p> <p>Następuje prezentacja wyników pracy grup ok. 5 minut/grupę.</p> <p>Trener podsumowuje prezentacje grup akcentując treści:</p> <p>a. Zdrowie ma różne wymiary – psychiczny, fizyczny i społeczny.</p> <p>b. Niektóre zachowania sprzyjają zdrowiu, a inne nie.</p> <p>c. Istnieją zachowania, które jednocześnie mogą być traktowane jako pro- i antyzdrowotne.</p> <p>d. W niektórych okolicznościach te same zachowania mogą być pro- i antyzdrowotne.</p> <p>e. Każdy z nas ma wpływ na stan swojego zdrowia poprzez świadomy wybór zachowań.</p> | Praca w grupach | 40 minut |
| | <p>7. Styl życia – czym jest i co na niego się składa:</p> <p>a. Trener zaprasza uczestników do burzy mózgów na temat pojęcia „styl życia”</p> <p>b. Trener w oparciu o odpowiedzi uczestników wspólnie z nimi definiuje styl życia odpowiadając na następujące pytania:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Czym jest styl życia? | Burza mózgów | 30 minut |

| | | | |
|--|---|--------------------------------|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Co składa się na styl życia? • Od czego zależy styl życia? | | |
| | <p>8. Zarządzanie stylem życia:</p> <p>a. Trener przekazuje uczestnikom kwestionariusz zdań niedokończonych do indywidualnego uzupełnienia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Mój czas... • Moja praca... • Moje żywienie... • Mój ubiór... • Moja higiena... • Moje zdrowie... • Moje potrzeby intelektualne... • Moje potrzeby estetyczne... • Moje uczestnictwo w kulturze... • Moje zachowania rekreacyjne... • Mój stosunek do wartości... • Mój obraz siebie... • Moje uczestnictwo w życiu społeczno-politycznym... • Moje postawy wobec spraw publicznych... • Mój stosunek do religii... • Moja rola w rodzinie... • Moje stosunki towarzyskie... • Moje stosunki przyjacielskie... • Moje stosunki sąsiedzkie... <p>b. Trener prosi uczestników o podzielenie się refleksjami z wykonanego ćwiczenia.</p> <p>c. Trener przedstawia anegdotę i omawia zagadnienie zmiany stylu życia:</p> <p>„Chodzę regularnie na aerobiki czy inne fitnessy, od jakiegoś czasu zauważyłam pewien nowy trend, mianowicie matki z dziećmi. Widziałam 9-latkę tańczącą z mamą na zajęciach Zumbi, myślę, że to ciekawy pomysł, żeby zachęcić dziecko do ruchu i spędzić czas razem. Widziałam mamusię przyprowadzającą dzieci na zajęcia typowo odchudzające i sadzającą je w kącie, żeby się zajęły sobą (oczywiście dziecko się nudzi, marudzi, co chwilę szturcha mamę z płaczem, że</p> | Kwestionariusz, mini-wykład | 30 minut |

| | | | |
|--------------------------------------|---|----------|----------|
| | <p>chce już iść). A i ostatnio zobaczyłam na oko 10-latkę, który przez całą bitą godzinę siedział pod salą czekając na mamusię i oglądając jakiś film na tablecie (siłą rzeczy wszyscy wokół też słuchali bajki, bo głośność była na maksimum). Sama nie wiem, czy to piekielne czy nie, mnie chyba jednak trochę zniesmaczyło. Tym bardziej że całkiem niedaleko jest siłownia, która oferuje animatora dla dzieci i salę zabaw podczas fitnessów... (piekielni.pl, 2018)”</p> | | |
| | <p>9. Podsumowanie i zakończenie:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Rundka podsumowująca. b. Trener przedstawia anegdotę: „Uczeń podchodzi do mistrza i pyta: - Mistrz, jak długo trzeba czekać na zmianę? - Jak chcesz czekać to bardzo długo...” c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia. | Dyskusja | 10 minut |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. Podręcznik „Almanach anegdoty edukacyjnej” 2. http://e-prawnik.pl/porady-prawne/prawo-cywilne-1/dobra-osobiste.html 3. http://tematy.biznes.gazetaprawna.pl/tematy/d/dobra-spooleczne 4. Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 5. Woynarowska, Sokołowska, 2000 za: http://www.szpital-marciniak.wroclaw.pl/index.php?c=article&id=9&print=1 6. https://pl.wikipedia.org/wiki/Styl_%C5%BCycia 7. Andrzej Siciński, Wprowadzenie, w: Red. Andrzej Siciński, Styl życia: przemiany we współczesnej Polsce, Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe, 1978. Za https://pl.wikipedia.org/wiki/Styl_%C5%BCycia 8. Bogdan Suchodolski, Kształt życia, Warszawa: Nasza Księgarnia, 1979. Za https://pl.wikipedia.org/wiki/Styl_%C5%BCycia 9. Paulina Szymańska, Zasoby osobiste i strategie radzenia sobie ze stresem u muzyków i niemuzyków, Konteksty Kształcenia Muzycznego, 1 (2) 2015 10. http://zn.wsbip.edu.pl/wydania/zeszyt1/sekcjaB/3.pdf | | |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | <p>Samoocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia.</p> | | |

5.2.2. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Społeczne zasady postępowania i reguły (praca w grupie).

| | | | |
|---------------------------|--|--|---|
| TEMAT SZKOLENIA | W grupie różniej | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie rozumienia społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienia zjawisk grupowych. | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jakie są normy obowiązujące w społeczeństwie, do którego należy • Wie, jakie są konsekwencje naruszania norm • Wie, jakie są korzyści z przestrzegania norm • Wie, jakie zjawiska grupowe występują w grupach społecznych • Wie, jakie są korzyści z uczestnictwa w grupie społecznej • Wie, że zjawiska grupowe w takim samym stopniu występują w grupach innych od własnej | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi wybierać zachowania zgodne z normami społecznymi • Potrafi określić konsekwencje podejmowania zachowań zgodnych i niezgodnych z normami • Potrafi określić normy zachowania w różnych środowiskach • Potrafi zauważyć wpływ zjawisk grupowych na zachowanie swoje i innych członków grupy • Podejmuje, co do zasady, działania na korzyść własnej grupy służące realizacji jej celów • Potrafi rozpoznać potencjał grup obcych i zauważać szanse współpracy | <ul style="list-style-type: none"> • Jest zmotywowany do przestrzegania norm społecznych zdecydowanie częściej niż do ich nieprzestrzegania • Chce dążyć do uzyskania korzyści wynikających z przestrzegania norm społecznych • Chce uniknąć negatywnych konsekwencji nieprzestrzegania norm społecznych • Aktywnie angażuje się w życie grup, do których należy • Dąży do realizacji celów grupy, które uważa za wspólne • Jest otwarty na uczestnictwo w nowych grupach, mających potencjał do realizacji wspólnych celów |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | |

| | | | |
|---------------------------------------|---|-------------------------------------|-----------------|
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„Bardzo poważne faux pas popełnił w 2005 roku wiceprezydent USA Dick Cheney. Został skrytykowany po obu stronach Atlantyku za strój, w jakim pojawił się na obchodach 60. rocznicy wyzwolenia obozu Auschwitz. Uroczystość odbywała się zimą i faktycznie było zimno. Praktycznie wszystkie ważne osobistości pojawiły się wtedy w czarnych płaszczach, wystarczająco ciepłych i eleganckich. Cheney jednak postanowił wystąpić w ubraniu – można by rzec – bardziej przydatnym na górską wyprawę na Alasce. Włożył wysokie brązowe buty i długą zieloną kurtkę puchową z białym futerkiem wokół kaptura, a do tego czapkę. „The Washington Post” pisał wtedy, że: „Cheney wyróżniał się w morzu ubranych na czarno przywódców (...) a kurtka miała wyszydełkowane jego imię. Przypominało to sytuację, gdy dzieciom jadącym na kemping podpisuje się ubrania, zanim wyruszą na obóz. I rzeczywiście wiceprezydent wyglądał jak mały chłopiec wśród dobrze ubranych dorosłych”. Praktycznie brakowało mu tylko wędki czy plecaka. A na zdjęciach z uroczystości wyglądał zaiste komicznie. Tyle że w byłym obozie koncentracyjnym było to wyraźne uchybienie i ten pomysł nie konweniował z powagą uroczystości. (Walewski, 2015)”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|--|--|--------------------------------|----------|
| | <p>3. Określenie norm społecznych:</p> <ol style="list-style-type: none"> Trener dzieli uczestników na 2 grupy (dowolną metodą) Pierwsza grupa ma za zadanie w 10 minut wypisać na kartce/flipcharcie wszystkie nakazowe normy społeczne jakie są im znane (typu należy, trzeba, muszę, itp.) Druga grupa ma za zadanie wypisać w 10 minut na kartce/flipcharcie wszystkie zakazowe normy społeczne jakie są im znane (typu nie można, nie należy, zabrania się, itp.) Grupy przedstawiają swoje listy Trener podsumowuje ćwiczenie w kierunku zadania pytań typu: czy łatwo nazwać normy społeczne? Czy są one znane wszystkim? Czy każdy się z nimi zgadza? Czy norma zawsze obowiązuje czy są wyjątki i jakie? Jaką rolę pełni kontekst sytuacji w obowiązywaniu danych norm? | Praca w grupach, dyskusja | 30 minut |
| | <p>4. Rozpoznawanie norm:</p> <ol style="list-style-type: none"> Uczestnicy siadają w kręgu, tak aby wzajemnie widzieć swoje sylwetki. Jednej z uczestników (tzw. Organizator imprezy) wybiera własną normę, która warunkuje możliwość „przyjścia” na przyjęcie, które organizuje. Nie mówi o niej głośno nikomu. Przykłady norm to tylko blondyni/ki, osoby w kolorowych koszulach, osoby z butami na obcasie, osoby w okularach, itp. Pozostali uczestnicy mogą zadawać tylko jedno pytanie „czy mogę przyjść na przyjęcie?”. Organizator przyjęcia odpowiada tylko tak lub nie. Uczestnicy na podstawie udzielonych odpowiedzi mają za zadanie odgadnąć, jaka normę wybrał Organizator. Trener podsumowuje ćwiczenie z odniesieniem do sposobu rozpoznawania norm w nowych grupach i środowiskach oraz do zróżnicowania norm w różnych grupach i środowiskach. Podkreśla odczucia, jakie mogą się pojawić u osoby, która nie zna norm danej grupy. Do podsumowania wykorzystuje anegdotę: <p>„Jadę dziś pociągiem, w wagonie bez przedziałów. Odcinek dość daleki, więc miejsca numerowane. Na razie obok mnie było wolne, więc postawiłam mój plecak, ale oczywiście z zamiarem zabrania go gdy przyjdzie ktoś z biletem na to miejsce.</p> | Ćwiczenie grupowe, mini-wykład | 45 minut |

| | | | |
|--|--|---------------------------|----------|
| | <p>Na każdej stacji ludzie wsiadają i wysiadają, ale nikt koło mnie nie siada, więc plecak tak sobie leży dalej. A ja czytam w spokoju książkę, co ważne dla historii, w języku angielskim.</p> <p>Gdy pociąg zbliżał się do jednej ze stacji, zadzwonił mi telefon, dzwoniła moja koleżanka ze studiów, Brytyjka, więc rozmawiałam z nią po angielsku, a książkę zamknęłam tytułem do góry.</p> <p>Na tej stacji wsiadła jedna babka, akurat do mojego wagonu, przeszła na koniec, nigdzie się nie zatrzymując, potem wróciła, poszła jakby na drugi koniec pociągu. Potem znowu przysła do mojego wagonu, tym razem z konduktorem. Gdy zbliżała się do mojego miejsca, akurat skończyłam rozmawiać i zabrałam się za lekturę.</p> <p>Babka stanęła przy moim siedzeniu i zaczęła lamentować do konduktora, że jak tak można, ona nie ma gdzie usiąść, ze mną nie można się w ogóle dogadać i dalej w ten deseń. Konduktor zmieszany, próbuje coś po angielsku, ale mu nie idzie. W końcu się zlitowałam i zapytałam czy to jej miejsce. Wcześniej, trochę z rozbawieniem i ciekawością, chciałam zobaczyć co się dzieje. Kobieta zdziwiona, ja zabrałam plecak, usiadła i znowu zaczęła lament. Jak można tak ludzi oszukiwać, jesteśmy w Polsce, więc powinnam mówić po polsku, to jest brak kultury. A wystarczyło chociaż zatrzymać się przy miejscu, to zobaczyłabym, że chce usiąść. Ale nie, lepiej robić od razu awanturę.</p> <p>Ludzie... (piekielni.pl, 2018)”</p> | | |
| | <p>5. Zjawiska grupowe:</p> <p>a. Trener zapisuje na tablicy lub wyświetla na slajdzie nazwy zjawisk grupowych:</p> <ul style="list-style-type: none"> • efekt pierwszeństwa • efekt uporczywości • efekt zysku-straty • norma odwzajemniania • norma wzajemności • informacyjny wpływ społeczny • ingracja • konformizm • konformizm wobec norm | Burza mózgów, dyskusja | 60 minut |

- kredyt zaufania
 - myślenie grupowe
 - podstawowy błąd atrybucji
 - porównania społeczne w dół
 - porównania społeczne w górę
 - poszukiwanie kozła ofiarnego
 - rozproszenie odpowiedzialności
- b. Trener zaprasza uczestników do wypowiedziania wolnych skojarzeń z przedstawionymi nazwami.
- c. W oparciu o skojarzenia trener moderuje dyskusję w kierunku odkrycia definicji zjawisk grupowych.
- d. Trener prezentuje wybrane anegdoty a zadaniem grupy jest odkryć jakie zjawiska grupowe w nich występują np.:

Rozproszenie odpowiedzialności: „Jechałam w autobusie z 3 osobami, jedną z nich była kobieta z dzieckiem w wózku, ogólnie cały autobus puściutki. Co ważne, kobieta siedziała na miejscu zaraz obok miejsca na wózek, tak że spokojnie mogła siedzieć i trzymać przez barierkę wózek.

Na pewnym przystanku wsiadają 2 dyskutujące babcinki. Jedna z nich podeszła do wyżej wymienionej kobiety i żądała aby ustąpiono jej tego oto właśnie miejsca. Matka jednak nie ustąpiła, powiedziała że ma jeszcze sporo drogi przed sobą, a to jedyne miejsce na którym może siedzieć i mieć przy sobie dziecko, a (starsza) pani ma wiele innych wolnych miejsc. W zamian za to została zwyzwana na cały autobus od najgorszych.

Na szczęście kierowca w porę zareagował i powiedział przez specjalne urządzenie (tak że słychać było w całym autobusie), że jeżeli babcia się nie uspokoi to zostanie wyproszona z pojazdu. (Anonimowe.pl, 2018)”

Konformizm: „Gdy Nikita Chruszczow w swym słynnym przemówieniu na XX zjeździe KPZR w 1956 roku piętnował i gromił okrutne czasy stalinowskie, ktoś z sali wykrzyknął:

– A gdzie byliście wówczas wy, towarzyszu, gdy mordowano tych wszystkich niewinnych ludzi?

| | | | |
|--|---|---|----------|
| | <p>- Niech wstanie ten, kto to powiedział – rzekł Nikita Siergiejewicz, przerywając czytanie.</p> <p>Na sali zapanowała cisza, powiało grozą. Ale oczywiście nikt się nie podniósł.</p> <p>- Oto jest odpowiedź, towarzysze – powiedział Chruszczow. – Ja byłem wtedy w tym samym położeniu co teraz ten, który postawił powyższe pytanie. (Słowiński, 2010)”</p> <p>Porównania społeczne w górę: „George Bernard Shaw, zapytany kiedyś, ile chciałby zarabiać, aby czuł się w pełni usatysfakcjonowany, odpowiedział:</p> <p>- Tyle, ile zarabiam w przekonaniu moich sąsiadów. (Słowiński, 2010)”</p> | | |
| | <p>6. Moja grupa, Twoja grupa:</p> <ol style="list-style-type: none"> Każdy z uczestników wypisuje na kartce grupy społeczne, do których nie należy, ale które w jakiś sposób są związane z ich stylem życia (np. kobiety, mężczyźni, imigranci, homoseksualiści, heteroseksualiści, bezrobotni, pracujący, artyści, niepełnosprawni, itd.). Trener dzieli uczestników w pary (dowolną metodą). Pierwsza osoba w parze wypowiada wybraną grupę, do której nie należy. Druga osoba ma za zadanie wypowiedzieć wszystkie skojarzenia (pozytywne, neutralne i negatywne), jakie jej się nasuwają. Czas na skojarzenia to 3 minuty. Następuje zmiana ról w parze. Każda z osób w parze przedstawia do skojarzeń 2-3 wypisane grupy. Po zakończeniu ćwiczenia trener zachęca uczestników, aby w parach omówili refleksje z ćwiczenia. Trener zaprasza do dyskusji na forum całej grupy z akcentem na kwestie: <ul style="list-style-type: none"> Czy i jakie treści uczestnicy chcieli wypowiedzieć, ale tego nie zrobili? Dlaczego? Jakie emocje towarzyszyły ćwiczeniu? Jakie skojarzenia się pojawiały? Czy któreś (pozytywne, neutralne i negatywne) przeważały? Dlaczego? Trener przedstawia mini-wykład na temat uprzedzeń, dyskryminacji, stereotypów i różnego traktowania grup własnych i obcych. | Praca indywidualna, praca w parach, dyskusja, mini-wykład | 60 minut |

| | | | |
|--|---|------------------------------|----------|
| | <p>7. Historie własne:</p> <ol style="list-style-type: none"> Trener prosi uczestników, aby przypomnieli sobie historie, dowcipy, opowieści, anegdoty z własnego życia dotyczące dyskryminacji lub uprzedzeń wobec różnych grup. Uczestnicy opowiadają swoje historie a trener zapisuje stereotypy, jakie ze sobą niosą na tablicy. Trener moderuje dyskusje w kierunku ustalenia przyczyn utrwalania stereotypów, ich siły, wpływu stereotypów na postrzeganie danych grup. | Praca indywidualna, dyskusja | 20 minut |
| | <p>8. Anty-uprzedzenia:</p> <ol style="list-style-type: none"> Trener wykorzystuje anegdotę do wprowadzenia ćwiczenia: <p>„Wszyscy z mojej paczki znajomych poszli dzisiaj potaćzyć na mieście. Mnie nawet nikt nie spytał, czy też bym chciał się z nimi zabrać. Dopiero wieczorem mnie ołśniło, że ja przecież nigdy nie byłem na imprezie klubowej i bardzo bym chciał w takie miejsce się wybrać! Może nie potaćczę, bo nie mam nóg, ale mogli chociaż zaproponować. (Anonimowe.pl, 2018)”</p> Trener dzieli uczestników na grupy. Każda z grup ma za zadanie wypisać listę działań, jakie można podjąć aby zmniejszyć zjawiska uprzedzeń i dyskryminacji. Każda z grup omawia wyniki ćwiczenia z pomocą trenera. | Praca grupowa, dyskusja | 20 minut |
| | <p>9. Podsumowanie i zakończenie:</p> <ol style="list-style-type: none"> Rundka podsumowująca. Trener przedstawia anegdotę: <p>„Hodża wsadził swojego syna na osła, a sam idąc obok, wyruszył w podróż do sąsiedniej wsi. Napotkał wędrowca, który zdziwiony mówi: – Na Allaha! Czy widział ktoś, aby stary człowiek szedł pieszo, a młody jechał na osle! Zawstydzony Hodża sam usiadł na osle, a synowi kazał iść obok. Drugi napotkany wędrowiec, zdziwiony tym widokiem, mówi:</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|-----------------------------------|--|--|--|
| | <p>– O Miłościwy! Nigdy nie widziałem, aby takie małe dziecko szło pieszo, a zdrowy, silny mężczyzna jechał na ośle!</p> <p>I tym razem Hodża przyjął uwagę napotkanego wędrowca i dalej wyruszył w drogę, sadzając syna obok siebie. Po pewnym czasie napotkał trzeciego wędrowca, który gdy ich ujrzął, zawołał:</p> <p>– O Wszechmocny! Biedne zwierzę musi dźwigać taki wielki ciężar!</p> <p>Rozzłoszczony Hodża tym razem puścił osła przed sobą, a sam z synem podążał dalej pieszo. Napotkał czwartego wędrowca, który oburzony tym, co zobaczył, zawołał:</p> <p>– O Wszechwiedzący! Nigdy nie widziałem, aby głupie zwierzę szło sobie wolno, a jego właściciel męczył siebie i dziecko, idąc pieszo.</p> <p>Na to Hodża mówi do syna:</p> <p>– Synu! Od każdego słyszysz coś innego. Nie zadowolisz nikogo. Najlepiej używajmy własnego rozumu! (Janczewski, 2015)”</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | | |
| <p>ZALECANA LITERATURA</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. http://www.oik.jaworzno.pl/art.7.wsparcie-rodziny-i-srodowiska-lokalnego-w-sytuacjach-kryzysowych 2. Marta Kulesza, Zasoby rodzinne – nowa perspektywa podejścia do rodziny w obszarze 3. Diagnostyki i poradnictwa psychopedagogicznego, Studia nad Rodziną UKSW 2015 R. XIX nr 1 (36) 4. Piotr Sztompka, Kapitał społeczny. Teoria przestrzeni międzyludzkiej, Znak Horyzont, 2016 5. Rozporządzenie Komisji (WE) nr 13/2005 z dnia 6 stycznia 2005 r. wdrażające rozporządzenie (WE) nr 1177/2003 Parlamentu Europejskiego i Rady dotyczące statystyk Wspólnoty w zakresie dochodów i warunków życia (EU-SILC) w odniesieniu do wykazu dodatkowych zmiennych obowiązkowych odnoszących się do „uczestnictwa społecznego” 6. https://pl.wikipedia.org/wiki/Norma_spo%C5%82eczna 7. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 8. https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82ecze%C5%84stwo 9. https://pl.wikipedia.org/wiki/Organizacja_spo%C5%82eczna 10. Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, Warszawa, 8 maja 2015 r. | | |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | <p>11. https://www.rpo.gov.pl/pl/content/czym-jest-dyskryminacja</p> <p>12. uchodzcy.info/infos/pojecia-i-definicje/</p> <p>13. Język równościowy, Amnesty International https://amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2016/04/J%C4%99zyk-rownosciowy.pdf</p> <p>14. http://ozkultura.pl/wpis/1384/6</p> <p>15. https://pl.wikipedia.org/wiki/Kultura</p> |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samooceena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. |

5.2.3. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Równość płci i niedyskryminacja.

| | | | |
|---------------------------|---|--|---|
| TEMAT SZKOLENIA | Nasi i obcy | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie rozumienia zagadnień równości płci i niedyskryminacji. | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIĘJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jakie są przejawy i czego mogą dotyczyć nierówności w społeczeństwie • Wie, jakie są przejawy i czego może dotyczyć równość w społeczeństwie • Wie, jakich obszarów dotyczą przejawy nierówności i dyskryminacji • Wie, jakie są sposoby przeciwdziałania dyskryminacji i | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi zidentyfikować przejawy nierówności i dyskryminacji w społeczeństwie • Potrafi zidentyfikować przejawy równości i niedyskryminacji w społeczeństwie • Potrafi kreować wokół siebie atmosferę równości i niedyskryminacji • Potrafi chronić przejawy równości i niedyskryminacji | <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje aktywność poznawczą i czujność wobec przejawów nierówności • Aprobuję inicjatywy i działania na rzecz równości i niedyskryminacji • Ceni kultury z zakorzenioną postawą równościową • Powstrzymuje się od zachowań nacechowanych dyskryminacją wobec innych grup i osób |

| | | | |
|-----------------------------------|--|--|---|
| | <p>nierównościami w życiu społeczno-kulturowym</p> <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jak zmniejszać istniejące obszary nierówności w społeczeństwie • Wie, jakie są konsekwencje nierówności i dyskryminacji | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi zareagować na przejawy nierówności i dyskryminacji w społeczeństwie • Potrafi modyfikować swoje zachowania, które mają znamiona nierówności i dyskryminacji | <ul style="list-style-type: none"> • Uznaje równość i niedyskryminację innych grup i osób za korzystną cechę społeczeństwa i kultury • Przejawia postawę aprobującą równość i niedyskryminację innych grup i osób |
| CZAS TRWANIA | <p>6 godzin lekcyjnych</p> <p>W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy</p> | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | <p>Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników</p> <p>Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie</p> | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„Wszyscy z mojej paczki znajomych poszli dzisiaj potaćzyć na mieście. Mnie nawet nikt nie spytał, czy też bym chciał się z nimi zabrać. Dopiero wieczorem mnie olśniło, że ja przecież nigdy nie byłem na imprezie klubowej i bardzo bym chciał w takie miejsce się wybrać! Może nie potaćzę, bo nie mam nóg, ale mogli chociaż zaproponować. (Anonimowe.pl, 2018)”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | <p>2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|--|--|---|------------------|
| | <p>3. Dyskryminacja:</p> <p>a. Trener wprowadza temat ćwiczenia poprzez anegdotę:</p> <p>„Urodziłam się z deformacją stóp (stopa końsko szpotawa, można wygooglować). Kiedy zaczynałam edukację nadal nosiłam specjalne buty i chodziłam na "korektywę", ale poza tym radziłam sobie nieźle. Razem ze wszystkimi dziećmi biegałam, grałam w piłkę, łąziłam po drzewach itp. Mimo, że dużo częściej niż inni przewracałam się (dosłownie o własne nogi), nie czułam się gorsza od reszty dzieci. Dramat zaczął się razem z lekcjami WF. Nauczycielka mimo, że wiedziała o moich problemach uznała, że jestem świetnym przykładem dla innych dzieci "jak nie robić". Mam 30 lat, a nadal pamiętam jej teksty. "Patrzcie, LittleM znowu przewaliła się o własne nogi, jak takiej niezdarze w ogóle udaje się chodzić?", "A teraz LittleM biegnie, a my wszyscy patrzemy jak się tego nie robi", "Będziemy grać w siatkówkę, drużyna która przegra, w następnej rozgrywce ma w składzie LittleM". Oczywiście im częściej słyszałam uwagi, tym bardziej się stresowałam i tym częściej popełniałam błędy. Jak można się domyślić, szybko stałam się dla klasy kozłem ofiarnym i w innych dziedzinach. Gimnazjum zaczęłam już ze zwolnieniem ze znieawidzonych zajęć. Na lata zniechęciłam się do jakiegokolwiek aktywności fizycznej, nawet poza szkołą. Tak naprawdę odbija się to na mnie do dziś. Kilukrotnie podejmowałam próby poprawienia swojej kondycji, ale najmniejsza nawet krytyczna uwaga powoduje, że natychmiast rezygnuję. (piekielni.pl, 2018)”</p> <p>b. Uczestnicy w parach mają za zadanie wypisać przejawy dyskryminacji, z jakimi się spotkali wobec siebie lub innych osób.</p> <p>c. Następnie w dużej grupie uczestnicy wypisują listę kategorii, według, których może dochodzić do dyskryminacji.</p> <p>d. Jeżeli jest taka potrzeba trener uzupełnia listę o najważniejsze kategorie.</p> | | |
| | <p>4. Czy mózg ma płeć?</p> <p>a. Trener wprowadza uczestników w tematykę za pomocą anegdoty:</p> <p>„Mam dość nietypowe hobby, zwłaszcza jak na dziewczynę - trenuję szermierkę historyczną. Na treningach używa się zazwyczaj miękkich mieczy - rdzeń jest twardy, ale otoczony gąbką, w kształcie walca, a nie spłaszczony, jelec (to poprzeczne coś przy rękojeści) i sama rękojeść są wykonane z gumy. Wraz z Lubym zaopatrzyliśmy się również prywatnie w takie cuda i ćwiczyliśmy</p> | <p>Dyskusja, mini-wykład, kwestionariusz, praca w grupach</p> | <p>120 minut</p> |

między zajęciami, coby nabrać większej wprawy. Trening odbywa się w rodzaju kasku, ochraniaczy na ręce i klatkę piersiową, żeby nie bolało, bo na nagą skórę naprawdę boli.

Ta sytuacja miała miejsce w wakacje. Niedaleko mnie znajduje się park z polanką, która sobie upodobała różnej maści trenujący - tai chi, puszczanie latawców, żonglowanie, cokolwiek się zapragnie. Nikt na nikogo dziwnie nie patrzy, uznaliśmy więc, że możemy i my się tam znaleźć. I faktycznie - przez dość długi czas udawało się bez komentarzy. Aż do tego dnia.

Podszedł do nas ojciec z synkiem w wieku późnoprzedшкоlnym lub wczesnopodstawówkowym. Powiedział, że mały bardzo lubi rycerzy i że mu się spodobało, i oczywiście pytanie - czy pozwolimy mu się trochę pobawić. Ogólnie nie ma problemu, jest jedno ale - broń przez nas używana była zdecydowanie zbyt długa i ciężka dla dziecka, o czym mu powiedzieliśmy. On na to, że nie ma problemu, jest silny, poradzi sobie. No dobra, Luby daje, ale faktycznie - średnio radzi sobie z wymachiwaniem. Ojciec stwierdził, że to może on chociaż? I o, z dziewczyną, bo na pewno gorzej walczy, żeby syn nie widział, że przegrywa. W tym momencie zagotowało się we mnie, bo akurat radzę sobie naprawdę dobrze - jakoś to naturalnie we mnie leży, jakbym była wcieleniem jakiegoś szermierza ;) No ale jak chce, to jedziemy!

Odmówił założenia ochraniaczy, bo "przecież go nawet nie dam rady dotknąć". Na początku trochę pomachał od niechcenia, ale widząc, że bez problemu to odbijam albo unikam, wściekł się i chciał iść na całość. Istnieje zasada, że im ktoś bardziej wściekły, tym łatwiej go pokonać, bo przestaje myśleć racjonalnie, tutaj to też się sprawdziło. Próbował się zamachnąć zza głowy, żeby było silniejsze uderzenie, na co ja uderzyłam go po żebrach, nie z pełną siłą oczywiście, wiem, jakie to uczucie. On prawie skulił się z bólu i zrobił coś absolutnie zakazanego - wyprowadził pchnięcie w brzuch. Nie robi się, bo po pierwsze traktaty tego zakazują (pozdrawiam szalonych rekonów!), po drugie tego nie idzie odbić i stanowi to pogwałcenie savoir-vivre'u, a po trzeci ta broń nie jest do tego przystosowana. Skończyło się tam, że mimo ochrony to ja się zwinęłam, a miecz zniszczył się na czubku.

Luby chciał rzucić się z pięściami na faceta, na jego szczęście zajął się najpierw mną, w tym czasie niedoszły bohater rzucił miecz i uciekł. Tylko dzieciaka szkoda, że ma takiego ojca..”

| | | | |
|--|---|--|-----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> b. Trener przeprowadza z uczestnikami dowolny psychotest na płeć mózgu. c. Wyniki testu służą rozpoczęciu krótkiej dyskusji na temat różnic w funkcjonowaniu kobiet i mężczyzn. d. Następnie trener dzieli uczestników na dwie grupy. Pierwsza ma za zadanie stworzyć plakat typowej kobiety, a druga – mężczyzny. e. Każda z grup dzieli się efektami swojej pracy. f. Trener moderuje dyskusję w kierunku omówienia mechanizmu stereotypowego patrzenia na różnice płci. Do podsumowania wykorzystuje anegdotę: <p>„Temat pracy habilitacyjnej Lizy Meitner (1878-1968) brzmiał: Problemy fizyki kosmicznej. Jednak zagadnienia kosmiczne nie były tak "modne" jak obecnie, a biorąc pod uwagę, że autorem pracy jest kobieta, jakiś recenzent napisał w gazecie: Pani dr Liza Meitner przedłożyła pracę pt. Zagadnienia fizyki kosmetycznej. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)”</p> | | |
| | <p>5. Film:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Trener przedstawia uczestnikom kabaretowy film o płci mózgu: https://www.youtube.com/watch?v=aZBhyPiyeOs. b. Każdy z uczestników podczas oglądania ma za zadanie wypisać wszystkie celne spostrzeżenia (zgodne wg niego z rzeczywistością) i te nie trafione (nie mające przełożenia na rzeczywistość). c. Po zakończeniu filmu uczestnicy w parach (w miarę możliwości mieszanych płciowo) omawiają swoje spostrzeżenia. d. Uczestnicy ustalają, jakie tezy poruszone w filmie są „prawdziwe”. e. Trener na flipcharcie tworzy listę tych „prawd”. f. Trener dzieli salę na dwie części. W jednej z nich znajduje się strefa „zgadzam się”. W drugiej „nie zgadzam się”. Trener odczytuje „prawdy” a każdy uczestnik ma za zadanie ustawić się w odpowiedniej części Sali (czy zgadza się czy nie zgadza ze stwierdzeniem). g. Trener wspólnie z grupą ustala czy wypisane tezy są zawsze i dla każdego prawdziwe. h. Trener przedstawia mini-wykład na temat stereotypów i uprzedzeń. | Praca z video, praca indywidualna, praca w parach, dyskusja, mini-wykład | 115 minut |
| | <p>6. Podsumowanie i zakończenie:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Rundka podsumowująca. | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|-----------------------------------|---|--|--|
| | <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>Tōru Hashimoto, burmistrz Osaki, stwierdził kiedyś, mówiąc o 200 tysiącach kobiet, które zmuszono do prostytucji i współżycia z żołnierzami podczas II wojny światowej, że „pomagały one żołnierzom się zrelaksować”. Oczywiście wypowiedź tę całkowicie potępiono. Ale nie była to jedyna tak seksistowska uwaga na temat tak zwanych comfort women. Hakuo Yanagisawa, minister zdrowia, był łaskaw określić je jako „maszyny do rodzenia dzieci”, a Yoshikatsu Nakayama – wiceminister gospodarki i handlu – musiał przeproszać, gdy złapano go na słowach wypowiedzianych na międzynarodowym spotkaniu, że „kobiety japońskie odczuwają przyjemność z pracy w domu”. (Walewski, 2015)</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | | |
| <p>ZALECANA LITERATURA</p> | <ol style="list-style-type: none"> 1. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 2. Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, Warszawa, 8 maja 2015 r. 3. https://www.rpo.gov.pl/pl/content/czym-jest-dyskryminacja 4. uchodzcy.info/infos/pojecia-i-definicje/ 5. Język równościowy, Amnesty International https://amnesty.org.pl/wp-content/uploads/2016/04/J%C4%99zyk-rownosciowy.pdf 6. Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, Warszawa, 8 maja 2015 r. 7. http://ozkultura.pl/wpis/1384/6 8. https://pl.wikipedia.org/wiki/Kultura 9. Daniel Jabłoński, Lech Ostasz, Mapa wzorców kulturowych, Olsztyn: Wyd. ADIAFORA, 2006 10. Ewa Włodarczyk, Wzór Kulturowy, (w:) J. Pilch (red. nauk.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku, Suplement, Warszawa 2010 11. https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82ecze%C5%84stwo | | |

| | |
|--------------------------------------|--|
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samoocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. |
|--------------------------------------|--|

5.2.4. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Komunikacja międzykulturowa.

| | | | |
|---------------------------|---|--|--|
| TEMAT SZKOLENIA | Poza granicami | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie rozumienia wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa. | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIĘJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jakie są wymiary społeczeństw europejskich • Wie, jakie są korzyści z różnorodności społeczeństw europejskich • Wie, jak można integrować tożsamość narodową i europejską • Wie, jak nawiązać komunikację międzykulturową • Wie, jakie są cechy komunikacji międzykulturowej • Wie, jakie są bariery komunikacji międzykulturowej | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi odnaleźć się w innych społeczeństwach europejskich • Potrafi określić cechy różniące i świadczące o podobieństwie pomiędzy swoim a innymi społeczeństwami europejskimi • Umie czerpać korzyści z różnorodności społeczeństw europejskich • Potrafi formułować komunikaty międzykulturowe • Potrafi odbierać komunikaty międzykulturowe • Potrafi reagować na pojawiające się sprzeczności i bariery komunikacyjne związane z różnorodnością | <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje otwartość na dostrzeganie różnorodności społeczeństw europejskich • Wykazuje zainteresowanie rozwojem społeczeństw europejskich • Przejawia postawę szacunku wobec innych społeczeństw europejskich • Wykazuje otwartość na uczestnictwo w komunikacji międzykulturowej • Przyjmuje postawę zainteresowania i tolerancji wobec różnorodności w komunikacji • Wykazuje zaangażowanie w przełamywanie barier wynikających z różnorodności w komunikacji międzykulturowej |

| | | | |
|-----------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------|
| | | | |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | 1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty: „Zapytany kiedyś, jakimi zdolnościami do muzyki cechują się poszczególne narody, Caruso odpowiedział: – Niemcy i Francuzi są stworzeni do komponowania muzyki; Włosi, by ją śpiewać; Polacy, by ją zagrać; Rosjanie, by ją zatańczyć; Anglicy, by jej słuchać; Amerykanie zaś, by za nią zapłacić. (Słowiński, 2010)” Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu. | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |
| | 3. Komunikacja międzykulturowa - ćwiczenie „Gość”: a. Trener z grupy uczestników wybiera 1-2 osoby – gości, pozostała część grupy będzie gospodarzami. b. Gospodarze otrzymują informację, że odwiedzi ich gość/goście z innego kraju, który istotnie różni się zwyczajami i normami od kraju ich pochodzenia. Zadaniem gospodarzy jest przywitać i ugościć gościa/gości najlepiej jak | Gra zespołowa, dyskusja, burza mózgów | 90 minut |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | <p>potrafią, sprawić aby poczuł/li się dobrze. Muszą być bardzo uważni i ostrożni w kontakcie i unikać urażenia gościa/gości.</p> <p>c. Gościa/gości trener prosi o wyjście z Sali. Przekazuje mu/im instrukcję zawierającą normy i zasady ich „rodzimego” kraju:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uśmiech jest oznaką pogardy i lekceważenia; • kontakt fizyczny oznacza brak szacunku i należytego respektu dla gościa; • kontakt wzrokowy jest swoistym wyzwaniem, oznaką wrogości i prowokacją; • częstowanie jedzeniem lub pićem świadczy o tym, że gospodarze mają się za lepszych, bardziej zamożnych i muszą dożywiać uboższego gościa – przyjęcie takiego poczęstunku jest poniżające; • zasiadanie przy wspólnym stole podczas pierwszego spotkania jest naruszeniem zasad dobrego wychowania, jest postrzegane jako natarczywe i prostackie ze strony odwiedzającego. Bardzo niegrzecznie jest nadużywać gościnności swoich gospodarzy; • mówienie na swój temat w trakcie pierwszego spotkania jest również nietaktowne – świadczy o zarozumiałości i egocentryzmie – osoba taka jest skupiona wyłącznie na sobie i jest to bardzo niegrzeczne. Wypada pozostawić gospodarzowi przestrzeń na okazanie jego gościnności. <p>d. Trener informuje obie strony, że skrócenie dystansu gościa/gości do gospodarzy jest oznaką aprobaty, zwiększenie tego dystansu (np. wykonanie kroku w tył) informuje o zachowaniu niewłaściwym (niezgodnym z normami gościa).</p> <p>e. Gra toczy się do czasu, aż gość znacząco zbliży się do gospodarzy lub gospodarze przez długi czas będą zachowywać się wyłącznie niezgodnie z normami gościa.</p> <p>f. Po zakończeniu goście i gospodarze zastanawiają się (każda grupa osobno): Gospodarze:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Co sprawiało, że gość podchodził? • Co sprawiało, że gość się oddalał? • Jakie normy miał gość? Jak można je nazwać? • Jakie odczucia towarzyszyły gospodarzom podczas ćwiczenia? • Jakie uczucia mogły towarzyszyć gościowi podczas ćwiczenia? | | |
|--|--|--|--|

| | | | |
|--|---|---|----------|
| | <p>Gość/goście:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jakie działania gospodarzy sprawiały, że gość podchodził? • Jakie działania gospodarzy sprawiały, że gość się oddalał? • Jakie normy zostały przez gospodarzy odkryte? • Jakie normy nie zostały przez gospodarzy odkryte? • Jakie odczucia towarzyszyły gościowi podczas ćwiczenia? • Jakie uczucia mogły towarzyszyć gospodarzom podczas ćwiczenia? <p>g. Na koniec trener moderuje dyskusję dla obu stron – najważniejsze są pytania o odczucia z przeprowadzonego ćwiczenia, jak się czuli w poszczególnych momentach, czy udało się im odgadnąć zasady i sprawić, że gość czuł się dobrze. Prosimy gospodarzy o sporządzenie domniemanej listy zasad gościa/gości i skonsultowanie jej z gośćmi.</p> <p>h. Trener prosi również o podanie pomysłów na ułatwienie tej sytuacji – co pozwoliłoby na to aby uniknąć trudności i zadbać o komfort zarówno swój jak i gościa/gości.</p> <p>i. Trener podsumowuje ćwiczenie z wykorzystaniem anegdoty:</p> <p>„W Gandawie na koncert Polskiej Orkiestry Kameralnej przybyła ze świątą królowa Fabiola. Maksymiuk zniweczył całą etykietę całując królową w rękę. Po nim, niejako automatycznie, uczynili to wszyscy muzycy. Na szczęście królowa była, wbrew przewidywaniom, uszczęśliwiona. (Jerzy Maksymiuk, 2018)”</p> | | |
| | <p>4. Moja własna historia:</p> <p>a. Trener rozpoczyna ćwiczenie od anegdoty:</p> <p>„W czasie pobytu w Szwecji fizyk duński, laureat Nagrody Nobla, Niels Bohr, wyszedł ze swoimi przyjaciółmi na dworzec, naprzeciw bratu. Na dworcu kupił dla wszystkich peronówki (bilety upoważniające przed laty do wstępu na peron) i wielce zachwyił się sposobem ich sprzedaży.</p> <p>– U nas, w Danii, są elektryczne automaty biletowe – powiedział. – A tu, zanim wrzuci się monetę, trzeba wejść na małą platformę. W ten sposób automat uruchamia się siłą ciężkości, nie zużywając drogiej energii elektrycznej.</p> | Praca indywidualna, case study, dyskusja, mini-wykład | 90 minut |

| | | | |
|--|---|--------------------------------------|----------|
| | <p>Kiedy jednak Bohr z przyjaciółmi podszedł do wejścia na peron, kontroler nie wpuścił ich.</p> <p>- To nie są peronówki – wyjaśnił. – To bilety wagi automatycznej. (Słowiński, 2010)”</p> <ul style="list-style-type: none"> b. Anegdota jest zachętą do przypomnienia sobie przez uczestników własnych nietypowych sytuacji z innymi kulturami. Każdy z uczestników przypomina sobie 2-3 krótkie historie, które cechują się elementem zaskoczenia, radości, strachu, smutku, są nietypowe lub po prostu interesujące. c. Uczestnicy zapisują na kartkach (do kilku zdań) swoje anegdoty i nie podpisują ich. d. Trener zbiera karteczki z anegdotami i odczytuje je na forum grupy. e. Zadaniem uczestników jest odgadnąć kogo dotyczy dana sytuacja. f. Podczas zabawy trener zachęca do dopytywania o zdarzenia, czy bohater był zadowolony z przebiegu sytuacji, czy któraś ze stron mogła zachować się inaczej, z czego wynikała dana sytuacja, jakie konsekwencje miała, itd. g. Na koniec trener zaprasza grupę do stworzenia listy przydatnych wskazówek w kontaktach międzykulturowych. Uzupełnia je mini-wykładem o komunikacji międzykulturowej. h. Modyfikacja: jeżeli w grupie jest mało osób z doświadczeniami międzykulturowymi to można poprosić uczestników o napisanie wymyślonych historii. | | |
| | <p>5. Wiele narodów:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Trener przedstawia treść anegdoty: <p>„Zapytany kiedyś, jakimi zdolnościami do muzyki cechują się poszczególne narody, Caruso odpowiedział:</p> <p>– Niemcy i Francuzi są stworzeni do komponowania muzyki; Włosi, by ją śpiewać; Polacy, by ją zagrać; Rosjanie, by ją zatańczyć; Anglicy, by jej słuchać; Amerykanie zaś, by za nią zapłacić. (Słowiński, 2010)”</p> b. Trener zaprasza grupę do spontanicznego wypowiedzenia pierwszych skojarzeń, jakie nasuwają się wobec osób z innych kultur np.: <ul style="list-style-type: none"> • Polacy wiecznie narzekają, lubią i często piją wódkę. | Praca grupowa, dyskusja, mini-wykład | 55 minut |

| | | | |
|--|--|----------|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Arabi - brudni, leniwi. • Żydzi - są chciwi, cwani • Niemcy - bardzo dokładni, precyzyjni, świetni inżynierowie • Francuzi - świetni kucharze, namiętni kochankowie, znawcy wina i artyści • Włosi - weseli romantycy, religijni i rodzinni • Anglicy - przywiązani do tradycji, powściągliwi, taktowni, dystyngowani • Rosjanie - żaden Polak nie odmówi im bardzo mocnej głowy do picia. <p>c. Trener dzieli uczestników na dwie grupy. Pierwsza ma za zadanie wypisać wszystkie pozytywne skojarzenia z daną kulturą. Druga wypisuje negatywne skojarzenia.</p> <p>d. Grupy porównują wyniki swojej pracy.</p> <p>e. Trener podsumowuje ćwiczenie zwracając szczególną uwagę na ujawnienie mechanizmu myślenia czarno-białego. Przedstawia w mini-wykładzie wymiary społeczeństw europejskich i zasady funkcjonowania tożsamości kulturowych.</p> | | |
| | <p>6. Podsumowanie i zakończenie:</p> <p>a. Rundka podsumowująca.</p> <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Jeden z przyjaciół Gioacchino Rossiniego zapytał go, dlaczego tak rzadko widuje się z Giacomo Meyerbeerem, znakomitym niemieckim kompozytorem.</p> <p>– Nie możemy się nigdy zgodzić – odparł Rossini.</p> <p>– A to czemu? – nalegał przyjaciel. – Czyż jego muzyka nie zasługuje na uznanie?</p> <p>– Zasługuje, bez wątplenia. Jestem jej szczerym entuzjastą.</p> <p>– A może on nie lubi twojej?</p> <p>– Przeciwnie, niejednokrotnie zachwycał się Wilhelmem Tellem i Semiramidą.</p> <p>– Jakież więc powód?</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| | - On utrzymuje, że kapusta niemiecka jest równie dobra jak makaron włoski. (Słowiński, 2010)” | | |
| | c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia. | | |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. Daniel Jabłoński, Lech Ostasz, Mapa wzorców kulturowych, Olsztyn: Wyd. ADIAFORA, 2006 2. Ewa Włodarczyk, Wzór Kulturowy, (w:) J. Pilch (red. nauk.), Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku, Suplement, Warszawa 2010 3. https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82ecze%C5%84stwo 4. M. Golka za: Krystyna Kamińska, W stronę wielokulturowości w edukacji przedszkolnej, WSiP, Warszawa 2005 5. uchodzcy.info/infos/pojecia-i-definicje/ 6. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zys i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 7. Ewa Ziemba, Tomasz Papaj, Rafał Żelazny; Analiza i ocena badań nad zrównoważonym społeczeństwem informacyjnym, STUDIA INFORMATICA NR 33, NR 797 2013 8. http://gazeta.us.edu.pl/node/227431 9. https://pl.wikipedia.org/wiki/To%C5%BCsamo%C5%9B%C4%87_europejska 10. https://pl.wikipedia.org/wiki/Rozw%C3%B3j_spo%C5%82eczno-gospodarczy 11. Matsumoto David, Juang, Linda, Psychologia międzykulturowa, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2007. 12. Zarządzanie różnorodnością, Forum Odpowiedzialnego Biznesu 2008 13. http://www.edukacyjne.dyskursy.univ.szczecin.pl/szacunku.htm | | |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samoocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. | | |

5.2.5. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Konstruktywne porozumiewanie się.

| | |
|------------------------|--|
| TEMAT SZKOLENIA | Słowa, słowa, słowa |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie konstruktywnego porozumiewania się w różnych środowiskach. |

| | | | | |
|-----------------------------------|--|--|---|--|
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE | |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, czym jest komunikacja • Wie, na czym polega specyfika komunikacji w różnych środowiskach (przede wszystkim w pracy i rodzinie) • Wie, na czym polega komunikacja werbalna i niewerbalna • Wie, jak osiągać cele w procesie komunikacji • Zna sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku pracy • Zna sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku rodzinnym | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi komunikować się w różnych środowiskach • Potrafi stosować w praktyce zasady i narzędzia komunikacji werbalnej • Potrafi stosować w praktyce zasady i narzędzia komunikacji niewerbalnej • Potrafi osiągnąć swoje cele poprzez komunikację • Potrafi zastosować sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku pracy • Potrafi zastosować sposoby i narzędzia komunikowania się w środowisku rodzinnym | <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje gotowość do komunikowania się • Podejmuje wysiłek dopasowania sposobu komunikacji do danego środowiska • Dbą o dobrą atmosferę procesu komunikacji • Podejmuje wysiłki, aby osiągać cele poprzez komunikację • Wykazuje otwartość na komunikację drugiej strony procesu • Dąży do poszerzania swoich umiejętności komunikacyjnych | |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA | |
| | 1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty: „Szanowna Pani Pokojówko, | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut | |

Proszę nie zostawiać w mojej łazience tych małych hotelowych mydełek, ponieważ przywiozłem ze sobą własne duże mydło kąpielowe dial. Proszę też zabrać 6 nieotwartych mydełek z półki pod apteczką i 3 z mydelniczki pod prysznicem, ponieważ mi zawadzają. Dziękuję.

S. Berman

/Szanowny Gościu z pokoju 635,/
/Nie jestem tą pokojówką, która zwykle sprząta Pański pokój. Ona ma wolne i wróci jutro, czyli w czwartek. Tak jak Pan prosił, zabrałam 3 mydełka spod prysznica. Zdjęłam 6 mydełek z półki i położyłam na pudełku z chusteczkami, na wypadek gdyby Pan zmienił zdanie. Na półce leżą teraz tylko 3 mydełka, które zostawiłam dzisiaj, bo mam polecenie, by zostawiać codziennie 3 sztuki w każdym pokoju. Mam nadzieję, że jest Pan zadowolony./ Dotty

Szanowna Pani Pokojówko,

Mam nadzieję, że tym razem zwracam się do Pani, która zwykle sprząta mój pokój. Najwidoczniej Dotty nie powiedziała Pani o moim liściku dotyczącym mydełek. Kiedy dziś wieczorem wróciłem do pokoju, zobaczyłem, że położyła Pani 3 kolejne małe camay na półce pod apteczką. Zamierzam pozostać w tym hotelu jeszcze przez dwa tygodnie i zabrałem ze sobą własne kąpielowe mydło dial, nie będę zatem potrzebował tych 6 małych camay, które leżą na wspomnianej półce i przeszkadzają mi przy goleniu, myciu zębów i tak dalej. Proszę je zabrać.

S. Berman

Szanowny Panie,

/W ostatnią środę miałam wolny dzień i zastępująca mnie pokojówka zostawiła u Pana 3 hotelowe mydełka, bo mamy polecenie od kierownika, by tak zawsze robić. Zabrałam 6 mydełek, które zawadzały Panu na półce, i przełożyłam je do mydelniczki, gdzie trzymał Pan swoje mydło dial, a dial położyłam w apteczce, aby było Panu wygodniej. Nie ruszałam 3 mydełek, które zawsze wkładamy do apteczki dla nowych gości i co do których nie zgłaszał Pan obiekcji, kiedy wprowadzał się Pan w poniedziałek. Jeśli mogę jeszcze czymś Panu służyć, proszę dać mi znać./
Pańska pokojówka

Kathy

/Szanowny Panie,/

/Zastępca dyrektora, pan Kensedder, poinformował mnie dziś rano, że dzwonił Pan do niego wieczorem i skarżył się na pracę pokojówki. Przydzieliłam Panu inną osobę. Mam nadzieję, że przyjmie Pan moje przeprosiny za wszelkie kłopoty. Gdyby miał Pan jeszcze jakieś uwagi, bardzo proszę skontaktować się ze mną, bym mogła sama poczynić odpowiednie kroki. Będę wdzięczna, jeśli zadzwoni Pan wprost do mnie między godziną 8 a 17, numer wewnętrzny 1108./

Elaine Carmen, administrator

Szanowna Pani Administrator,

Nie mogę się z Panią skontaktować telefonicznie, ponieważ opuszczam hotel o 7.45 i wracam dopiero o 17.30 lub 18.00. Właśnie dlatego wczoraj wieczorem dzwoniłem do pana Kenseddera. Pani już wtedy nie było. Prosiłem pana Kenseddera tylko o to, żeby zrobił coś z tymi mydełkami. Nowa pokojówka przydzielona mi przez Panią myślała chyba, że dopiero się wprowadziłem, bo zostawiła u mnie kolejne 3 mydełka w apteczce, poza tymi 3, które zawsze kładzie na półce. W ciągu ostatnich 5 dni zebrałem już 24 mydełka. Czy to się kiedyś skończy?

S. Berman

/Szanowny Panie,/

/Pańska pokojówka Kathy została pouczona, by nie zostawiać mydełek w Pańskim pokoju. Kazałam jej też usunąć te, które już tam były. Jeśli jeszcze mogę czymś Panu służyć, proszę do mnie zadzwonić: numer wewnętrzny 1108, od 8 do 17./ Elaine Carmen, administrator

Szanowny Panie Dyrektorze,

Znikło moje duże mydło dial. Z mojego pokoju zabrano wszystkie mydła, łącznie z moim własnym. Wczoraj wróciłem późno i musiałem wezwać posłańca, żeby mi przyniósł 4 małe kostki cashmere bouquet.

S. Berman

/Szanowny Panie,/

/Poinformowałem naszą administratorkę, panią Elaine Carmen, o Pańskim problemie z mydłami. Nie rozumiem, dlaczego w Pańskim pokoju nie było mydła, wydałem przecież wyraźne polecenie, by każda pokojówka przy każdym sprzątaniu zostawiała w każdym pokoju 3 kostki mydła. Natychmiast poczynimy w tej sprawie odpowiednie kroki. Proszę przyjąć moje przeprosiny za kłopoty, które sprawiliśmy./ Martin L.

Kensedder, zastępca dyrektora

Szanowna Pani Administrator,

Kto, do diabła, zostawił w moim pokoju 54 mydełka camay? Wróciłem wczoraj wieczorem i leżały u mnie 54 sztuki. Nie chcę 54 małych kostek camay. Chcę moje jedno jedyne, cholerne, wielkie mydło dial. Czy Pani rozumie, że mam tu 54 kostki mydła? Chcę tylko moje duże dial. Proszę mi zwrócić moje kąpielowe mydło dial.

S. Berman

/Szanowny Panie,/

/Skarżył się Pan, że ma Pan w pokoju za dużo mydła, więc poleciłam je sprzątnąć. Następnie poskarżył się Pan panu Kessedderowi, że mydło znikło, więc osobiście przyniosłam je z powrotem 24 kostki camay plus jeszcze 3, które powinien Pan otrzymywać codziennie (sic!). Nic nie wiem o 4 kostkach cashmere bouquet. Najwyraźniej Pańska pokojówka Kathy nie wiedziała, że przyniosłam te mydła, więc także zostawiła 24 sztuki camay plus standardowe 3. Nie wiem, skąd się Pan dowiedział, że goście tego hotelu otrzymują duże kąpielowe mydła dial. Udało mi się znaleźć duże ivory, które położyłam w Pańskim pokoju./ Elaine Carmen, administrator

Szanowna Pani Administrator,

Dziś tylko krótka notatka o stanie mydełek w moim pokoju. Obecnie mam:

- na półce pod apteczką 18 kostek camay w 4 słupkach po 4 sztuki plus 1 słupek z 2 sztukami,
- na pojemniku na chusteczki 11 kostek camay w 2 słupkach po 4 sztuki plus 1 słupek z 3 sztukami,

| | | | |
|--|---|--------------------------|----------|
| | <p>- na toalecie w sypialni 1 słupek z 3 kostkami cashmere bouquet, 1 słupek z 4 dużymi kostkami ivory, do tego 8 kostek camay w 2 słupkach po 4 sztuki,</p> <p>- w apteczce w łazience 14 kostek camay w 3 słupkach po 4 sztuki plus 1 słupek z 2 sztukami,</p> <p>- w mydelniczce pod prysznicem 6 kostek camay, bardzo rozmiękłych,</p> <p>- na północno-wschodnim rogu wanny: 1 kostka cashmere bouquet, mało używana,</p> <p>- na północno-zachodnim rogu wanny: 6 kostek camay w 2 słupkach po 3 sztuki. Proszę poprosić Kathy, by przy każdym sprzątaniu dopilnowała, żeby słupki były równo ułożone i odkurzone. Proszę ją także poinformować, że słupki, w których jest więcej niż 4 kostki, mają tendencję do przewracania się. Pozwolę sobie zasugerować, że parapet w mojej łazience nie jest wykorzystywany i że znakomicie nadaje się do składowania kolejnych dostaw. I jeszcze jedno: kupiłem sobie kostkę kąpielowego mydła dial, którą będę przechowywał w hotelowym sejfie, by uniknąć dalszych nieporozumień.</p> <p>S. Berman”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> <p>Trener prosi grupę o opisanie mechanizmów i przyczyn zaburzeń w komunikacji w przytoczonej historii.</p> | | |
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |
| | 3. Czym jest komunikacja: <ul style="list-style-type: none"> a. Trener prosi uczestników (całą grupę) o przygotowanie plakatu pod hasłem „czym jest komunikacja?” b. Przedstawiciele grupy przedstawiają wyniki pracy. c. Trener podsumowuje omówienie proponując definicje komunikacji. | Praca w grupie, dyskusja | 20 minut |

| | | | |
|--|---|--|----------|
| | <p>4. Opis rysunku:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Jeden z chętnych uczestników, który ocenia siebie jako osobę kompetentną w komunikacji, otrzymuje rysunek wg wzoru (załącznik nr 1). b. Zadaniem uczestnika jest takie opisanie rysunku, które umożliwi pozostałym uczestnikom właściwe odwzorowanie na kartce rysunku. Komunikacja w tym ćwiczeniu jest jednostronna tzn. pozostali uczestnicy nie mogą się o nic dopytywać. c. Następuje porównanie rysunków wykonanych przez uczestników z oryginałem. d. Drugą część – ten sam uczestnik dostaje bardziej skomplikowany rysunek (załącznik nr 2). Jego zadanie jest takie samo jak w pierwszej części, ale teraz pozostali uczestnicy mogą dopytywać, uszczegółowiać, ustalać szczegóły (za wyjątkiem pokazywania rysunku własnego). e. Następuje porównanie rysunków wykonanych przez uczestników z oryginałem. f. Trener wspiera omówienie ćwiczenia – podkreśla różnice pomiędzy pierwszą a drugą częścią, które rysunku są bardziej zgodne z oryginałem i dlaczego. | Praca indywidualna i grupowa, dyskusja | 40 minut |
| | <p>5. Test wiedzy o procesie komunikowania się:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Trener rozdaje uczestnikom test wiedzy o komunikacji (załącznik 3 lub inny dowolny). b. Trener omawia z uczestnikami test po jego wypełnieniu (wyniki). c. Trener podsumowuje ćwiczenie z wykorzystaniem anegdoty: <p>„Pewnego razu cesarz Napoleon przejeżdżał przez niewielkie francuskie miasteczko. Zdziwiony tym, że nie powitały go salwy, zapytał burmistrza:</p> <p>- Dlaczego nie strzelacie z armat na moją cześć?</p> <p>- Powodów jest dokładnie dwadzieścia - odparł burmistrz. - Po pierwsze, nie mamy armat. Po drugie...</p> <p>- Dziękuję, to pierwsze wystarczy - rzekł cesarz. (www.filmweb.pl, 2018)”</p> | Kwestionariusz | 40 minut |

| | <p>6. Warunki skutecznej komunikacji:</p> <p>a. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„Dwóch Żydów umawia się na spotkanie.</p> <p>– A więc spotkamy się jutro?</p> <p>– Tak.</p> <p>– Gdzie?</p> <p>– Gdzie chcesz.</p> <p>– O której godzinie?</p> <p>– Obojętne.</p> <p>– Dobrze. Tylko ja cię bardzo proszę: bądź punktualny! (Weronika Łącka, 2015)”</p> <p>b. Trener moderuje dyskusję na temat warunków skutecznej komunikacji.</p> <p>c. Trener rozdaje karty do ćwiczenia:</p> <table border="1" data-bbox="439 874 1612 1305"> <thead> <tr> <th>L.p.</th> <th>Wyrażenie</th> <th>Miara</th> <th>Odpowiedź</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1.</td> <td>Za chwilę to zrobię.</td> <td>Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach, dniach</td> <td></td> </tr> <tr> <td>2.</td> <td>Zaraz wracam.</td> <td>Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach.</td> <td></td> </tr> <tr> <td>3.</td> <td>Zajmę się tym wkrótce.</td> <td>Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach.</td> <td></td> </tr> <tr> <td>4.</td> <td>Trochę się spóźnię.</td> <td>Ile? Podaj czas w minutach, godzinach.</td> <td></td> </tr> </tbody> </table> | L.p. | Wyrażenie | Miara | Odpowiedź | 1. | Za chwilę to zrobię. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach, dniach | | 2. | Zaraz wracam. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | 3. | Zajmę się tym wkrótce. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | 4. | Trochę się spóźnię. | Ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | Dyskusja, praca indywidualna | 20 minut |
|------|---|--|-----------|-------|-----------|----|----------------------|--|--|----|---------------|---|--|----|------------------------|---|--|----|---------------------|--|--|------------------------------|----------|
| L.p. | Wyrażenie | Miara | Odpowiedź | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. | Za chwilę to zrobię. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach, dniach | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 2. | Zaraz wracam. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 3. | Zajmę się tym wkrótce. | Za ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 4. | Trochę się spóźnię. | Ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

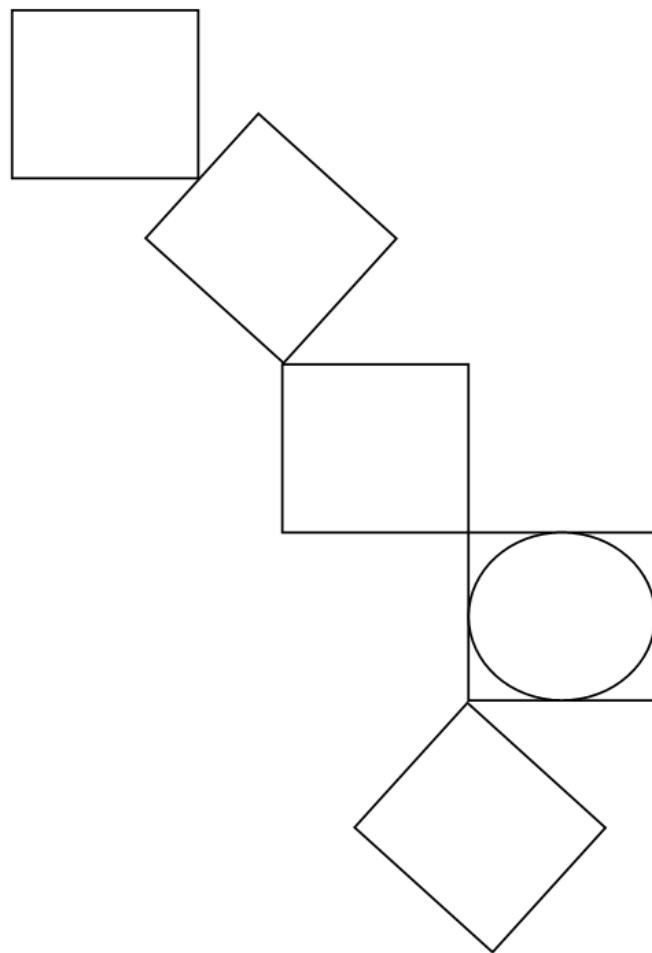
| | | | | | |
|--|--------------------------|---|--|--|-----------------|
| 5. | Wysokie zarobki. | Ile? Przyjmij skalę miesiąca i podaj kwotę netto („na rękę”) | | | |
| 6. | Stara panna. | Ile ma lat? Podaj wiek w latach. | | | |
| 7. | Drogie buty. | Ile kosztują? Podaj kwotę w zł. | | | |
| 8. | Stary kawaler. | Ile ma lat? Podaj wiek w latach. | | | |
| 9. | Częste zmiany pracy. | Jak często? Samodzielnie określ liczbę zmian w wybranej przez siebie jednostce czasu. | | | |
| 10. | Wysoki mężczyzna. | Ile ma wzrostu? W cm lub m. | | | |
| 11. | Niska kobieta. | Ile ma wzrostu? W cm lub m. | | | |
| 12. | To zajmie tylko minutkę. | Ile? Podaj czas w minutach, godzinach. | | | |
| <p>d. Trener podaje instrukcję do ćwiczenia: każdy z uczestników wpisuje w kolumnę „odpowiedź” pierwsze skojarzenie.</p> <p>e. Następuje grupowe omówienie odpowiedzi ze szczególnym uwzględnieniem rozbieżności w podanych wartościach.</p> | | | | | |
| <p>7. Plotki:</p> <p>a. Trener wybiera z grupy 5-6 uczestników. Jedna osoba zostaje na sali szkoleniowej. Pozostałe wybrane osoby wychodzą za zewnątrz sali. Inni, nie wybrani uczestnicy z grupy, pełnią rolę obserwatorów.</p> <p>b. Trener czyta historię wg załącznika nr 4 na forum pozostałych na sali osób. Zadaniem wybranej osoby jest jak najdokładniejsze zapamiętanie słyszanej historii.</p> <p>c. Trener zaprasza jedną z osób czekających poza salą. Osoba, która pierwsza słuchała historii ma za zadanie jak najdokładniej przekazać ją osobie, która weszła.</p> | | | | <p>Ćwiczenia grupowe i indywidualne, mini-wykład, dyskusja</p> | <p>40 minut</p> |

| | | | |
|--|---|---|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> d. Trener zaprasza kolejną osobę spoza Sali. Druga osoba ma za zadanie jak najdokładniej przekazać ją osobie, która weszła. e. Trener zaprasza po kolei wszystkie czekająca osoby. f. Ostatnia osoba, która usłyszy historię opowiada ją grupie. g. Na koniec ostatnia osoba odczytuje oryginalną historię. h. Trener omawia różnice w przekazie, z zaznaczeniem niedoskonałości przekazu (pominięcia, dopowiedzenia i zmiany historii u kolejnych uczestników). Trener opowiada o mechanizmie powstawania plotek, wykorzystuje anegdotę: <p>„W matematyce istnieje teoria wiązek, a pewne "podobiekty" zawarte w wiązkach nazywa się "podwiązkami". Koło Naukowe Matematyków Uniwersytetu Warszawskiego zorganizowało szkołę poświęconą tej teorii. Zajęcia odbywały się w Domu Kultury w pewnej wiosce na Suwalszczyźnie. Na drzwiach wejściowych i drzwiach do kilku sal rozwieszono plakaty informujące o szkole i jej tematyce. Następnego dnia w programie zajęć ktoś zamazał wszystkie "podwiązki" czarnym flamastrem. Okazało się, że zrobiła to w nocy kierowniczka Domu Kultury, która uznała, że pisanie o podwiązkach w takim miejscu jest nieprzyzwoite. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)”</p> | | |
| | <p>8. Komunikacja w rodzinie i w pracy:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Trener dzieli uczestników na dwie grupy. b. Pierwsza grupa ma za zadanie wypisać cechy komunikacji w środowisku zawodowym (w pracy). c. Pierwsza grupa ma za zadanie wypisać cechy komunikacji w środowisku rodzinnym (w domu). d. Grupy omawiają wyniki pracy. e. Trener podsumowuje różnice w komunikacji w rodzinie i w pracy. f. Trener przedstawia anegdotę: <p>„Pewna gospodyni domowa zwróciła się do Marka Twaina:</p> <p>– Proszę pana, po co pan męczy się i pisze książki, skoro za dolara można sobie kupić już gotową książkę? (Słowiński, 2010)”</p> | Praca w grupach i indywidualna, dyskusja, mini wykład | 45 minut |

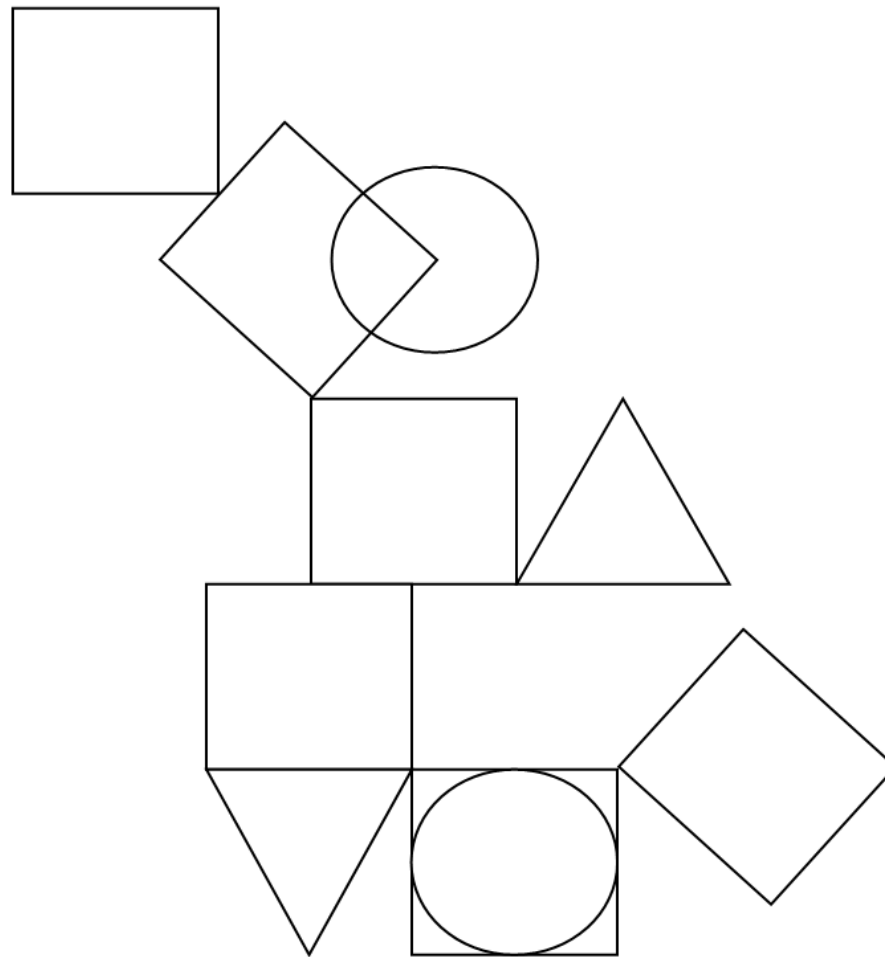
| | | | |
|----------------------------|--|---|----------|
| | <p>g. Trener prosi uczestników o przygotowanie odpowiedzi na pytanie zadane przez gospodynię.</p> <p>h. Uczestnicy przedstawiają swoje prepozycje odpowiedzi na forum.</p> | | |
| | <p>9. Kalambury:</p> <p>a. Trener prosi uczestników o zapisanie na karteczkach haseł takich jak nazwy filmów, książek, powiedzenia, etc.</p> <p>b. Trener zbiera karteczki. Uczestnicy losują po jednej (nie swojej).</p> <p>c. Uczestnicy mają za zadanie pokazać grupie bez użycia słów wylosowane hasło. Grupa odgaduje znaczenie.</p> <p>d. Trener przedstawia mini wykład na temat komunikacji niewerbalnej (cechy komunikacji niewerbalnej, jej znaczenie i rodzaje, praca nad komunikacją niewerbalną, itd.)</p> | Praca grupowa i indywidualna, mini wykład | 30 minut |
| | <p>10. Podsumowanie i zakończenie:</p> <p>a. Rundka podsumowująca.</p> <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Znakomity filozof i pisarz, ksiądz Hugo Kołłątaj, nigdy nie był w Ameryce, nad czym bardzo ubolewał. Pewnego razu, w rozmowie z księżną Czetwertyńską zauważył ze smutkiem, że nigdy w życiu nie widział drugiej półkuli i chyba już nie zobaczy. Księżna, źle zrozumiałwszy słowa Kołłątaja, z oburzeniem opuściła salon, mówiąc:</p> <p>– Pierwszej też księdzu nie pokażę!</p> <p>Odtąd Kołłątaj bardzo uważał, kiedy przy paniach poruszał temat Ameryki. (Słowiński, 2010)”</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | Dyskusja | 10 minut |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> https://pl.wikipedia.org/wiki/To%C5%BCsamo%C5%9B%C4%87_europejska https://pl.wikipedia.org/wiki/Rozw%C3%B3j_spo%C5%82ecznie-gospodarczy Matsumoto David, Juang, Linda, Psychologia międzykulturowa, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, 2007 Zarządzanie różnorodnością, Forum Odpowiedzialnego Biznesu 2008 http://www.edukacyjne.dyskursy.univ.szczecin.pl/szacunku.htm Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 Jan Waszkiewicz, Jak Polak z Polakiem: szkice o kulturze negocjowania. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1997 | | |

| | |
|--|---|
| | <p>8. Agnieszka Żbikowska, Arkadiusz Potocki, Komunikowanie w organizacjach gospodarczych. , Difin, Warszawa 2011</p> <p>9. Shirley Payne, Jak być dobrym menedżerem. Zestaw wskazówek, Wolters Kluwer Polska, Kraków 2009</p> <p>10. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997</p> <p>11. Katarzyna Pawlikowska, Marek Poleszak, Czujesz, czyli o komunikacji marketingowej i sprzedaży skierowanej do kobiet. , CeDeWu.pl, Warszawa 2011</p> |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalecia. |

Załącznik 1



Załącznik 2



Załącznik nr 3

Test wiedzy o procesie komunikowania się

| | | |
|----|--|--|
| 1 | Humor najczęściej rozładowuje napięcie na zebraniach | |
| 2 | Osoby sugerujące “wybierzmy przewodniczącego” bardzo często same chcą zostać wybrane | |
| 3 | Rysowanie czegoś na papierze na ogół pomaga słuchać | |
| 4 | Ludzie nie lubią słuchać i czytać o tym, z czym się nie zgadzają | |
| 5 | Plotki nigdy nie są godne uwagi | |
| 6 | Porozumiewanie się jest łatwe | |
| 7 | Ci, którzy nie słuchają, na ogół nie są zainteresowani | |
| 8 | Jeżeli ktoś nie przestaje mówić, oznacza to, że ma do przekazania dużo ważnych informacji | |
| 9 | Ludzie przeważnie zapominają o tym, co ich nie interesuje | |
| 10 | Sposób w jaki się stoi jest ważną formą komunikacji | |
| 11 | Uważne słuchanie jest rzeczą naturalną | |
| 12 | Mówienie w sposób przekonujący jest jedną z najważniejszych umiejętności do zapewnienia skutecznej komunikacji | |
| 13 | Jeżeli zostały zranione czyjeś uczucia, komunikacja nie była skuteczna | |
| 14 | Uśmiech nie zawsze oznacza zadowolenie | |

| | | |
|----|--|--|
| 15 | Osoba przychodząca na zebranie jako pierwsza jest na ogół najbardziej nim zainteresowana | |
| 16 | Zachęcanie małomównych do zabierania głosu nie ma większego sensu, choć może jest uprzejme | |
| 17 | Ludzie dający się łatwiej przekonać to prawie zawsze ci, którzy najszybciej pojmują | |
| 18 | Ubiór odzwierciedla osobowość | |
| 19 | Osoba dobrze rozumiejąca dane zagadnienie przeważnie umie dobrze je zakomunikować | |
| 20 | Osoba, która na zebraniu siedzi na szczycie stołu może usiłować dominować nad innymi | |
| 21 | Sposób, w jaki wypowiada się dane słowo, może wpływać na jego znaczenie | |
| 22 | Kiedy ludzie obawiają się krytyki, skłonni są mniej mówić | |
| 23 | W większości przypadków ciszę można rozumieć jako zgodę | |
| 24 | Osoba, która najwięcej mówi zapewne usiłuje zdominować innych | |
| 25 | Znaczenie słów rzadko jest przyczyną nieporozumień | |
| 26 | Najlepszym sposobem na wyrażenie złości jest podniesienie głosu | |
| 27 | Ludzie przeważnie lepiej się porozumiewają, kiedy są w dobrym nastroju | |
| 28 | Osoby otwarte mogą się dogadać o wiele łatwiej niż osoby skryte | |
| 29 | Jeśli ktoś jest zły, przeważnie mniej mówi | |

| | | |
|----|--|--|
| 30 | Siadanie najdalej od stołu może oznaczać najmniejsze zainteresowanie danym tematem | |
| 31 | Jeżeli polecenie zostało dobrze zrozumiane, prawie zawsze zostanie wykonane | |
| 32 | Samo słuchanie o cudzych kłopotach nie ma większego sensu, chyba, że jesteś w stanie coś doradzić | |
| 33 | Krzyczenie na ludzi niczego nie daje | |
| 34 | Wyciągnięcie się na krześle może oznaczać brak uwagi | |
| 35 | Częste spoglądanie na zegarek oznacza zapewne chęć opuszczenia zebrania | |
| 36 | Człowiek zespołu wciąż proponujący różne sposoby załatwienia spraw jedynie opóźnia pracę i zmniejsza efektywność zespołu | |
| 37 | Częste i głośne powtarzanie swojego stanowiska jest na ogół najskuteczniejszym sposobem przeforsowania go | |
| 38 | Rozglądanie się na wszystkie strony podczas gdy ktoś mówi, zapewne oznacza brak zainteresowania omawianym tematem | |
| 39 | Ludzie, którzy mniej mówią, mają mniej do zaoferowania | |
| 40 | Osoba, która chce podejść do tablicy lub wykresu może usiłować zdominować innych | |
| 41 | Złość można wyrazić w taki sposób, że odbiorca zrozumie ją i zaakceptuje | |
| 42 | Ze strachu przed ośmieszeniem ludzie mogą twierdzić, że rozumieją temat, podczas gdy tak nie jest | |
| 43 | Za skuteczność komunikacji odpowiada wyłącznie mówiący | |

| | | |
|----|--|--|
| 44 | Uczucie wyrażone w trakcie komunikacji może być większe od wypowiedzianych słów | |
| 45 | Człowiek inteligentny powinien zrozumieć informację za pierwszym razem | |
| 46 | Zażarty spór jest na ogół oznaką skutecznej komunikacji | |
| 47 | Przejęzyczenie się, np. użycie złego słowa, może oznaczać szczerą uczuć | |
| 48 | Pomiędzy kłócącymi się rzadko dochodzi do skutecznej komunikacji | |
| 49 | Podnoszenie głosu może oznaczać entuzjazm | |
| 50 | Wyraz twarzy mówiącego może zmienić znaczenie wypowiedzianych słów | |
| 51 | Osoba zadająca wiele pytań nie rozumie zagadnienia tak dobrze, jak osoba pytająca mało | |
| 52 | Jeżeli ludzie czegoś nie rozumieją, prawie zawsze to powiedzą | |
| 53 | W czasie zebrania należy unikać sporów | |
| 54 | Skinięcia głową w trakcie słuchania przeważnie oznaczają zainteresowanie | |
| 55 | Uniesienie brwi może spowodować zamilkniecie mówiącego | |
| 56 | Osoby o silnym charakterze rzadko nakłaniają nas do twierdzenia, że się z nimi zgadzamy, jeśli w rzeczywistości jest inaczej | |
| 57 | Osoby posiadające bogate słownictwo mogą porozumiewać się o wiele łatwiej | |
| 58 | Ten, kto przychodzi na zebranie ostatni, jest przeważnie najmniej zainteresowany tematem | |
| 59 | Jeżeli tylko jest to możliwe informacje należy przekazywać ustnie a nie pisemnie | |

| | | |
|----|--|--|
| 60 | Przedmioty znajdujące się w czyimś pokoju mogą świadczyć o osobowości tej osoby | |
| 61 | Powtórzenie tego, co ktoś powiedział, jest dobrą formą sprawdzenia, czy się rozumiało | |
| 62 | Błędne wypowiedzenie słowa może czasem wyjawić więcej niż wypowiedzenie go poprawne | |
| 63 | Brak wiadomości to dobra wiadomość | |
| 64 | Słuchanie bez wypowiadania się może być samo w sobie bardzo pożyteczne | |
| 65 | Komunikacja pisemna jest zawsze bardziej skuteczna niż ustna | |
| 66 | Osoba małomówna zrozumie informacje gorzej niż osoba zadająca pytania | |
| 67 | Komunikacja skuteczna zachodzi tylko wtedy, gdy odbiorca zrozumie informację w sposób zamierzony przez nadawcę | |
| 68 | Ludzie obcy mogą porozumiewać się równie skutecznie, co osoby znające się | |
| 69 | Osoby, które się z czymś naprawdę nie zgadzają, mogą wyrazić zgodę tylko dla uniknięcia dalszej dyskusji | |
| 70 | Ludzie często porozumiewają się nie zauważając tego | |
| 71 | W trakcie przekazywania informacji, jej znaczenie na ogół się nie zmienia | |
| 72 | Poprawna ortografia jest ważna dla komunikacji pisemnej | |
| 73 | Członek zespołu mówiący najwięcej jest prawie zawsze najbardziej efektywny | |
| 74 | Sposób, w jaki ktoś ściska dłoń, odzwierciedla jego osobowość | |
| 75 | Czasem nawet najdrobniejsze gesty znaczą tyle samo co słowa | |

| | | |
|----|--|--|
| 76 | Zespół, w którym dochodzi do niewielu sporów, jest bardziej efektywny od tego, w którym jest ich wiele | |
| 77 | Wszystkie ważne informacje przekazuje się ustnie lub pisemnie | |
| 78 | Książki, które ktoś czyta mogą powiedzieć wiele o jego osobowości | |
| 79 | Gestykulacja podczas mówienia a nie ogół przeszkadza w skutecznej komunikacji | |
| 80 | Różni ludzie przekazują te same uczucia na różne sposoby | |

Błędy w komunikacji

Jeśli któreś twierdzenie uznałeś za NIEPRAWDZIWE, zaznacz numer i zsumuj ilość odpowiedzi.

3, 5, 6, 8, 11, 12, 13, 16, 17, 19,

23, 25, 26, 28, 31, 32, 33, 36, 37, 39,

43, 45, 46, 48, 51, 52, 53, 56, 57, 59,

63, 65, 66, 68, 71, 72, 73, 76, 77, 79.

Suma

Komunikacja werbalna

Jeśli twierdzenie uznałeś za PRAWDZIWE, zaznacz numer i zsumuj ilość odpowiedzi.

1, 2, 4, 7, 9, 21, 22, 24, 27, 29,

41, 42, 44, 47, 49, 61, 62, 64, 67, 69.

Suma

Komunikacja niewerbalna

Jeśli twierdzenie uznałeś za PRAWDZIWE, zaznacz numer i zsumuj ilość odpowiedzi.

10, 14, 15, 18, 20, 30, 34, 35, 38, 40,

50, 54, 55, 58, 60, 70, 74, 75, 78, 80.

Suma

Poprawną odpowiedzią na wszystkie z tych stwierdzeń jest "tak"

SUMA OGÓLNA

| Bardzo niska | Niska | Przeciętna | Wysoka | Bardzo wysoka |
|---------------------|--------------|-------------------|---------------|----------------------|
| do 54 | 55-57 | 58-60 | 61-63 | 64-80 |

Za górami siedmioma, za dolinami sześcioma i za jeziorami dwoma mieszkała Śniąca Królewna Kurpuletta. Razu pewnego postanowiła ona wybrać się na bal do królewskiego zamku w Pćmiu Dolnym. Wypełniła formularz zgłoszeniowy, wpłaciła opłatę wstępną i zaczęła przygotowania. Najpierw wybrała się do miasta na zakupy, gdzie w pierwszej kolejności udała się fryzjera o imieniu Bob. Bob zaproponował jej eleganckie uczesanie w koka, a dla przełamania monotonii dodał loka z przodu. Tak ufryzowana Kurpuletta udała się do salonu sukien balowych, gdzie najpierw przymierzyła suknię syrenią koloru fiołkowego w żółte róże, a następnie sięgnęła po miodową sukienkę w stylu greckim. Ostatecznie zdecydowała się na rozkloszowaną suknię w słoneczniki w kolorze głębokie purpury. Tak wielka miała być feta u króla, że królewna postanowiła zabłysnąć energią i udała się po dopalacze do małego sklepiku o nazwie „Z nami dolecisz wszędzie. Zdrowia trochę Ci ubędzie. Reklamacji nie przyjmujemy”. Kupiła dwie tabletki „Ekstremalnej jazdy” z brokatową powłoką i jedną połknęła od razu. Po wyjściu ze sklepu napadła na nią pomarańczowa pantera róża, która zażądała podpisu pod petycją w sprawie uwolnienia motyli przetrzymywanych w gablotach. Kurpuletta złożyła swój autograf i skierowała się do swojego dworu. Po drodze jednakże spotkała swą ciotkę Wujaszkę, która opowiedziała jej o swojej podróży do Honolulu, gdzie poznała miejscową orkiestrę dętą. Na pożegnanie zaproponowała jej strzemiennego, po którym księżniczka chwiejnym krokiem udała się do domu. Tam dla kurażu postanowiła połknąć drugą tabletkę dopalacza, po czym zasnęła w łóżu z baldachimem i śpi do dziś dzień.

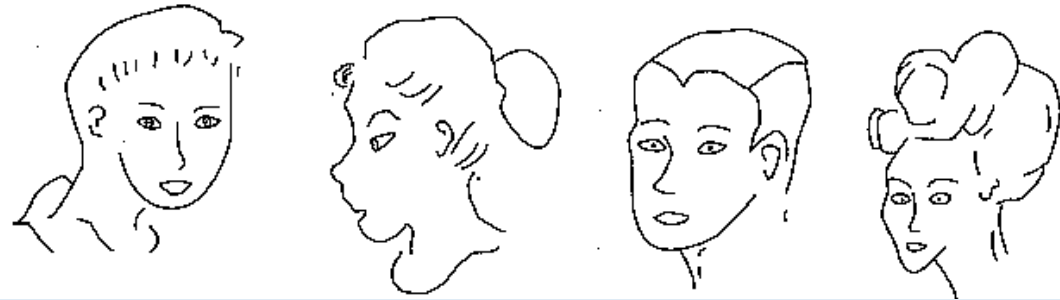
5.2.6. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Tolerancja, wyrażanie różnych punktów widzenia.

| | | | |
|---------------------------|---|---|--|
| TEMAT SZKOLENIA | Toleruję i poważam | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie tolerancji, wyrażania i rozumienia różnych punktów widzenia | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIEJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, że istnieją inne od własnego punkty widzenia • Wie, jakie są pozytywne konsekwencje wzajemnej tolerancji punktów widzenia • Wie, jakie są negatywne konsekwencje braku tolerancji innych punktów widzenia • Wie, jakie są odpowiednie warunki do wyrażania własnego punktu widzenia • Wie, jakie są konsekwencje wyrażania własnego punktu widzenia • Wie, jakie są własne wartości i przekonania | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi przyjąć perspektywę odmienną od własnej • Potrafi określić różnice w innych od własnego punktach widzenia • Potrafi nawiązać porozumienie z osobami o odmiennych poglądach, wartościach, cechach • Potrafi wyrażać swój punkt widzenia w adekwatnych sytuacjach • Potrafi bronić swojego punktu widzenia w dyskusji • Potrafi zmienić swój punkt widzenia pod wpływem argumentów | <ul style="list-style-type: none"> • Podejmuje wysiłek, aby zrozumieć inne od własnego punkty widzenia • Akceptuje inne od własnych wartości życiowe • Jest otwarty na odmienne perspektywy widzenia świata • Jest otwarty na wyrażanie swojego punktu widzenia • Jest gotowy do obrony swojego punktu widzenia • Przyjmuje, że możliwa jest zmiana własnego punktu widzenia |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | |

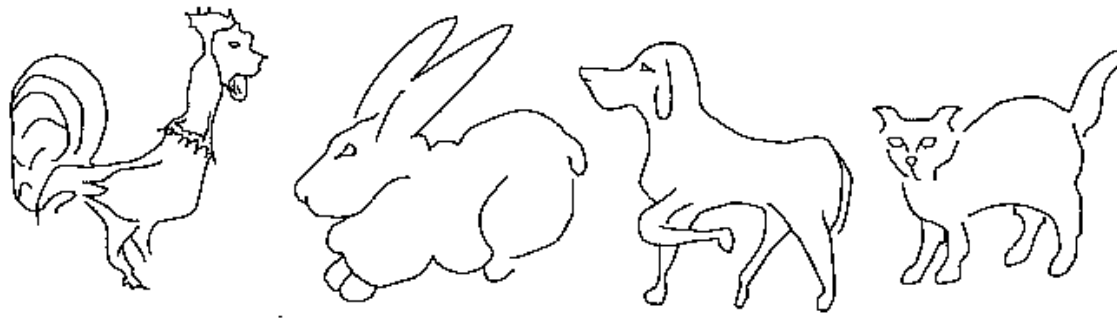
| | | | |
|---|--|-------------------------------------|-----------------|
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„Swego czasu również spore zamieszanie wywołał minister spraw zagranicznych Niemiec Guido Westerwelle, pierwszy na świecie szef dyplomacji, który publicznie przyznał, iż jest gejem. Podczas pełnienia swojej funkcji zawarł związek małżeński z Michaelem Mronzem (pierwszy raz otwarcie pojawił się z nim na przyjęciu urodzinowym kanclerz Angeli Merkel kilka lat wcześniej, jeszcze zanim został ministrem). Mronz komentował to wówczas tak: „Myślę, że ludziom obojętne jest, czy minister spraw zagranicznych żyje z mężczyzną, czy z kobietą. W przeciwnym razie FDP z Guidem Westerwellem na czele nie osiągnęłaby w wyborach najlepszego wyniku w swojej historii”. I oficjalnie Westerwelle podróżował z nim jako swoim małżonkiem – na przykład w 2010 roku odwiedzili Japonię i Chiny. W żadnym z tych krajów, choć tak przecież przywiązanych do tradycji, nie było protokolarnych trudności (w Japonii Westerwelle z mężem wzięli nawet razem udział w uroczystościach noworocznych przed świątynią Meiji), co pokazuje tylko, że od Azjatów można się uczyć mądrości. Przecież na tym polega protokół dyplomatyczny, aby wszyscy czuli się komfortowo. Z drugiej strony należy docenić samoświadomość ministra – na przykład w oficjalne delegacje do Arabii Saudyjskiej, gdzie za homoseksualizm grozi kara śmierci, czy do konserwatywnej Turcji pojechał sam, szanując tym samym miejscowe zwyczaje. (Walewski, 2015)”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |

| | | | |
|--|--|---------------------------------|----------|
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |
| | <p>3. Czym jest tolerancja?</p> <ol style="list-style-type: none"> Każdy z uczestników tworzy własną definicję tolerancji i zapisuje ją na kartce. Trener zbiera karteczki. Każdy uczestnik losuje karteczkę (jeżeli wylosuje swoją to losuje jeszcze raz). Uczestnicy czytają definicję z kartki i określają czy zgadzają się z nią czy nie i w jakim zakresie. Trener podsumowuje ćwiczenie przedstawiając definicję tolerancji z literatury. <p>„1. postawa liberalnej akceptacji cudzych zachowań, wartości i przekonań. Niektórzy stosują ten termin z wysoce pozytywną konotacją, mając na myśli, że tolerancja wymaga stanowczej obrony cudzych wartości i afirmacji pluralizmu; osoba naprawdę tolerancyjna będzie stawiać opór wszelkim zakazom nałożonym na cudzą swobodę ekspresji. Inni natomiast mówią o tolerancji w negatywnym znaczeniu, sugerując, że jest ona czymś w rodzaju wymuszonego powstrzymywania się – ze „zgrzytaniem zębów”, gdy trzeba pogodzić się z zachowaniami, przekonaniami i wartościami innych ludzi. To ostatnie wywodzi się z następnego: 2. Zdolności do wytrzymywania napięcia, stresu czy bólu bez ponoszenia znacznego uszczerbku...” (Reber, 2005)</p> <p>„Najbardziej pojemna definicja socjologiczna określa tolerancję jako uznawanie prawa innych do własnych poglądów, gustów itp. odmiennych od poglądów oceniającego. W encyklopediach mówi się o tolerancji intelektualnej (szacunek dla cudzych poglądów wyrażający się w dopuszczaniu ich do głosu), moralnej (przy zachowaniu elementarnych norm moralnych są uprawnione różne style życia, postawy, obyczaje i zwyczaje), religijnej (prawo do przyjmowania lub odrzucania wierzeń i praktyk postulowanych przez różne religie, wyznania). (...) W pierwszym typie postawy z tolerancją mamy do czynienia wtedy, gdy jakaś grupa (wspólnota wartości) przyznaje innej równoważne własnemu prawo do odmienności i nie uważa tej odmienności za gorszego gatunku od własnej. Tak rozumiana tolerancja jest pozytywną, ludzką, humanistyczną postawą kierującą się imperatywem urzeczywistnienia human fellowship – „ludzkiego towarzystwa”, jak to sformułował w jednym z pism Jacques Maritain. Taka tolerancja jest w istocie akceptacją. Postawa druga, to – jak to określa filozof niemiecki, Heinz Robert Schlette – jedynie „znoszenie” (Duldung) inności,</p> | Praca indywidualna, mini-wykład | 45 minut |

| | | |
|--|---------------------------------|----------|
| <p>„pozytywna cierpliwość” wobec tej inności. Jest ono chyba bliższe naszemu wyczuciu językowemu; tolerować coś, czyli znosić, dopuszczać, przyzwalać.” (Wasiak-Radoszewski, rownosc.info)</p> | | |
| <p>4. Podobieństwa i różnice:</p> <p>a. Trener wprowadza temat ćwiczenia poprzez anegdotę:</p> <p>„Zsa Zsa Gabor otrzymała pewnego razu zaproszenie na wieczór towarzyski do jednego z kalifornijskich klubów nudystów. Stanowczo odmówiła, a zapytana o powód, wyjaśniła:</p> <p>– A cóż to za przyjemność uczestniczyć w wieczorku, na którym wszystkie kobiety są w jednakowych toaletach?... (Słowiński, 2010)”</p> <p>b. Uczestnicy siedzą w kole. Jeden z uczestników nie ma krzesła i staje pośrodku koła.</p> <p>c. Uczestnik w środku zaczyna zdanie od frazy „Wszyscy, którzy...” i podaje jedną cechę wspólną lub różniącą uczestników zabawy.</p> <p>d. Wszyscy uczestnicy z koła, którzy identyfikują u siebie wskazaną cechę wstają i zajmują inne niż poprzednio krzesło. Jedna osoba nie ma miejsca i zostaje na środku rozpoczynając kolejną rundę ćwiczenia.</p> <p>e. Po kilku rundach trener zaprasza grupę do podzielenia się refleksjami z ćwiczenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jakie odczucia towarzyszyły uczestnikom podczas ćwiczenia - kiedy grupa osób, z podobną cechą była duża? kiedy grupa osób, z podobną cechą była mała? • Jakich cech pojawiło się więcej – różniących czy łączących uczestników grupy? | Praca grupowa, dyskusja | 30 minut |
| <p>5. Różne punkty widzenia:</p> <p>a. Każdy z uczestników otrzymuje zestaw obrazków – połowa grupy obrazek nr 1 a połowa – nr 2:</p> <p>Obrazek 1</p> | Praca indywidualna, mini-wykład | 20 minut |



Obrazek 2



- b. Uczestnicy mają za zadanie przez kilka sekund uważnie obserwować obrazek. Nie mogą pokazywać swojego obrazka nikomu innemu.
- c. Trener pokazuje uczestnikom nowy obrazek:



- d. Uczestnicy mają za zadanie zapisać pierwsze skojarzenie z pokazanym przez trenera obrazkiem.
- e. Uczestnicy pokazują swoje pierwsze obrazki i odczytują zapisane słowo.
- f. Trener podsumowuje ćwiczenie z wykorzystaniem anegdoty oraz prezentuje mini-wykład na temat wpływu nastawienia i posiadanej wiedzy na spostrzeżenia i odmienność poglądów:

„Pytają dziedzica, co sądzi o Żydach.

- O, to najgorszy naród pod słońcem! Sami oszuści i złodzieje!
- A co jaśnie pan sądzi o karczmarzu Jankielu?
- O, to najuczciwszy człowiek, jakiego znam! Mógłbym mu powierzyć cały mój majątek!
- A jak pan ocenia kupca Rosenkranza?

| | | | |
|----------------------------|---|----------|----------|
| | <p>– Ten to dopiero uczciwy człowiek! Kupuje moje zboże już od lat i nigdy nie oszukał mnie ani o grosz.</p> <p>Pytają Żyda, co sądzi o Żydach.</p> <p>– Żydzi to naród myślicieli i proroków, artystów i kapłanów.</p> <p>– A co sądzisz o Goldsteinie?</p> <p>– Ten łajdak i złodziej? Nie zapłacił mi za ostatnią dostawę!</p> <p>– No, a co możesz powiedzieć o Krakauerze?</p> <p>– Nawet mnie nie pytaj! To łotr i szubrawiec! (Illg i Łącka, 2015)”</p> | | |
| | <p>6. Podsumowanie i zakończenie:</p> <p>a. Rundka podsumowująca.</p> <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Josef spotyka na ulicy znajomego.</p> <p>– Cześć, Josef! Jak się masz? – spytał ów człowiek.</p> <p>– N-n-n-ie najlepiej. Sta-a-a-rałem się o p-p-p-racę, ale ci cho-o-o-lerni antyse-e-e-mici mnie odwali-i-i-li.</p> <p>– Biedaku, a co to miała być za praca?</p> <p>– S-s-s-pikera radio-o-o-wego. (Illg i Łącka, 2015)”</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | Dyskusja | 10 minut |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 2. https://rownosc.info/dictionary/tolerancja/ 3. Łobocki M., Pedagogika wobec wartości. w: B. Śliwerski (red.), Kontestacje pedagogiczne, Kraków 1993, | | |

| | |
|--------------------------------------|--|
| | <p>4. Czapinski, Janusz. "5. Indywidualna jakosc i styl zycia." Contemporary Economics, vol. 7 SI, 2013, p. 232+. Academic OneFile, Accessed 16 Jan. 2018.</p> <p>5. Art. 2 Dz.U.2004.90.864/30 - Traktat o Unii Europejskiej - tekst skonsolidowany uwzględniający zmiany wprowadzone Traktatem z Lizbony</p> |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samooocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. |

Załącznik nr 1

| Hierarchia wartości | | |
|----------------------------|---------------|----------------------|
| Akceptacja | Marzenia | Stabilność finansowa |
| Balans | Mądrość | Sukces |
| Bezpieczeństwo | Miłość | Szczerść |
| Bogactwo | Motywacja | Szczęście |
| Dobra zabawa | Niezależność | Transcendencja |
| Dostatek | Pasja | Wdzięczność |
| Duma | Perfekcjonizm | Wiara |
| Elastyczność | Pewność | Wolność |
| Harmonia | Przygoda | Wsparcie |
| Humor | Radość | Wygoda |

| | | |
|-------------|-----------------|---------------|
| Intuicja | Rozwój osobisty | Wykształcenie |
| Intymność | Ryzyko | Wyobrażenia |
| Komfort | Satysfakcja | Wyzwania |
| Kreatywność | Spokój | Zaufanie |
| Lojalność | Sprawiedliwość | Zdrowie |

5.2.7. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Negocjowanie i kompromisy.

| | | | |
|---------------------------|--|--|--|
| TEMAT SZKOLENIA | Zgoda-zgoda | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie tolerancji, wyrażania i rozumienia różnych punktów widzenia | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIĘJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jakie są sposoby i narzędzia negocjacji • Wie, jak wygląda przebieg negocjacji • Wie, jakie są strategie negocjacji • Wie, w jaki sposób można osiągnąć kompromis • Wie, ile jest w stanie poświęcić na rzecz osiągnięcia kompromisu • Wie, że nie zawsze można osiągnąć kompromis | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi bronić swojego stanowiska podczas negocjacji • Potrafi pójść na ustępstwo na rzecz osiągnięcia celu • Potrafi uznać racje drugiej strony negocjacji • Potrafi określić ilość i rodzaje ustępstw, na jakie może przystać • Potrafi odpowiedzieć ustępstwem na ustępstwo • Potrafi nie ustępować w kwestiach zasadniczych | <ul style="list-style-type: none"> • Ufa w dobre intencje i prawdziwość drugiej strony negocjacji • Zależy mu na tworzeniu klimatu zaufania i tolerancji podczas negocjacji • Wyraża gotowość do ustępstw • Jest gotowy do wyrzeczeń, aby osiągnąć cel • Potrafi czuć satysfakcję w związku z decydowaniem się na ustępstwa • Uzasadnionych ustępstw nie traktuje jako porażkę |

| | | | |
|-----------------------------------|---|--------------------------------------|---------------------|
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | 1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty: „Na seminarium Andrzeja Mostowskiego (1913-1975) doszło do ostrego starcia dwóch studentów matematyki (jednym z nich był Janusz Korwin-Mikke ur. 1942), podczas której przekrzykiwali się oni nawzajem. Gdy emocje trochę opadły, Mostowski - człowiek niezwykle spokojny - zwrócił się do nich cichym głosem: Ależ panowie, o racji w nauce nie decyduje siła płuca. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)” Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu. | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | 2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego | Dyskusja | 10 minut |
| | 3. Gra decyzyjna: a. Trener wprowadza uczestników do ćwiczenia: Są Państwo uczestnikami wycieczki na Antarktydę. Właśnie trwa lot na linii Kraków – lotnisko Amundsen-Scott. Jest środek antarktycznego lata, godzina 14.00. Niestety na skutek awarii silników samolot musi przymusowo lądować w środku lodowego pustkowia. Muszą Państwo bezzwłocznie opuścić pokład maszyny i odbiec na bezpieczną odległość, gdyż wszystkim grozi wybuch silników... | Gra zespołowa, mini-wykład | 90 minut |

... Niestety stało się najgorsze. Samolot spłonął, piloci zginęli. Nie zdążyli powiadomić stacji o awaryjnym lądowaniu. Ale nie jest najgorzej. Mamy lato i temperatura powietrza wynosi 5 C. Jesteśmy ubrani w kurtki, mamy buty. Ponadto, zanim samolot spłonął, ocaliliśmy kilkanaście przedmiotów. Wiadomo także z ostatnich doniesień pilotów, że w odległości ok. 30 km od miejsca katastrofy znajduje się stacja badawcza.

Mamy:

- książkę kucharską,
- parasol,
- latarkę,
- puszkę czerwonej farby,
- 5 l puszkę oliwy,
- siekierę,
- 3 koce,
- 3 aluminiowe folie,
- paczkę makaronu,
- lusterko,
- butelkę wódki,
- puszkę sardynek,
- 1 racę,
- butelkę wody,
- portfel z pieniędzmi.

b. Trener prosi uczestników aby indywidualnie zdecydowali, czy podejmują się marszu do stacji badawczej czy czekają w miejscu katastrofy*:

Decyzja:

IDZIEMY DO STACJI BADAWCZEJ

CZEKAMY NA MIEJSCU KATASTROFY

- c. Następnie grupa wspólnie podejmuje tę decyzję.
- d. Trener prosi uczestników aby indywidualnie ocenili przydatność każdego z posiadanych przedmiotów i zaproponowali sposób jego zastosowania. Uczestnicy

| | | | |
|--|---|--|--|
| | <p>dokonyją rankingu przedmiotów (ustawiają je w kolejności od 0 do 15 pkt, gdzie 15 pkt to przedmiot najważniejszy) wg załącznika nr 1.</p> <p>e. Trener zaprasza całą grupę do ustalenia wspólnego rankingu przedmiotów.</p> <p>f. Po ustaleniu wspólnej listy każdy z uczestników oblicza wartość bezwzględną punktów przyznanych indywidualnie i grupowo. Suma punktów świadczy o odchyleniu się własnego poglądu na rzecz poglądów grupy (im większy wynik tym większa różnica z rankingiem grupy).</p> <p>g. Trener przedstawia pogadankę na temat sposobów argumentowania i negocjowania swojego zdania oraz ustępstw na potrzeby osiągnięcia kompromisów.</p> <p>h. Pomoc dla trenera – przykładowe zastosowania przedmiotów do dyskusji:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Książka kucharska – może służyć jako papier toaletowy lub jako rozpałka do ognia. • Parasol – z drutów można zrobić wędkę. • Latarka – bezużyteczna jako sygnalizator (latem jest jasno 24 godz.), ale za to można użyć jej do rozniecania ognia. • Puszka czerwonej farby – można ją wykorzystać jako środek sygnalizacji • 5 l puszka oliwy – sama puszka jako naczynie do gotowania. • Butelka wody – najmniej przydatna, wody jest mnóstwo wokoło. • Butelka wódki – można zastosować jako środek do dezynfekcji skaleczeń. • Puszka sardynek – rybki jako przynęta na wędkę. • Portfel – bezużyteczny. • Klucze – ich wartość jest wątpliwa, mogą posłużyć ewentualnie jako otwieracz do puszek. <p>*Eksperci twierdzą, że większą szansę na przetrwanie ma grupa, która nie wyruszy z miejsca katastrofy i będzie czekała na pomoc sygnalizując swoje położenie za pomocą dostępnych przedmiotów. Grupa, która wyruszy w poszukiwaniu pomocy, ma mniejszą szansę przetrwania, ponieważ nie jest przygotowana do funkcjonowania w ekstremalnych warunkach antarktycznych.</p> | | |
|--|---|--|--|

| | | | |
|--|--|--|----------|
| | <p>4. Negocjacje w życiu</p> <p>a. Trener wprowadza do tematu ćwiczenia poprzez anegdotę:</p> <p>„Brigitte Bardot pojawiła się pewnego razu w kostiumie bikini na plaży, gdzie obowiązywały kostiumy jednoczęściowe.</p> <p>– Proszę pani – zwrócił jej uwagę funkcjonariusz. – W tym miejscu można się opalać tylko w jednoczęściowym stroju.</p> <p>– Nie ma problemu – uśmiechnęła się francuska gwiazda. – Którą część mam więc zdjąć, górę czy dół? (Słowiński, 2010)”</p> <p>b. Uczestnicy wspólnie tworzą listę sytuacji, w których podejmują negocjacje w życiu codziennym.</p> <p>c. Uczestnicy siadają w trójkach. Każda trójka otrzymuje lub wybiera jedną z wypisanych sytuacji do pracy. Dwie osoby są negocjatorami a jedna obserwatorem. Obserwator ma za zadanie zauważyć techniki negocjacji, jakimi posługują się negocjatorzy.</p> <p>d. W parach uczestnicy przeprowadzają negocjacje w ramach przydzielonej sytuacji.</p> <p>e. Po zakończeniu dwóch rund negocjacji uczestnicy i obserwatorzy dzielą się opiniami.</p> <p>f. Trener podsumowuje techniki zauważone przez obserwatorów i przedstawia mini-wykład na temat strategii i technik negocjacji.</p> <p>g. Trener podsumowuje ćwiczenie z wykorzystaniem anegdoty:</p> <p>„Molier zmarł, odmówiwszy przyjęcia świętych sakramentów, w związku z czym ksiądz nie chciał go pochować w poświęconej ziemi. Mimo prośb króla Ludwika XIV, nawet arcybiskup nie chciał uchylić tego zakazu.</p> <p>– Jak głęboko sięga poświęcona ziemia? – zapytał król.</p> <p>– Na cztery stopy, Wasza Wysokość – odparł duchowny.</p> | Praca w grupach, dyskusja, mini-wykład | 90 minut |
|--|--|--|----------|

| | | | |
|--|---|--|----------|
| | <p>– A więc pochowajcie go na głębokości sześciu stóp – zdecydował Ludwik XIV. (Słowiński, 2010)”</p> | | |
| | <p>5. Negocjowanie: a. Trener dzieli uczestników na dwie grupy. Każda z grup otrzymuje instrukcję:</p> <p>Grupa 1:</p> <p>Jesteście pracownikami międzynarodowej fundacji „WWF”. Ostatnio został wynaleziony nowy rodzaj nawozu. Dzięki niemu można uprawiać rośliny na Saharze i innych pustyniach, co wyeliminowałoby problem głodu w Afryce. Do produkcji tego nawozu potrzebna jest substancja zawarta w jajach pewnego gatunku ptaków, zamieszkujących wyłącznie wyspy Yong. Substancję tę uzyskuje się z przetworzonych żółtek tych jajek. Do produkcji tego specjalnego nawozu trzeba pozyskać możliwie najwięcej jajek tego ptaka z wyspy Yong. Waszym zadaniem jest udanie się na tę wyspę i zakupienie wszystkich jajek. Niemniej, pojawia się wielki problem - reprezentacja innej organizacji o nazwie "Szczęście" jedzie na wyspę Yong w tym samym celu - chce kupić 100% jaj, chociaż nie wiecie dlaczego oni chcą kupić te jajka. Członków drugiej organizacji spotykacie w samolocie. Waszym zadaniem jest wynegocjowanie jak największej liczby jajek przed wylądowaniem samolotu.</p> <p>Grupa 2:</p> <p>Jesteście pracownikami międzynarodowej organizacji “ Szczęście”. Ostatnio wynaleziono nowy typ szczepionki, który leczy wszystkie rodzaje nowotworów. Do produkcji szczepionki niezbędna jest substancja zawarta w jajach pewnego gatunku ptaków, zamieszkujących wyłącznie wyspy Yong. Uzyskuje się ją ze skorupki jaj tego ptaka. Do produkcji szczepionki trzeba pozyskać możliwie najwięcej jajek tego ptaka z wyspy Yong. Waszym zadaniem jest udanie się na tę wyspę i zakupienie wszystkich jajek. Niemniej, pojawia się wielki problem - reprezentacja innej organizacji o nazwie "WWF" jedzie na wyspę w tym samym celu - chce kupić 100% jaj, chociaż nie wiecie dlaczego oni chcą kupić te jajka. Członków drugiej organizacji spotykacie w samolocie. Waszym zadaniem jest wynegocjowanie jak największej liczby jajek przed wylądowaniem samolotu.</p> | | 55 minut |

| | | | |
|--|---|----------|----------|
| | <p>b. Grupy przeprowadzają negocjacje. c. Trener z grupą podsumowuje ćwiczenie i jego przebieg (czy udało się uczestnikom odkryć, że potrzebują innych części jaj?). Wykorzystuje anegdotę:</p> <p>„W czasie pobytu w Kenii Hemingway poznał wodza plemienia murzyńskiego, który nosił oryginalny naszyjnik.</p> <p>– Z czego jest zrobiony? – zapytał pisarz.</p> <p>– Z zębów krokodyla.</p> <p>– Chętnie kupiłbym taki naszyjnik.</p> <p>– Proszę, kosztuje pięćset funtów.</p> <p>– Ależ za taką sumę mógłbym kupić naszyjnik z pereł!</p> <p>– Czy sądzi pan – odparł kacyk – że trudniej jest otworzyć muszelkę, by wyjąć z niej perłę, niż paszczę krokodyla, by wyrwać mu zęby? (Słowiński, 2010)”</p> | | |
| | <p>6. Podsumowanie i zakończenie: a. Rundka podsumowująca. b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Światowej sławy francuski uczoney Ludwik Pasteur prowadził kiedyś w swym laboratorium eksperymenty z bakteriami ospy. W pewnej chwili zjawił się tam sekundant jednego z paryskich arystokratów, oświadczając, iż hrabia domaga się od uczonego satysfakcji za rzekomą obrazę, której ten miał się dopuścić podczas jakiegoś spotkania.</p> <p>– Oczywiście, przyjmuję wyzwanie – odpowiedział spokojnie Pasteur. – A ponieważ jako wyzwanemu przysługuje mi prawo wyboru broni... Proszę, oto dwie probówki. W jednej znajduje się woda, w drugiej bakterie ospy. Teraz niech wybiera pan hrabia, którą chce wypić. Ja wypiję tę, którą on pozostawi.</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| | Jak wieść niesie, do pojedynku nie doszło. (Słowiński, 2010)” | | |
| | c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia. | | |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 2. Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 3. Jan Waszkiewicz, Jak Polak z Polakiem: szkice o kulturze negocjowania. , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1997 | | |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. | | |

Załącznik 1

| Nazwa rzeczy | Zastosowanie | RANKING MÓJ Ważność Op-15p | RANKING GRUPY Ważność Op-15p | Różnica |
|------------------------|--------------|-------------------------------|---------------------------------|---------|
| książka kucharska | | | | |
| parasol | | | | |
| latarka | | | | |
| puszka czerwonej farby | | | | |
| 5 l puszka oliwy | | | | |

| | | | | |
|----------------------|--|--|--|--|
| siekiera | | | | |
| 3 koce | | | | |
| 3 aluminiowe folie | | | | |
| paczka makaronu | | | | |
| lusterko | | | | |
| butelka wódki | | | | |
| puszka sardynek | | | | |
| 1 raca, | | | | |
| butelka wody | | | | |
| portfel z pieniędzmi | | | | |

5.2.8. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Radzenie sobie ze stresem.

| | |
|-----------------|-------------|
| TEMAT SZKOLENIA | Zgoda-zgoda |
|-----------------|-------------|

| | | | | |
|-----------------------------------|--|--|--------------------------------------|---|
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie radzenia sobie ze stresem i frustracją | | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIEJĘTNOŚCI | | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jakie są sposoby przeciwdziałania stresowi • Wie, jakie są sposoby powiększania zasobów • Wie, jakie są sposoby minimalizowania stresu po jego wystąpieniu • Wie, czym jest agresja i frustracja oraz jak je rozpoznawać • Wie, jak powstają agresja i frustracja • Wie, jakie są metody zmniejszania napięcia | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi świadomie powiększać swoje zasoby • Potrafi właściwie wybrać najlepszą strategię radzenia sobie ze stresem • Potrafi wykorzystać stres do dokonania pozytywnej zmiany • Potrafi rozpoznać początki agresji i je powstrzymać • Potrafi wykorzystać energię z agresji do konstruktywnego działania • Potrafi przezwyciężyć frustrację poprzez stosowanie proaktywnych strategii | | <ul style="list-style-type: none"> • Ma świadomość, że stresu nie da się uniknąć • Wyraża otwartość na pozytywne działanie stresu • Wyraża chęć do aktywnego radzenia sobie ze stresem • Wyraża gotowość do świadomego radzenia sobie z agresją • Wyraża postawę, że agresja nie jest konstruktywnym sposobem radzenia sobie z trudnościami • Ma motywację do przełamania koła frustracji-agresji |
| CZAS TRWANIA | 6 godzin lekcyjnych W trakcie zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy | | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie | | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |

| | | |
|--|------------------------------------|----------|
| <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„Przed kilku laty – wspomina watykański korespondent Telewizji Publicznej, Jacek Moskwa – po modlitwie „Anioł Pański” Jan Paweł II przemawiał, niemal krzycząc. Zaraz potem, podczas audiencji w Pałacu Apostolskim, Moskwa prosił Papieża, aby na siebie uważał, bo jego chrypka zaniepokoiła dziennikarzy.</p> <p>– To ze złości – usprawiedliwił się Papież.</p> <p>A odchodząc dodał: – A złość piękności szkodzi. (Wikiquote, 2018)”</p> <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| <p>2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego</p> | Dyskusja | 10 minut |
| <p>3. Ile jest stresu w moim życiu?</p> <p>a. Trener wprowadza w temat poprzez anegdotę:</p> <p>„Pewien amerykański biznesmen wybrał się do Meksyku. Będąc w wiosce na wybrzeżu, w małym porcie spotkał rybaka, który wrócił z ładunkiem bardzo dobrej jakości tuńczyka. Amerykanin zagadnął go:</p> <p>– Ile trwały twoje dzisiejsze połowy?</p> <p>– Och, niezbyt długo.</p> <p>– A co robisz z resztą czasu?</p> <p>– Śpię do późna, spędzam czas z moją żoną i dziećmi, chodzę na spacer, sącę wino i gram na gitarze z moimi amigos. Jestem bardzo zajęтым człowiekiem, senor.</p> <p>– Słuchaj, jestem doświadczonym człowiekiem biznesu i radzę ci, żebyś zaczął łowić więcej ryb.</p> <p>– Po co mi więcej ryb?</p> <p>– Po to, żebyś zarabiał więcej pieniędzy.</p> | Praca indywidualna, dyskusja | 45 minut |

- A po co mi pieniądze, senor?
- Żebyś mógł kupić większą łódź i łowić jeszcze więcej ryb. A z zysków mógłbyś kupić więcej łodzi i zatrudniać rybaków. Dzięki temu mógłbyś otworzyć przetwórnię ryb, kontrolując zarówno surowiec, jak i produkt, a potem przenieść się do Mexico City, a może nawet do Nowego Jorku. Byłbyś człowiekiem sukcesu!
- Ile czasu by mi to zajęło?
- Jakieś 10-15 lat.
- Aha. To dość długo.
- Posłuchaj, wtedy przychodzi najpiękniejszy moment. Sprzedajesz dobrze prosperującą firmę i zarabiasz miliony, miliony dolarów!
- Miliony? A po co?
- Po to, żebyś mógł się wyprowadzić do nadmorskiej wioski, by spać do późna, spokojnie spędzać czas ze swoją żoną i dziećmi, chodzić na spacer, sączyć wino i grać na gitarze ze swoimi amigos.... (canabe.pl, 2018)

b. Trener rozdaje uczestnikom arkusze SPPS:

SKALA PONOWNEGO PRZYSTOSOWANIA SPOŁECZNEGO

| POZYCJA | WYDARZENIE ŻYCIOWE | ŚREDNIA WARTOŚĆ | LICZBA WYDARZEŃ W CIĄGU OSTATNICH 12 M-CY | SUMA PUNKTÓW |
|---------|--------------------|-----------------|---|--------------|
| 1. | Śmierć małżonka | 100 | | |
| 2. | Rozwód | 73 | | |

| | | | | | |
|-----|---|----|--|--|--|
| 3. | Separacja | 65 | | | |
| 4. | Kara więzienia | 63 | | | |
| 5. | Śmierć członka bliskiej rodziny | 63 | | | |
| 6. | Obrażenia i choroba własna | 53 | | | |
| 7. | Zawarcie małżeństwa | 50 | | | |
| 8. | Zwolnienie z pracy | 47 | | | |
| 9. | Pogodzenie się z małżonkiem | 45 | | | |
| 10. | Przejsie na emeryturę | 45 | | | |
| 11. | Zmiana stanu zdrowia członka rodziny | 44 | | | |
| 12. | Ciąża | 40 | | | |
| 13. | Problemy seksualne | 39 | | | |
| 14. | Powiększenie się rodziny | 39 | | | |
| 15. | Reorganizacja firmy | 39 | | | |
| 16. | Zmiana sytuacji finansowej | 38 | | | |
| 17. | Śmierć bliskiego przyjaciela | 37 | | | |
| 18. | Zawodowe przekwalifikowanie się | 36 | | | |
| 19. | Zmiana częstości kłótni z małżonkiem | 35 | | | |
| 20. | Zaciągnięcie kredytu powyżej 10 000 dolarów | 31 | | | |

| | | | | | |
|-----|--|----|--|--|--|
| 21. | Egzekucja długu | 30 | | | |
| 22. | Zmiana zakresu obowiązków w pracy | 29 | | | |
| 23. | Odejście córki lub syna z domu | 29 | | | |
| 24. | Konflikt z teściami | 29 | | | |
| 25. | Wybitne osiągnięcia osobiste | 28 | | | |
| 26. | Rozpoczęcie/rezygnacja z pracy przez współmałżonka | 26 | | | |
| 27. | Rozpoczęcie lub zakończenie nauki w szkole | 26 | | | |
| 28. | Zmiana warunków życiowych | 25 | | | |
| 29. | Zmiana osobistych przyzwyczajeń | 24 | | | |
| 30. | Problemy ze zwierzchnikiem | 20 | | | |
| 31. | Zmiana godzin lub warunków pracy | 20 | | | |
| 32. | Zmiana miejsca zamieszkania | 20 | | | |
| 33. | Zmiana szkoły | 20 | | | |
| 34. | Zmiana formy wypoczynku | 19 | | | |
| 35. | Zmiana w zakresie aktywności religijnej | 19 | | | |
| 36. | Zmiana w życiu towarzyskim | 18 | | | |
| 37. | Zaciągnięcie kredytu poniżej 10 000 dolarów | 17 | | | |
| 38. | Zmiana nawyków snu | 16 | | | |

| | | | | | | | |
|--|-------------------------------------|----|--|--|--|-----------------------------|----------|
| 39. | Zmiana częstości spotkań rodzinnych | 15 | | | | | |
| 40. | Zmiana nawyków żywieniowych | 15 | | | | | |
| 41. | Urlop | 13 | | | | | |
| 42. | Święta Bożego Narodzenia | 12 | | | | | |
| 43. | Małe naruszenie przepisów prawnych | 11 | | | | | |
| 44. | Zmiana nawyków snu | 16 | | | | | |
| SUMA: | | | | | | | |
| <p>Za: Holmes, T.H., Rahe, R.H. (1967). The social readjustment rating scale. Journal of Psychosomatics Research, 11, 213-218.</p> <p>c. Uczestnicy zaznaczają wszystkie wydarzenia z listy, jakie miały miejsce w ich życiu w ciągu ostatniego roku. W ostatniej kolumnie mnożą liczbę wydarzeń przez wartość punktową przypisaną do wydarzenia. Następnie sumują wyniki mnożenia w polu „suma”.</p> <p>d. Trener przedstawia interpretacje wyniku:</p> <p>Przeżycie wydarzeń o łącznej sumie od 155 do 199 punktów stwarza 37% ryzyka na zapadnięcie na poważną chorobę w ciągu dwóch następnych lat. Jeśli suma ta wynosi od 200 do 299 punktów, ryzyko wzrasta do 51%, zaś powyżej 300 punktów do 79% (za: https://polki.pl/zdrowie/psychologia.skala-stresu-wg-holmesa-i-rahe-a,10163443,artykul.html)</p> <p>e. Trener moderuje dyskusję o różnicach indywidualnych w odczuwaniu i interpretowaniu rzeczywistości.</p> | | | | | | | |
| <p>4. Stres – u każdego taki sam?</p> <p>a. Trener rozdaje uczestnikom kwestionariusz z instrukcją:</p> <p>Instrukcja: Uporządkuj niżej wymienione sytuacje od najbardziej do najmniej dla ciebie stresujących (w kolejności od 1 do 15, gdzie 1 oznacza najbardziej, a 15 najmniej stresującą):</p> | | | | | | Praca indywidualna, praca w | 40 minut |

| Kwestionariusz: | | | parach, dyskusja |
|--|-----------------|--------|---------------------|
| SYTUACJA | Ranking 1-15 | Punkty | |
| Przedstawienie się nieznanemu osobie | | | |
| Pierwszy dzień w nowej pracy | | | |
| Przemawianie do dużej grupy ludzi | | | |
| Prośenie o przysługę | | | |
| Awans w pracy | | | |
| Pójście z kimś na pierwszą randkę | | | |
| Wyjaśnienie pracodawcy, dlaczego z opóźnieniem oddajesz raport | | | |
| Pobyt w szpitalu | | | |
| Planowanie wakacji | | | |
| Śmierć bliskiej osoby | | | |
| Rozwód własny | | | |
| Wizyta u dentysty | | | |
| Udział w kłótni | | | |
| Złożenie reklamacji w sklepie | | | |
| Ślub własny | | | |

| | | | |
|--|---|---|----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> b. Uczestnicy dokonują rankingu sytuacji od najbardziej do najmniej stresującej (kolumna Ranking). c. Uczestnicy dobierają się w pary i porównują wyniki – za każdą tak samo ustawioną w rankingu sytuację przyznają sobie 1 punkt (kolumna Punkty) d. Uczestnicy na forum przedstawiają liczbę wspólnych punktów a także najbardziej rozbieżne sytuacje w ich listach. e. Trener moderuje dyskusje o podobieństwach i różnicach w postrzeganiu i przeżywaniu stresu. f. Trener podsumowuje ćwiczenie anegdotą: <p>„Zbigniew Cybulski – legenda polskiego kina – był, jak na artystę przystało, odrobinę roztargniony. W czasie realizacji zdjęć do szwedzkiego filmu Kochać, w którym grał główną rolę, tak niefortunnie bawił się filiżanką kawy na jednym z przyjęć, że całą jej zawartość wylał na wytworną suknię siedzącej obok damy. Towarzystwo zamarło. Wszyscy oczekiwali, że przedstawiciel słynącego z rycerskości słowiańskiego kraju rzuci się natychmiast z serwetką i gorącymi przeprosinami w stronę poszkodowanej, obsypując przy tym jej dłonie pocałunkami. On tymczasem poprosił o drugą kawę, niespiesznie ją posłodził, dodał śmietanki i... wylał na siebie.</p> <p>– Teraz rozumiem, jak głupio musi się pani czuć! – wymamrotał. (Słowiński, 2010)”</p> | | |
| | <p>5. Rodzaje stresu:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Trener dzieli uczestników na trzy grupy, każda grupa siada osobno. b. Uczestnicy z każdej grupy otrzymują jeden z tekstów wydrukowany na kartce (jeszcze go nie odczytują): <p>Tekst 1:</p> <p>ALA MA KOTA.</p> <p>OLA MA PSA.</p> <p>Tekst 2:</p> <p>"Jędrus, gospodarz z Limanowej żywności nie uznawał zdrowej.</p> | Ćwiczenie indywidualne, dyskusja, mini-wykład | 60 minut |

Na domiar złego nie był święty,
sypał do zupy detergenty
i niósł na stryszek do teściowej."

Tekst 3:

„Czysty rozum ma zawsze swą dialektykę, czy rozważa się go w jego spekulatywnym, czy też w praktycznym użytku; wymaga on bowiem absolutnej całości warunków dla danego uwarunkowanego czynnika, a tę można napotkać wyłącznie tylko w rzeczach samych w sobie. Ponieważ jednak wszystkie pojęcia rzeczy musi się odnieść do danych naocznych, które u nas ludzi nigdy nie mogą być inne niż zmysłowe, a więc dają poznawać przedmioty niejako rzeczy same w sobie, lecz jedynie jako zjawiska, w których szeregu obejmującym to, co uwarunkowane, i warunki, nigdy nie można napotkać tego, co nieuwarunkowane, przeto z zastosowania tej rozumowej idei całości warunków (a tym samym tego, co nieuwarunkowane) do zjawisk wynika nieuchronna złuda, Jakoby były one rzeczami samymi w sobie (ponieważ wobec braku ostrzegającej krytyki za takie zawsze siebie uważa); złudy tej nie bylibyśmy jednak nigdy zauważyli jako zwodniczej, gdyby sama się nie zdradziła przez konflikt, w jaki rozum popada z samym sobą przy stosowaniu do zjawisk swej zasady zakładania dla wszystkiego, co uwarunkowane, tego, co nieuwarunkowane. To zaś zmusza rozum do dociekania, skąd ta złuda pochodzi i jak można by ją usunąć, co nie może stać się inaczej Jak tylko na drodze zupełnej krytyki całej czystej władzy rozumowej; wobec tego antynomia czystego rozumu, ujawniająca się w jego dialektyce, jest faktycznie najbardziej dobroczynnym zbłądzeniem, w jakie rozum ludzki mógł kiedykolwiek popaść; albowiem ponagla nas ono w końcu do szukania klucza, by wydostać się z tego labiryntu, a klucz ten, gdy się go znajdzie, [ponadto] jeszcze to odkrywa, czego się nie szukało, a czego przecież się potrzebuje, mianowicie odkrywa widok na wyższy niezmienny porządek rzeczy, w którym już teraz się znajdujemy, i w którym, jak to mogą nam obecnie nakazać stanowcze przepisy, mamy kontynuować nasz byt zgodnie z najwyższym przeznaczeniem rozumowym.”

c. Trener przedstawia zadanie uczestnikom:

- Musicie nauczyć się tekstu na pamięć w ciągu 3 minut.
- Po 3 minutach każdy z uczestników ma za zadanie wyrecytować tekst na głos.

| | | | |
|---------------|--|--|----------|
| | <p>d. Uczestnicy otwierają kartki z tekstem a trener zaczyna odmierzać czas.</p> <p>e. Po upływie 3 minut każdy z uczestników podejmuje próbę odtworzenia tekstu.</p> <p>f. Trener inicjuje dyskusję na temat efektów ćwiczenia:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Komu udało się a komu nie? • Jakie były wrażenia po zapoznaniu się z tekstem? • Co pomagało a co przeszkadzało? <p>g. Trener przedstawia mini-wykład na temat rodzajów stresu, w tym wykres krzywej dzwonowej Yerkesa-Dodsona.</p> <p>Trener podsumowuje ćwiczenie:</p> <p>„Rabbi Lewi Icchak ujrzał biegnącego ulicą w wielkim pośpiechu człowieka, który nie patrzył ani w prawo, ani w lewo.</p> <p>– Czemu tak biegniesz? – zapytał go.</p> <p>– Biegnę za zarobkiem – odparł ów człek.</p> <p>– A skąd wiesz, że twój zarobek biegnie przed tobą i że to ty musisz go ścigać? Może właśnie jest za tobą i gdybyś się tylko zatrzymał i pomyślał, zaraz byś go spotkał, ale może ty właśnie przed nim uciekasz? (Illg i Łącka, 2015)”</p> | | |
| | <p>6. Zasoby:</p> <p>a. Ochotnik wychodzi na środek Sali i opowiada o swojej największej porażce.</p> <p>b. W tym czasie trener słucha uważnie i na podstawie opowieści wypisuje zasoby uczestnika.</p> <p>c. Trener odczytuje zasoby o danej osobie w formie komunikatu zwrotnego i moderuje dyskusję:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jakie odczucia budzi taka informacja zwrotna? <p>d. Uczestnicy dobierają się w pary i wykonują ćwiczenie w parach (jedna osoba opowiada o porażce, a druga wypisuje zasoby). Dzielą się informację zwrotną i zmieniają.</p> <p>e. Trener przedstawia mini-wykład na temat agresji i frustracji.</p> | Ćwiczenie grupowe, mini-wykład, dyskusja | 60 minut |
| <p>ŚWIRUS</p> | <p>7. Reframing:</p> <p>a. Każdy z uczestników otrzymuje arkusz:</p> | Praca indywidualna, dyskusja | 30 minut |

| | | | | |
|---|--|--|--|--|
| UPARTY | | | | |
| ZŁOŚLIWY | | | | |
| LENIWY | | | | |
| SPÓŹNIALSKI | | | | |
| ZBYT BEZPOŚREDNI | | | | |
| NIEŚMIAŁY | | | | |
| KŁÓTLIWY | | | | |
| AROGANCKI | | | | |
| AGRESYWNY | | | | |
| POWOLNY | | | | |
| NIEPODEJMUJĄCY DECYZJI | | | | |
| ZAPOMINALSKI | | | | |
| JEST DO NICZEGO | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| b. Trener zaprasza uczestników do innego nazwania cech z arkusza, w taki sposób aby było pozytywne w odbiorze np. leniwy – racjonalnie dysponujący swoimi zasobami energetycznymi | | | | |

| | | | |
|----------------------------|--|----------|----------|
| | <p>c. Trener moderuje dyskusję na temat wpływu etykiet na frustrację, agresję i stres oraz innej perspektywy patrzenia.</p> | | |
| | <p>8. Podsumowanie i zakończenie:</p> <p>a. Rundka podsumowująca.</p> <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Rabbi Icchak z Warki opowiadał: „Kiedy byłem raz w drodze z moim świątobliwym nauczycielem, rabbinem Dawidem z Lelowa, i zatrzymaliśmy się gdzieś w obcym mieście, nagle napadła na niego na ulicy jakaś nieznajoma kobieta i zaczęła go bić. Wyobraziła sobie, że to jej mąż, który opuścił ją przed wieloma laty. Kiedy po chwili pomyłka się wyjaśniła, kobieta wybuchnęła niepohamowanym płaczem. »Uspokój się – rzekł rabbi Dawid. – Uderzyłaś przecież nie mnie, lecz swojego męża. Jakże często napadamy na drugiego w przekonaniu, że to ktoś inny niż ten, kim jest on naprawdę”. (Illg i Łącka, 2015)”</p> <p style="text-align: center;">* * *</p> <p>„Grażyna Barszczewska grała kiedyś chorą na stwardnienie rozsiane wiolonczelistkę w sztuce Solo na dwa głosy w krakowskim Teatrze STU. Partnerujący jej Edward Dziewoński pomylił w pewnym momencie nazwę potrzebnego chorej leku, pepryzyny.</p> <p>– Ależ to powinna być peporyzyna! – rozległ się jakiś oburzony głos z widowni, należący zapewne do lekarza bądź aptekarza.</p> <p>Na sali zapanowała cisza, na szczęście pani Grażyna błyskawicznie wybrnęła z sytuacji, krzyżąc:</p> <p>– To ty, okazuje się, źle mnie leczysz! (Słowiński, 2010)”</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | Dyskusja | 10 minut |
| ZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 2. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 3. Grażyna Bartkowiak, Człowiek w pracy. Od stresu do sukcesu w organizacji. , Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2009 4. Kamilla Bargiel-Matusiewicz, Negocjacje i mediacje. , Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2010, 5. http://www.psychologia.edu.pl/slownik/id.radzenie-sobie-ze-stresem/i.html | | |

| | |
|--------------------------------------|---|
| | <ol style="list-style-type: none"> 6. Clutterbuck D. (2005), Równowaga między życiem zawodowym a osobistym, Oficyna Ekonomiczna, Kraków 7. Elżbieta Robak, Anna Słocińska, Równoważenie pracy z życiem osobistym pracowników jako istotny czynnik warunkujący gospodarowanie współczesnymi zasobami pracy, Studia Ekonomiczne. Zeszyty Naukowe, Nr 257 · 2016 8. Andrzej Słaboń, Konflikt społeczny i negocjacje. , Akademia Ekonomiczna w Krakowie, Kraków 2008 9. Andrzej Augustynek, Psychologia. Jak ślimak piął się pod górę, Difin, Warszawa 2008, 10. Daniel Dana, Rozwiązywanie konfliktów. , Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 1993 11. http://www.pcp-ropczyce.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=132:krzywdzenie-dzieci&catid=11:o-przemocy-w-rodzinie&Itemid=100052 12. Joanna Cichla, Dynamika i Uwarunkowania Przemian Psychospołecznego Funkcjonowania Kobiet – Ofiar Przemocy Domowej – w Trakcie Procesu Terapeutycznego, praca doktorska Uniwersytet Śląski w Katowicach, 2014 13. Ferdynand Michoń, Organizacja i kierowanie w przedsiębiorstwie. w świetle socjologii i psychologii pracy, Książka i Wiedza, Warszawa 1981 14. Joanna Cichla, Dynamika i Uwarunkowania Przemian Psychospołecznego Funkcjonowania Kobiet – Ofiar Przemocy Domowej – w Trakcie Procesu Terapeutycznego, praca doktorska Uniwersytet Śląski w Katowicach, 2014 |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | Samooocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia. |

5.2.9. Scenariusz szkolenia z wykorzystaniem anegdot – Współpraca i asertywność.

| | | | |
|---------------------------|---|---|---|
| TEMAT SZKOLENIA | Prawo do... | | |
| CEL SZKOLENIA | Podniesienie kompetencji uczestników w zakresie empatii, współpracy, asertywności i prawości. | | |
| EFEKTY UCZENIA SIĘ | WIEDZA | UMIEJĘTNOŚCI | KOMPETENCJE SPOŁECZNE |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, czym jest empatia • Wie, jak nawiązać i utrzymać współpracę | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi rozpoznawać i nazywać własne emocje | <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje postawę otwartości i wrażliwości na odczucia innych osób |

| | | | |
|-----------------------------------|--|---|--|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Wie, jak wykorzystać empatię w celu lepszego współdziałania • Wie, czym jest asertywność • Wie, jakie są narzędzia i metody asertywnej komunikacji • Wie, jakie są zasady społeczne | <ul style="list-style-type: none"> • Potrafi rozpoznawać i nazywać cudze emocje • Potrafi wykorzystać empatię w celu lepszego współdziałania z innymi • Potrafi zastosować komunikację asertywną w codziennej praktyce • Potrafi stawiać granice i ich bronić • Potrafi być konsekwentny i uczciwy | <ul style="list-style-type: none"> • Wykazuje otwartość na współpracę i współdzielenie się z innymi • Chce wspólnie z innymi określać i realizować cele • Okazuje szacunek sobie i innym • Chce być spójny w oczach innych • Podejmuje wysiłek bycia konsekwentnym i prawdziwym |
| CZAS TRWANIA | <p>12 godzin lekcyjnych (2 x 6 godzin)</p> <p>W trakcie każdego dnia zajęć zaleca się zapewnienie co najmniej jednej 15 minutowej przerwy</p> | | |
| ŚRODKI DYDAKTYCZNE | <p>Flipchart i mazaki, kartki papieru i długopisy dla uczestników</p> <p>Opcjonalnie: laptop i rzutnik jeżeli trener chce przygotować prezentację lub wyświetlać anegdoty na ekranie</p> | | |
| PRZEBIEG ZAJĘĆ I ĆWICZENIA | PROGRAM | NARZĘDZIA I METODY EDUKACYJNE | CZAS TRWANIA |
| | <p>I dzień</p> <p>1. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty:</p> <p>„W końcu lat 60. XX wieku zatelefonowano do Steinhausa z informacją, że za godzinę na dworcu we Wrocławiu zjawi się delegacja radzieckich uczonych i profesor musi ich powitać. Steinhaus odpowiedział: Drogi kolego, jestem zdrowy na umyśle, natomiast słaby na ciele. Gdyby było na odwrót, pospieszyłbym niezwłocznie. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)”</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |

| | | |
|--|---|-----------|
| <p>Trener pyta grupę o skojarzenia z treścią anegdoty i moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu.</p> | | |
| <p>2. Ustalenie zasad kontraktu - trener ustala z grupą najważniejsze zasady kontraktu szkoleniowego</p> | Dyskusja | 10 minut |
| <p>3. Komunikacja asertywna:</p> <p>a. Trener przedstawia zasady tworzenia asertywnych komunikatów Ja:</p> <p>Komunikat OWPS:</p> <p>O – opisz sytuację</p> <p>W – wyraż emocje</p> <p>P – przedstaw oczekiwania</p> <p>S – sprecyzuj konsekwencje</p> <p>oraz przedstawia kilka przykładów komunikatów. Trener omawia różnice pomiędzy komunikacją Ja i Ty.</p> <p>b. Trener przedstawia listę komunikatów „Ty” do przerobienia na komunikaty Ja przez każdą osobę:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Nic nie mówiłaś, że nie masz dzisiaj czasu, aby iść do kina. • Coś Ty taki zły! Chodzisz i pouczasz wszystkich. W ogóle nie można z Tobą spokojnie porozmawiać. • Nie marudź, bo mam dość wysłuchiwanie Cię. Ciągłe mi przeszkadzasz w dokończeniu tej pracy. • Jesteś roszczeniowa i wciąż czegoś chcesz. Nawet teraz marudzisz, choć wiesz, że chodzi o dobro ogółu. • Niejasno Pan określił, co należy do moich obowiązków i teraz pogubiłam się. • Zapomniałaś mi powiedzieć, że nie będzie Cię dzisiaj w pracy i ja Cię zastępuję. • Wciąż siedzisz w Internecie i nie zajmujesz się tym zadaniem. A ono jest dość pilne, bo Jacek na nie czeka. • Wciąż mnie złościś, kiedy zwracasz mi niestłusznie uwagę w obecności innych. • Zachowujesz się okropnie i nie liczysz się z moim zdaniem. | Mini wykład, ćwiczenie indywidualne, dyskusja | 120 minut |

| | | | |
|--|--|---------------------------|-----------|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Dezorganizujesz mi moje zaplanowane obowiązki, bo jesteś spóźnialska. • Ojej co tak wolno, podaj mi szybko ten segregator z tegorocznymi umowami, bo klient czeka. • Ojej co tak wolno się ruszasz! Podaj mi szybko ten segregator z tegorocznymi umowami, bo klient czeka. • Beznadziejne to wszystko, o czym opowiadasz. Masz jakieś nielogiczne i oderwane od realiów poglądy. Szkoda czasu na ich słuchanie. <p>c. Uczestnicy dzielą się swoimi propozycjami komunikatów Ja. Omawiają swoje reakcje na opracowane komunikaty.</p> <p>d. Trener podsumowuje ćwiczenie.</p> | | |
| | <p>4. O sobie:</p> <ol style="list-style-type: none"> a. Trener dzieli uczestników w pary. b. Każda para ma za zadanie opowiedzieć sobie wzajemnie o trudnej sytuacji związanej z komunikacją w kontekście asertywności (anegdota własna). c. W parach mają za zadanie przygotować komunikat OWPS związany z tą sytuacją. d. Każdy z uczestników dzieli się swoimi refleksjami z ćwiczenia na forum grupy. e. Grupa ze wsparciem trenera udziela informacji zwrotnych każdemu uczestnikowi w zakresie sformułowanych komunikatów. f. Trener dokonuje podsumowania ćwiczenia z wykorzystaniem anegdoty: <p>„Adolf Dymśza przebywał ze swoim kilkuletnim wnukiem na wakacjach zimowych w Zakopanem. Chłopcu popsuły się jego narty i Dymśza zabrał je do warsztatu do naprawy. Idąc, spotkał po drodze Magdalенę Samozwaniec, która zagadnęła go:</p> <p>- Panie Dodku, czemu pan ma takie małe narty?</p> <p>Na co Dymśza, bez mrugnięcia okiem:</p> <p>- A bo przyjechałem na krótko.</p> <p>(www.filmweb.pl, 2018)”</p> | Praca w grupach, dyskusja | 100 minut |

| | | | |
|--|---|-------------------------|----------|
| | <p>5. Rozluźnienie:</p> <p>a. Trener przeprowadza ćwiczenie rozluźniające z wykorzystaniem anegdoty:</p> <p>„Na balu Churchill tańczy z panią, która go serdecznie nie znosi. W pewnej chwili kobieta syczy mu prosto w twarz:</p> <p>- Gdyby był pan moim mężem, podałamby panu truciznę.</p> <p>Na to Churchill:</p> <p>- A ja, gdybym był pani mężem, wypiłbym ją natychmiast. (www.filmweb.pl, 2018)”</p> <p>b. Trener prezentuje pierwszą część anegdoty:</p> <p>Na balu Churchill tańczy z panią, która go serdecznie nie znosi. W pewnej chwili kobieta syczy mu prosto w twarz:</p> <p>- Gdyby był pan moim mężem, podałamby panu truciznę.</p> <p>Na to Churchill:...</p> <p>c. Zadaniem uczestników jest stworzyć jak najwięcej odpowiedzi na komunikat.</p> <p>d. Uczestnicy dzielą się odpowiedziami. Na koniec trener przedstawia całą treść anegdoty.</p> | Praca własna i dyskusja | 15 minut |
| | <p>6. Podsumowanie i zakończenie pierwszej części:</p> <p>a. Rundka podsumowująca.</p> <p>b. Trener przedstawia anegdotę:</p> <p>„Zapytano kiedyś Einsteina, z jakich zagadnień będzie egzaminował studentów. Profesor odpowiedział:</p> <p>- Pytania będą takie same, jak w ubiegłym roku.</p> <p>- Ależ, profesorze, przecież to szalone ułatwienie!</p> <p>- Nic podobnego. Pytania są wprawdzie takie same, ale prawidłowe odpowiedzi zupełnie inne. (Świat matematyki, 2018)”</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|----------|---|----------------------------------|-----------|
| | c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia. | | |
| II dzień | <p>7. Przywitanie uczestników. Trener odczytuje treść anegdoty: „Stefan Banach nie znosił posiedzeń akademickich. Gdy dostawał zaproszenie na takie posiedzenie, mówił: Wiem, gdzie nie będę. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)”</p> <p>Trener moderuje dyskusję w kierunku ujawnienia celu warsztatu (kontynuacja szkolenia).</p> | Dyskusja, praca z anegdotą | 15 minut |
| | <p>8. Empatia:</p> <p>a. Trener przedstawia część anegdoty: „Bono z U2 znany jest na całym świecie ze swojego zaangażowania w pomoc potrzebującym i czynny udział w różnego rodzaju akcjach humanitarnych.</p> <p>Podczas koncertu U2 w Glasgow, Bono przerywa śpiewanie i ucisza publiczność. Następnie, w całkowitej ciszy, co kilka sekund klaszcze w dłonie.</p> <p>"Za każdym razem, gdy klaszczę w dłonie, w Afryce umiera jedno dziecko" - mówi do mikrofonu.</p> <p>b. Uczestnicy zastanawiają się jakiego zjawiska dotyczy opisana sytuacja, co prezentuje jej bohater.</p> <p>c. Trener naprowadza uczestników na zagadnienie empatii.</p> <p>d. Uczestnicy wspólnie w dyskusji tworzą definicję empatii, trener proponuje definicję z literatury.</p> <p>e. Każdy z uczestników ma za zadanie przypomnieć sobie historię z własnego życia lub życia znajomych osób dotyczącą występowania empatii (praca na anegdotach własnych).</p> <p>f. Uczestnicy wymieniają się historiami. Trener prowadzi dyskusję w kierunku uzyskania odpowiedzi:</p> <ul style="list-style-type: none"> • jakie są warunki wystąpienia empatii? • co sprzyja empatii? • co przeszkadza w empatii? • czy i jak można nauczyć się empatii? | Dyskusja, mini-wykład | 135 minut |

| | | | |
|--|--|-----------------------------------|----------|
| | <p>g. Trener podsumowuje dyskusję i przedstawia pełną treść anegdoty:</p> <p>„Bono z U2 znany jest na całym świecie ze swojego zaangażowania w pomoc potrzebującym i czynny udział w różnego rodzaju akcjach humanitarnych.</p> <p>Podczas koncertu U2 w Glasgow, Bono przerywa śpiewanie i ucisza publiczność. Następnie, w całkowitej ciszy, co kilka sekund klaszcze w dłonie.</p> <p>"Za każdym razem, gdy klaszczę w dłonie, w Afryce umiera jedno dziecko" - mówi do mikrofonu.</p> <p>W tym momencie z publiki odzywa się męski głos, z silnym szkockim akcentem:</p> <p>"To przestań klaskać , ty chory s****synu!" (www.filmweb.pl, 2018)</p> | | |
| | <p>9. Emocje:</p> <p>a. Trener przedstawia treść anegdoty:</p> <p>„Na seminarium Andrzeja Mostowskiego (1913-1975) doszło do ostrego starcia dwóch studentów matematyki (jednym z nich był Janusz Korwin-Mikke ur. 1942), podczas której przekrzykiwali się oni nawzajem. Gdy emocje trochę opadły, Mostowski - człowiek niezwykle spokojny - zwrócił się do nich cichym głosem: Ależ panowie, o racji w nauce nie decyduje siła płuc. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)”</p> <p>b. Uczestnicy zostają zaproszeni do zabawy w kalambury – trener rozdaje uczestnikom nazwy emocji zapisane na karteczkach. Uczestnicy po kolei prezentują bez użycia słów wylosowaną emocję. Grupa zgaduje, o jaką emocję chodzi.</p> | Praca w grupie | 20 minut |
| | <p>10. Radzenie sobie z emocjami</p> <p>a. Trener przedstawia treść anegdoty- case study:</p> <p>„Żona podjechała na większe zakupy do marketu. W soboty zawsze jest większy ruch, dzisiaj chyba spotęgowany horrorem zamkniętych marketów w niedzielę. Powolutku sobie jechała by zaparkować, trafiło się miejsce blisko wejścia, ponieważ kierowca wyjeżdżał. Kierunek wrzucony i czeka na możliwość wjazdu. Wjeżdżając słyszy klakson i widzi po lewej samochód prawie w jej drzwiach i pana mocno gestykującego. Zaparkowała, a pan wyskoczył z samochodu i krzyczy, że to jego miejsce. Mocno</p> | Case study, dyskusja, mini-wykład | 90 minut |

| | | | |
|--|--|----------|----------|
| | <p>gestykulując i rzucając "mięsem" podchodził coraz bliżej. Żona ręka do kieszeni, gdzie ma gaz i straszy, że zadzwoni na policję.</p> <p>Pan odpuścił.</p> <p>Koniec historii? Niestety nie, telefon od żony, że lusterko ktoś urwał. Nie przypadkowo, bo leży obok samochodu. Podjechałem, no faktycznie, ktoś się wysilił.</p> <p>Dziękuję panu z ochrony, że miał ochotę sprawdzić monitoring i zabezpieczyć nagranie. Urwał pan frustrat, bo na nagraniu widać wcześniejszą awanturę i jak po 15 minutach pan wyjeżdżając z parkingu wysiada z samochodu i szarpie się z czymś przy drzwiach samochodu żony. Numer rejestracyjny widać na nagraniu, więc nie jest najgorzej.</p> <p>Patrol policji przyjechał, ale i tak odesłali nas na komendę, by tam złożyć zeznania, a zabezpieczony materiał dowieźli.</p> <p>Panu życzę mniej stresów w życiu i pożyteczniejszego wyładowywania emocji. Kierowca niestety z innego powiatu, a zapewne z okolicznej wioski, więc pozostaje oczekiwanie na ustalenia policji. (piekielni.pl, 2018)”</p> <ul style="list-style-type: none"> b. Uczestnicy zastanawiają się nad mechanizmem, jaki wystąpił w działaniu bohaterów historii. W grupach mają za zadanie zaproponować alternatywne zachowania nerwowego bohatera, czyli co można był zrobić inaczej z emocjami. c. Grupy opowiadają o swoich pomysłach. Trener podsumowuje ich pracę i prowadzi dyskusję w kierunku udzielenia odpowiedzi na pytanie „jak pracować z emocjami?”. d. Trener moderuje dyskusję „czy nad emocjami można planować i je kontrolować”, w kierunku podsumowania „emocje są naturalne, kontrolować można ich konsekwencje – zachowania”. | | |
| | <p>11. Podsumowanie i zakończenie drugiej części:</p> <ul style="list-style-type: none"> a. Rundka podsumowująca. b. Trener przedstawia anegdotę: <p>„Profesor filologii polskiej na wykładzie:</p> | Dyskusja | 10 minut |

| | | | |
|--------------------------------------|--|--|--|
| | <p>- Jak państwo wiecie, w językach słowiańskich jest nie tylko pojedyncze zaprzeczenie. Jest też podwójne zaprzeczenie. A nawet podwójne zaprzeczenie jako potwierdzenie. Nie ma natomiast podwójnego potwierdzenia jako zaprzeczenia.</p> <p>Na to głos z ostatniej ławki:</p> <p>- Dobra, dobra... (www.filmweb.pl, 2018)”</p> <p>c. Trener dokonuje podsumowania najważniejszych wniosków ze szkolenia.</p> | | |
| sZALECANA LITERATURA | <ol style="list-style-type: none"> 1. J. Borkowski, konflikcie i negocjacjach. Wybrane problemy psychologii organizacji, Wyższa Szkoła Informatyki i Zarządzania, Warszawa 2000 2. Reber A.S., Słownik psychologii, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR Sp. z o.o., Warszawa 2002 3. Aronson E., Wilson T.D., Akert R. M.; Psychologia społeczna Serce i umysł, Zysk i S-ka Wydawnictwo s.c., Poznań 1997 4. https://pl.wikipedia.org/wiki/Wsp%C3%B3%C5%82praca 5. Michael Armstrong, Jak być lepszym menedżerem. , Dom Wydawniczy ABC, Warszawa 1997 6. Maria Romanowska, Piotr Wachowiak (red.), Koncepcje i narzędzia zarządzania strategicznego, Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2006 7. Kamilla Bargiel-Matusiewicz, Negocjacje i mediacje. , Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2010 8. https://pl.wikipedia.org/wiki/Uczciwo%C5%9B%C4%87 | | |
| FORMY SPRAWDZENIA KOMPETENCJI | <p>Samooocena uczestnika podczas rundki końcowej ze wskazaniem korzyści ze szkolenia oraz określeniem obszarów do zmiany/doskonalenia.</p> | | |

Rozdział 6 Antologia anegdoty edukacyjnej – wykaz i treści anegdot skategoryzowanych wg kompetencji społecznych.

6.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia psychicznego i fizycznego.

Chodzę regularnie na aerobiki czy inne fitnessy, od jakiegoś czasu zauważyłam pewien nowy trend, mianowicie matki z dziećmi. Widziałam 9-latkę tańczącą z mamą na zajęciach Zumbi, myślę, że to ciekawy pomysł, żeby zachęcić dziecko do ruchu i spędzić czas razem. Widziałam mamusię przyprowadzającą dzieci na zajęcia typowo odchudzające i sadzającą je w kącie, żeby się zajęły sobą (oczywiście dziecko się nudzi, marudzi, co chwilę szturcha mamę z płaczem, że chce już iść). A i ostatnio zobaczyłam na oko 10-latkę, który przez całą bitą godzinę siedział pod salą czekając na mamusię i oglądając jakiś film na tablecie (siłą rzeczy wszyscy wokół też słuchali bajki, bo głośność była na maksimum). Sama nie wiem, czy to piekielne czy nie, mnie chyba jednak trochę zniesmaczyło. Tym bardziej że całkiem niedaleko jest siłownia, która oferuje animatora dla dzieci i salę zabaw podczas fitnessów... (piekielni.pl, 2018)

Niedawno za namową Bardzo Ważnej Osoby, oficjalnie zdiagnozowałam i zaczęłam leczyć silną depresję, która wraz z innymi zaburzeniami towarzyszyła mi od wielu lat. Gorzej, że przed początkiem leczenia zdążyłam zniszczyć relację z Bardzo Ważną Osobą - obawiam się, że tym razem odeszła na dobre. Generalnie mam teraz ciężki czas i spędziłam bite 3 dni w łóżku, byłby czwarty, ale niestety albo stety mam do załatwienia parę spraw.

Piekielnością wykazała się dziś moja matka. Jakoś tak wyszło, że dowiedziała się o mojej jutrzejszej wizycie u lekarza. Komentarz? 'Zawsze byłaś dziwna i chyba nie masz na co wydawać pieniędzy'.

Noż kurde. Ja nie oczekuję, że wszyscy będą mnie traktować jak jajko (czasem wiadro zimnej wody pomaga bardziej niż głaskanie po główce), ale własną matką mogłaby mnie chociaż trochę wesprzeć. Albo przynajmniej zamilknąć. Zwłaszcza, że przez ostatnie 10 lat prawdopodobnie wysyłałam setki sygnałów, że coś jest nie tak.

Wisienką na torcie jest fakt, że rok temu - jeszcze przed falą bardzo złych wydarzeń - na moją prośbę o pożyczkę na wizytę u psychologa stwierdziła, że wymyślam. Była wtedy w świetnej sytuacji finansowej.

PS: Matka jest pielęgniarzką z 40-letnim doświadczeniem. Wydawało mi się, że zrozumie w czym rzecz zamiast traktować to jako kolejną fanaberię (jak na ironię skłonność do takowych powiązana jest z jednym z moich zaburzeń :p). (piekielni.pl, 2018)

Pewnego dnia moja babcia zaczęła narzekać na nudę. Mówiła, że szydełkowanie jej się znudziło, że seriale w telewizji już się jej nie podobają.

Na początku dałam jej swój stary telefon, jednak babcia kategorycznie odmówiła. Później wpadłam na pomysł nauki babci angielskiego, który akurat znałam bardzo dobrze.

Pewnie wiele osób myśli, że starsza osoba niczego się nie nauczy. No właśnie nie.

Babcia właśnie zwiedza Nowy Jork, co jakiś czas dzwoniąc do nas przez Skype. Oczywiście prezentuje wtedy swój angielski.

A ja zazdroszczę. (Anonimowe.pl, 2018)

Olga Boznańska, polska malarka impresjonistka, zgłosiła się do lekarza, narzekając na silny rozstrój nerwowy. Lekarz zalecił jej dietę, unikanie podniet, picia alkoholu i palenia.

- Niech pani również trzyma się z daleka od osób, które działają pani na nerwy – dodał na koniec.
- I proszę zgłosić się za dwa tygodnie.

Minął miesiąc, lecz artystka nie pojawiła się. W końcu lekarz spotkał ją przypadkowo i pyta:

- Dlaczego pani nie przyszła?
- Przecież miałam trzymać się z daleka od ludzi, którzy działają mi na nerwy. (Słowiński, 2010)

W wiedeńskiej kawiarni Café Central do stałych bywalców obok Lwa Trockiego należał również Mikołaj Bucharin, który tak dalece zaangażował się w program sowieckiej rewolucji, że niemalże doprowadził się do załamania nerwowego. W stanie silnej depresji zwrócił się o poradę do lekarza. Ten zalecił mu towarzystwo kobiety.

Po jakimś czasie lekarz spotkał Bucharina i zapytał o wynik kuracji.

- Wspaniała! – odpowiedział entuzjastycznie Bucharin. – Całymi nocami dyskutowaliśmy o kapitalistycznej teorii Róży Luksemburg... (Słowiński, 2010)

Rozmawiając kiedyś z Winstonem Churchillem, Brigitte Bardot

poskarżyła się na prasę, która pisząc o niej, używała inicjałów B.B.

- Ależ niech pani nie narzeka – odparł Churchill. – Pani inicjały są czarujące. Co by pani powiedziała na moim miejscu? (Słowiński, 2010)

Albert Einstein był namiętym palaczem. W młodości palił przeważnie cygara, potem przerzucił się na fajkę i bardzo się do niej przywiązał. Podobno nie wypuścił jej z rąk nawet wtedy, gdy pewnego razu wpadł do wody po wywróceniu się jego żaglówki. W roku 1948 stan jego zdrowia był już jednak tak zły, że lekarze zakazali mu w ogóle palić.

W tym właśnie czasie do Princeton, gdzie zatrudniony był Einstein, przyjechał z cyklem wykładów Niels Bohr. Pokoje obu uczonych sąsiadowały ze sobą. Pewnego dnia Bohr, zastanawiając się nad jakimś zagadnieniem, stanął przy oknie i zapatrzył się na rozciągający się stamtąd widok. Kiedy się odwrócił, spostrzegł ze zdumieniem Einsteina, który, podkradał tytoń z leżącego na stole kapciucha Bohra.

- Ależ panie Einstein! – zawołał oburzony. – Przecież lekarze zabronili panu w ogóle kupować tytoń.

– No właśnie – stwierdził bez cienia skruchy twórca teorii względności. – Zabronili kupować, ale kraść nie zakazali. (Słowiński, 2010)

Sławny komik francuski Fernandel postanowił kiedyś zostać jaroszem i przez dłuższy czas zjadał się tylko zieleniną oraz produktami mlecznymi. Pewnego razu jednak zobaczono go w restauracji pałaszującego ogromny sznycel po wiedeńsku.

– Człowieku, miałeś przecież zostać jaroszem! – powiedział do niego któryś ze znajomych.

– Owszem, jestem nim – odparł Fernandel. – Ale dziś jest piątek i my jarosze mamy w ten dzień post. (Słowiński, 2010)

Magdalena Zawadzka „zwiedzała” ongiś galerię handlową w Szwecji, w towarzystwie swojego wyrozumiałego męża. Pan Gustaw znał starą prawdę, że to nie pieniądze czynią kobiety szczęśliwymi, jeno zakupy, zakotwiczył zatem w fotelu i zamówił herbatkę, oznajmiając żonie, że spokojnie na nią poczeka. Ona zaś komfortowo, bez męskiego oddechu na plecach, rzuciła się w odmęty głębokich promocji i ruszyła buszować między wieszakami. Aktorka znana jest z rozsądku i dobrego smaku, więc jej mąż przysnął snem sprawiedliwego. Minęło kilka godzin, słońeczko zaszło, herbata wystygła. Drzemka została przerwana przez wyraźnie rozczarowaną małżonkę. „Guciu – rzekła pani Magdalena z bezbrzeżnym zdumieniem w swych błękitnych oczach – nie uwierzysz, ale tu naprawdę NIE MA NIC DO KUPIENIA!”. (Stanisławska, 2015)

W Białymstoku, gdzie występowałyśmy, byłam świadkiem sceny, jak pani Hanka Bielicka zaśmiewa się, patrząc na siebie w wielkim lustrze za kulisami. Podchodzę i... nie widzę żadnego powodu takiej reakcji. Piękny czerwony kapelusz z czarną różą, czarny żakiecik i czerwona spódnica złożona z samych falban. Zaiste, widok imponujący, trochę w stylu o’le, czyli hiszpańskim. Jestem pod wrażeniem, ale pani Hanka nie przestaje chichotać. „Co panią tak bawi?” – drażę, nijak nie pojmując. „Przyjrzyj się! – słyszę. – Widziałaś kiedy w życiu tak starą Barbie?”. (Stanisławska, 2015)

6.2. Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych

Jadę dziś pociągiem, w wagonie bez przedziałów. Odcinek dość daleki, więc miejsca numerowane. Na razie obok mnie było wolne, więc postawiłam mój plecak, ale oczywiście z zamiarem zabrania go gdy przyjdzie ktoś z biletem na to miejsce.

Na każdej stacji ludzie wsiadają i wysiadają, ale nikt koło mnie nie siada, więc plecak tak sobie leży dalej. A ja czytam w spokoju książkę, co ważne dla historii, w języku angielskim. Gdy pociąg zbliżał się do jednej ze stacji, zadzwonił mi telefon, dzwoniła moja koleżanka ze studiów, Brytyjka, więc rozmawiałam z nią po angielsku, a książkę zamknęłam tytułem do góry. Na tej stacji wsiadła jedna babka, akurat do mojego wagonu, przeszła na koniec, nigdzie się nie zatrzymując, potem wróciła, poszła jakby na drugi koniec pociągu. Potem znowu przyszła do mojego wagonu, tym razem z konduktorem. Gdy zbliżała się do mojego miejsca, akurat skończyłam rozmawiać i zabrałam się za lekturę.

Babka stanęła przy moim siedzeniu i zaczęła lamentować do konduktora, że jak tak można, ona nie ma gdzie usiąść, ze mną nie można się w ogóle dogadać i dalej w ten deseń. Konduktor zmieszany, próbuje coś po angielsku, ale mu nie idzie. W końcu się zlitowałam i zapytałam czy to jej miejsce. Wcześniej, trochę z rozbawieniem i ciekawością, chciałam zobaczyć co się dzieje. Kobieta zdziwiona, ja zabrałam plecak, usiadła i znowu zaczęła lament. Jak można tak ludzi oszukiwać, jesteśmy w Polsce, więc powinnam mówić po polsku, to jest brak kultury. A wystarczyło chociaż zatrzymać się przy miejscu, to zobaczyłabym, że chce usiąść. Ale nie, lepiej robić od razu awanturę. Ludzie... (piekielni.pl, 2018)

Jest pewne miasto, a w nim świeżo wyremontowana ulica. Generalnie dzielnica przemysłowa, oprócz jakiś składów jest kilka domków. Wzdłuż jezdni biegnie właściwie na całej długości chodnik, może trochę krzywy, ale w miarę szeroki i nawet oświetlony.

Coś wyjechało z drogi podporządkowanej i jedzie 40. Mijam skrzyżowanie i mam kawałek prostej bez skrzyżowań i przejść. Gaz, kierunkowskaz i gdy mijam gościa zauważam cień. 15 metrów przed maską. Debil sobie szedł jezdnią, równoległe do chodnika jakieś 1,5 metra od niego, ubrany na czarno, bez odbłasków i w miejscu gdzie światła latarni go nie sięgają.

W tym miesiącu już drugi podobny przypadek, a ja przeglądam oferty rejestratorów jak przyjdzie mi się tłumaczyć, że takowy zutylizował się akurat na mojej masce. (piekielni.pl, 2018)

Nie jestem zwolennikiem papierosów. Od kiedy pamiętam nie przepadałam za smrodem jaki towarzyszył temu nałogowi i tak pewnie już zostanie.

Wbiegłam ostatnio do miejskiego autobusu, śpieszyłam się, więc nie miałam co wybrzydząć z czekaniem na mniej zatłoczony. Przystanek dalej dosiadł się facet, który przed podróżą postanowił uraczyć swoje płuca kolejną dawką tytoniu. Pech chciał, że stanął obok mnie i przez dalszą drogę starałam się stanąć tak, żeby jak najmniej odczuwać przykre skutki takiego towarzystwa...

Koncert miejski. Ścisk pod sceną, wszyscy czekają na występ wieczoru, a ktoś stojący nieopodal mnie i grupki znajomych oczywiście postanowił zapalić. No żesz... Koleżanka stała bliżej jegomościa i zwróciła mu uwagę, ale oczywiście "smród pozostał".

Do pełni irytacji brakuje tylko kogoś kto wypala papierosa idąc parę kroków przede mną i wiatr przenosi kłęby dymu i niekiedy strzepywany tytoń. Za dzieciaka wpadło mi takie cholerstwo do oka i najprzyjemniejsze to nie było...

Jak ktoś się obzera chorobliwie czekoladą to nie znaczy, że wszyscy wokół muszą być nią umazani. Zatem jak ktoś pali nie może usadzić się na kilka minut w miejscu, a nie raczyć innych swoim nałogiem? (piekielni.pl, 2018)

Nie wiem, co kobieta miała w głowie, ale mózgiem bym tego nie nazwał.

Wpakowała mi się dzisiaj na czerwonym jakaś babka pod koła samochodu. Na przejściu dla pieszych. Jej szczęście, że ruszałam z miejsca, a nie leciałam przez skrzyżowanie z 70, bo najprawdopodobniej by ją skrobali z asfaltu. Szturchnąłem ją lekko prawym narożnikiem.

Oczywiście larum, bo pieszego potracono na przejściu. Drze się na cały regulator, robi się zbiegowisko. Ja zjechałem na bok, pytam, czy nic jej nie jest. Wspomniałem przy okazji, że sama mi pod koła wlaźła. Po krótkiej utarczce słownej doszedłem do wniosku, że trafiłem na przypadek tzw. "świętej krowy", która uważa, że jak już zrobi krok na przejściu, to jest to niczym przeprawa Mojżesza przez Morze Czerwone. Droga się rozstępuje, nic jej nie grozi, samochody magicznie znikają. No, niestety, tak to nie działa.

Chciałem się z kobietą po ludzku dogadać. Ale jak zaczęła się wydierać i mnie obrażać, to stwierdziłem, że tak się bawić nie będziemy. Zadzwoiłem po policję.

Po 10 minutach przyjechali. Najpierw poproszono o przedstawienie jej wersji. Oczywiście padło stwierdzenie "miałam zielone, a pan na mnie najechał". Na dokładnie tą samą prośbę, odparłem, że mogę przedstawić nie tylko "swoją wersję", ale również rzeczywisty przebieg zdarzenia, z racji, że przy lusterku mam wideo rejestrator.

Policjanci obejrżeli nagranie, doszli do oczywistych wniosków i wystawili babce 5 stów mandatu. Byłoby mniej, tylko się awanturowała z mundurowymi.

Zabawne było jej tłumaczenie się. Stwierdziła, że skoro szła pewnym krokiem w stronę przejścia, to oczywistym jest, że będzie chciała przejść na drugą stronę. Więc obowiązkiem kierujących jest jej to umożliwić, czyli zatrzymać się przed przejściem. Niezależnie od tego, ile jadą. (piekielni.pl, 2018)

Remont - czyli punkt widzenia zależy od punktu siedzenia. Nikt nie lubi hałasów zza ściany, odgłosów wiercenia, stukania, pukania i innych atrakcji z tym związanych. Ale czasem trzeba trochę pohłasować i mieszkanie odświeżyć, nawet jeśli jest to źródłem nieprzyjemnych doznań.

Wraz z narzeczonym wprowadziliśmy się do naszego mieszkania na początku października, wiadomo, wnosiliśmy meble, ustawialiśmy je, trochę hałasu było przy tym, jednak z całym majdanem uporaliśmy się w dwa dni. Jako że poprzedni właściciele wykazywali się poczuciem estetyki daleko odbiegającym od naszego, to podjęliśmy decyzję o remoncie, który rozpoczęliśmy w styczniu. Do tego czasu jedyne, co zmieniliśmy w wystroju mieszkania, to powiesiliśmy półkę w kuchni, do czego potrzebne było wywiercenie 4 dziur w ścianie i maksymalnie 10 minut hałasu.

Jak postanowiliśmy zmieniać wnętrze, tak zadziałaliśmy. Zaczęły się pierwsze prace remontowe - skuwanie ścian kartonowo - gipsowych i już do drzwi zapukał sąsiad mieszkający pod nami, z pretensjami, że od pół roku zakłócamy spokój jego mamie i jemu i natychmiast mamy przestać. Próbowałam delikatnie panu wyjaśnić, że przecież to niemożliwe, skoro mieszkamy 3 miesiące, a remont zaczęliśmy dzisiaj, żebyśmy byli przyczyną tego długotrwałego hałasu. Pan oczywiście wie lepiej, kiedy się wprowadziliśmy i co remontujemy, zatem zaprosiliśmy go do środka, żeby na własne oczy zobaczył, co się dzieje. Skomentował tylko, że to "enigmatyczne" i poszedł, sądziliśmy zatem, że pożar został ugaszony.

Z uwagi na opóźnienia związane z montażem drzwi przesuwnych cały remont również przeciągnął się w czasie. Jako że większość prac głośnych i uciążliwych wykonaliśmy w styczniu i trwały one około 3 dni (kiedy faktycznie wierciliśmy, stukaliśmy, pukaliśmy i ogólnie było dużo decybeli), to w lutym nie było już co robić, tylko czekać na montaż. W tym czasie sprzątałam pokój po startej gładzi, narzeczony wykańczał drobne ubytki, ponadto dużo czasu spędziliśmy poza domem (delegacje, praca na 2 zmiany), więc nie było kiedy hałasować.

W dniu wczorajszym, chcąc przygotować ściany do montażu drzwi, narzeczony wywiercił kilka otworów w metalowych podpórkach. Po włączeniu wiertarki, która nawet nie dotknęła ścian, do drzwi od razu zadzwonił sąsiad i już bez udawania miłego zaczął się awanturować, że mamy przestać, że hałasy od wielu miesięcy itd. Narzeczony, widząc, że dyskusja nie ma sensu, wyprosił go i wrócił do wiercenia, kiedy pan z dołu kilkukrotnie kopnął w drzwi, zaczął wykrzykiwać groźby w naszą stronę i wulgaryzmy. Nadmieniam, że była godzina 17.00, a nie późny wieczór czy wczesny poranek.

Ja rozumiem, że remont nie jest przyjemny. I wierzę, że hałasy przeszkadzają. Jednak czego spodziewają się ludzie, kiedy wprowadzają się do bloku, że będą mieć takie warunki jak w domku na wsi, gdzie najbliższy sąsiad mieszka pół kilometra dalej? Nie chcę dać się zastraszyć, ale po jednej z jego interwencji miałam spuszczone powietrze z koła samochodu, jak pokazała wczorajsza sytuacja człowiek ten jest także agresywny, a żadne tłumaczenia nie trafiają do niego. A poprzedni właściciele dopiero wczoraj przyznali, że również im sprawiał problemy (a gdy przed kupnem pytałam, czy najbliżsi sąsiedzi są konfliktowi, to zarzekali, że nigdy nie mieli żadnych trudności).

My również doświadczamy nieprzyjemności związanych z pracami remontowymi (nad nami stukają, pukają i wiercą o różnych porach), ale do głowy nam nie przyszło, aby robić z tego powodu awantury. Najgorsze w tym wszystkim, że roszczenia sąsiada są absurdalne, bo w przeciągu tych dwóch miesięcy hałasy wykraczające poza standardowe domowe prace występowały nadzwyczaj rzadko, a poza tym nie ma przecież zakazu remontowania własnego mieszkania. Pan chyba tego nie jest jednak w stanie zrozumieć, gdyż stan jego mieszkania wskazuje na wczesne lata 70., kiedy blok został wybudowany.

Czekam na kolejną awanturę. Właśnie montowane są drzwi i wiercone dziury w ścianach... (piekielni.pl, 2018)

Jechałam w autobusie z 3 osobami, jedną z nich była kobieta z dzieckiem w wózku, ogólnie cały autobus puściutki. Co ważne, kobieta siedziała na miejscu zaraz obok miejsca na wózek, tak że spokojnie mogła siedzieć i trzymać przez barierkę wózek.

Na pewnym przystanku wsiadają 2 dyskutujące babcinki. Jedna z nich podeszła do wyżej wymienionej kobiety i żądała aby ustąpiono jej tego oto właśnie miejsca. Matka jednak nie ustąpiła, powiedziała że ma jeszcze sporo drogi przed sobą, a to jedyne miejsce na którym może siedzieć i mieć przy sobie dziecko, a (starsza) pani ma wiele innych wolnych miejsc. W zamian za to została zwyzywana na cały autobus od najgorszych.

Na szczęście kierowca w porę zareagował i powiedział przez specjalne urządzenie (tak że słyhać było w całym autobusie), że jeżeli babcia się nie uspokoi to zostanie wyproszona z pojazdu. (Anonimowe.pl, 2018)

W czasie swego pobytu w Warszawie sławna aktorka Sarah Bernhardt spotkała na przyjęciu u Ludwikostwa Grossmanów gwiazdę sceny polskiej, Helenę Modrzejewską. W pewnym momencie gospodarz zwrócił się do pani Heleny z następującą prośbą:

– Nasz gość z Paryża nigdy nie słyszał piękna dźwięku naszej mowy. Czy może być lepsza okazja, niż wysłuchanie pani recytacji?

Po wysłuchaniu jej, gdy przebrzmiały ostatnie słowa, Sarah Bernhardt z zachwytem podziękowała swej znakomitej koleżance.

– Tak bardzo podoba się pani polska mowa? – zapytał ją nieco później jeden z gości.

– Bardzo. Zupełnie jak gdyby ktoś gryzł zębami szkło. (Słowiński, 2010)

Richard Burton opowiadał znajomym taką oto historię:

– Kiedy byłem młody, ojciec powtarzał mi: „Pamiętaj, nie chodź nigdy do teatrzyków rewiowych. Mógłbyś tam zobaczyć rzeczy, których nie powinieneś widzieć”. Tak mnie tym zaintrygował, że przy pierwszej okazji poszedłem do takiego teatrzyku. I rzeczywiście zobaczyłem coś, czego nie powinienem był widzieć. Mianowicie – ojca. (Słowiński, 2010)

Karol Darwin został kiedyś zaproszony na obiad. Przy stole jego sąsiadką była piękna młoda dama.

– Panie Darwin – zwróciła się do niego dama – pan twierdzi, że człowiek pochodzi od małpy. Czy to mnie również dotyczy?

– Oczywiście – odpowiedział uczonec – lecz pani nie pochodzi od zwykłej małpy, ale od czarującej. (Słowiński, 2010)

Bardzo poważne faux pas popełnił w 2005 roku wiceprezydent USA Dick Cheney. Został skrytykowany po obu stronach Atlantyku za strój, w jakim pojawił się na obchodach 60. rocznicy wyzwolenia obozu Auschwitz. Uroczystość odbywała się zimą i faktycznie było zimno. Praktycznie wszystkie ważne osobistości pojawiły się wtedy w czarnych płaszczach, wystarczająco ciepłych i eleganckich. Cheney jednak postanowił wystąpić w ubraniu – można by rzec – bardziej przydatnym na górską wyprawę na Alasce. Włożył wysokie brązowe buty i długą zieloną kurtkę puchową z białym futerkiem wokół kaptura, a do tego czapkę. „The Washington Post” pisał wtedy, że: „Cheney wyróżniał się w morzu ubranych na czarno przywódców (...) a kurtka miała wyszydełkowane jego imię. Przypominało to sytuację, gdy dzieciom jadącym na kemping podpisuje się ubrania, zanim wyruszą na obóz. I rzeczywiście wiceprezydent wyglądał jak mały chłopiec pośród dobrze ubranych dorosłych”. Praktycznie brakowało mu tylko wędki czy plecaka. A na zdjęciach z uroczystości wyglądał zaiste komicznie. Tyle że w byłym obozie koncentracyjnym było to wyraźne uchybienie i ten pomysł nie konweniował z powagą uroczystości. (Walewski, 2015)

Historia z czasów, gdy miałam 16 lat. W tamtym czasie posiadaliśmy psa - duże bydło, 60 kg wagi, ale grzeczny i potulny. Pies trzymany na podwórku, miał swoją budę w garażu, do garażu wchodził przez specjalne drzwiczki. Nigdy nie był zamykany, latał całe dni po podwórku. Codziennie rano i wieczorem był wyprowadzany na spacer, co by sobie powąchał innych psich zapaszków. Wiadomo, podwórko duże, ale co to za rozrywka, skoro każdy zapach zna się na pamięć. Jednego takiego wieczoru przypadła moja kolej na spacer wieczorny. Tak więc pies na smycz, kaganiec na pysk (rasa

uznawana za agresywne, wymogi prawne zmuszały nas do posiadania kagańca i smyczy jednocześnie) i idę spacerkiem przy lesie nieopodal domu. Z naprzeciwka widzę sąsiada idącego chwiejnym krokiem. Chciałam szybko przejść obok, bo facet mało przyjemny, lubił zaczepiać młode dziewczyny, taki niby żartowniś-zboczeniec. Niestety wyminąć się go nie dało, stanął mi na drodze i zaczął zagadywać, proponować, bym przyszła kiedyś do niego na herbatkę, bo taka ładna ze mnie dziewczynka wyrosła, że on by mnie sporo nauczył, bo taki doświadczony. Poprosiłam tylko o zejście z drogi, bo muszę do domu wracać. Facet mnie wyśmiał i zbliżył się do mnie i dalej gada coraz bardziej sprośne rzeczy. Ja już zdenerwowana, bo nikogo w pobliżu, pies ślamazara usnął, żadnego wsparcia. Spróbowałam minąć go z boku, wtedy akcja już poszła szybko. Klepnął mnie w tyłek, ku mojemu zdziwieniu pies zareagował błyskawicznie i rzucił się na faceta. Większej krzywdy mu nie zrobił, bo go odciągnęłam i pobiegłam do domu. Facet jedyne szkody, jakie miał, to całe ubranie w błocie i złamany nos (oberwał kagańcem w momencie jak pies podskoczył). Poszła plotka po sąsiadach, że mamy psa mordercę, co to na ludzi się rzuca, kilka miłych sąsiadek doradzało nam uśpić psa jak najszybciej, bo "takie psy jak już raz zaatakują człowieka, to odezwie się w nich instynkt mordercy", ogólnie to ja i młodszy brat to już lada dzień będziemy zagryzieni, bo tak to działa. Jedna bardziej panikująca sąsiadka z gromadką dzieci kazała nam psa wziąć na łańcuch, bo z podwórka to raz-dwa ucieknie (nigdy się nie zdarzyło) i zje jej dzieci, jak będą ze szkoły wracać. Nie przejmowaliśmy się tym gadaniem do czasu, jak mój tata nie znalazł kiełbasy z żyletkami na naszym podwórku. Pies przez kilka dni miał szlaban na bieganie po podwórku. W ciągu kolejnych dni znaleźliśmy jeszcze kilka takich kiełbas. Policja zawiadomiona, ale oni nic nie zrobią, nikogo nie złapaliśmy za rękę, ofiar nie ma, więc sprawy też nie ma. Skończyło się na tym, że tata wybudował za domem dla psa kojec zadaszony (coby nikt mu nic nie wrzucił) i przez kilka miesięcy biedne psisko musiało tam siedzieć. Poszliśmy z psem na szkolenie, by nauczył się nie tykać niczego, co nie jest w jego misce, trochę to trwało, ale udało się i po zainstalowaniu kamer pies mógł znów biegać po posesji. Nie mam pojęcia, kto był piekielnym, czy facet, który został zaatakowany chciał się mścić, czy może troskliwie sąsiadki w trosce o nasze bezpieczeństwo chciały się mordercy z podwórka pozbyć. Pies przeżył tylko przez fart, że pierwszą kiełbasę ktoś rzucił na trawnik, a nie np. w krzaki czy zarośla, gdzie pies z łatwością by ją znalazł. (piekielni.pl, 2018)

* * *

Mam dziecko. Pięknego, zdrowego chłopca, któremu nie szczędzę spacerów, nawet w tym mroźnym okresie, który teraz mamy. U nas temperatury w dzień sięgają nawet -15. I co znajduję w skrzynce? Zawiadomienie z MOPSu, z prośbą o pilny kontakt. Zdziwienie niemałe.

Kolejne zdziwienie, gdy usłyszałam, że "zaniedbuje dziecko". Omówiłam się z cudownie miłymi Paniami na rozmowę, pogaduszki itd. Nie mam nic do ukrycia. Ale jaką mendą trzeba być, by zgłaszać zaniedbanie dziecka, które dziennie jest dwa razy na spacerze (bo nie dbam o nie i je wyziębiam - tytuł skargi) i które "płacze" - bo tak, to też usłyszałam. Że dziecko wieczorem płacze.

Z tym, że moje 10-miesięczne dziecko płakało w życiu swoim kilka razy. Jest według wszystkich najspokojniejszym pomiotem, jakiego w życiu wiele osób z rodziny widziało.

Ale przecież jestem wyrodną matką. Zabiorą mi dzieciaka. Przetrzepią całe mieszkanie - Nie bardzo wiem, jak się takie spotkanie odbywa, stąd moje oczekiwania - bo, cholera, wychodzę z dzieckiem na spacer w każdą pogodę, żeby nabrał odporności, a nie był wiecznie zasmarkanym bobkiem, który na każdy deszcz, każdą zmianę temperatur czy wyjście z domu reaguje gorączką.

Dziękuję życzliwy człowieku. Zrobiłeś mój dzień. (piekielni.pl, 2018)

W mojej rodzinie był alkoholizm. Podczas jednej z imprez rodziców, gdy miałam 10 lat uciekłam z domu. Zima, śnieg na dworze, a ja w spodniach, laczkach i na krótkim rękawku wybiegłam z domu po tym jak moja rodzicielka chciała mnie uderzyć za to, że podrywam jej nowego faceta.

Ale to nie był wtedy mój największy problem. Najgorsi byli ludzie mijani po drodze do mojej przyjaciółki. Jakaś babcia mnie opierdzieliła, że jestem głupia, że tak ubrana na mróz wychodzę i rodzice powinni mi tyłek przetrzepać. Jakiś facet (30+) wyśmiewał mnie razem z kolegami podczas jazdy autobusem, czy czasem nie jest mi zimno i on może mi pożyczyć jedną rękawiczkę to się może ogrzeje. Kobieta w wieku około 40 lat pokiwała głową z dezaprobatą i skomentowała, że teraz młodzieży się w dupach poprzewracało, że chodzą ubrani jak lato mimo mrozu na dworze.

Nikt się nie zainteresował dzieckiem, które idąc/jadąc do koleżanki trzęsło się z zimna. Nie mam pojęcia dlaczego, może godziny wieczorne i ludzie byli zmęczeni po pracy? Może wyglądałam na więcej lat niż miałam i myśleli, że jestem zbuntowaną nastolatką? Do dziś mnie to zastanawia. (Anonimowe.pl, 2018)

Enrico Caruso jechał pociągiem na występy zagraniczne. Nagle do przedziału wpadł zdyszany krawiec teatralny. Wręczył artyście okazały pakunek i rzekł:

– To korona, którą zapomniałem włożyć do innych rekwizytów!

Na granicy do przedziału wszedł celnik i zapytał artystę:

– Czy jest coś do oclenia?

– Nie.

Celnik spojrzał podejrzliwie na śpiewaka i zaczął sprawdzać jego bagaże. Na widok mieniącej się bogactwem korony zaniemówił, a po chwili rzekł nieśmiało:

– Proszę mi wybaczyć, Wasza Wysokość. Nie poznałem. (Słowiński, 2010)

Gdy Nikita Chruszczow w swym słynnym przemówieniu na XX zjeździe KPZR w 1956 roku piętnował i gromił okrutne czasy stalinowskie, ktoś z sali wykrzyknął:

– A gdzie byliście wówczas wy, towarzyszu, gdy mordowano tych wszystkich niewinnych ludzi?

– Niech wstanie ten, kto to powiedział – rzekł Nikita Siergiejewicz, przerywając czytanie.

Na sali zapanowała cisza, powiało grozą. Ale oczywiście nikt się nie podniósł.

– Oto jest odpowiedź, towarzysze – powiedział Chruszczow. – Ja byłem wtedy w tym samym położeniu co teraz ten, który postawił powyższe pytanie. (Słowiński, 2010)

Po ucieczce Napoleona z Elby francuskie dzienniki pisały o nim następująco:

„Ludożerca umknął z Elby! Jego miejsce pobytu jest nieznane, ale nie umknie naszym wojskom”.

„Tyran jest już w Lyonie!”

„Bonaparte zbliża się szybko do stolicy!”

„Napoleon spodziewany jest jutro wieczorem w Paryżu!”

„Wczoraj wieczorem nasz ukochany cesarz wjechał do Touilleries wśród nieopisanego zapału całego narodu”. (Słowiński, 2010)

George Bernard Shaw, zapytany kiedyś, ile chciałby zarabiać, aby czuł się w pełni usatysfakcjonowany, odpowiedział:

– Tyle, ile zarabiam w przekonaniu moich sąsiadów. (Słowiński, 2010)

Anna Guzik już dawno związała swe losy z Bielskiem-Białą, gdzie po skończeniu wrocławskiej PWST dostała angaż do Teatru Polskiego, któremu pozostaje wierna do dziś (nie licząc kilku skoków w bok na stołeczne sceny). Któregoś pięknego dnia w holu jej rodzimego teatru jakaś jejmość, ujrawszy nazwisko artystki na plakacie, wydała okrzyk zachwyty: „Jakim cudem udało się pozyskać na gościnne występy Gwiazdę z Warszawy? Muszę kupić bilety na spektakl dla całej rodziny!”. „Ależ to nasza dziewczyna – sprostowała pani w kasie. – Od lat gra tutaj, na naszej scenie – dodała z dumą”. „Aha... – Wyraźnie rozczarowana pańcia schowała portfel. – To w takim razie chyba nie skorzystamy”. (Stanisławska, 2015)

Hodża wsadził swojego syna na osła, a sam idąc obok, wyruszył w podróż do sąsiedniej wsi. Napotkał wędrowca, który zdziwiony mówi:

– Na Allaha! Czy widział ktoś, aby stary człowiek szedł pieszo, a młody jechał na osle!

Zawstydzony Hodża sam usiadł na osle, a synowi kazał iść obok. Drugi napotkany wędrowiec, zdziwiony tym widokiem, mówi:

– O Miłościwy! Nigdy nie widziałem, aby takie małe dziecko szło pieszo, a zdrowy, silny mężczyzna jechał na osle!

I tym razem Hodża przyjął uwagę napotkanego wędrowca i dalej wyruszył w drogę, sadzając syna obok siebie. Po pewnym czasie napotkał trzeciego wędrowca, który gdy ich ujrzął, zawołał:

– O Wszechmocny! Biedne zwierzę musi dźwigać

taki wielki ciężar!

Rozzłoszczony Hodża tym razem puścił osła przed sobą, a sam z synem podążał dalej pieszo. Napotkał czwartego wędrowca, który oburzony tym, co zobaczył, zawołał:

– O Wszechwiedzący! Nigdy nie widziałem, aby głupie zwierzę szło sobie wolno, a jego właściciel męczył siebie i dziecko, idąc pieszo.

Na to Hodża mówi do syna:

– Synu! Od każdego słyszysz coś innego. Nie zadowolisz nikogo. Najlepiej używajmy własnego rozumu! (Janczewski, 2015)

Skromnie ubrany Hodża poszedł do hamamu. Obsługa dała mu stary ręcznik i stary płaszcz kąpielowy. Po kąpeli obdzielił chłopców łąziebnych sutym napiwkim. Podczas jego następnej wizyty w łaźni usłużna obsługa dała mu wszystkie przybory kąpielowe zupełnie nowe i była nadzwyczaj uprzejma. Tym razem, wychodząc z łaźni, Hodża zostawił im mały bakszysz. A widząc ich zawiedzione miny, wyjaśnia:

– Poprzednim razem dałem wam za dzisiejszą obsługę, a dzisiaj dostaliście za poprzednią kąpiel. (Janczewski, 2015)

6.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji.

Temat pracy habilitacyjnej Lizy Meitner (1878-1968) brzmiał: *Problemy fizyki kosmicznej*. Jednak zagadnienia kosmiczne nie były tak "modne" jak obecnie, a biorąc pod uwagę, że autorem pracy jest kobieta, jakiś recenzent napisał w gazecie: Pani dr Liza Meitner przedłożyła pracę pt. *Zagadnienia fizyki kosmetycznej*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Urodziłam się z deformacją stóp (stopa końsko szpotawa, można wygooglować). Kiedy zaczynałam edukację nadal nosiłam specjalne buty i chodziłam na "korektywę", ale poza tym radziłam sobie nieźle. Razem ze wszystkimi dziećkami biegałam, grałam w piłkę, łąziłam po drzewach itp. Mimo, że dużo częściej niż inni przewracałam się (dosłownie o własne nogi), nie czułam się gorsza od reszty dzieci. Dramat zaczął się razem z lekcjami WF. Nauczycielka mimo, że wiedziała o moich problemach uznała, że jestem świetnym przykładem dla innych dzieci "jak nie robić". Mam 30 lat, a nadal pamiętam jej teksty. "Patrzcie, LittleM znowu przewaliła się o własne nogi, jak takiej niezdarze w ogóle udaje się chodzić?", "A teraz LittleM biegnie, a my wszyscy patrzymy jak się tego nie robi", "Będziemy grać w siatkówkę, drużyna która przegra, w następnej rozgrywce ma w składzie LittleM". Oczywiście im częściej słyszałam uwagi, tym bardziej się stresowałam i tym częściej popełniałam błędy. Jak można się domyślić, szybko stałam się dla klasy kozłem ofiarnym i w innych dziedzinach. Gimnazjum zaczęłam już ze zwolnieniem ze zniechędzonej zajęć. Na lata zniechęciłam się do jakiegokolwiek aktywności fizycznej, nawet poza szkołą. Tak naprawdę odbija się to na mnie do dziś. Kilukrotnie podejmowałam próby poprawienia swojej kondycji, ale najmniejsza nawet krytyczna uwaga powoduje, że natychmiast rezygnuję. (piekielni.pl, 2018)

Wszyscy z mojej paczki znajomych poszli dzisiaj potańczyć na mieście. Mnie nawet nikt nie spytał, czy też bym chciał się z nimi zabrać. Dopiero wieczorem mnie olśniło, że ja przecież nigdy nie byłam na imprezie klubowej i bardzo bym chciał w takie miejsce się wybrać! Może nie potańczę, bo nie mam nóg, ale mogli chociaż zaproponować. (Anonimowe.pl, 2018)

Mam dość nietypowe hobby, zwłaszcza jak na dziewczynę - trenuję szermierkę historyczną. Na treningach używa się zazwyczaj miękkich mieczy - rdzeń jest twardy, ale otoczony gąbką, w kształcie walca, a nie spłaszczony, jelec (to poprzeczne coś przy rękojeści) i sama rękojeść są wykonane z gumy. Wraz z Lubym zaopatrzyliśmy się również prywatnie w takie cuda i ćwiczyliśmy

między zajęciami, coby nabrać większej wprawy. Trening odbywa się w rodzaju kasku, ochraniaczy na ręce i klatkę piersiową, żeby nie bolało, bo na nagą skórę naprawdę boli.

Ta sytuacja miała miejsce w wakacje. Niedaleko mnie znajduje się park z polanką, która sobie upodobała różnej maści trenujący - tai chi, puszczanie latawców, żonglowanie, cokolwiek się zapragnie. Nikt na nikogo dziwnie nie patrzy, uznaliśmy więc, że możemy i my się tam znaleźć. I faktycznie - przez dość długi czas udawało się bez komentarzy. Aż do tego dnia.

Podszedł do nas ojciec z synkiem w wieku późnoprzedzkolnym lub wczesnopodstawówkowym. Powiedział, że mały bardzo lubi rycerzy i że mu się spodobało, i oczywiście pytanie - czy pozwolimy mu się trochę pobawić. Ogólnie nie ma problemu, jest jedno ale - broń przez nas używana była zdecydowanie zbyt długa i ciężka dla dziecka, o czym mu powiedzieliśmy. On na to, że nie ma problemu, jest silny, poradzi sobie. No dobra, Luby daje, ale faktycznie - średnio radzi sobie z wymachiwaniem. Ojciec stwierdził, że to może on chociaż? I o, z dziewczyną, bo na pewno gorzej walczy, żeby syn nie widział, że przegrywa. W tym momencie zagotowało się we mnie, bo akurat radzę sobie naprawdę dobrze - jakoś to naturalnie we mnie leży, jakbym była wcieleniem jakiegoś szermierza ;) No ale jak chce, to jedziemy!

Odmówił założenia ochraniaczy, bo "przecież go nawet nie dam rady dotknąć". Na początku trochę pomachał od niechcenia, ale widząc, że bez problemu to odbijam albo unikam, wściekł się i chciał iść na całość. Istnieje zasada, że im ktoś bardziej wściekły, tym łatwiej go pokonać, bo przestaje myśleć racjonalnie, tutaj to też się sprawdziło. Próbował się zamachnąć zza głowy, żeby było silniejsze uderzenie, na co ja uderzyłam go po żebrach, nie z pełną siłą oczywiście, wiem, jakie to uczucie. On prawie skulił się z bólu i zrobił coś absolutnie zakazanego - wyprowadził pchnięcie w brzuch. Nie robi się, bo po pierwsze traktaty tego zakazują (pozdrawiam szalonych rekonów!), po drugie tego nie idzie odbić i stanowi to pogwałcenie savoir-vivre'u, a po trzeci ta broń nie jest do tego przystosowana. Skończyło się tam, że mimo ochrony to ja się zwinęłam, a miecz zniszczył się na czubku.

Luby chciał rzucić się z pięściami na faceta, na jego szczęście zajął się najpierw mną, w tym czasie niedoszły bohater rzucił miecz i uciekł. Tylko dzieciaka szkoda, że ma takiego ojca... (piekielni.pl, 2018)

Zapytano raz Chaplina, czy nie żał mu niemego kina.

- Oczywiście, że mi żał - odpowiedział. - Co to była za radość widzieć, jak kobiecie otwierają się usta, a głosu nie słyszeć. (Słowiński, 2010)

Witając premiera Izraela, Ben Guriona, prezydent Eisenhower wypalił:

- Mimo antysemityzmu na całym świecie, pański kraj wybrał jednak Żyda na prezydenta. (Słowiński, 2010)

Niemiecki filozof, polityk i uczyony, Wilhelm von Humboldt, będąc w Paryżu wyraził chęć zjedzenia obiadu z jakimś wariatem. Jego przyjaciel, doktor Blanche, słynny psychiatra, obiecał spełnić jego życzenie. Nazajutrz, o szóstej godzinie, słynny filozof zasiadł przy stole sławnego lekarza

naprzeciwko dwóch nieznanym mu współbiedniaków. Jeden, ubrany na czarno, z białym krawatem, o zimnym spojrzeniu i łysinie nad czołem, przywitał się, zjadł, wypił i nie powiedział ani słowa. Drugi, wprost przeciwnie, w niedbale zapiętym niebieskim ubraniu, z rozczochranymi włosami i łokciami na obrusie, sam sobie usługiwał, połykał i jednocześnie opowiadał nieprawdopodobne historie. Humboldt był zachwycony. Przy deserze pochylał się ku doktorowi, wskazując mu spod oka osobnika w niebieskim ubraniu:

- Serdecznie dziękuję, ten wariat bardzo mnie bawi.
- Jak to? - zdziwił się doktor Blanche. - Ależ to nie on jest wariatem, to ten drugi!
- Ten, który nic nie mówi?
- Oczywiście.
- W takim razie kimże jest ten, który rozmawia?
- To jest pan Honoré de Balzac. (Słowiński, 2010)

* * *

Mosze pyta rabina:

- Rebe, dlaczego Bóg najpierw zesłał sen na Adama, a potem ukradł mu żebro, żeby stworzyć z niego kobietę?
- Dlatego, żeby ludzie wiedzieli, że z kradzieży nigdy nie powstanie nic dobrego. (Illg i Łącka, 2015)

* * *

Rosenkranz spotyka w Wiedniu swojego znajomego.

- A co ty tu robisz? - pyta.
- Jestem tu w podróży poślubnej.
- Och, to gratuluję! A gdzie jest szanowna małżonka?
- Jak to gdzie? W domu. Ktoś przecież musi pilnować interesu! (Illg i Łącka, 2015)

* * *

Sara właśnie została wdową. Przyjaciele składają jej kondolencje. Sara chwali się, że mąż przed odejściem z tego świata bardzo dobrze zorganizował swój pochówek.

- Zostawił mi trzy koperty. Pierwsza na piękny pogrzeb z najnowszym modelem karawanu.
- Druga na trumnę wyściełaną satyną, z rączkami z kości słoniowej.
- Trzecia na kamień, spójrzcie, jaki piękny! - Wyciąga rękę i pokazuje swój wspaniały pierścionek... (Illg i Łącka, 2015)

* * *

Tōru Hashimoto, burmistrz Osaki, stwierdził kiedyś, mówiąc o 200 tysiącach kobiet, które zmuszono do prostytucji i współżycia z żołnierzami podczas II wojny światowej, że „pomagały one żołnierzom

się zrelaksować”. Oczywiście wypowiedź tę całkowicie potępiono. Ale nie była to jedyna tak seksistowska uwaga na temat tak zwanych comfort women. Hakuo Yanagisawa, minister zdrowia, był łaskaw określić je jako „maszyny do rodzenia dzieci”, a Yoshikatsu Nakayama – wiceminister gospodarki i handlu – musiał przeproszać, gdy złapano go na słowach wypowiedzianych na międzynarodowym spotkaniu, że „kobiety japońskie odczuwają przyjemność z pracy w domu”. (Walewski, 2015)

6.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa.

George Polya z pochodzenia był zasymilowanym węgierskim Żydem, z wyboru obywatelstwa - Szwajcarem, a większą część życia spędził w USA. Kiedyś zapytano go o etykietę dotycząca użycia formy "ty" (niem. "du") w kontaktach ze znajomymi, czego mówiący po angielsku nie rozumieją. Polya odparł, że węgierski też ma odpowiednie formy zwracania się i subtelne reguły ich użycia. Jednak odkąd obaj z Szegő są w Ameryce (Gábor Szegő 1895-1985 - węgierski matematyk, nauczyciel von Neumanna), rozmawiają po angielsku, bo po węgiersku czy niemiecku nie mogli się zdecydować, jak się do siebie nawzajem zwracać. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Słynne kontinuum dziedzicznie nierokładalne nazywane jest krzywą Knastera. Sam Knaster z dumą pokazywał studentom rumuńskie wydanie pracy "O krzywej Knastera", której tytuł w tym języku brzmiał "Curva dupa Knaster" (krzywa według Knastera). (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Pewien typ ciągów liczb naturalnych został nazwany w języku angielskim "perversion" (perwersja). Niemcom ta nazwa wydała się zbyt frywolna i ten sam typ ciągów nazywają "Toleranz" (tolerancja). Teraz matematycy śmieją się, że w Niemczech tolerancja to perwersja. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W Gandawie na koncert Polskiej Orkiestry Kameralnej przybyła ze świtą królowa Fabiola. Maksymiuk zniweczył całą etykietę całując królową w rękę. Po nim, niejako automatycznie, uczynili to wszyscy muzycy. Na szczęście królowa była, wbrew przewidywaniom, uszczęśliwiona. (Jerzy Maksymiuk, 2018)

Grażyna Barszczewska jako gość specjalny na koncercie opowiadała o swojej współpracy z Robinem Williamsem podczas kręcenia "Jakuba kłamcy". Zdjęcia miały miejsce również w Piotrkowie Trybunalskim, gdzie statyści bardzo polubili gwiazdora. W dowód sympatii, szacunku i uznania ufundowali mu pół litra. Aktor często wspominał ów incydent. (www.filmweb.pl, 2018)

Joanna Bartel zapytała kiedyś kokieteryjnie swojego niemieckiego męża, Lutza:

– Kochasz mnie?

– Tak – usłyszała odpowiedź.

– A dlaczego właściwie mnie kochasz? – dociekała dalej.

– Bo mi nie filcujesz moich kaszmirowych swetrów – wyjaśnił Lutz. (Słowiński, 2010)

W czasie pobytu w Szwecji fizyk duński, laureat Nagrody Nobla, Niels Bohr, wyszedł ze swoimi przyjaciółmi na dworzec, naprzeciw bratu. Na dworcu kupił dla wszystkich peronówki (bilety upoważniające przed laty do wstępu na peron) i wielce zachwyił się sposobem ich sprzedaży.

– U nas, w Danii, są elektryczne automaty biletowe – powiedział. – A tu, zanim wrzuci się monetę, trzeba wejść na małą platformę. W ten sposób automat uruchamia się siłą ciężkości, nie zużywając drogiej energii elektrycznej.

Kiedy jednak Bohr z przyjaciółmi podszedł do wejścia na peron, kontroler nie wpuścił ich.

– To nie są peronówki – wyjaśnił. – To bilety wagi automatycznej. (Słowiński, 2010)

Kiedy Georges Carpentier przybył w pierwszych dniach czerwca 1921 roku do Ameryki na walkę z Jackiem Dempseyem, witany był przez liczne rzesze zwolenników i jeszcze liczniejsze zastępy wielbicielek zachwycających się jego zgrabną sylwetką i filmową urodą. Dziennikarze obstąpili go wokół, ale Georges nie za bardzo chciał z nimi rozmawiać. Wspólnie z trenerem i promotorem pojedynku postanowili, że jego pobyt w Stanach otaczać będzie ścisła tajemnica, mająca w założeniu jeszcze bardziej pobudzić ciekawość gawiedzi. Reprezentujący Carpentiera w Ameryce Jack Curley, mówiący oczywiście po francusku, zapytał go w imieniu żurnalistów, co chciałby chłopcom powiedzieć.

– Powiedz im, niech nie zwracają głowy – rzekł Carpentier, pewny, że i tak nikt nie zrozumie dźwięcznej mowy francuskiej.

– Georges mówi, że jest bardzo szczęśliwy, będąc znowu w Stanach Zjednoczonych – przetłumaczył Curley.

Carpentier (do Curleya): – Spław tę całą bandę jak najszybciej. Mam ważne spotkanie o 19.30.

Curley: – Georges mówi, że jest zaszczycony możliwością walki z Dempseyem o mistrzostwo wszechwag.

Carpentier (do Curleya): – Starczy już tego gadania, zbieramy się stąd.

Curley: – Georges cieszy się ze spotkania z wami i życzy wszystkiego najlepszego.

Historyjka przedostała się do wiadomości publicznej dzięki dziennikarzowi „New York Timesa”, który niespodziewanie dla wszystkich biegłe władał językiem francuskim. (Słowiński, 2010)

Zapytany kiedyś, jakimi zdolnościami do muzyki cechują się poszczególne narody, Caruso odpowiedział:

– Niemcy i Francuzi są stworzeni do komponowania muzyki; Włosi, by ją śpiewać; Polacy, by ją zagrać; Rosjanie, by ją zatańczyć; Anglicy, by jej słuchać; Amerykanie zaś, by za nią zapłacić. (Słowiński, 2010)

Pewnego dnia Calvin Coolidge podejmował śniadaniem w Białym Domu ambasadora Wielkiej Brytanii. Nie chcąc urazić gospodarza swym dworskim zachowaniem, ambasador próbował naśladować przy stole maniery prezydenta. Kiedy prezydent postawił filiżankę do góry dnem, ambasador zrobił to samo. Kiedy Coolidge nalał mleka na talerzyk, dyplomata brytyjski postąpił podobnie. Wówczas Coolidge, z mściwym uśmiechem na twarzy, wziął talerzyk z mlekiem i postawił przed leżącym u jego stóp kotem. (Słowiński, 2010)

W czasie podróży po Rosji Aleksander Dumas przybył do jednego z większych miast, w którym właściciel dużej księgarni zaprosił go do obejrzenia swego księgozbioru. Chcąc szanownemu gościowi zrobić przyjemność, dzień przed wizytą pisarza polecił zapełnić regały wyłącznie jego dziełami. Po przybyciu do księgarni zdumiony Dumas zapytał:

- A gdzie się podziały książki innych autorów?
- Wy... wysprzedane – wyjąkał zmieszany księgarz. (Słowiński, 2010)

Podczas pobytu Ignacego Jana Paderewskiego w Paryżu, francuski minister Raymond Poincaré zapytał go:

- We Francji jest takie porzekadło: pijany jak Polak. Czy to prawda, mistrzu?
- Niech pan nie wierzy porzekadłom – odpowiedział Paderewski. – Zwykle zawierają kłamstwa. U nas na przykład mówi się: uprzejmy jak Francuz. (Słowiński, 2010)

Pewien Amerykanin, który bawił swego czasu u papieża Piusa XII, powiedział:

- Wasza Świątobliwość, ojca Waszej Świątobliwości, Piusa XI, niestety nigdy nie widziałem, ale za to dziadka, Piusa X, znałem bardzo dobrze! (Słowiński, 2010)

Jeden z przyjaciół Gioacchino Rossiniego zapytał go, dlaczego tak rzadko widuje się z Giacomo Meyerbeerem, znakomitym niemieckim kompozytorem.

- Nie możemy się nigdy zgodzić – odparł Rossini.
- A to czemu? – nalegał przyjaciel. – Czyż jego muzyka nie zasługuje na uznanie?
- Zasługuje, bez wątpienia. Jestem jej szczerym entuzjastą.
- A może on nie lubi twojej?
- Przeciwnie, niejednokrotnie zachwycał się Wilhelmem Tellem i Semiramidą.

– Jakież więc powód?

– On utrzymuje, że kapusta niemiecka jest równie dobra jak makaron włoski. (Słowiński, 2010)

Justyna Steczkowska od dzieciństwa wyjeżdżała z rodziną w trasy, i to po całej Europie. Zważywszy liczebność rodziny plus obecność kilku cioć i instrumentów, tata Steczkowski na podobój publiczności wynajmował autobus.

Jechali kiedyś do słonecznej Italii. Na którymś postoju najmłodszy z braci, Marcin, zachwyił się toaletą. Ach, chromy i automatyka! Długo podziwiał te cudeńka, a rodzina tymczasem ruszyła w siną dal, nie dokonawszy inwentaryzacji. Podążyła sobie ze śpiewem, gdy za autobusem rozległo się wycie policyjnych syren. Przerażony kierowca zjechał na pobocze. Szybkości chyba nie przekroczył...?

Z policyjnego wozu wyskoczył uśmiechnięty od ucha do ucha Marcin, bo pościg na autostradzie to frajda! A kurczak, którym poczęstowali go policjanci, był pycha!

Dziś sprawca zamieszania jest lutnikiem. Gdyby wówczas przepadł, kto robiłby piękne skrzypeczki? (Stanisławska, 2015)

Grażyna Szapołowska na planie włoskiego serialu Plac Hiszpański, w którym grała hrabinę Armię de Tolle, po raz pierwszy poczuła, co to takiego komfort pracy. Bez przerwy pytano ją, czego sobie życzy, w jakim kolorze sukni zje lunch albo czy zmienić kwiaty w garderobie. A może dostarczyć świeżych popołudniowych owoców? Odmawiała, onieśmielona, nie chcąc absorbować ekipy, lecz wkrótce zauważyła, że Włosi czują się urażeni tym brakiem wymagań. Tłumaczka wyjaśniła jej, że asystenci czują się niepotrzebni, a i jej gwiazda traci na blasku... Niechże poprosi o masaż, pokaprysi trochę, kupi małego pieska, zażąda zmiany szofera. Dotarło! Aktorka szybko weszła w nową rolę. Marudziła, że czekolada za słodka, suknie za ciasne, słońce za jasne i takie tam... Ale ekipa była nareszcie szczęśliwa! Do dziś jej członkowie cmokają, wspominając, jak fascynująca i trudna była współpraca z tą wspaniałą piękną Polką. (Stanisławska, 2015)

6.5. Konstruktywne porozumiewanie się w różnych środowiskach.

Pewnego dnia Muhammad Ali leciał samolotem do Nowego Jorku. Stewardesa poprosiła go o zapięcie pasów. - Superman nigdy nie zapina pasów – powiedział bokserski mistrz świata. - Przede wszystkim to Superman nie potrzebuje samolotu – odrzekła dowcipna stewardesa. (Słowiński, 2010)

Fundamentalna książka Banacha, w której zbudował on podstawy analizy funkcjonalnej, nosiła tytuł "Teoria operacji liniowych". Lwowscy księgarze mieli problem z właściwym umieszczeniem jej w odpowiednim dziale tematycznym. W końcu znalazła się w dziale książek... medycznych. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W matematyce istnieje teoria wiązek, a pewne "podobiekty" zawarte w wiązkach nazywa się "podwiązkami". Koło Naukowe Matematyków Uniwersytetu Warszawskiego zorganizowało szkołę

poświęconą tej teorii. Zajęcia odbywały się w Domu Kultury w pewnej wiosce na Suwalszczyźnie. Na drzwiach wejściowych i drzwiach do kilku sal rozwieszono plakaty informujące o szkole i jej tematyce. Następnego dnia w programie zajęć ktoś zamazał wszystkie "podwiązki" czarnym flamastrem. Okazało się, że zrobiła to w nocy kierowniczka Domu Kultury, która uznała, że pisanie o podwiazkach w takim miejscu jest nieprzyzwoite. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Jestem lekarzem internistą. Wczoraj przyszła do mnie młoda dziewczyna z grypą. Chciałem przepisać jej dosyć duże tabletki i zapytałem się jej, czy ma problemy z połykaniem... Dostałem w twarz. (yafud.pl, 2018)

Pewnego razu cesarz Napoleon przejeżdżał przez niewielkie francuskie miasteczko. Zdziwiony tym, że nie powitały go salwy, zapytał burmistrza:

- Dlaczego nie strzelacie z armat na moją cześć?
- Powodów jest dokładnie dwadzieścia - odparł burmistrz. - Po pierwsze, nie mamy armat. Po drugie...
- Dziękuję, to pierwsze wystarczy - rzekł cesarz. (www.filmweb.pl, 2018)

Podczas tournée, tuż przed koncertem, który miał się odbyć w jakimś małym miasteczku, zjawił się mężczyzna podający się za impresaria i zażądał rozmowy z artystą.

- Czego pan sobie życzy? - zapytał Caruso.
- Przeczytałem w programie, że będzie pan śpiewał Pieśń o kowalu. Otóż to ja właśnie jestem tutaj kowalem i chcę prosić, żeby przy okazji dodał pan, że również naprawiam wózki dzieciinne. (Słowiński, 2010)

Jan Englert grał w dwóch filmach Kazimierza Kutza, których akcja osadzona jest na Śląsku (Perła w koronie i Sól ziemi czarnej). Konieczne było opanowanie przez aktora gwar śląskiej. O tym, jak mu się to udało, świadczył komplement, jaki spotkał go ze strony starego warszawiaka:

- Świetnie pan mówi po śląsku, tylko pana zrozumiałem w tym filmie. (Słowiński, 2010)

Znakomity filozof i pisarz, ksiądz Hugo Kołłątaj, nigdy nie był w Ameryce, nad czym bardzo ubolewał. Pewnego razu, w rozmowie z księżną Czetwertyńską zauważył ze smutkiem, że nigdy w życiu nie widział drugiej półkuli i chyba już nie zobaczy. Księżna, źle rozumiawszy słowa Kołłątaja, z oburzeniem opuściła salon, mówiąc:

- Pierwszej też księdzu nie pokażę!

Odtąd Kołłątaj bardzo uważał, kiedy przy paniach poruszał temat Ameryki. (Słowiński, 2010)

Znakomity pisarz rosyjski, Lew Tołstoj, widząc jak policjant niezbyt delikatnie obchodzi się z zatrzymanym, zawołał:

- Czy umiesz czytać, człowieku?
- Oczywiście – odparł funkcjonariusz.
- A czy czytałeś Ewangelię?
- Czytałem.
- To powinieneś wiedzieć – pouczył policjanta autor Wojny i pokoju – że bliźniego nie wolno znieważać.
- A czy pan umie czytać? – odgryzł się przedstawiciel władzy.
- Umiem.
- A czy czytałeś pan instrukcję dla stójkowych?
- Nie, nie czytałem.
- No to niech pan siedzi cicho i nic nie mówi, dopóki pan nie przeczyta. (Słowiński, 2010)

Pewna gospodyni domowa zwróciła się do Marka Twaina:

- Proszę pana, po co pan męczy się i pisze książki, skoro za dolara można sobie kupić już gotową książkę? (Słowiński, 2010)

Razu pewnego zadzwonił do Kazimierza Kaczora producent serialu Dyrektorzy. „Dzień dobry, nazywam się (tu chwila wahania) Malinowski. Pragnę zaprosić pana do naszego biura, mamy propozycję, wcześniej przyślę scenariusz”. Pan Kazimierz udał się na spotkanie. Ponieważ w wielkim hallu ustawiono kilkanaście biurek, więc od progu zagrzmiął podniesionym głosem: „Chciałbym rozmawiać z panem Malinowskim!”. Odpowiedziała mu cisza i zdumione spojrzenia, po chwili jednak z krzesła wstała jakaś postać. „Przepraszam za drobny podstęp – wydała z siebie głos. Jestem tu kierownikiem produkcji, a nazywam się... Gąsior. Musiałem użyć fortelu, by pana tu ściągnąć. Gdybym tego nie zrobił, po kwestii: «Czy pan Kaczor? Mówi Gąsior», usłyszalibyśmy zapewne trzask odkładanej słuchawki...”. (Stanisławska, 2015)

Dwóch Żydów umawia się na spotkanie.

- A więc spotkamy się jutro?
- Tak.
- Gdzie?
- Gdzie chcesz.
- O której godzinie?

- Obojętne.
- Dobrze. Tylko ja cię bardzo proszę: bądź punktualny! (Illg i Łącka, 2015)

6.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia.

Mam ci ja kolegę, jak każdy.

Spokojnie, spokojnie, żarcik taki :). Mam wielu kolegów, ale historia będzie o jednym. I jego narzeczonej. Adama i Ewę znam od kilku lat. Łączą nas (a w zasadzie łączyły) wspólne zainteresowania i obecność na tematycznym forum. Wspólnie z kilkoma innymi użytkownikami raz do roku organizujemy sobie kilkudniowy minizlot, zazwyczaj na jakimś kempingu. Poza zlotami widzujemy się niezbyt często, ale utrzymujemy regularny kontakt.

Ewa od kiedy ją znam, czyli jeszcze w czasach, gdy była dziewczyną, a nie narzeczoną, nie jadła mięsa. Nie była typową wegetarianką. Zdarzało jej się przy jakiejś okazji wciągnąć śledzika czy zjeść micę rosołu. Ale stejka czy innego schaboszczaka nie ruszała. Na nikim nie robiło to wrażenia, woli sałatę od sztuki mięsa, jej sprawa.

I tak to trwało. Do czasu gdy przekopując się przez zasoby internetu w poszukiwaniu przepisów kulinarnych Ewa trafiła na jakąś listę dyskusyjną, grupę wsparcia czy coś w ten deseń. Zarzuciła okazjonalne spożywanie ryb, owoców morza i zup na mięsny wywarze. W zasadzie wszyscy znajomi potraktowali to jako coś naturalnego. Niestety następnym etapem rozwoju Ewy jako wegetarianki był etap kaznodziejski. Nie przepuściła żadnej okazji, by zrobić wykład o wyższości diety bezmięsnej nad mięsną. Ale że robiła to w sposób kulturalny i stosunkowo rzeczowy (jak dla laika), traktowaliśmy to jako trochę upierdliwe, ale nieszkodliwe w sumie dziwactwo. Ot, nadgorliwość neofity. Jedynie Adam przeczuwał co się święci. W końcu miał ją koło siebie na co dzień.

I teraz akcja właściwa. Pierwszy dzień zlotu, stoję przy stole w grill-chacie i przygotowuję kolację. Narobiłem szaszłyków mięsnych, narobiłem warzywnych, zamarynowałem w oleju z ziołami cukinie, przygotowałem ziemniaki do pieczenia. Dumny z dobrze wykonanej pracy popijam browarka i gaworzę z kolegą, który mi pomagał. Wchodzi Ewa i zagaduje:

- Napracowałeś się.
- No trochę tak, ale widok wcinających z apetytem ludzi to wystarczająca nagroda za poniesione trudy, a dla ciebie specjalnie zrobiłem szaszłycki z warzywek i pieczone pyry z gzikiem.
- Ale wiesz, nie powinieneś przygotowywać dań mięsnych i jarskich w samym miejscu i czasie. Bezmiar cierpienia istot żywych tuczonych na rzeź, ich strach i ból generuje tyle negatywnej energii, którą emanuje później mięso, że warzywa w takim przypadku stają się też praktycznie niejadalne dla osoby świadomej. Teraz to już nawet za późno na rytuał oczyszczenia, skoro wszystko to leży razem na jednym stole.
- Ty Ewka to jajcara jednak jesteś, masz, chlapnij sobie browara z nami.

Ewa jednak nie żartowała. W niezauważony dla większości sposób przeszła w tryb wegetarianki wojującej. Przez resztę zlotu żarła to swoje tofu z hermetycznych pudełek, bo okazuje się, że nawet grilowanie na tym samym ruszcie warzyw i mięsa powoduje, że te pierwsze stają się niejadalne.

Trochę przykre to było, gdy za każdym razem krzywiła się widząc, jak ktoś je coś innego niż brukiew, to jej dogadywanie o zarzynaniu biednych zwierząt, o braku empatii. Te pseudomądrości o emanowaniu złą energią i kiepskim zapachem, czy dla odmiany o wchodzeniu na wyższy poziom rozwoju duchowego. Ale cztery dni minęły jak z bicza strzelił i rozjechaliśmy się do domów.

Spotykam Adama po jakimś czasie, gadamy o tym i owym, pytam, co u Ewki. Już nie są razem. Czemu?

Zaczęła go urabiać. Do tej pory każde gotowało sobie samo. Aż tu nagle zaczęła robić wegetariańskie obiady i kolacyjki, podobno nawet niezłe – to najpierw. Ale Adaś to typowy mięsożerca i po prostu lubi wciągnąć kawał mięsa, więc od czasu do czasu robił sobie coś, co lubił. Efektem tego był szlaban na seks. Nie został co prawda zwerbalizowany, ale dało zauważyć się wyraźną korelację: jest schabowy, nie ma bzykania. Do tego nieustanne pogadanki umoralniające. Foch jak stąd do Hoboken, że śmiał założyć skórzaną kurtkę czy buty. Dyskusje do rana z jej podobnymi przez Skype lub u nich w domu. Adam próbował rozmawiać, tłumaczył, że rozumie i szanuje, ale wskazywał też ewidentne przegięcia, proponował wizytę u jakiegoś terapeuty. Nic nie trafiało. Odsunęli się od nich praktycznie wszyscy znajomi. I tak się to ciągnęło miesiącami, w Adamie rosło zmęczenie i gasło uczucie.

Aż przyszedł ten krytyczny dzień, o wydarzeniach którego nie za bardzo chciał mówić. Efekt był jednak taki, że Ewka spakowała mandżur z najpotrzebniejszymi rzeczami i wybiegła z płaczem krzycząc, jak bardzo się na nim zawiodła, że odtrącił jej pomocną dłoń, że ma nadzieję, że gdy wreszcie zrozumie, że zatracą swe człowieczeństwo, nie będzie za późno. Parę dni później zabrała co jej i tyle ją widział.

Gwoli wyjaśnienia. Wegetarianizm tak naprawdę nie ma tu nic do rzeczy. Świat pełen jest bezwzględnych "guru" potrafiących znaleźć w innym człowieku czułą strunę i grać na niej z sobie tylko znanych pobudek. (piekielni.pl, 2018)

Cesarz austriacki Franciszek Józef I zwiedzał kiedyś więzienie. Kiedy tylko wszedł, natychmiast rzuciło mu się do nóg kilku skazańców, prosząc o łaskę i zapewniając, że są całkowicie niewinni. Sytuacja powtarzała się przy każdej niemalże celi. Wreszcie jeden więzień nie poruszył się na jego widok.

- Za co tu jesteś? – zapytał zdziwiony władca.
- Za kradzież, rozbój, gwałt, oszustwo i morderstwo.
- Popełniłeś to wszystko?
- Tak.

Cesarz zawołał dyrektora więzienia:

- Proszę natychmiast wypuścić tego łotra, żeby nie psuł tych wszystkich zacnych ludzi, którzy tu siedzą. (Słowiński, 2010)

Zsa Zsa Gabor otrzymała pewnego razu zaproszenie na wieczór towarzyski do jednego z kalifornijskich klubów nudystów. Stanowczo odmówiła, a zapytana o powód, wyjaśniła:

– A cóż to za przyjemność uczestniczyć w wieczorku, na którym wszystkie kobiety są w jednakowych toaletach?... (Słowiński, 2010)

Podobno krótki, lecz płomienny romans łączył Joe Louisa z białą łyżwiarką, Norweżką Sonją Henie, trzykrotną złotą medalistką olimpijską w jeździe figurowej. Fakt ten był przez długi okres skrzętnie ukrywany, by nie wzbudzać niechęci rasistowskiej części społeczeństwa. Kiedy po latach podano go do publicznej wiadomości, sytuacja czarnych w Ameryce była już zupełnie inna.

– Jeżeli tylko przed pójściem do łóżka Sonja zdejmowała łyżwy, to nikomu nie działa się żadna krzywda – skomentował tę rewelację jeden z dziennikarzy. (Słowiński, 2010)

Adolf Nowaczyński, popularny w dwudziestoleciu międzywojennym prozaik, dramaturg i satyryk o skrajnie prawicowych poglądach, w czasie jednego z bankietów literackich wznosił następujący toast:

– Koledzy! Nie ma literatury polskiej bez Adama Mickiewicza. Nie ma Adama Mickiewicza bez Pana Tadeusza. Nie ma Pana Tadeusza bez Jankiela. Niech nam żyje Julian Tuwim!

Następny toast wznosił Tuwim:

– Koledzy! Nie ma literatury polskiej bez Adama Mickiewicza. Nie ma Adama Mickiewicza bez Pana Tadeusza. Nie ma Pana Tadeusza bez Jankiela. Nie ma Jankiela bez cymbałów. Niech nam żyje Adolf Nowaczyński! (Słowiński, 2010)

Mianowicie nie tak dawno, w programie „Pytanie na śniadanie”, Bartłomiej Tołpa zaprezentował się jako gość, który mimo dość wczesnej godziny nie łapie kontaktu z rzeczywistością. Jakby był pod wpływem środków psychoaktywnych. Czyli mówiąc po ludzku – albo nabzdryngolony, albo naćpany. Tabloidy miały używanie, fora internetowe zawrzały. Niektórzy widzowie chcieli nawet zrezygnować z płacenia abonamentu. Podeptano nam Topę boleśnie...

Zbyt szybko. Aktor wkrótce wyjaśnił, że tym przygotowanym zawczasu podstępem chciał zwrócić uwagę na problemy ludzi z autyzmem. Współpraca z fundacją Synapsis wyjaśnia wszystko. Autorem pomysłu był przebojowy reżyser Tomek Wlaziński. Z perspektywy wypełnionych PIT-ów i 1 procenta na czynienie dobra sprawdziło się porzekadło „Cel uświęca środki”. Zwłaszcza finansowe! (Stanisławska, 2015)

Swego czasu również spore zamieszanie wywołał minister spraw zagranicznych Niemiec Guido Westerwelle, pierwszy na świecie szef dyplomacji, który publicznie przyznał, iż jest gejem. Podczas pełnienia swojej funkcji zawarł związek małżeński z Michaelem Mronzem (pierwszy raz otwarcie pojawił się z nim na przyjęciu urodzinowym kanclerz Angeli Merkel kilka lat wcześniej, jeszcze zanim został ministrem). Mronz komentował to wówczas tak: „Myślę, że ludziom obojętne jest, czy minister spraw zagranicznych żyje z mężczyzną, czy z kobietą. W przeciwnym razie FDP z Guidem Westerwellem na czele nie osiągnęłaby w wyborach najlepszego wyniku w swojej historii”. I oficjalnie Westerwelle podróżował z nim jako swoim małżonkiem – na przykład w 2010 roku odwiedzili Japonię i Chiny. W żadnym z tych krajów, choć tak przecież przywiązanych do tradycji, nie

było protokolarnych trudności (w Japonii Westerwelle z mężem wzięli nawet razem udział w uroczystościach noworocznych przed świątynią Meiji), co pokazuje tylko, że od Azjatów można się uczyć mądrości. Przecież na tym polega protokół dyplomatyczny, aby wszyscy czuli się komfortowo. Z drugiej strony należy docenić samoświadomość ministra – na przykład w oficjalnej delegacji do Arabii Saudyjskiej, gdzie za homoseksualizm grozi kara śmierci, czy do konserwatywnej Turcji pojechał sam, szanując tym samym miejscowe zwyczaje. (Walewski, 2015)

Do ciekawego wydarzenia doszło w kwietniu 2015 roku w Boliwii. Tamtejszy prezydent Evo Morales wyrzucił z pracy ministra obrony Jorgego Ledezmę za... sweter. A dokładnie za fakt, że udzielając wywiadu telewizyjnego na tle samolotu, do którego wojskowi pakowali 13 ton paczek z wodą pitną w ramach pomocy humanitarnej dla sąsiedniego Chile nawiedzonego przez powódź, minister miał na sobie sweter z logo podkreślającym pretensje Boliwii do części wybrzeża chilijskiego. Widniał na nim nawet napis: „Morze należy do Boliwii”. Morales przeprosił chilijski rząd za skandal i podkreślił, że „nie wolno popełniać takich błędów”, choć nie wycofał pretensji swojego kraju do spornego terytorium i podkreślił, że „to wydarzenie nie ma nic wspólnego ze stanowiskiem rządu w tej sprawie” (Walewski, 2015)

Josel spotyka na ulicy znajomego.

- Cześć, Josel! Jak się masz? – spytał ów człowiek.
- N-n-n-ie najlepiej. Sta-a-a-rałem się o p-p-p-racę, ale ci cho-o-o-lerni antyse-e-e-mici mnie odwali-i-i-li.
- Biedaku, a co to miała być za praca?
- S-s-s-pikera radio-o-o-wego. (Illg i Łacka, 2015)

Pytają dziedzica, co sądzi o Żydach.

- O, to najgorszy naród pod słońcem! Sami oszuści i złodzieje!
- A co jaśnie pan sądzi o karczmarzu Jankielu?
- O, to najuczciwszy człowiek, jakiego znam! Mógłbym mu powierzyć cały mój majątek!
- A jak pan ocenia kupca Rosenkranza?
- Ten to dopiero uczciwy człowiek! Kupuje moje zboże już od lat i nigdy nie oszukał mnie ani o grosz.

Pytają Żyda, co sądzi o Żydach.

- Żydzi to naród myślicieli i proroków, artystów i kapłanów.
- A co sądzisz o Goldsteinie?
- Ten łajdak i złodziej? Nie zapłacił mi za ostatnią dostawę!
- No, a co możesz powiedzieć o Krakauerze?

– Nawet mnie nie pytaj! To łotr i szubrawiec! (Illg i Łącka, 2015)

Dwóch Żydów zwiedza Watykan, podziwiają przepych i bogactwo. Jeden z nich mówi:

– Popatrz, a zaczęli od stajenki. (Illg i Łącka, 2015)

6.7. Negocjowanie i osiągnięcie kompromisu.

Na seminarium Andrzeja Mostowskiego (1913-1975) doszło do ostrego starcia dwóch studentów matematyki (jednym z nich był Janusz Korwin-Mikke ur. 1942), podczas której przekrzykiwali się oni nawzajem. Gdy emocje trochę opadły, Mostowski - człowiek niezwykle spokojny - zwrócił się do nich cichym głosem: *Ależ panowie, o racji w nauce nie decyduje siła płuc.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Żona podjechała na większe zakupy do marketu. W soboty zawsze jest większy ruch, dzisiaj chyba spotęgowany horrorem zamkniętych marketów w niedzielę. Powolutku sobie jechała by zaparkować, trafiło się miejsce blisko wejścia, ponieważ kierowca wyjeżdżał. Kierunek wrzucony i czeka na możliwość wjazdu. Wjeżdżając słyszy klakson i widzi po lewej samochód prawie w jej drzwiach i pana mocno gestykującego. Zaparkowała, a pan wyskoczył z samochodu i krzyczy, że to jego miejsce. Mocno gestykując i rzucając "mięsem" podchodził coraz bliżej. Żona ręka do kieszeni, gdzie ma gaz i straszy, że zadzwoni na policję.

Pan odpuścił.

Koniec historii? Niestety nie, telefon od żony, że lusterko ktoś urwał. Nie przypadkowo, bo leży obok samochodu. Podjechałem, no faktycznie, ktoś się wysilił.

Dziękuję panu z ochrony, że miał ochotę sprawdzić monitoring i zabezpieczyć nagranie. Urwał pan frustrat, bo na nagraniu widać wcześniejszą awanturę i jak po 15 minutach pan wyjeżdżając z parkingu wysiada z samochodu i szarpie się z czymś przy drzwiach samochodu żony. Numer rejestracyjny widać na nagraniu, więc nie jest najgorzej.

Patrol policji przyjechał, ale i tak odesłali nas na komendę, by tam złożyć zeznania, a zabezpieczony materiał dowieźli.

Panu życzę mniej stresów w życiu i pożyteczniejszego wyładowywania emocji. Kierowca Niestety z innego powiatu, a zapewne z okolicznej wioski, więc pozostaje oczekiwanie na ustalenia policji. (piekielni.pl, 2018)

Brigitte Bardot pojawiła się pewnego razu w kostiumie bikini na plaży, gdzie obowiązywały kostiumy jednoczęściowe.

– Proszę pani – zwrócił jej uwagę funkcjonariusz. – W tym miejscu można się opalać tylko w jednoczęściowym stroju.

– Nie ma problemu – uśmiechnęła się francuska gwiazda. – Którą część mam więc zdjąć, górę czy dół? (Słowiński, 2010)

Przez pewien okres swej twórczości Brahms komponował najczęściej utwory przepełnione smutkiem.

– Publiczność chciałaby usłyszeć w końcu coś wesołego – zwrócił mu uwagę wydawca.

Po jakimś czasie Brahms odwiedził go ponownie i rzucił mu na biurko nową kantatę. Wydawca spojrzawszy na pierwszą stronę. Nosila tytuł „Radośnie układam się do grobu”. (Słowiński, 2010)

W trakcie prac nad filmem Gladiator zarządzono pewnego razu wolny weekend. Grający główną rolę Russell Crowe otrzymał od dyrekcji wytwórni filmowej pismo, w którym proszono go, by w czasie odpoczynku nie zajmował się grą w futbol:

„Mógłby pan nabawić się jakiejś kontuzji, a to naraziłoby wytwórnię na dodatkowe koszty – wyjaśniła dyrekcja”.

„Chyba zwariowaliście – odpisał aktor. – W tym tygodniu kazaliście mi uprawiać na planie zapasy z czterema tygrysami, a zabraniacie gry w głupią piłkę nożną...” (Słowiński, 2010)

Dwie damy dworu króla Prus, Fryderyka II Hohenzollerna, zwanego Wielkim, sprzeczały się w drzwiach, która z nich jest bardziej godna, aby przejść pierwsza. Nie mogąc osiągnąć consensusu, zwróciły się o rozstrzygnięcie sporu do króla, który właśnie nadszedł.

– Niechaj pierwsza wejdzie ta – zdecydował Fryderyk – która jest głupsza. (Słowiński, 2010)

Razu pewnego w mieście Breslau pewien katolik dopuścił się kradzieży pieniędzy z kościelnej skarbonki. Schwytany i postawiony przed sądem tłumaczył, że otrzymał je od samej Matki Boskiej, która tą drogą pragnęła wspomóc ubogiego. Sąd nie przyjął tego tłumaczenia i wydał wyrok skazujący. Skazany odwołał się do króla Fryderyka II. Ten zwołał gremium teologów, każąc im rozstrzygnąć problem, czy rzeczywiście jest niemożliwe, aby Matka Boska robiła pobożnemu i będącemu w potrzebie katolikowi tego rodzaju podarunki.

– Nie ma takiej niemożliwości – oświadczyli po długich debatach zakłopotani teologowie. – Ale jeśli go zwolnisz, Miłościwy Panie, to on w poczuciu bezkarności dopuści się kolejnej kradzieży.

Wówczas król napisał pod wyrokiem:

„Ułaskawiam podsądnego, ale zabraniam mu pod gardłem przyjmować na przyszłość jakiegokolwiek prezenty od Matki Boskiej i innych świętych”. (Słowiński, 2010)

W czasie pobytu w Kenii Hemingway poznał wodza plemienia murzyńskiego, który nosił oryginalny naszyjnik.

– Z czego jest zrobiony? – zapytał pisarz.

– Z zębów krokodyla.

- Chętnie kupiłbym taki naszyjnik.
- Proszę, kosztuje pięćset funtów.
- Ależ za taką sumę mógłbym kupić naszyjnik z pereł!
- Czy sądzi pan – odparł kacyk – że trudniej jest otworzyć muszelkę, by wyjąć z niej perłę, niż paszczę krokodyla, by wyrwać mu zęby? (Słowiński, 2010)

Molier zmarł, odmówiwszy przyjęcia świętych sakramentów, w związku z czym ksiądz nie chciał go pochować w poświęconej ziemi. Mimo próśb króla Ludwika XIV, nawet arcybiskup nie chciał uchylić tego zakazu.

- Jak głęboko sięga poświęcona ziemia? – zapytał król.
- Na cztery stopy, Wasza Wysokość – odparł duchowny.
- A więc pochowajcie go na głębokości sześciu stóp – zdecydował Ludwik XIV. (Słowiński, 2010)

Światowej sławy francuski uczyony Ludwik Pasteur prowadził kiedyś w swym laboratorium eksperymenty z bakteriami ospy. W pewnej chwili zjawił się tam sekundant jednego z paryskich arystokratów, oświadczając, iż hrabia domaga się od uczonego satysfakcji za rzekomą obrazę, której ten miał się dopuścić podczas jakiegoś spotkania.

- Oczywiście, przyjmuję wyzwanie – odpowiedział spokojnie Pasteur. – A ponieważ jako wyzwanemu przysługuje mi prawo wyboru broni... Proszę, oto dwie probówki. W jednej znajduje się woda, w drugiej bakterie ospy. Teraz niech wybiera pan hrabia, którą chce wypić. Ja wypiję tę, którą on pozostawi.

Jak wieść niesie, do pojedynku nie doszło. (Słowiński, 2010)

6.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją.

Jakiś czasu temu na nasze firmowe komórki zaczęła wydzwaniać firma CallSpam z "wyjątkową ofertą". Domyśliliśmy się, że ktoś sprzedał im naszą bazę numerów, bo dzwonili do każdego. Przy pierwszych telefonach tłumaczyliśmy, że nie jesteśmy właścicielami numerów i nie możemy podejmować decyzji o dodatkowych opłatach. Gdybyśmy się zgodzili, musielibyśmy płacić z własnej pensji za ten super abonament. Niestety nie przestawali wydzwaniać, więc zaczęliśmy ze sobą rywalizować na najlepszy sposób spławienia telesprzedawcy. Moim sposobem było dokładne dopytywanie się o szczegóły oferty. Powtórzenie całej jeszcze raz, bo nie usłyszałem najważniejszej części i po godzinie rozmowy musiałem się zastanowić, ale oddzwonię. Tylko w tle słyszałem „Nie... Proszę się nie rozłą...”. Nawet próbowałem zadzwonić, ale trudno to zrobić na numer zastrzeżony. Pierwszy kolega: Od razu jak tylko usłyszał nazwę firmy mówił, że ciężko pracuje i nie płacą mu za rozmowy telefoniczne w czasie pracy i prosi o kontakt po 16. Wieczorem też nie mógł rozmawiać, bo to numer firmowy, a już wyszedł z pracy i muszą zadzwonić jutro przed 16. Oczywiście przecież. Drugi zaczął oferować usługi własnej firmy IT i zachwalał autorski skrypt, który sam będzie dzwonił, więc firma CallSpam nie będzie musiała zatrudniać sprzedawców. Niestety chyba jego propozycja zwolnienia wszystkich telemarketerów nie została przekazana wyżej. Trzeci już tyle razy słyszał tę ofertę, że gdy tylko widział numer, odbierał i zaczynał proponować ją sprzedawcy.

Zazwyczaj albo mieli wrażenie błędu w Matrixie, albo byli pewni, że rozmawiają z podróżnikiem z przyszłości. Czwarty – najlepszy. Jak tylko sprzedawca opowiedział swój wierszyk: - Och, niestety, zadzwonił się pan na sekretariat. Takie sprawy tylko w dziale finansów. Już przekazuje telefon – i komórka trafiała do rąk kolegi obok. - Witam, dział finansów. - Wysłuchał ofertę. - Niestety nowymi umowami zajmuje się dział prawny. Zaraz przełączę. Kiedy telefon przeszedł przez wszystkie działy naszej „Firmy”, z powrotem trafiał na recepcję, tym razem jednak będącym głównym prezesem naszej korporacji. – CallSpam?!? Przecież wy jesteście nam winni pieniądze. Faktury nieopłacone. Proszę natychmiast mnie przełączyć do waszego prezesa. - Telefon od razu się rozłączył. Większość rozmów oczywiście na głośnomówiącym, żeby jury mogło ocenić nasze wystąpienia. Pytanie kto w tej historii jest Piekielny? My, bo zaczęliśmy sobie robić żarty z call center, czy oni, wydzwanający po trzy razy dziennie? Osobiście uważam, że osoba, która sprzedawała nasze numery. (piekielni.pl, 2018)

Ostatnia klasa ogólniaka. Przerwa. Jeden z klasowych gangsta odkręcał butelkę z gazowanym napojem. W pewnym momencie zawartość zaczęła się potężnie pieniać i wylewać, więc koleś odruchowo odsunął rękę, w której trzymał napój z dala od swojej bluzy. Niestety zrobił to tak energicznie, że oblał przechodzącą obok dziewczynę. Gazowany soczek zamoczył jej przód swetra, twarz i część włosów. Ten pajac nawet nie przeprosił, a jego równie odmóżdżony kolega skomentował rzucił: "Brzydsza i tak nie może być". Laska oczywiście to usłyszała. Oni tymczasem rechotali jak durnie i przybili sobie piątki. Ich miny po wejściu do klasy są nie do opisania. Za biurkiem siedziała nowa nauczycielka niemieckiego i wycierała okulary mokre od napoju. Po sprawdzeniu listy obecności, wywołała na małe pytanko naturalnie naszego pajaca. Ten zaczął niezdarne ją przeproszać, ale ona uciszyła go unosząc rękę, po czym powiedziała: Teraz to ja jestem sprite, a ty jesteś pragnienie. Gościu prawie się popłakał. (yafud.pl, 2018)

Fragment wywiadu z Holoubkiem, w którym w opowiada o swojej przyjaźni z Konwickim:

"Co jest przedmiotem waszych rozmów?

– Rozmawiamy o niczym, a najczęściej w ogóle nie rozmawiamy. To jest właśnie nasza tajemnica. Ponieważ na ogół nie spotykamy się we dwóch, tylko w większym gronie, więc Konwicki zajmuje się swoimi zainteresowaniami, a ja swoimi. Po godzinie 12 trzeba iść do „Czytelnika” na obiad i właściwie dopiero wtedy się witamy. Czasem oczywiście rozmawiamy o tym, co się dzieje. Krew nas zalewa na to, co się dzieje w polityce, ale nie zajmujemy się polityką jako taką, tylko charakterologią polityków – jeden wygląda na troglodytę, inny na psychopatę, tego trzeba wysłać do lekarza, i stąd się biorą oczywiście określone konsekwencje, bo przecież nie może mała wymyślić poematu. Przytoczę taki obrazek obyczajowy, który moim zdaniem dobrze ilustruje to, co się teraz dzieje w polskiej polityce. W jednym z teatrów na próbie Kalina Jędrusik zapaliła papierosa. Na scenie nie wolno palić papierosów. Zbliżył się strażak i powiedział: „Proszę zgasić papierosa, bo tu nie wolno palić”. A Kalina jak Kalina – z wdziękiem odparła: „Odpiardol się strażaku”. I on strasznie się zamyślił, poszedł za kulisy i tam trwał jakiś czas. Potem nabrał powietrza, wrócił na scenę, ale tam już nie było Kaliny, tylko Basia Rylska. On jednak tego nie zauważył, bo oczy zaszyły mu bielmem z wściekłości, i krzyknął do Rylskiej: „Ja też potrafię przeklinać, ty kurwo stara!”. Kompletnie zdumiona Basia pobiegła do Edwarda Dziewońskiego, który był reżyserem spektaklu, i powiedziała mu, że strażak zwariował, bo ją zwyzywał bez żadnego powodu. Dziewoński strasznie się zezłościł, poszedł do strażaka i powiedział: „A pan jest @!#\$!”.

Przy czym strażak był inny. Więc tak wygląda życie polityczne w naszym kraju. Typowa komedia pomyłek, qui pro quo. Przepraszam za te wulgaryzmy, ale inaczej tej historii nie da się opowiedzieć." (www.filmweb.pl, 2018)

Grażyna Barszczewska grała kiedyś chorą na stwardnienie rozsiane wiolonczelistkę w sztuce Solo na dwa głosy w krakowskim Teatrze STU. Partnerujący jej Edward Dziewoński pomylił w pewnym momencie nazwę potrzebnego chorej leku, pepryzyny.

– Ależ to powinna być peporyzyna! – rozległ się jakiś oburzony głos z widowni, należący zapewne do lekarza bądź aptekarza.

Na sali zapanowała cisza, na szczęście pani Grażyna błyskawicznie wybrnęła z sytuacji, krzyząc:

– To ty, okazuje się, źle mnie leczysz! (Słowiński, 2010)

Zbigniew Cybulski – legenda polskiego kina – był, jak na artystę przystało, odrobinę roztargniony. W czasie realizacji zdjęć do szwedzkiego filmu Kochać, w którym grał główną rolę, tak niefortunnie bawił się filiżanką kawy na jednym z przyjęć, że całą jej zawartość wylał na wytworną suknię siedzącej obok damy. Towarzystwo zamarło. Wszyscy oczekiwali, że przedstawiciel słynącego z rycerskości słowiańskiego kraju rzuci się natychmiast z serwetką i gorącymi przeprosinami w stronę poszkodowanej, obsypując przy tym jej dłonie pocałunkami. On tymczasem poprosił o drugą kawę, niespiesznie ją posłodził, dodał śmietanki i... wylał na siebie.

– Teraz rozumiem, jak głupio musi się pani czuć! – wymamrotał. (Słowiński, 2010)

Rabbi Lewi Icchak ujrzał biegnącego ulicą w wielkim pośpiechu człowieka, który nie patrzył ani w prawo, ani w lewo.

– Czemu tak biegniesz? – zapytał go.

– Biegnę za zarobkiem – odparł ów człek.

– A skąd wiesz, że twój zarobek biegnie przed tobą i że to ty musisz go ścigać? Może właśnie jest za tobą i gdybyś się tylko zatrzymał i pomyślał, zaraz byś go spotkał, ale może ty właśnie przed nim uciekasz? (Illg i Łącka, 2015)

Rabbi Icchak z Warki opowiadał: „Kiedy byłem raz w drodze z moim świątobliwym nauczycielem, rabbim Dawidem z Lelowa, i zatrzymaliśmy się gdzieś w obcym mieście, nagle napadła na niego na ulicy jakaś nieznamiona kobieta i zaczęła go bić. Wyobraziła sobie, że to jej mąż, który opuścił ją przed wieloma laty. Kiedy po chwili pomyłka się wyjaśniła, kobieta wybuchnęła niepohamowanym płaczem. »Uspokój się – rzekł rabbi Dawid. – Uderzyłaś przecież nie mnie, lecz swojego męża. Jakże często napadamy na drugiego w przekonaniu, że to ktoś inny niż ten, kim jest on naprawdę«”. (Illg i Łącka, 2015)

Pewien amerykański biznesmen wybrał się do Meksyku. Będąc w wiosce na wybrzeżu, w małym porcie spotkał rybaka, który wrócił z ładunkiem bardzo dobrej jakości tuńczyka. Amerykanin zagadnął go:

- Ile trwały twoje dzisiejsze połowy?
- Och, niezbyt długo.
- A co robisz z resztą czasu?
- Śpię do późna, spędzam czas z moją żoną i dziećmi, chodzę na spacer, sącę wino i gram na gitarze z moimi amigos. Jestem bardzo zajęтым człowiekiem, senor.
- Słuchaj, jestem doświadczonym człowiekiem biznesu i radzę ci, żebyś zaczął łowić więcej ryb.
- Po co mi więcej ryb?
- Po to, żebyś zarabiał więcej pieniędzy.
- A po co mi pieniądze, senor?
- Żebyś mógł kupić większą łódź i łowić jeszcze więcej ryb. A z zysków mógłbyś kupić więcej łodzi i zatrudniać rybaków. Dzięki temu mógłbyś otworzyć przetwórnice ryb, kontrolując zarówno surowiec, jak i produkt, a potem przenieść się do Mexico City, a może nawet do Nowego Jorku. Byłbyś człowiekiem sukcesu!
- Ile czasu by mi to zajęło?
- Jakieś 10-15 lat.
- Aha. To dość długo.
- Posłuchaj, wtedy przychodzi najpiękniejszy moment. Sprzedajesz dobrze prosperującą firmę i zarabiasz miliony, miliony dolarów!
- Miliony? A po co?
- Po to, żebyś mógł się wyprowadzić do nadmorskiej wioski, by spać do późna, spokojnie spędzać czas ze swoją żoną i dziećmi, chodzić na spacer, sączyć wino i grać na gitarze ze swoimi amigos.... (canabe.pl, 2018)

Sztokholm'84 – kiedy zaczyna się „Save Me”, Freddie zaczyna śpiewać „It started all so well” („tak dobrze wszystko się zaczęło”). Brian jednak myli i spóźnia się na pianinie, co Freddie kwituje – „No, zbyt dobrze to się k...a nie zaczęło” po czym obaj wybuchają śmiechem i zaczynają od nowa. (Queen Poland, 2018)

Przed kilku laty – wspomina watykański korespondent Telewizji Publicznej, Jacek Moskwa – po modlitwie „Anioł Pański” Jan Paweł II przemawiał, niemal krzyżąc. Zaraz potem, podczas audiencji w Pałacu Apostolskim, Moskwa prosił Papieża, aby na siebie uważał, bo jego chrypka zaniepokoiła dziennikarzy.

- To ze złości - usprawiedliwił się Papież.

A odchodząc dodał: - A złość piękności szkodzi. (Wikiquote, 2018)

6.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość.

Powróciłam w mury mej dawnej podstawówki. Na jakieś 20 minut i zdążyłam sobie przypomnieć, jakie to miejsce jest ograniczone. Oczywiście nauczycielki przez tyle lat pozostały te same. Ja mam obecnie 22 lata. Już za moich czasów były one starej daty, ale nadal nauczają. Niestety nauczają też moją siostrę. Zaczęłam zupełnie od tyłu, więc już rysuję wam sytuację. Akurat wyszło tak, że prawie miesiąc miałam wolnego w lutym - błogosławione 0 i przedmioty roczne. Wróciłam więc do rodzinnego domu wraz z połową dobytku. Młoda miała do przerobienia lekturę. Ponarzekła, że oczywiście w bibliotece szkolnej nie ma, bo już inna klasa ją przerabia, a ona ma ją przynieść na przyszłą lekcję. W domu zaczęła czytać jej streszczenie, a ja znalazłam ją na wolnych lekturach. Jako, że jestem posiadaczką czytnika e-booków, zrzuciłam Młodej lekturę i wysłałam do szkoły. Powrót Młodej - ona wściekła, a w zeszytach uwaga do podpisania przez mamę. Moja ukochana polonistka, na którą i Młoda trafiła, skonfiskowała czytnik. Jak napisała w uwadze "Młoda nie zajmuje się zadaniem na lekcji, tylko bawi się tabletem. Kłamie, że trzyma tam książkę". Tak się bawić nie będziemy. Poszłam do podstawówki i do sekretariatu - oni żadnego sprzętu od polonistki nie dostali. Musiałam przyjść w godzinach urzędowania polonistki, bo najprawdopodobniej zabrała sprzęt ze sobą. Drugi dzień - 20 minut wyklócania się z polonistką. Jako, że kiedyś to ja byłam tą cichą spokojną uczennicą, to miała niezłe zdziwienie, że jej była uczennica podważa jej autorytet. Ba, że grozi jej zawiadomieniem prokuratury o przywłaszczeniu sprzętu. Bo uwaga, polonistka zabrała mój czytnik do domu i nie spodziewała się, że ktoś po niego tak szybko przyjdzie. Potem stwierdziła, że odda go tylko prawnemu opiekunowi. Dopiero gdy już miałam dzwonić na policję, że jest taka, a taka sytuacja, obiecała zwrócić go na następnej lekcji Młodej. Nie zwróciła, ale dała jej notatkę, że mama ma przyjść go odebrać do sekretariatu. Nie ja, a moja rodzicielka. Sekretariat czynny do 15, a mama kończy pracę o 16. Dała mi upoważnienie i poszłam po czytnik. Leżał luzem w pudełku sekretarki, z którego mogłam sobie go swobodnie wyciągnąć, bo był zaraz na wejściu. W dodatku w podstawówce nadal kamer nie ma. Zwróciłam na to uwagę, a sekretarka przyznała mi rację, ale ona nie ma gdzie takiego pudła ze sprzętem uczniów dać, bo dyrektor nie chce brać na siebie odpowiedzialności, a więc zamykane szafy odpadają. Ręce opadają. (piekielni.pl, 2018)

Wraz ze znajomymi działamy w grupie rekonstrukcji historycznej, odtwarzamy Cesarstwo Niemieckie z przełomu XIII i XIV wieku. W związku z tym mamy dość specyficzne hobby. Jedną z koleżanek, nazwijmy ją Ada, zajmuje się szyciem. I to nie byle jakim, bo ręcznym, żeby było zgodnie z realiami. Czasochłonne to okrutnie, bo trzeba wszystko dokładnie obszyć, a jest to wiele metrów roboty na jedną sztukę ubrania. W związku z tym cena takiego cacka jest też odpowiednio wyższa. Początkujący często decydują się na szycie maszynowe lub maszyna+widoczne szwy ręczne, co obniża cenę, ale dla doświadczonych jest nie do przyjęcia.

Zgłosiła się do nas dziewczyna, Julka, że pasjonatka historii, sporo czytała, oglądała nasze pokazy, i chce dołączyć. Super, że się zgłaszasz, wstępnie przyjmujemy. Jednym z ważniejszych elementów jest strój. Masz? No nie, tylko drobiazgi typu pasek, chce się dowiedzieć, jak się do tego zabrać, bo zielona zupełnie. Tu tłumaczenie, co, jak i dlaczego, i zaoferowanie pracy Ady. Julia zachwycona, powoli się dogadują, przy podaniu ceny trochę jej zrzęda mina. Ada oferuje tańsze zamienniki, zmianę szycia z ręcznego na maszynowe. Julka się zgadza, wymiary wzięte, zaliczka wpłacona, nic

tylko szyć. Za jakiś czas bierze na przymiarękę, jakieś drobne poprawki, po przygotowaniu finalnym miała przymierzyć jeszcze raz, zapłacić i dostać do rąk własnych.

No właśnie - miała. Przy oglądaniu zaczęła jęczeć: a czemu bawełna, a nie len? Czemu szycie maszynowe? Czemu nie ma podszewki, a miała być? Ada robi wielkie oczy, jak to, przecież się umawiały, ma zapisane. Julka na to, że kłamie, że chciała coś innego, lepszego, tylko dziwnym trafem cena się zgadza. Ada stawia ultimatum: dopłaca 500 zł (połowa wartości całego zestawu w wersji ekonomicznej) i bierze, albo wynosi się z jej domu. Panna po kłótni wybrała opcję nr 2.

Naprawdę nie rozumiem. Myślała, że ugra cokolwiek? Że Ada odda jej niemal za bezcen owoc ciężkiej pracy? Że jak pokrzyczy, to tamta się przestraszy i jej odda? Głupota nadal mnie zadziwia... (piekielni.pl, 2018)

Do Tristana Bernarda zadzwonił kiedyś dyrektor banku:

- Ogromnie mi przykro, ale muszę pana powiadomić, że pańskie konto w naszym banku jest ujemne i wynosi minus dwanaście tysięcy franków.

- A jakie było moje konto w ubiegłym miesiącu?

- Miał pan u nas dwadzieścia tysięcy franków.

- No widzi pan. Kiedy pan był mi winien pieniądze, ja nie niepokoiłem pana telefonami. (Słowiński, 2010)

Tristan Bernard poszedł kiedyś z żoną do teatru obejrzeć sztukę napisaną przez jego przyjaciela. Sztuka była tak nudna, że po pierwszym akcie Bernard podniósł się z miejsca i skierował ku drzwiom.

- Nie wychodź teraz - syczy żona. - Przysłano nam zaproszenia i choćby przez grzeczność powinniśmy zostać dokońca.

- Dobrze - odpowiada pisarz, ale w połowie drugiego aktu znowu kieruje się do wyjścia.

- Dokąd znowu idziesz? - szepce żona.

- Do kasy. Chcę kupić bilet, żeby móc opuścić teatr jak każdy normalny widz. (Słowiński, 2010)

Pewnego razu Władysław Broniewski wszedł do sklepu spożywczego i poprosił o kilogram śledzi. Ekspedientka położyła je na wadze, zainkasowała pieniądze i wyraźnie czekała, aż klient weźmie ryby bez opakowania.

- Proszę mi je zawinąć w papier - poprosił poeta.

- Śledzi nie zawijamy - wyjaśniła pani sklepowa. - Co to, nie wie pan, że mamy obecnie przejściowe trudności z papierem?

- Wobec tego poproszę o książkę zażaleń.

Ekspedientka podała ją bez wahania, wiedząc, że cokolwiek klient napisze, nie będzie to miało najmniejszego znaczenia.

– A pisz se pan, pisz – dodała z przekąsem.

Tymczasem Broniewski, nie namyślając się wiele, wyrwał z zeszytu kilka kartek, zawinął w nie śledzie i nim zaskoczona sprzedawczyni zdołała wykrztusić słowo – wyszedł ze sklepu. (Słowiński, 2010)

Pewien młody kompozytor poprosił Hansa von Bülowa o przejrzenie swojej kompozycji i szczerą ocenę. Na to Bülow:

– A ja bym wolał, żebyśmy nadal mogli zostać dobrymi przyjaciółmi. (Słowiński, 2010)

Na krótko przed rozpoczęciem koncertu Hans von Bülow spieszył się do swojej garderoby. Na zakręcie schodów zderzył się ze schodzącym z góry obcym mężczyzną.

– Osioł! Kretyn! – krzyknął do niego nieznajomy.

– Bardzo mi miło, Hans von Bülow – odwzajemnił prezentację kompozytor. (Słowiński, 2010)

Pracownię Marca Chagalla odwiedził pewien markiz.

Obejrzał jego płótna, zapytał o cenę, a potem rzekł:

– Czy mógłby mi pan dać coś niedrogiego w oleju?

– Oczywiście – odpowiedział artysta i wręczył arystokracie puszkę szprotek w oleju. (Słowiński, 2010)

Maurice Chevalier znany był ze swego skąpstwa. Kiedy pewnego razu zgubił w hotelu banknot pięćsetfrankowy, natychmiast postawił na nogi cały personel. Po kilku minutach w jego pokoju zjawiał się boy, oświadczając, że znalazł pieniądze i wręczył je aktorowi.

– Ależ ja zgubiłem banknot pięćsetfrankowy, a nie dziesięć banknotów po pięćdziesiąt franków! – wykrzyknął zdumiony Chevalier.

– Zgadza się – odparł boy z kamienną twarzą – ale widzi pan, ostatnim razem, gdy zwróciłem jednemu z naszych gości zgubione przez niego pięćset franków w jednym banknocie, to okazało się, że nie miał drobnych. (Słowiński, 2010)

Friedrich Dürrenmatt otrzymał kiedyś list od swego sąsiada, który w niewybrednych słowach uskarżał się, że pies Dürrenmatta zbyt głośno szczeka w nocy. Pisarz odpowiedział również listownie:

– Szanowny Panie. Przeczytałem pański list mojemu psu i mam nadzieję, że weźmie sobie do serca pańskie uwagi. (Słowiński, 2010)

Alberta Einsteina regularnie odwiedzała córeczka sąsiadów. Widząc, że dziecko zajmuje mu sporo czasu, żona uczonego zapytała go:

– Czy nie szkoda ci tracić cennego czasu dla takiej smarkuli?

– Ależ ja wcale nie tracę czasu! – zaprotestował Einstein.

– Ona przynosi mi miodowe cukierki, które uwielbiam, a ja jej za to rozwiązuję zadania z matematyki. (Słowiński, 2010)

Rozdział 7 Suplement

Opracowując autorskie definicje operacyjne najważniejszych grup kompetencji społecznych dokonano nowatorskiego zabiegu polegającego na ich „otagowaniu”. Za Wikipedią „Tag (znacznik) to znak lub słowo kluczowe przypisane do określonego fragmentu informacji, na przykład tekstu lub pliku multimedialnego. Tagi są powszechnie stosowane w bazach danych oraz przy opisywaniu informacji tekstowej.” (Tag (znacznik), 2007) Każda z kompetencji społecznych została opisana poprzez słowa kluczowe (tagi) wyodrębnione z treści definicji analizowanych na potrzeby wypracowania definicji operacyjnej. Analizie poddano kilkaset definicji związanych z opisywanymi kompetencjami społecznymi. Z ich treści wyodrębniono słowa kluczowe i uporządkowano je na kilku poziomach (od dwóch do czterech). Poziomy związane są ze stopniem ogólności znacznika. Pierwszy poziom to znacznik nadrzędny, a kolejne są wobec niego podrzędne np. „dobra” to tag nadrzędny wobec „osobiste” i „społeczne”. Oznacza to, że osobiste i społeczne to kategorie dóbr. Słowa podrzędne mogą być rodzajami, przykładami, kategoriami lub elementami opisu słów nadrzędnych. Czasem stanowią one kluczowe skojarzenia ze słowem nadrzędnym. Słowa podrzędne mogą być nadrzędnymi wobec kolejnego poziomu itd. Na przykład „zdrowie”, „wolność”, „cześć” (trzeci poziom) są rodzajami dóbr (pierwszy poziom) osobistych (drugi poziom). Dla czytelności w poniższych tabelach zaznaczono poziomy kolorami – pierwszy poziom to kolor ciemno niebieski, a kolejne poziomy mają coraz jaśniejsze odcienie.

Otagowanie to zabieg celowy służący osiągnięciu następujących korzyści i możliwości w obszarze edukacji:

- Umożliwienie opracowania podręcznika metody edukacyjnej opartej na wykorzystaniu anegdot w części związanej z wyszukiwaniem anegdot adekwatnych do określonej kompetencji społecznej. Dzięki wcześniejszemu przypisaniu do kompetencji społecznych listy tagów możliwe było sprawne wyszukanie odpowiednich anegdot.
- Łatwiejsze wyszukiwanie informacji dotyczących kompetencji społecznych – każda z kompetencji społecznych jest obszernym zbiorem pojęciowym. Tagi pozwalają na wybranie interesujących aspektów kompetencji społecznej i wyszukiwanie informacji (np. w Internecie czy bazach danych) w bardziej sprecyzowany sposób.
- Budowanie rozumienia kompetencji społecznych w oparciu o skojarzenia – tagi mają skrótową i hasłową budowę dzięki czemu można uzyskać lepsze rozumienie kompetencji społecznych. Najważniejsze hasła z definicji są zawarte w liście tagów. Aby otrzymać opis danego aspektu kompetencji odbiorca musi samodzielnie stworzyć strukturę zdania. Dzięki

zaangażowaniu własnych procesów poznawczych odbiorca lepiej rozumie i zapamiętuje pojęcia na zasadach opisanych szczegółowo w metodykach pamięciowych takich jak np. mapy myśli Tony'ego Buzana.

- Głębsze i pełniejsze rozumienie kompetencji społecznych – znaczniki wyodrębnione są nie tylko z definicji głównej, ale też z wielu definicji pobocznych – uzupełniających operacyjne znaczenie kompetencji. Dzięki temu widać powiązania kompetencji społecznych z szeroką gamą zjawisk i prawideł społecznych, co pozwala w jeszcze większym stopniu dostrzec ich wagę dla kształtowania wysokiej jakości życia ludzkiego.

W dalszej części opracowania zaprezentowane zostały tagi oraz wyselekcjonowane treści definicji analizowanych na potrzeby wypracowania definicji operacyjnej uporządkowane w podziale na 9 wyodrębnionych kompetencji opisanych w innowacji Almanach anegdoty edukacyjnej.

7.1. Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego.

a) Tagi - słowa kluczowe

| Zapewnienie optymalnego poziomu zdrowia fizycznego i psychicznego | | | | |
|---|---------|------------|-----------------------------|--|
| 1. | dobra | | | |
| 2. | | Osobiste | | |
| 3. | | | zdrowie | |
| 4. | | | Wolność | |
| 5. | | | Cześć | |
| 6. | | | swoboda sumienia | |
| 7. | | | Nazwisko | |
| 8. | | | Pseudonim | |
| 9. | | | tajemnica korespondencji | |
| 10. | | | nietykalność mieszkania | |
| 11. | | | twórczość naukowa | |
| 12. | | | twórczość artystyczna | |
| 13. | | | twórczość wynalazcza | |
| 14. | | | twórczość racjonalizatorska | |
| 15. | | Społeczne | | |
| 16. | | | Publiczne | |
| 17. | | | Oświata | |
| 18. | | | opieka zdrowotna | |
| 19. | | | opieka społeczna | |
| 20. | | | Dostępne | |
| 21. | zdrowie | | | |
| 22. | | Psychiczne | | |
| 23. | | | Normalność | |
| 24. | | | Przystosowanie | |

| | | | | |
|-----|------------|------------------|-------------------------|--|
| 25. | | | Umysłowe | |
| 26. | | | Emocjonalne | |
| 27. | | Wartość | | |
| 28. | | | Samorealizacja | |
| 29. | | | Zasób | |
| 30. | | | rozwój społeczny | |
| 31. | | | jakość życia | |
| 32. | | Fizyczne | | |
| 33. | | | Organizm | |
| 34. | | Społeczne | | |
| 35. | | | relacje interpersonalne | |
| 36. | | | role społeczne | |
| 37. | | Duchowe | | |
| 38. | | | wierzenia | |
| 39. | | | religia | |
| 40. | | | spokój wewnętrzny | |
| 41. | styl życia | | | |
| 42. | | sposób bycia | | |
| 43. | | motywy | | |
| 44. | | cechy | | |
| 45. | | zainteresowania | | |
| 46. | | wartości | | |
| 47. | | zachowanie | | |
| 48. | | potrzeby | | |
| 49. | | budżet czasu | | |
| 50. | | praca | | |
| 51. | | dobra materialne | | |
| 52. | | higiena | | |

| | | | | |
|-----|--------|----------------------------|------------|--|
| 53. | | zdrowie | | |
| 54. | | potrzeby intelektualne | | |
| 55. | | potrzeby estetyczne | | |
| 56. | | kultura | | |
| 57. | | rekreacja | | |
| 58. | | samoidentyfikacja | | |
| 59. | | życie społeczno-polityczne | | |
| 60. | | postawa społeczna | | |
| 61. | | religia | | |
| 62. | | relacje interpersonalne | | |
| 63. | | zorientowany na siebie | | |
| 64. | | | powaga | |
| 65. | | | zabawa | |
| 66. | | zorientowany na ludzi | | |
| 67. | | zorientowany na świat | | |
| 68. | | życie dla przyszłości | | |
| 69. | | życie chwilą | | |
| 70. | | ku wartościom | | |
| 71. | | styl uczestniczący | | |
| 72. | | styl zdystansowany | | |
| 73. | zasoby | | | |
| 74. | | potencjał | | |
| 75. | | przedmioty | | |
| 76. | | | mieszkanie | |
| 77. | | | samochód | |

| | | | | |
|------|--|--------------|---------------|----------------|
| 78. | | warunki | | |
| 79. | | | praca | |
| 80. | | | małżeństwo | |
| 81. | | osobiste | | |
| 82. | | | umiejętności | |
| 83. | | | zdrowie | |
| 84. | | | wykształcenie | |
| 85. | | | osobowość | |
| 86. | | | inteligencja | |
| 87. | | | temperament | |
| 88. | | energetyczne | | |
| 89. | | | pieniądze | |
| 90. | | | władza | |
| 91. | | rodziny | | |
| 92. | | | spójność | |
| 93. | | | | zaufanie |
| 94. | | | | wsparcie |
| 95. | | | | integracja |
| 96. | | | | szacunek |
| 97. | | | adaptacyjność | |
| 98. | | | | przystosowanie |
| 99. | | | | radzenie sobie |
| 100. | | | wieź | |
| 101. | | | | emocje |
| 102. | | | | bliskość |
| 103. | | | | wspólny czas |
| 104. | | | elastyczność | |
| 105. | | | | reguły |

| | | | |
|------|--|---------------------|---------------------------------|
| 106. | | | granice |
| 107. | | | role |
| 108. | | organizacja | |
| 109. | | | zgodność |
| 110. | | | jasność |
| 111. | | | konsekwencje |
| 112. | | | granice |
| 113. | | | role |
| 114. | | komunikacja | |
| 115. | | | jasność |
| 116. | | | bezpośredniość |
| 117. | | wytrzymłość | |
| 118. | | | kontrola |
| 119. | | | celowość |
| 120. | | | wysiłki |
| 121. | | | otwartość |
| 122. | | | aktywność |
| 123. | | integracja | |
| 124. | | stabilność | |
| 125. | | | ilość czasu spędzonego razem |
| 126. | | | forma czasu spędzonego razem |
| 127. | | | schemat |
| 128. | | | tradycja |
| 129. | | zasoby indywidualne | |
| 130. | | | radzenie sobie |
| 131. | | | napięcie |
| 132. | | | stres |

| | | | |
|------|---------------|-------------------------|--|
| 133. | | relacje interpersonalne | |
| 134. | środowiskowe | | |
| 135. | | jednostki | |
| 136. | | grupy | |
| 137. | | instytucje | |
| 138. | społeczne | | |
| 139. | | rodzina | |
| 140. | | przyjaciele | |
| 141. | | koledzy | |
| 142. | | relacje interpersonalne | |
| 143. | profesjonalne | | |
| 144. | | wiedza fachowa | |
| 145. | | zajmowana pozycja | |
| 146. | | doświadczenie zawodowe | |
| 147. | | kontakty zawodowe | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Dobra osobiste

„Art. 23 k.c. zawiera przykładowy zestaw rodzajów dóbr osobistych, których naruszenie może uzasadniać odpowiednie powództwo. Kodeks cywilny nie zawiera samej definicji dóbr osobistych, lecz ogranicza się do stwierdzenia, że dobrami osobistymi człowieka są w szczególności: zdrowie, wolność, cześć, swoboda sumienia, nazwisko lub pseudonim, tajemnica korespondencji, nietykalność mieszkania, twórczość naukowa, artystyczna, wynalazcza i racjonalizatorska. Zwrot "w szczególności" sugeruje, iż wyliczenie nie ma charakteru wyczerpującego”. (Dobra osobiste, 2011) (Dobra osobiste, 2011)

Dobra społeczne

„Dobra społeczne są to dobra, które ze względów fizycznych mogłyby być dobrami prywatnymi, ale z różnych powodów (zwykle na skutek prowadzonej przez władze publiczne polityki społecznej) są dostępne dla każdego obywatela i finansowane z funduszy publicznych (np.: w Polsce: oświata, opieka zdrowotna)”. (Gazeta Prawna, brak daty)

Zdrowie

Psychologiczna: „osoba zdrowa psychicznie to taka, która jest normalna i zdolna do funkcjonowania w sposób adekwatny, przystosowawczy w życiu codziennym”. (Reber, 2005)

„We współczesnej koncepcji zdrowia, jest ono określane mianem wartości, dzięki której jednostka lub cała grupa może realizować swoje życiowe aspiracje oraz zmieniać środowisko. Zdrowie również

pojmowane jest jako bogactwo dla społeczeństwa, gwarantujące jego rozwój społeczny i ekonomiczny. Funkcjonuje także jako środek do codziennego życia, umożliwiający lepszą jego jakość. Biorąc pod uwagę holistyczną czyli całościową koncepcję zdrowia możemy wyróżnić jego cztery następujące wymiary:

- Zdrowie fizyczne - prawidłowe funkcjonowanie organizmu oraz jego układów i narządów;
- Zdrowie psychiczne, a w jego obrębie zdrowie:
 - umysłowe - zdolność do jasnego, logicznego myślenia,
 - zdrowie emocjonalne - zdolność do rozpoznawania uczuć i wyrażania ich w odpowiedni sposób; umiejętność radzenia sobie ze stresem, napięciami, depresją oraz lękiem;
- Zdrowie społeczne - zdolność do utrzymywania prawidłowych relacji z innymi ludźmi oraz pełnienia ról społecznych;
- Zdrowie duchowe - u niektórych ludzi jest związane z wierzeniami i praktykami religijnymi, u niektórych dotyczy utrzymywania wewnętrznego spokoju”. (Woynarowska, 2010)

Styl życia

Termin wprowadzony przez A. Adlera na określenie jedyne w swoim rodzaju, wywierającego znaczny wpływ na otoczenie sposobu bycia danej osoby; według tego autora na styl życia składa się całość motywów, cech, zainteresowań i wartości uznawanych przez daną osobę i przejawiających się w całym jej zachowaniu”. (Reber, 2005)

„Styl życia – zakres i formy codziennych zachowań jednostek lub grup, specyficzne dla ich usytuowania społecznego, tzn. manifestujące położenie społeczne oraz postrzegane jako charakterystyczne dla tego położenia, a dzięki temu umożliwiające szeroko rozumianą społeczną lokalizację innych ludzi. Pojęcie to obejmuje nie tylko zachowania ludzkie, ale i psychofizyczne mechanizmy leżące u podstaw owych zachowań: ludzkie motywacje, potrzeby, akceptowane wartości”. (Styl życia, 2007)

„Elementy znaczące dla stylu życia

- Budżet czasu człowieka: cykliczność zachowań, sposób zagospodarowania czasu.
- Praca: charakter pracy, stosunek do niej – wszystko, co ma z nią związek.
- Konsumpcja dóbr materialnych: jej poziom, charakter, wzory; zarówno spożywanie pożywienia, jak i sposób ubierania się.
- Zachowania związane z utrzymywaniem higieny i stosunek do zdrowia.
- Zaspokajanie potrzeb intelektualnych.
- Zaspokajanie potrzeb estetycznych.
- Uczestnictwo w kulturze.
- Zachowania rekreacyjne.
- Stosunek do wartości.
- Samoidentyfikacja jednostek.
- Uczestnictwo w życiu społeczno-politycznym.
- Postawy wobec spraw publicznych.
- Stosunek do religii.
- Formy współżycia między ludźmi: podziały ról w rodzinie, zachowania wynikające ze stosunków towarzyskich, przyjacielskich, sąsiedzkich itp.

Współczesne społeczeństwo nie ma jednego stylu życia. Styl życia różni się, gdy człowiek przechodzi od grupy do grupy, od środowiska do środowiska.” (Siciński, 1978)

Klasyfikacje stylów życia

Problem klasyfikacji stylów życia ludzkiego jest trudnym i dyskusyjnym problemem, zwłaszcza że i samo pojęcie stylu życia nie przez wszystkich jest rozumiane jednakowo.

Podział z punktu widzenia filozoficznej antropologii:

- Styl życia zorientowany na siebie: ta orientacja kształtuje styl życia jednostki wedle jej osobistych potrzeb i zainteresowań. Działalność własną i wszystko, co przeżywa jednostka traktuje jako ważne elementy własnej biografii, jako osobistą treść własnej egzystencji.
- Styl życia zorientowany na ludzi: nie jest tu ważne to, jak działająca jednostka przeżywa we własnej egzystencji treść swego działania; najważniejsze staje się jak ludzie, ku którym działania są skierowane, doświadczają ich skutków (np. lekarze, którzy pomoc chorym traktują jako misję swojego życia).
- Styl życia zorientowany na świat: jest skierowany ku obiektywnej rzeczywistości, ku zadaniom jej utrzymania lub przekształcenia, ku problemom wymagającym rozwiązania, ku wartościom. Życie nie jest ujmowane jako materiał do własnej biografii ani jako służba czy ofiara dla innych. Jest doświadczane jako trud i obowiązek.

Podział z punktu widzenia czasu:

- Życie dla przyszłości/styl życia zwrócony ku przyszłości: nasze życie jest organizowane jako celowe i konsekwentne działanie prowadzące do realizacji zamierzeń. Tu rozgrywa się walka o materialne zabezpieczenie istnienia ludzi.
- Życie chwilą/styl życia zwrócony ku teraźniejszości: jest doświadczaniem uroku i wartości bieżących chwil. Tutaj zasadniczym elementem jest teraźniejszość, życie wartościowe jest w tym, co stanowi jego aktualną treść.
- Styl życia skierowany ku światu wartości: jednostka szuka wyzwolenia spod władzy czasu. Tutaj ważne jest życie, w którym realizuje się moralne wskazania, aby człowiek był właśnie „takim a takim”.

Podział ze względu na stosunek do życia:

- Styl uczestniczący: człowiek jest istotą uczestniczącą w przyrodzie, w społeczeństwie i kulturze.
- Styl zdystansowany: człowiek jest istotą zdystansowaną wobec przyrody, społeczeństwa i kultury”. (Suchodolski, 1979)

Zasoby osobiste

„Wartościowe obiekty i zjawiska o charakterze adaptacyjnym określane mianem zasobów osobistych. Stanowią one swoisty potencjał, z którego człowiek może czerpać w sytuacjach trudnych”. (Szymańska, 2015)

Według Hobfoll’a głównym celem ludzkiej aktywności jest uzyskiwanie, utrzymywanie i ochrona cenionych obiektów/zasobów.

Wyróżniamy cztery rodzaje zasobów:

1. przedmioty np.: mieszkanie, samochód. Ich posiadanie lub brak określa status społeczno-ekonomiczny człowieka,
2. warunki np.: dobra praca, udane małżeństwo. Ich wartość polega na tym, że są rzadkie i co się z tym wiąże cenne,
3. zasoby osobiste np.: umiejętności charakteryzowane są przez odpowiednią strukturę temperamentu, osobowości,

4. zasoby energetyczne: pieniądze, wiedza. (Dugiel, Tustanowska, Kęcka i Jasińska, 2012)

Zasoby rodziny

„Do zasobów całej rodziny, jako systemu należy jej spójność, adaptacyjność, więź, elastyczność, organizacja, komunikacja, wytrzymałość, ilość i forma czasu spędzonego razem oraz zdolność do wykorzystywania zasobów indywidualnych. Relacje, w jakich pozostają wobec siebie członkowie rodziny, wpływają w znacznym stopniu na ich życie. W zależności od tego, czy więź rodzinna jest spójna, czy nie, dana rodzina może właściwie się rozwijać lub przeżywać kryzys.

Spójność rodziny - wyraża się we wzajemnym zaufaniu, docenianiu się, wsparciu, integracji i poszanowaniu indywidualności. Jeśli rodzina jest spójna i cechują ją głębokie relacje członków, szybciej jest w stanie zwrócić uwagę na to, że ktoś próbuje rozbić te więzi. Kiedy bliska osoba zaczyna się izolować, staje się to dla nich źródłem autentycznego bólu, a nie tylko zranionych własnych ambicji.

Adaptacyjność - to zdolność rodziny do przewyższania przeszkód, polega na zdolności rodziny do przystosowania się do nowej sytuacji. Nie chodzi tu o bezkrytyczną akceptację zdarzeń, tylko o umiejętność rozpoznawania zagrożenia – wzbogacenie o nim swojej wiedzy. Jest to próba zdobycia nowych umiejętności, poradzenia sobie, a przede wszystkim silna mobilizacja do stawienia czoła problemom.

Więź - to stopień, w jakim członkowie rodziny są ze sobą związani emocjonalnie. W jaki sposób zależy im na utrzymaniu rodziny, na otwartości w omawianiu problemów, poczuciu bliskości do członków rodziny, wspólnym wykonywaniu różnych czynności domowych.

Elastyczność - to stopień, w jakim rodzina jest w stanie zmienić swe reguły, granice i pełnione role, w odpowiedzi na krytyczne wydarzenia. Czy jest skłonna otwarcie mówić o problemie, czy istnieje w rodzinie gotowość do kompromisu, możliwość przejmowania obowiązków, aktywne uczestniczenie w podejmowaniu decyzji. Członkowie rodzin elastycznych chętnie współpracują i potrafią wprowadzać zmiany w systemie rodzinnym.

Organizacja rodziny - to zgodność, jasność i konsekwencje w zakresie obowiązujących ról i reguł oraz jasne wyznaczenie granic.

Komunikacja w rodzinie - czyli jasność i bezpośredniość przekazu. Rzeczowe uwagi i dyskusje są skutecznym sposobem rozładowywania istniejących w rodzinie napięć oraz przeciwdziałania konfliktowi. Dyskusje często wywołują silne emocje. Dlatego ważne jest, by zwracać uwagę na to, aby te emocje nie kierowały rozmową, ale rzeczowe i obiektywne fakty i argumenty.

Wytrzymałość - to poczucie kontroli nad wydarzeniami, celowość podejmowanych wysiłków i przedsięwzięć, otwarcie się na nowe doświadczenia, aktywne nastawienie do sytuacji trudnej oraz przekonanie, że zmiana przyniesie dobre skutki. Ważne by Rodzina miała poczucie celu i sensu życia co pozwala na zachowanie stabilności i spokoju emocjonalnego,. Szczególnie ważna jest cierpliwość w przypadku, gdy podjęte działania nie przynoszą oczekiwanych skutków.

Integracja i stabilność rodziny - inaczej mówiąc: ilość i forma czasu spędzonego przez nią razem. Wspólnie spędzony czas służy podtrzymaniu rytmu życia rodzinnego i wspólnoty w stosunkach rodzice-dzieci, rodzina-krewni, mąż-żona. Wpływa na utrwalony schemat życia rodzinnego. W tym miejscu pragnę zwrócić uwagę również na tradycję rodziną jako jeden z ważnych czynników pozwalających na integrację i wpływających na stabilność w rodzinie.

Zdolność rodziny do wykorzystywania zasobów indywidualnych do radzenia sobie w sposób konstruktywny z napięciami – każdy członek rodziny ma również indywidualne zasoby radzenia

sobie w sytuacjach kryzysowych oraz radzenia sobie w konstruktywny sposób ze stresem. Dzięki temu rodzina jako całość może czerpać z takich indywidualnych doświadczeń poszczególnych członków rodziny co umacnia wspieranie poszczególnych jej członków do rozwiązywania problemów”. (Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Jaworznie)

Zasoby otoczenia społecznego

„ZASOBY ŚRODOWISKOWE - Zasobami społeczności, w jakiej funkcjonuje rodzina, są zarówno pojedyncze osoby, a także grupy i instytucje, z których pomocy rodzina może skorzystać”. (Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Jaworznie)

Petzhold dzieli zasoby na cztery nadrzędne kategorie: zasoby osobiste, zasoby społeczne, zasoby profesjonalne, zasoby materialne. Do osobistych zasobów zalicza takie zasoby jak zdrowie, inteligencja, wykształcenie, temperament, osobowość. Zasoby społeczne to przede wszystkim rodzina, przyjaciele, koledzy oraz inne relacje interpersonalne. Zasoby materialne obejmują według Petzholda między innymi pieniądze, papiery wartościowe, nieruchomości. Z kolei zasoby profesjonalne to na przykład wiedza fachowa, zajmowana pozycja, doświadczenie zawodowe, kontakty zawodowe. (Kulesza, 2015)

7.2 Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz rozumienie zjawisk grupowych zachowania.

a) Tagi - słowa kluczowe

| Rozumienie społecznych zasad postępowania i reguł zachowania oraz Rozumienie zjawisk grupowych | | |
|--|--------------------------|-------------------------|
| 1. | kontakt społeczny | |
| 2. | | relacja |
| 3. | | przelotność |
| 4. | | krótkotrwałość |
| 5. | kontakty interpersonalne | |
| 6. | | spotykanie się |
| 7. | | spędzanie czasu |
| 8. | | przyjaciele |
| 9. | | rodzina |
| 10. | | rozmawianie |
| 11. | interakcje społeczne | |
| 12. | | powtarzalność |
| 13. | | rytmiczność |
| 14. | | powinności |
| 15. | | prawa |
| 16. | | stosunek społeczny |
| 17. | uczestnictwo społeczne | |
| 18. | | kultura |
| 19. | | rodzina |
| 20. | | przyjaciele |
| 21. | | sąsiedzi |
| 22. | | działalność formalna |
| 23. | | działalność nieformalna |
| 24. | Norma społeczna | |

| | | |
|-----|---------------------|---------------------------|
| 25. | | trwałość |
| 26. | | sposób zachowania |
| 27. | | w grupie |
| 28. | | wskazówka zachowania |
| 29. | | pozycja społeczna |
| 30. | | rola społeczna |
| 31. | | wzorzec |
| 32. | | reguły |
| 33. | | zachowania |
| 34. | | wartości |
| 35. | | przekonania |
| 36. | | akceptacja |
| 37. | społeczeństwo | |
| 38. | | duża zbiorowość |
| 39. | | terytorium |
| 40. | | kultura |
| 41. | | tożsamość |
| 42. | | sieć wzajemnych stosunków |
| 43. | | instytucje |
| 44. | | forma organizacyjna |
| 45. | efekt pierwszeństwa | |
| 46. | | proces |
| 47. | | pierwsze wrażenie |
| 48. | | inni |
| 49. | | interpretacja |
| 50. | | zachowania |
| 51. | efekt uporczywości | |
| 52. | | przekonania |

| | | |
|-----|------------------------------|-------------------------|
| 53. | | utrzymywanie |
| 54. | | podważenie danych |
| 55. | efekt zysku-straty | |
| 56. | | zjawisko |
| 57. | | lubienie |
| 58. | | wysiłek |
| 59. | | zmiana pierwszej opinii |
| 60. | norma odwzajemniania | |
| 61. | | przyjmowanie |
| 62. | | dobra |
| 63. | | zobowiązanie |
| 64. | | odpłacenie |
| 65. | | podobieństwo |
| 66. | | odpłacenie |
| 67. | norma wzajemności | |
| 68. | | traktowanie |
| 69. | | tożsamość |
| 70. | | pomaganie |
| 71. | informacyjny wpływ społeczny | |
| 72. | | konformizm |
| 73. | | inni |
| 74. | | źródło informacji |
| 75. | | wskazówki zachowania |
| 76. | | dopasowanie |
| 77. | | racja |
| 78. | | interpretacja |
| 79. | | poprawność |
| 80. | ingracja | |

| | | |
|------|---------------------------|-----------------------|
| 81. | | strategia |
| 82. | | pochwały |
| 83. | | wsparcie |
| 84. | | manipulacja |
| 85. | | sympatia |
| 86. | konformizm | |
| 87. | | zmiana zachowania |
| 88. | | wpływ innych |
| 89. | konformizm wobec norm | |
| 90. | | skłonność |
| 91. | | niewychylanie się |
| 92. | | grupa |
| 93. | | oczekiwania |
| 94. | | akceptacja |
| 95. | kredyt zaufania | |
| 96. | | zaufanie |
| 97. | | dopasowanie |
| 98. | | normy grupowe |
| 99. | | naruszenie norm |
| 100 | | odwet |
| 101 | myślenie grupowe | |
| 102 | | spójność |
| 103 | | solidarność |
| 104 | | fakty |
| 105 | podstawowy błąd atrybucji | |
| 106 | | tendencja |
| 107. | | przecenianie |
| 108 | | dyspozycje wewnętrzne |

| | | |
|-----|--------------------------------|----------------------|
| 109 | | czynniki sytuacyjne |
| 110 | porównania społeczne w dół | |
| 111 | | inni |
| 112 | | zdolności |
| 113 | | cechy |
| 114 | | zadowolenie z siebie |
| 115 | | porównywanie |
| 116 | porównania społeczne w górę | |
| 117 | | porównywanie |
| 118 | | inni |
| 119 | | zdolności |
| 120 | | cechy |
| 121 | | standardy |
| 122 | | doskonałość |
| 123 | poszukiwanie kozła ofiarnego | |
| 124 | | skłonność |
| 125 | | frustracja |
| 126 | | nieszczęście |
| 127 | | agresja |
| 128 | | przemieszczanie |
| 129 | | grupy |
| 130 | | słabość |
| 131 | | wyróżnianie się |
| 132 | rozproszenie odpowiedzialności | |
| 133 | | świadkowie |
| 134 | | ilość |
| 135 | | odpowiedzialność |
| 136 | grupa niespółeczna | |

| | | |
|-----|-----------------------|---------------------|
| 137 | | tożsame |
| 138 | | miejsce |
| 139 | | czas |
| 140 | | brak współdziałania |
| 141 | | grupa |
| 142 | grupa społeczna | |
| 143 | | grupa |
| 144 | | współdziałanie |
| 145 | | zależność |
| 146 | | potrzeby |
| 147 | | cele |
| 148 | grupa własna | |
| 149 | | grupa |
| 150 | | identyfikacja |
| 151 | | członek |
| 152 | organizacja społeczna | |
| 153 | | zawodowa |
| 154 | | organizacja |
| 155 | | samorządowa |
| 156 | | spółdzielcza |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Kontakt społeczny

„kontakt społeczny to relacja, której najważniejszą cechą jest przelotność, krótkotrwałość.”
(Sztompka, 2016)

Kontakty interpersonalne/spotkanie się

„Spotkanie się: oznacza wspólne spędzanie czasu z przyjaciółmi lub rodziną w domu lub innym miejscu. Może polegać na rozmawianiu lub wspólnym wykonywaniu jakichś działań. Zwykle przypadkowe spotkanie kogoś nie jest uważane za „spotkanie się” „.. (Komisja Wspólnot Europejskich, 2005)

Interakcje społeczne

„Gdy przelotny kontakt społeczny jest powtarzalny, może dojść do nawiązania interakcji. Gdy interakcja jest powtarzalna, a tym bardziej rytmiczna, może pojawić się oczekiwanie jej dalszego powtarzania, mogą zostać zdefiniowane powinności i prawa partnerów i w ten sposób może wyłonić się stosunek społeczny.” (Sztompka, 2016)

Uczestnictwo społeczne

„dotyczy w szczególności uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych, integracji z rodziną, przyjaciółmi i sąsiadami oraz uczestnictwa w różnych formach działalności o charakterze formalnym i nieformalnym.” (Komisja Wspólnot Europejskich, 2005)

Norma społeczna

„Norma społeczna – pojęcie wieloznaczne, używane najczęściej w jednym z trzech znaczeń:

- jako względnie trwałe, przyjęte w danej grupie społecznej sposoby zachowania jednostki społecznej;
- jako wskazówka właściwego zachowania w danej sytuacji. Normy jakim podlega dana osoba są określane przez jej pozycję społeczną i odgrywaną przez nią rolę społeczną;
- jako wzorzec cech pewnego zjawiska czy przedmiotu.” (Norma społeczna, 2017)

Normy społeczne

„ukryte albo jasno sprecyzowane reguły grupy dotyczące akceptowanych zachowań, wartości i przekonań jej członków.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Spółeczeństwo

„Społeczeństwo – podstawowe pojęcie socjologiczne, jednakże niejednoznacznie definiowane. Terminem tym tradycyjnie ujmuje się dużą zbiorowość społeczną, zamieszkującą dane terytorium, posiadające wspólną kulturę, wspólną tożsamość oraz sieć wzajemnych stosunków społecznych. Społeczeństwo ponadto posiada własne instytucje pozwalające mu na funkcjonowanie oraz formę organizacyjną w postaci państwa, plemienia czy narodu.” (Społeczeństwo, 2012)

Efekt pierwszeństwa

„proces, za sprawą którego nasze pierwsze wrażenie dotyczące innej osoby wpływa na to, że jej późniejsze zachowanie interpretujemy w sposób zgodny z tym pierwszym wrażeniem.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Efekt uporczywości

„odkrycie, że przekonania ludzi dotyczące ich samych i świata społecznego utrzymują się nawet wtedy, gdy dane wspierające te przekonania zostały podważone.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Efekt zysku-straty

„zjawisko polegające na tym, że tym bardziej lubimy daną osobę, im więcej wysiłku musieliśmy włożyć w zmianę jej pierwotnej opinii o nas (tj. nie lubiani na początku znajomości teraz jesteśmy lubiani), natomiast tym mniej lubimy daną osobę, im więcej jej pierwotnej sympatii straciliśmy (tj. jeżeli na początku znajomości nas lubiła, a teraz nas nie lubi).” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Norma odwzajemniania

„norma społeczna, która stwierdza, że jeżeli otrzymujesz coś dobrego od innej osoby, to jesteś zobowiązany odplacić jej tym samym (zachować się podobnie).” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Facylitacja społeczna

„napięcie wynikające z obecności innych osób i możliwości oceny naszego działania, czego rezultatem jest lepsze wykonanie łatwiejszych zadań, lecz gorsze wykonanie zadań trudniejszych.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Norma wzajemności

„założenie, że inni będą nas traktować w ten sam sposób, w jaki my ich traktujemy (np. jeżeli pomożemy jakiemuś człowiekowi, to w przyszłości on pomoże nam).” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Informacyjny wpływ społeczny

„wpływ innych ludzi, który prowadzi nas do konformizmu, ponieważ spostrzegamy te osoby jako źródło informacji, dające wskazówki dla naszego zachowania; dostosowujemy się, ponieważ wierzymy, że cudza interpretacja niejasnej sytuacji jest bardziej poprawna niż nasza.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Ingracjacja

„stosowanie strategii (np. polegających na udzielaniu pochwał i pozytywnego wsparcia) w celu manipulowania ludźmi czy zdobywania ich sympatii”

Konformizm

„zmiana w zachowaniu na skutek rzeczywistego lub wyimaginowanego wpływu innych ludzi.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Konformizm wobec norm

„skłonność do niewychylania się z grupy w celu realizacji jej oczekiwań i uzyskania akceptacji.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Kredyt zaufania

„zaufanie, które w ciągu długiego czasu zdobywa człowiek, dostosowując się do norm grupowych; kiedy zdobędzie już dość zaufania, może — jeżeli jest ku temu sposobność — zachować się niezgodnie z normami, bez groźby odwetu ze strony grupy”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Myślenie grupowe

„rodzaj myślenia, w którym bardziej liczy się dążenie do zachowania spójności i solidarności grupy niż realistyczne uwzględnianie faktów.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Podstawowy błąd atrybucji

„tendencja do przeceniania rozmiaru, w jakim zachowanie ludzi jest wynikiem oddziaływania dyspozycji wewnętrznych, a niedoceniać roli czynników sytuacyjnych.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Porównania społeczne w dół

„porównywanie siebie z ludźmi, którzy lokują się niżej w zakresie jakiejś zdolności czy cechy, mające na celu uzyskanie poczucia większego zadowolenia z siebie.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Porównania społeczne w górę

„porównywanie siebie z ludźmi, którzy lokują się wyżej niż my w zakresie jakiejś zdolności czy cechy, mające na celu określenie standardu doskonałości„. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Poszukiwanie kozła ofiarnego

„skłonność ludzi, gdy są sfrustrowani lub nieszczęśliwi, do przemieszczania agresji na grupy, które są nie lubiane lub słabe i wyróżniają się w widoczny sposób.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Rozproszenie odpowiedzialności

„fenomen polegający na tym, że wraz ze wzrostem liczby przygodnych świadków zmniejsza się poczucie odpowiedzialności za rozwój wypadków.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Grupa niespółeczna

„grupa, w której dwie lub więcej osób znajduje się w tym samym miejscu, w tym samym czasie, lecz nie współdziała ze sobą (np. kibice na meczu).” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Grupa społeczna

„grupa, w których dwie lub więcej osób współdziała ze sobą oraz współzależy od siebie w tym sensie, że w zaspokajaniu potrzeb i osiąganiu celów musi na sobie polegać.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Grupa własna

„grupa, z którą jednostka się identyfikuje i czuje się jej członkiem.” (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Organizacja społeczna

„Organizacja społeczna – w rozumieniu polskiego Kodeksu postępowania administracyjnego (KPA) organizacja zawodowa, samorządowa, spółdzielcza, stowarzyszenie lub inna organizacja społeczna.” (Organizacja społeczna, 2009)

7.3. Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji.

a) Tagi - słowa kluczowe

| Rozumienie zagadnień równości płci i niedyskryminacji | | | |
|---|---------------|-------------------|-------------|
| 1. | dyskryminacja | | |
| 2. | | niesprawiedliwość | |
| 3. | | negatywne | |
| 4. | | krzywdzące | |
| 5. | | działanie | |
| 6. | | grupy | |
| 7. | | członkowie | |
| 8. | | przynależność | |
| 9. | | różnicowanie | |
| 10. | | wykluczanie | |
| 11. | | ograniczanie | |
| 12. | | brak uznania | |
| 13. | | prawa człowieka | |
| 14. | | wolności | |
| 15. | | | polityczna |
| 16. | | | gospodarcza |
| 17. | | | społeczna |
| 18. | | | kulturowa |
| 19. | | | obywatelska |
| 20. | | równość | |
| 21. | | pośrednia | |
| 22. | | | przepis |
| 23. | | | kryterium |
| 24. | | | praktyka |
| 25. | | | atmosfera |

| | | | |
|-----|--------------------------|-----------------|----------------------|
| 26. | | | stereotypy |
| 27. | | bezpośrednia | |
| 28. | | | płeć |
| 29. | | | pochodzenie etniczne |
| 30. | | | rasa |
| 31. | | | narodowość |
| 32. | | | wiek |
| 33. | | | niepełnosprawność |
| 34. | | | rasa |
| 35. | | | orientacja seksualna |
| 36. | | | religia |
| 37. | | | światopogląd |
| 38. | | wielokrotna | |
| 39. | | | krzyżowa |
| 40. | | indywidualna | |
| 41. | | instytucjonalna | |
| 42. | | strukturalna | |
| 43. | jednorodność grupy obcej | | |
| 44. | | spostrzeganie | |
| 45. | | grupa obca | |
| 46. | | podobieństwo | |
| 47. | | jednorodność | |
| 48. | | rozbieżność | |
| 49. | | grupa własna | |
| 50. | stereotyp | | |
| 51. | | generalizacja | |
| 52. | | grupa | |
| 53. | | charakterystyki | |

| | | | |
|-----|--------------------|--------------|------------|
| 54. | | wszyscy | |
| 55. | | członkowie | |
| 56. | | różnice | |
| 57. | współczesny rasizm | | |
| 58. | | uprzedzenia | |
| 59. | | subtelność | |
| 60. | | pośrednia | |
| 61. | | ukrywanie | |
| 62. | | posądzenie | |
| 63. | | rasizm | |
| 64. | ksenofobie | | |
| 65. | | niechęć | |
| 66. | | wrogość | |
| 67. | | lęk | |
| 68. | | obcy | |
| 69. | | | jednostki |
| 70. | | | grupy |
| 71. | | | instytucje |
| 72. | | zagrożenie | |
| 73. | | | realne |
| 74. | | | nierealne |
| 75. | | stereotypy | |
| 76. | | uprzedzenia | |
| 77. | | rasizm | |
| 78. | | antysemityzm | |
| 79. | seksizm | | |
| 80. | | wyższość | |
| 81. | | płeć | |

| | | | |
|------|----------------------------------|----------------------|---------------|
| 82. | | nierówność | |
| 83. | | kultura | |
| 84. | | natura | |
| 85. | | wymiary | |
| 86. | | | biologiczny |
| 87. | | | moralny |
| 88. | | | intelektualny |
| 89. | | negatywne | |
| 90. | | | nastawienie |
| 91. | | | przekonania |
| 92. | | | działania |
| 93. | | | zaniechania |
| 94. | | ocena | |
| 95. | | różnicowanie | |
| 96. | | wartościowanie | |
| 97. | | gorszość | |
| 98. | równość szans i niedyskryminacja | | |
| 99. | | zasada | |
| 100. | | wszyscy | |
| 101. | | płeć | |
| 102. | | wiek | |
| 103. | | niepełnosprawność | |
| 104. | | rasa | |
| 105. | | pochozenie etniczne | |
| 106. | | religia | |
| 107. | | światopogląd | |
| 108. | | orientacja seksualna | |
| 109. | | sprawiedliwość | |

| | | | |
|------|------------------|-------------------|------------|
| 110. | | uczestnictwo | |
| 111. | równość płci | | |
| 112. | | zasada | |
| 113. | | wartość społeczna | |
| 114. | | równość | |
| 115. | | prawa | |
| 116. | | obowiązki | |
| 117. | | zasoby | |
| 118. | | wybór | |
| 119. | | droga życiowa | |
| 120. | | stereotypy | |
| 121. | kultura | | |
| 122. | | zintegrowana | |
| 123. | | całość | |
| 124. | | zachowania | |
| 125. | | wzory | |
| 126. | | wspólne | |
| 127. | | przyswajanie | |
| 128. | | interakcje | |
| 129. | | wytwory | |
| 130. | | dorobek | |
| 131. | | | materialny |
| 132. | | | duchowy |
| 133. | | cywilizacja | |
| 134. | | biologia | |
| 135. | wzorce kulturowe | | |
| 136. | | wytwory | |
| 137. | | zachowania | |

| | | | |
|------|---------------|----------------|-----------|
| 138. | | wzory | |
| 139. | | powielane | |
| 140. | | przekazywanie | |
| 141. | | pokolenia | |
| 142. | | biologia | |
| 143. | | przypadki | |
| 144. | | modyfikacja | |
| 145. | | norma | |
| 146. | | | społeczna |
| 147. | | | prawna |
| 148. | | | moralna |
| 149. | | zwyczaj | |
| 150. | | konwenans | |
| 151. | | tabu | |
| 152. | | ogólne | |
| 153. | | szczegółowe | |
| 154. | | regularność | |
| 155. | | powtarzalność | |
| 156. | społeczeństwo | | |
| 157. | | zbiorowość | |
| 158. | | duża | |
| 159. | | terytorium | |
| 160. | | kultura | |
| 161. | | wspólne | |
| 162. | | tożsamość | |
| 163. | | sieć stosunków | |
| 164. | | instytucje | |
| 165. | | forma | |

| | | |
|------|-----------|---------|
| 166. | | państwo |
| 167. | | plemię |
| 168. | | naród |
| 169. | kategorie | |
| 170. | warstwy | |
| 171. | ludzkość | |
| 172. | globalne | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Dyskryminacja

„nie usprawiedliwione, negatywne lub krzywdzące działanie skierowane przeciwko członkowi danej grupy wyłącznie dlatego, iż do niej należy”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

„Dyskryminacja – jakiegokolwiek różnicowanie, wykluczanie lub ograniczanie ze względu na jakiegokolwiek przesłanki (np. wiek, niepełnosprawność, płeć, rasę, orientację seksualną, pochodzenie etniczne, religię lub światopogląd itp.), którego celem lub skutkiem jest naruszenie lub zniweczenie uznania, korzystania lub wykonywania wszelkich praw człowieka i podstawowych wolności w dziedzinie polityki, gospodarki, społecznej, kulturalnej, obywatelskiej lub w jakiegokolwiek innej, na zasadzie równości z innymi osobami. Wyróżnia się różne rodzaje dyskryminacji, m.in. pośrednią, bezpośrednią, wielokrotną, w tym krzyżową, indywidualną, instytucjonalną, strukturalną”. (Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, 2015)

„CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA RASĘ, NARODOWOŚĆ, POCHODZENIE ETNICZNE?
Dyskryminacja ze względu na rasę, narodowość lub pochodzenie etniczne ma miejsce, kiedy dana osoba traktowana jest gorzej niż inna osoba w podobnej sytuacji ze względu na swoją rasę, narodowość lub pochodzenie etniczne (dyskryminacja bezpośrednia) lub gdy pozornie neutralny przepis, kryterium lub praktyka mogą stawiać w szczególnie niekorzystnej sytuacji osoby danego pochodzenia rasowego lub etnicznego w porównaniu do innych osób (dyskryminacja pośrednia).

Wyjątkiem jest sytuacja, kiedy taki przepis, kryterium lub praktyka są obiektywnie uzasadnione słusznym celem, a środki mające służyć osiągnięciu tego celu są odpowiednie i konieczne.

Z dyskryminacją ze względu na rasę, narodowość lub pochodzenie etniczne mamy do czynienia również w przypadku niepożądanego zachowania związanego z pochodzeniem rasowym lub etnicznym, którego celem lub skutkiem jest naruszenie godności osoby i stworzenie onieśmiałającej, wrogiej, poniżającej, upokarzającej lub uwłaczającej atmosfery.

CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA NIEPEŁNOSPRAWNOŚĆ?

Dyskryminacja ze względu na niepełnosprawność ma miejsce, kiedy dana osoba, z powodu swojej niepełnosprawności, traktowana jest gorzej niż inna osoba w podobnej sytuacji (dyskryminacja bezpośrednia) lub gdy pozornie neutralny przepis, kryterium lub praktyka mogą stawiać

w szczególnie niekorzystnej sytuacji osoby niepełnosprawne w porównaniu do innych osób (dyskryminacja pośrednia).

Wyjątkiem jest sytuacja, kiedy taki przepis, kryterium lub praktyka są obiektywnie uzasadnione słusznym celem, a środki mające służyć osiągnięciu tego celu są odpowiednie i konieczne. Z dyskryminacją ze względu na niepełnosprawność mamy do czynienia również w przypadku niepożądanego zachowania związanego z niepełnosprawnością, którego celem lub skutkiem jest naruszenie godności osoby i stworzenie onieśmielającej, wrogiej, poniżającej, upokarzającej lub uwłaczającej atmosfery.

CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA WIEK

Dyskryminacja ze względu na wiek ma miejsce, kiedy dana osoba, z powodu swojego wieku traktowana jest gorzej niż inna osoba w podobnej sytuacji (dyskryminacja bezpośrednia) lub gdy pozornie neutralny przepis, kryterium lub praktyka mogą stawiać w szczególnie niekorzystnej sytuacji osoby w określonym wieku w porównaniu do innych osób (dyskryminacja pośrednia). Wyjątkiem jest sytuacja, kiedy taki przepis, kryterium lub praktyka są obiektywnie uzasadnione słusznym celem, a środki mające służyć osiągnięciu tego celu są odpowiednie i konieczne. Z dyskryminacją ze względu na wiek mamy do czynienia również w przypadku niepożądanego zachowania związanego z wiekiem, a jego celem lub skutkiem jest naruszenie godności osoby i stworzenie onieśmielającej, wrogiej, poniżającej, upokarzającej lub uwłaczającej atmosfery.

CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA PŁEĆ?

Dyskryminacja ze względu na płeć to nierówne traktowanie kobiet lub mężczyzn ze względu na ich przynależność do danej płci, które nie jest uzasadnione obiektywnymi przesłankami. Dyskryminacja ze względu na płeć ma miejsce również w sytuacji, w której kobiety dyskryminują inne kobiety, a mężczyźni dyskryminują innych mężczyzn.

Z dyskryminacją bezpośrednią ze względu na płeć mamy do czynienia, gdy kobieta lub mężczyzna jest traktowana/y mniej korzystnie ze względu na swoją płeć niż jest, była lub byłaby traktowana inna osoba, o odmiennej płci, w porównywalnej sytuacji.

Dyskryminacja pośrednia natomiast polega na tym, że na skutek pozornie neutralnego postanowienia, zastosowanego kryterium lub podjętego działania występują lub mogłyby wystąpić niekorzystne dysproporcje lub szczególnie niekorzystna sytuacja dla kobiety lub mężczyzny ze względu na przynależność do określonej płci, chyba że postanowienie, kryterium lub działanie jest obiektywnie uzasadnione ze względu na zgodny z prawem cel, który ma być osiągnięty, a środki służące osiągnięciu tego celu są właściwe i konieczne.

Przejawem dyskryminacji ze względu na płeć jest również utrwalanie stereotypów dotyczących społecznych i kulturowych wzorców zachowania mężczyzn i kobiet, opierających się na przekonaniu o niższości lub wyższości jednej z płci.

Przykłady dyskryminacji ze względu na płeć:

- stosowanie wobec kobiet przemocy fizycznej, psychicznej, ekonomicznej, motywowane przekonaniem o niższości tej płci,
- ograniczenia w dostępie do awansu zawodowego, nieuzasadnione różnicowanie wynagrodzeń za pracę jednakowej wartości ze względu na płeć (np. w związku z urlopem macierzyńskim lub ojcowskim),
- formułowanie ogłoszeń o pracę w sposób eliminujący jedną z płci (podanie nazwy stanowiska wyłącznie w formie męskiej lub żeńskiej – asystentka, dyrektor),

- stosowanie nazw zawodów i stanowisk wyłącznie w formie żeńskiej lub męskiej mającej na celu dyskryminację jednej z płci,
- utrwalanie stereotypowych wizerunków kobiet i mężczyzn w reklamach.

CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA ORIENTACJĘ SEKSUALNĄ I TOŻSAMOŚĆ PŁCIOWĄ
Dyskryminacja ze względu na orientację seksualną i tożsamość płciową to nierówne traktowanie w związku z prawdziwą bądź domniemaną orientacją seksualną lub poczuciem przynależności do określonej płci. Grupa osób narażona na dyskryminację ze względu na orientację seksualną lub tożsamość płciową określana jest angielskim skrótowcem LGBT (lesbian, gay, bisexual, transgender). Dyskryminacja osób LGBT ma miejsce, gdy nierówne traktowanie nie jest uzasadnione żadnymi racjonalnymi, obiektywnymi przesłankami.

CZYM JEST DYSKRYMINACJA ZE WZGLĘDU NA RELIGIĘ, WYZNANIE LUB ŚWIATOPOGLĄD
Dyskryminacja ze względu na religię lub wyznanie ma miejsce, kiedy dana osoba z powodu swojej religii lub wyznania traktowana jest gorzej niż inna osoba w podobnej sytuacji (dyskryminacja bezpośrednia) lub gdy pozornie neutralny przepis, kryterium lub praktyka mogą stawić w szczególności niekorzystnej sytuacji osoby danej religii czy wyznania w porównaniu do innych osób (dyskryminacja pośrednia). Wyjątkiem jest sytuacja, kiedy, taki przepis, kryterium lub praktyka są obiektywnie uzasadnione słusznym celem, a środki mające służyć osiągnięciu tego celu są odpowiednie i konieczne). Z dyskryminacją ze względu na religię lub wyznanie mamy do czynienia również w przypadku niepożądanego zachowania związanego z religią lub wyznaniem, a jego celem lub skutkiem jest naruszenie godności osoby i stworzenie onieśmiałającej, wrogiej, poniżającej, upokarzającej lub uwłaczającej atmosfery.

Dyskryminacja ze względu na inne przyczyny

Należy pamiętać, że zgodnie z Konstytucją wszyscy są wobec prawa równi i nikt nie może być dyskryminowany w życiu politycznym, społecznym lub gospodarczym z jakiegokolwiek przyczyny – jeżeli więc określona osoba jest gorzej traktowana ze względu na swoją cechę osobistą inną niż wymienione w ustawie o wdrożeniu niektórych przepisów Unii Europejskiej w zakresie równego traktowania, również mamy do czynienia z dyskryminacją”. (Rzecznik Praw Obywatelskich, 2014)

Jednorodność grupy obcej

„sposobienie tych, którzy należą do grupy obcej, jako bardziej do siebie podobnych (jednorodnych) niż w rzeczywistości, a zarazem bardziej do siebie podobnych niż członkowie grupy własnej”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Stereotyp

„generalizacja odnosząca się do grupy, w ramach której identyczne charakterystyki zostają przypisane wszystkim bez wyjątku jej członkom, niezależnie od rzeczywistych różnic między nimi”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Współczesny rasizm

„uprzedzenia ujawniane w subtelny i niebezpośredni sposób, ponieważ ludzie nauczyli się ukrywać swe uprzedzenia, by uniknąć posądzenia o rasizm”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Ksenofobia

„pojęcie oznaczające postawę niechęci, wrogości i lęku wobec obcych, która nie musi być związana z realnym zagrożeniem, a najczęściej powstaje na podstawie stereotypów i uprzedzeń. Ksenofobia może przejawiać się w relacjach indywidualnych, jak również między grupami czy na poziomie instytucjonalnym oraz może przybierać różne formy, np. rasizmu czy antysemityzmu”. (Pojęcia i definicje)

Seksizm

„Seksizm to pogląd o wyższości jednej płci nad drugą. Nierówność wg tego przekonania jest uzasadniana naturą lub kwestiami kulturowymi. Może dotyczyć wymiaru biologicznego, moralnego lub intelektualnego. Najczęściej pojęcie to stosowane jest w kontekście postrzegania kobiet ze względu na ich płeć. Jednak może być także używane w odniesieniu do negatywnego nastawienia, przekonań, działań wobec mężczyzn. Seksizm ma charakter oceny – odnosi się nie tylko do różnicowania, ale także do wartościowania osób ze względu na ich płeć; to nie tylko przekonanie, że kobiety są różne od mężczyzn, ale także osąd, że są gorsze. Za poglądem może iść też działanie, nierówne potraktowanie lub zaniechanie ze względu na płeć, określane jako dyskryminacja ze względu na płeć”. (Kola i inni, 2015)

Równość szans i niedyskryminacja

„Zasada równości szans i niedyskryminacji – umożliwienie wszystkim osobom – bez względu na płeć, wiek, niepełnosprawność, rasę lub pochodzenie etniczne, wyznawaną religię lub światopogląd, orientację seksualną – sprawiedliwego, pełnego uczestnictwa we wszystkich dziedzinach życia na jednakowych zasadach”. (Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, 2015)

Równość płci

„Zasada równości szans kobiet i mężczyzn – zasada ta ma prowadzić do podejmowania działań na rzecz osiągnięcia stanu, w którym kobietom i mężczyznom przypisuje się taką samą wartość społeczną, równe prawa i równe obowiązki oraz gdy mają oni równy dostęp do zasobów (środki finansowe, szanse rozwoju), z których mogą korzystać. Zasada ta ma gwarantować możliwość wyboru drogi życiowej bez ograniczeń wynikających ze stereotypów płci”. (Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020, 2015)

Kultura

„Antonina Kłoskowska (1980): "(...) kultura jest to względnie zintegrowana całość obejmująca zachowania ludzi przebiegające według wspólnych dla zbiorowości społecznej wzorów wykształconych i przyswajanych w toku interakcji oraz zawierająca wytwory takich zachowań”. (Obserwatorium Żywej Kultury - Sieć badawcza, 2017)

„Najczęściej rozumiana jest jako całość duchowego i materialnego dorobku społeczeństwa. Bywa utożsamiana z cywilizacją. Również charakterystyczne dla danego społeczeństwa wzory postępowania, także to, co w zachowaniu ludzkim jest wyuczone, w odróżnieniu od tego, co jest biologicznie odziedziczone”. (Kultura, 2005)

Wzorce kulturowe

„Wytwory i zachowania wchodzą w zakres wzorca kulturowego, gdy są powielane bądź powtarzane przez dane indywidua i przekazywane sobie przez nie, głównie z pokolenia na pokolenie. Wzorcem mogą być te wytwory i ta część zachowania, które uzyskuje się przez pominięcie procesów biologicznych, przypadków i modyfikacji doraźnie dokonywanych przez jednostkę. Na przykład wzorcem jest norma (społeczna, prawna czy moralna), podobnie zwyczaj, konwenans, tabu itd. Niemal zbędne jest podkreślanie, że wzorce dotyczą bardzo ogólnych, jak i bardzo szczegółowych wytworów i zachowań. Wzorce kulturowe, będące przede wszystkim wytworami i częściami zachowań ludzi, są również nakierowane na dowolne inne wytwory i zachowania; niekiedy są także kierowane same na siebie”. (Jabłoński i Ostasz, 2006)

„W opinii A. Kłoskowskiej (1959) wzór kulturowy to wzór regularności ludzkiego zachowania, powtarzalna struktura tego zachowania”. (Włodarczyk, 2010)

Spoleczeństwo

„Terminem tym tradycyjnie ujmuje się dużą zbiorowość społeczną, zamieszkującą dane terytorium, posiadające wspólną kulturę, wspólną tożsamość oraz sieć wzajemnych stosunków społecznych. Społeczeństwo ponadto posiada własne instytucje pozwalające mu na funkcjonowanie oraz formę organizacyjną w postaci państwa, plemienia czy narodu. Termin ten w mowie potocznej często stosuje się dość swobodnie określając różne kategorie czy warstwy społeczne np. „społeczeństwo górników”, „społeczeństwo nauczycieli”. Używa się go też na określenie całej żyjącej ludzkości, wówczas używa się określenia społeczeństwo globalne”. (Społeczeństwo, 2012)

7.4. Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa.

a) Tagi - słowa kluczowe

| Rozumienie wielokulturowych i społeczno-ekonomicznych wymiarów społeczeństw europejskich, w tym komunikacja międzykulturowa | | | |
|---|------------------|--------------------|------------|
| 1. | wielokulturowość | | |
| 2. | | przestrzeń | |
| 3. | | sąsiedztwo | |
| 4. | | grupy społeczne | |
| 5. | | odmienne | |
| 6. | | cechy dystynktywne | |
| 7. | | | wygląd |
| 8. | | | język |
| 9. | | | religia |
| 10. | | | wartości |
| 11. | | postrzeganie | |
| 12. | imigrant | | |
| 13. | | osoba | |
| 14. | | przyjazd | |
| 15. | | kraj | |
| 16. | | pochodzenie | |
| 17. | | odmienny | |
| 18. | uchodźca | | |
| 19. | | osoba | |
| 20. | | obawa | |
| 21. | | prześladowanie | |
| 22. | | | rasa |
| 23. | | | religia |
| 24. | | | narodowość |

| | | | |
|-----|-----------------------|---------------------|----------------|
| 25. | | | przekonania |
| 26. | | | przynależność |
| 27. | | opuszczenie | |
| 28. | | zmuszenie | |
| 29. | | pochodzenie | |
| 30. | | ochrona | |
| 31. | | kraj | |
| 32. | | wojna | |
| 33. | | rewolucja | |
| 34. | | czystki etniczne | |
| 35. | | bliscy | |
| 36. | | tragedie | |
| 37. | | tortury | |
| 38. | | śmierć | |
| 39. | | status | |
| 40. | emblematy | | |
| 41. | | gesty | |
| 42. | | niewerbalne | |
| 43. | | kultura | |
| 44. | | znane | |
| 45. | | zdefiniowane | |
| 46. | | słowne odpowiedniki | |
| 47. | | ok | |
| 48. | wymiary społeczeństwa | | |
| 49. | | informacyjnego | |
| 50. | | | technologiczny |
| 51. | | | ekonomiczny |
| 52. | | | kulturowy |

| | | | |
|-----|----------------------|-----------------------|----------------------|
| 53. | | | zawodowy |
| 54. | | | przestrzenny |
| 55. | | | ekologiczny |
| 56. | | | społeczny |
| 57. | tożsamość kulturowa | | |
| 58. | | społeczna | |
| 59. | | trwała | |
| 60. | | identyfikacja | |
| 61. | | grupy | |
| 62. | | jednostki | |
| 63. | | układ kulturowy | |
| 64. | | | idee |
| 65. | | | przekonania |
| 66. | | | poglądy |
| 67. | | | zwyczaje |
| 68. | | | obyczaje |
| 69. | | | system aksjologiczny |
| 70. | | | system normatywny |
| 71. | | jedność grupy | |
| 72. | | differentia specifica | |
| 73. | | duma | |
| 74. | tożsamość europejska | | |
| 75. | | paneuropejska | |
| 76. | | postawy | |
| 77. | | identyfikacja | |
| 78. | | | osobista |
| 79. | | | zbiorowa |
| 80. | | związek | |

| | | | |
|------|------------------------------|-------------|--------------------------------|
| 81. | | | kultura europejska |
| 82. | | | historia europejska |
| 83. | | Europa | |
| 84. | rozwój społeczno-gospodarczy | | |
| 85. | | proces | |
| 86. | | zmiany | |
| 87. | | | czasowe |
| 88. | | | przestrzenne |
| 89. | | pozytywny | |
| 90. | | ilość | |
| 91. | | jakość | |
| 92. | | działalność | |
| 93. | | | gospodarcza |
| 94. | | | kulturowa |
| 95. | | | społeczna |
| 96. | | | stosunki społeczno-produkcyjne |
| 97. | | | stosunki polityczno-ustrojowe |
| 98. | | zjawiska | |
| 99. | | | nowe |
| 100. | | | udoskonalanie |
| 101. | | | zwiększanie |
| 102. | | | rozwój |
| 103. | komunikacja międzykulturowa | | |
| 104. | | wymiana | |
| 105. | | | wiedza |
| 106. | | | idea |
| 107. | | | pojęcia |

| | | | |
|------|--------------|-----------------|------------------------|
| 108. | | | emocje |
| 109. | | różne kultury | |
| 110. | | przedstawiciele | |
| 111. | różnorodność | | |
| 112. | | różnice | |
| 113. | | podobieństwa | |
| 114. | | ludzie | |
| 115. | | widoczne | |
| 116. | | | płeć |
| 117. | | | wiek |
| 118. | | | rasa |
| 119. | | | pochodzenie etniczne |
| 120. | | | niepełnosprawność |
| 121. | | niewidoczne | |
| 122. | | | orientacja seksualna |
| 123. | | | umiejętności |
| 124. | | | wykształcenie |
| 125. | | | doświadczenie zawodowe |
| 126. | | | postawy życiowe |
| 127. | | | styl życia |
| 128. | | | styl uczenia się |
| 129. | szacunek | | |
| 130. | | cześć | |
| 131. | | poważanie | |
| 132. | | poszanowanie | |
| 133. | | uznanie | |
| 134. | | honor | |
| 135. | | dobre imię | |

| | | | |
|------|--|-----------------|--|
| 136. | | zniewaga | |
| 137. | | zniesławienie | |
| 138. | | ubliżanie | |
| 139. | | hańba | |
| 140. | | zbezczeszczenie | |
| 141. | | poniżenie | |
| 142. | | upokorzenie | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Wielokulturowość

„współwystępowanie na tej samej przestrzeni (albo w bezpośrednim sąsiedztwie bez wyraźnego rozgraniczenia) dwóch lub więcej grup społecznych o odmiennych cechach dystynktywnych: wyglądzie zewnętrznym, języku, wyznaniu religijnym, układzie wartości, itd., które przyczyniają się do odmiennego postrzegania odmienności z różnymi tego skutkami”. (Kamińska, 2005)

Imigrant

„osoba, która przyjeżdża do kraju innego niż jej kraj pochodzenia”. (Pojęcia i definicje)

Uchodźca

„osoba, która na skutek uzasadnionej obawy przed prześladowaniem z powodu swojej rasy, religii, narodowości, przekonań politycznych lub przynależności do określonej grupy społecznej zmuszona była opuścić kraj pochodzenia oraz która z powodu tych obaw nie może lub nie chce korzystać z ochrony swojego kraju. Uchodźcy uciekają przed prześladowaniami powstającymi, m.in. w wyniku wojen, rewolucji czy czystek etnicznych. Często są to osoby lub bliscy osób, które doświadczyły tragicznych wydarzeń, nieludzkiego traktowania (np. tortur), otarły się o śmierć. Definicja uchodźcy została określona w Konwencji Genewskiej z 1951 roku. Warto pamiętać o tym, że dana osoba nie staje się uchodźcą, ponieważ został jej nadany taki status – to ten status został jej nadany, ponieważ ta osoba jest (i była – od momentu opuszczenia kraju pochodzenia) uchodźcą, decyzja o nadaniu statusu uchodźcy tylko to potwierdza”. (Pojęcia i definicje)

Emblematy

„niewerbalne gesty, które w danej kulturze są dobrze zdefiniowane; mają zwykle swoje bezpośrednie słowne odpowiedniki, tak jak znak OK”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Wymiary społeczeństwa

„wymiary społeczeństwa informacyjnego, takie jak: technologiczny, ekonomiczny, kulturowy, zawodowy i przestrzenny, jak również ekologiczny i społeczny”. (Ziomba, Papaj i Żelazny, 2013)

Tożsamość kulturowa

„Tożsamość kulturową, jedną z odmian tożsamości społecznej, należy pojmować ją jako względnie trwałą identyfikację pewnej grupy ludzi i pojedynczych jej członków z określonym układem kulturowym tworzonym przez zespół idei, przekonań, poglądów, z konkretnymi zwyczajami i obyczajami, z danym systemem aksjologicznym i normatywnym. Owa identyfikacja powinna umacniać wewnętrzną jedność grupy i stanowić o jej *differentia specifica*. Tożsamość taka wyraża się w zasadzie: Jest się takim, jakim się jest, jest się innym, a to że jest się innym, ma stanowić powód do dumy, a nie do zawstydzenia”. (Szczepański, 2005)

Tożsamość europejska

„Tożsamość europejska, tożsamość paneuropejska – zespół postaw, które odnoszą się do osobistej lub zbiorowej identyfikacji z Europą oraz odczuwanie związku z kulturą i historią europejską. Obejmuje większy obszar niż patriotyzm – identyfikowanie się z własnym narodem, ale mniejszy niż kosmopolityzm – utożsamianie się z całym rodzajem ludzkim”. (Tożsamość europejska, 2011)

Rozwój społeczno-gospodarczy

„Rozwój społeczno-gospodarczy - proces pozytywnych zmian ilościowo-jakościowych, dzięki którym w sferze wszelkiej działalności gospodarczej, kulturowej i społecznej oraz stosunków społeczno–produkcyjnych i polityczno–ustrojowych zwiększają się i udoskonalają istniejące zjawiska a także powstają i rozwijają się nowe zjawiska. Zmiany te zachodzą w ujęciu czasowym i przestrzennym.” (Rozwój społeczno-gospodarczy, 2009)

Komunikacja międzykulturowa

„Komunikacja międzykulturowa to wymiana wiedzy, idei, myśli, pojęć i emocji między przedstawicielami różnych kultur.” (Juang i Matsumoto, 2010)

Różnorodność

„Różnorodność to wszystkie aspekty, w których ludzie się różnią i są podobni, zarówno te widoczne, jak: płeć, wiek, rasa, pochodzenie etniczne, (nie)pełnosprawność, jak i niewidoczne: orientacja seksualna, umiejętności, wykształcenie, doświadczenie zawodowe, postawy życiowe, style życia, style uczenia się itd.” (Gryszko, 2009)

Szacunek

„Na gruncie polskim używane jest zamiennie z określeniami: cześć, poważanie, poszanowanie, uznanie, honor, dobre imię; przeciwstawia się mu: zniewagę, zniesławienie, ubliżenie, hańbę, zbezczeszczenie, poniżenie, upokorzenie” (Jazukiewicz, 2002)

7.5. Konstrukttywne porozumiewanie się w różnych środowiskach.

a) Tagi - słowa kluczowe

| KONSTRUKTYWNE POROZUMIEWANIE SIĘ W RÓŻNYCH ŚRODOWISKACH | | | |
|---|-------------|-----------------|---------------|
| 1. | komunikacja | | |
| 2. | | transfer | |
| 3. | | miejsce | |
| 4. | | wiadomość | |
| 5. | | sygnał | |
| 6. | | znaczenie | |
| 7. | | wspólny kod | |
| 8. | | nadawca | |
| 9. | | odbiorca | |
| 10. | | informacje | |
| 11. | | komunikat | |
| 12. | | interpretacja | |
| 13. | | budowanie | |
| 14. | | ludzie | |
| 15. | | wspólnota | |
| 16. | | | odczuć |
| 17. | | | przeświadczeń |
| 18. | | | wartości |
| 19. | | | znaczenia |
| 20. | | | cele |
| 21. | | | działania |
| 22. | | | walka |
| 23. | | | więzi |
| 24. | | telekomunikacja | |
| 25. | | język | |

| | | | |
|-----|--------------------------------|----------------------|--|
| 26. | | symbole | |
| 27. | komunikacja werbalna | | |
| 28. | | przekaz | |
| 29. | | odbiór | |
| 30. | | informacje | |
| 31. | | czytanie | |
| 32. | | pisanie | |
| 33. | | mówienie | |
| 34. | | słuchanie | |
| 35. | | treść | |
| 36. | | kodowanie | |
| 37. | | słowa | |
| 38. | | wyrazy | |
| 39. | komunikacja niewerbalna | | |
| 40. | | intencjonalna | |
| 41. | | nieintencjonalna | |
| 42. | | mimika | |
| 43. | | ton głosu | |
| 44. | | pozycja | |
| 45. | | ruch | |
| 46. | | dotyk | |
| 47. | | spojrzenie | |
| 48. | | emocje | |
| 49. | | wyrażanie | |
| 50. | | postawy | |
| 51. | | cechy osobowości | |
| 52. | | komunikacja werbalna | |
| 53. | komunikacja góra-dół i pozioma | | |

| | | | |
|-----|------------------------|--------------------|----------------------|
| 54. | | kierunek | |
| 55. | | pionowa | |
| 56. | | pozioma | |
| 57. | | relacja | |
| 58. | | | pracownik-przełożony |
| 59. | | | pracownik-pracownik |
| 60. | | horyzontalna | |
| 61. | komunikacja w rodzinie | | |
| 62. | | tło | |
| 63. | | intensywność | |
| 64. | | interakcje osobowe | |
| 65. | | częstotliwość | |
| 66. | | trwałość | |
| 67. | autoprezentacja | | |
| 68. | | komunikacja | |
| 69. | | wypowiedzi | |
| 70. | | zachowania | |
| 71. | | działania | |
| 72. | | kim jestem | |
| 73. | | prezentacja | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Komunikacja

„ogólny termin określający transfer czegoś z jednego miejsca na inne. Tym „czymś” może być wiadomość, sygnał, znaczenie itp. Warunkiem koniecznym zajścia komunikacji jest posiadanie wspólnego kodu przez nadawcę i odbiorcę, by znaczenie czy informacje zawarte w komunikacie mogły być bezbłędnie zinterpretowane”. (Reber, 2005)

„Zarówno użycie słowa komunikacja, jak i jego etymologia pokazują, iż termin ten oznacza różnorodne sposoby budowania mniej lub bardziej trwałej wspólnoty między ludźmi. Budowana wspólnota dotyczyć może podzielanych odczuć, przeświadczeń, wartości, znaczeń, celów działania i samych działań. W pewnych sytuacjach dotyczyć ona może i wspólnej areny walki, a konstytuujące ją więzi dalekie są od przyjaźni. Wspólnota, o której mowa, tworzona może być przez

przemieszczanie i łączenie osób za pomocą urządzeń telekomunikacyjnych bądź za pomocą działań językowych i innych zachowań symbolicznych, przenoszących znaczenia”. (Waszkiewicz, Wydawnictwo Naukowe PWN)

Komunikacja werbalna

„Komunikacja werbalna bazuje na takich sposobach przekazywania i odbierania informacji, jak czytanie, pisanie, mówienie i słuchanie. Dotyczy więc tych wszystkich przypadków, w których treść, znaczenie jest zakodowane w słowach i równoznacznych z nimi wyrazach”. (Potocki, Winker i Żbikowska, 2011)

„Skuteczna komunikacja werbalna nie polega wyłącznie na wyraźnym i zwięzłym wysławianiu się. Chodzi w niej również o to, żeby informacje docierały do odbiorcy i żeby on je rozumiał”. (Payne i Payne, 2014)

Komunikacja niewerbalna

„sposób, w jaki ludzie komunikują, intencjonalnie bądź nieintencjonalnie, bez słów; wskaźniki niewerbalne obejmują mimikę, ton głosu, gesty, pozycje i ruchy ciała, dotyk i spoglądanie”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

„Komunikacja niewerbalna - obejmuje komunikaty intencjonalne, które przekazywane są za pośrednictwem mimiki, tonu głosu, pozycji, ruchów ciała, dotyku, spojrzenia, dzięki czemu przekazywane są informacje dotyczące:

- wyrażania emocji (np.: ściągnięcie brwi, zwężenie oczu, zaciśnięcie ust - złość),
- przenoszenie postawy (uśmiech - lubię cię),
- informacja o cechach osobowości - (zdecydowany ton głosu -jestem pewny siebie),
- ułatwienia komunikacji werbalnej (uśmiech plus podanie dłoni w czasie witania się)”.
(Pawlikowska i Poleszak, 2014)

Komunikacja góra-dół i pozioma

„W zależności od kierunku komunikacji wyróżniamy komunikację pionową, tzw. „góra-dół”, która dotyczy relacji pracownik-przełożony oraz komunikację poziomą, zwaną inaczej horyzontalną, która określa sposoby porozumiewania się między pracownikami”. (Korczyńska, 2011)

Komunikacja w rodzinie

„Komunikację w rodzinie wyróżnia to, że dokonuje się ona na tle szczególnie intensywnie zachodzących wspomnianych interakcji osobowych, ze względu na dużą częstotliwość, trwałość”. (Harwas-Napierała, 2006)

Autoprezentacja

„próba zakomunikowania poprzez nasze wypowiedzi, zachowania niewerbalne i działania, kim jesteśmy, albo za kogo chcielibyśmy być uważani przez innych”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

7.6. Tolerancja, wyrażanie i rozumienie różnych punktów widzenia.

a) Tagi - słowa kluczowe

| TOLERANCJA, WYRAŻANIE I ROZUMIENIA RÓŻNYCH PUNKTÓW WIDZENIA | | |
|---|------------|---------------------|
| 1. | tolerancja | |
| 2. | | liberalność |
| 3. | | akceptacja |
| 4. | | zachowania |
| 5. | | wartości |
| 6. | | przekonania |
| 7. | | pozytywna |
| 8. | | obrona wartości |
| 9. | | pluralizm |
| 10. | | opór |
| 11. | | zakazy |
| 12. | | swoboda |
| 13. | | negatywna |
| 14. | | zmuszanie się |
| 15. | | powstrzymywanie się |
| 16. | | godzenie się |
| 17. | | zachowania |
| 18. | | wartości |
| 19. | | przekonania |
| 20. | | wytrzymywanie |
| 21. | | napięcie |
| 22. | | stres |
| 23. | | ból |
| 24. | | uszczerbek |
| 25. | | uznawanie |

| | | | |
|-----|----------|--------------------|--------------|
| 26. | | prawo | |
| 27. | | odmienne | |
| 28. | | | poglądy |
| 29. | | | gusta |
| 30. | | intelektualna | |
| 31. | | | szacunek |
| 32. | | | poglądy |
| 33. | | moralna | |
| 34. | | | styl życia |
| 35. | | | obyczaje |
| 36. | | | zwyczaje |
| 37. | | religijna | |
| 38. | | | przyjmowanie |
| 39. | | | odrzućanie |
| 40. | | | wierzenia |
| 41. | | | praktyki |
| 42. | | wspólnota wartości | |
| 43. | | równoważność | |
| 44. | | postawa | |
| 45. | | humanistyczna | |
| 46. | | human fellowship | |
| 47. | | znoszenie | |
| 48. | | dopuszczanie | |
| 49. | | przyzwalanie | |
| 50. | wartości | | |
| 51. | | ważne | |
| 52. | | cenne | |
| 53. | | jednostka | |

| | | | |
|-----|------------------|-----------------------|--|
| 54. | | społeczeństwo | |
| 55. | | godne pożądanía | |
| 56. | | pozytywne | |
| 57. | | cel dążeń | |
| 58. | wartości Polaków | | |
| 59. | | stabilne | |
| 60. | | przyjaciele | |
| 61. | | wykształcenie | |
| 62. | | pieniądze | |
| 63. | | bóg | |
| 64. | | opatrność | |
| 65. | | zdrowie | |
| 66. | | małżeństwo | |
| 67. | | dzieci | |
| 68. | | praca | |
| 69. | | wolność | |
| 70. | | swoboda | |
| 71. | | silny charakter | |
| 72. | | życzliwość | |
| 73. | | szacunek otoczenia | |
| 74. | wartości UE | | |
| 75. | | poszanowanie godności | |
| 76. | | wolność | |
| 77. | | demokracja | |
| 78. | | równość | |
| 79. | | państwo prawa | |
| 80. | | prawa człowieka | |
| 81. | | prawa mniejszości | |

| | | | |
|-----|--|------------------|--|
| 82. | | pluralizm | |
| 83. | | niedyskryminacja | |
| 84. | | tolerancja | |
| 85. | | sprawiedliwość | |
| 86. | | solidarność | |
| 87. | | równość | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Tolerancja

„1. postawa liberalnej akceptacji cudzych zachowań, wartości i przekonań. Niektórzy stosują ten termin z wysoce pozytywną konotacją, mając na myśli, że tolerancja wymaga stanowczej obrony cudzych wartości i afirmacji pluralizmu; osoba naprawdę tolerancyjna będzie stawiać opór wszelkim zakazom nałożonym na cudzą swobodę ekspresji. Inni natomiast mówią o tolerancji w negatywnym znaczeniu, sugerując, że jest ona czymś w rodzaju wymuszonego powstrzymywania się – ze „zgrzytaniem zębów”, gdy trzeba pogodzić się z zachowaniami, przekonaniami i wartościami innych ludzi. To ostatnie wywodzi się z następnego: 2. Zdolności do wytrzymywania napięcia, stresu czy bólu bez ponoszenia znacznego uszczerbku...” (Reber, 2005)

„Najbardziej pojemna definicja socjologiczna określa tolerancję jako uznawanie prawa innych do własnych poglądów, gustów itp. odmiennych od poglądów oceniającego. W encyklopediach mówi się o tolerancji intelektualnej (szacunek dla cudzych poglądów wyrażający się w dopuszczaniu ich do głosu), moralnej (przy zachowaniu elementarnych norm moralnych są uprawnione różne style życia, postawy, obyczaje i zwyczaje), religijnej (prawo do przyjmowania lub odrzucania wierzeń i praktyk postulowanych przez różne religie, wyznania). (...) W pierwszym typie postawy z tolerancją mamy do czynienia wtedy, gdy jakaś grupa (wspólnota wartości) przyznaje innej równoważne własnemu prawo do odmierności i nie uważa tej odmierności za gorszego gatunku od własnej. Tak rozumiana tolerancja jest pozytywną, ludzką, humanistyczną postawą kierującą się imperatywem urzeczywistnienia human fellowship – „ludzkiego towarzystwa”, jak to sformułował w jednym z pism Jacques Maritain. Taka tolerancja jest w istocie akceptacją. Postawa druga, to – jak to określa filozof niemiecki, Heinz Robert Schlette – jedynie „znoszenie” (Duldung) inności, „pozytywna cierpliwość” wobec tej inności. Jest ono chyba bliższe naszemu wyczuciu językowemu; tolerować coś, czyli znosić, dopuszczać, przyzwalać”. (Wasiak-Radoszewski, Tolerancja)

Wartości

„to wszystko, co uchodzi za ważne i cenne dla jednostki i społeczeństwa oraz jest godne pożądania, co łączy się z pozytywnymi przeżyciami i stanowi jednocześnie cel dążeń ludzkich”. (Łobocki, 1993)

Wartości Polaków

W Polsce: „...system wartości Polaków jest dosyć stabilny. Warto jednak odnotować znaczny wzrost znaczenia przyjaciół (ponad dwukrotny wzrost odsetka wskazań w stosunku do roku 2000. Wzrosła także w porównaniu z latami 90. ubiegłego wieku waga wykształcenia, choć w dalszym ciągu zarówno przyjaciele jak i wykształcenie wydają się wartościami niedocenianymi w świetle ich

realnego wpływu na jakość życia. Szybki wzrost zamożności Polaków odbija się także na spadku częstości wskazań pieniędzy jako jednej z trzech kardynalnych wartości (o 10 p.p. w stosunku do roku 2000). Spada także znaczenie Boga (opatrności), co koresponduje ze spadkiem częstości praktyk religijnych i modlitwy (...). Podobnie jak we wszystkich poprzednich latach najczęściej jako wartość wskazywane jest zdrowie (64,1 proc. respondentów), a w dalszej kolejności udane małżeństwo (niewielki spadek liczby wskazań), dzieci (także spadek liczby wskazań, który zaczął się już w 2011 r.) i praca; najrzadziej wolność i swoboda, silny charakter, wykształcenie i życzliwość oraz szacunek otoczenia...” (Czapiński, 2013)

W UE:

„Unia opiera się na wartościach poszanowania godności osoby ludzkiej, wolności, demokracji, równości, państwa prawnego, jak również poszanowania praw człowieka, w tym praw osób należących do mniejszości. Wartości te są wspólne Państwom Członkowskim w społeczeństwie opartym na pluralizmie, niedyskryminacji, tolerancji, sprawiedliwości, solidarności oraz na równości kobiet i mężczyzn”. (Wersja skonsolidowana Traktatu o Unii Europejskiej)

7.7. Negocjowanie i osiąganie kompromisu.

a) Tagi - słowa kluczowe

| NEGOCJOWANIE I OSIĄGANIE KOMPROMISU | | |
|-------------------------------------|------------|-----------------|
| 1. | negocjacje | |
| 2. | | komunikacja |
| 3. | | konflikt |
| 4. | | strony |
| 5. | | wzajemność |
| 6. | | propozycje |
| 7. | | kontrpropozycje |
| 8. | | problem |
| 9. | | zgoda |
| 10. | zaufanie | |
| 11. | | wiara |
| 12. | | prawdomówność |
| 13. | GRIT | |
| 14. | | strategia |
| 15. | | konflikt |
| 16. | | ograniczenie |
| 17. | | codzienność |
| 18. | | życie |
| 19. | | informacja |
| 20. | | współpraca |
| 21. | | odwzajemnianie |
| 22. | | kooperacja |
| 23. | | agresja |
| 24. | konflikt | |
| 25. | | starcie |

| | | |
|-----|--------------------------|-----------------|
| 26. | | cel |
| 27. | | zaburzenie |
| 28. | | strony |
| 29. | | konkurencja |
| 30. | | tożsamy cel |
| 31. | | zasoby |
| 32. | | ograniczone |
| 33. | konflikt interpersonalny | |
| 34. | | napięcie |
| 35. | | osoby |
| 36. | | grupy |
| 37. | | cele |
| 38. | | sprzeczność |
| 39. | mediacja | |
| 40. | | trzecia strona |
| 41. | | rozwiązanie |
| 42. | | konflikt |
| 43. | uprzedzenie | |
| 44. | | wrogość |
| 45. | | negatywna |
| 46. | | postawa |
| 47. | | wyróżnianie się |
| 48. | | grupa |
| 49. | | przynależność |
| 50. | kompromis | |
| 51. | | porozumienie |
| 52. | | ustępstwa |
| 53. | | strony |

| | |
|-----|-------------|
| 54. | wyrzeczenia |
| 55. | potrzeby |
| 56. | żądania |
| 57. | oczekiwania |
| 58. | konflikt |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Negocjacje

„forma porozumiewania się przeciwnych stron konfliktu, gdzie zainteresowani składają wzajemne propozycje i kontrpropozycje, a problem jest rozwiązany pod warunkiem, że obie strony osiągną zgodę”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Zaufanie

„wiara w prawdomówność danej osoby...” (Reber, 2005)

GRIT, czyli stopniowe i odwzajemnione skłanianie do obniżenia napięcia

„strategia ograniczania konfliktu w sytuacjach codziennego życia, w których a) informujesz o swojej chęci do współpracy, b) współpracujesz, c) odwzajemniasz każde kooperacyjne działanie, ale d) jeżeli twój oponent działa agresywnie, odpowiadasz mu tym samym”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Konflikt

„Etymologicznie słowo 'konflikt' oznacza starcie, toteż używamy go zawsze tam, gdzie zamierzenie (cel) podmiotu A jest zaburzony przez działania podmiotu B. Najczęściej przyjmuje się, że z konfliktem mamy do czynienia, gdy dwa różne podmioty konkurują w osiągnięciu tego samego celu lub chcą zawładnąć zasobami wystarczającymi dla co najwyżej jednego z nich”. (Waszkiewicz, Wydawnictwo Naukowe PWN)

Konflikt interpersonalny

„napięcie między dwiema lub więcej osobami albo grupami, które mają sprzeczne cele”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Mediacja

„wyrażanie zgody na udział trzeciej strony przy rozwiązywaniu zaistniałego konfliktu”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Uprzedzenie

„wroga bądź negatywna postawa dotycząca wyróżniającej się grupy ludzi, oparta wyłącznie na ich przynależności do tej grupy”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Kompromis

„Kompromis oznacza porozumienie osiągnięte poprzez ustępstwa obu stron”. (Szałkowski, 1996)

„Podstawą Kompromisu jest założenie, że porozumienie wymaga od każdej ze stron określonych wyrzeczeń. W zamian możliwe staje się zaspokojenie przynajmniej niektórych potrzeb, żądań i oczekiwań uczestników konfliktu”. (Borkowski, 2000)

7.8. Radzenie sobie ze stresem i frustracją.

a) Tagi - słowa kluczowe

| RADZENIE SOBIE ZE STRESEM I FRUSTRACJĄ | | |
|--|-------|-----------------|
| 1. | stres | |
| 2. | | siła |
| 3. | | fizyczna |
| 4. | | psychiczna |
| 5. | | społeczna |
| 6. | | organizm |
| 7. | | modyfikacja |
| 8. | | zniekształcenie |
| 9. | | wypaczenie |
| 10. | | przyczyna |
| 11. | | napięcie |
| 12. | | stan |
| 13. | | skutek |
| 14. | | stresor |
| 15. | | negatywne |
| 16. | | uczucia |
| 17. | | przekonania |
| 18. | | wymagania |
| 19. | | reakcja |
| 20. | | otoczenie |
| 21. | | utrata |
| 22. | | zasoby |
| 23. | | relacja |
| 24. | | zakłócenie |
| 25. | | równowaga |

| | | | |
|-----|---------------------------|----------------|-----------------------|
| 26. | | możliwości | |
| 27. | radzenie sobie ze stresem | | |
| 28. | | wysiłki | |
| 29. | | | poznawcze |
| 30. | | | behawioralne |
| 31. | | opanowanie | |
| 32. | | wymagania | |
| 33. | | | zewnątrzne |
| 34. | | | wewnętrzne |
| 35. | | obciążenie | |
| 36. | | zasoby | |
| 37. | | | pieniądze |
| 38. | | | atrakcyjność fizyczna |
| 39. | | | wysoka samoocena |
| 40. | | | wiedza |
| 41. | | | tradycje |
| 42. | | | wsparcie bliskich |
| 43. | równowaga praca-życie | | |
| 44. | | stan | |
| 45. | | radzenie sobie | |
| 46. | | konflikt | |
| 47. | | wymagania | |
| 48. | | czas | |
| 49. | | energia | |
| 50. | | dobrobyt | |
| 51. | | spełnienie | |
| 52. | | zdolność | |
| 53. | | połączenie | |

| | | | |
|-----|---------------------------|---------------------|----------|
| 54. | | praca | |
| 55. | | dom | |
| 56. | | rodzina | |
| 57. | | aktywność społeczna | |
| 58. | | zainteresowania | |
| 59. | frustracja | | |
| 60. | | blokowanie | |
| 61. | | zakłócenie | |
| 62. | | przerwanie | |
| 63. | | zachowanie | |
| 64. | | cel | |
| 65. | | stan emocjonalny | |
| 66. | | motywacja | |
| 67. | | przewyciężanie | |
| 68. | | przeszkoda | |
| 69. | | trudności | |
| 70. | teoria frustracji-agresji | | |
| 71. | | przeszkoda | |
| 72. | | cel | |
| 73. | | prawdopodobieństwo | |
| 74. | | agresja | |
| 75. | agresja | | |
| 76. | | biologia | |
| 77. | | geny | |
| 78. | | zachowanie | |
| 79. | | | fizyczne |
| 80. | | | słowne |
| 81. | | pokonanie | |

| | | | |
|------|------------------|--------------------------------|--|
| 82. | | zmuszenie | |
| 83. | | przeciwnik | |
| 84. | | ucieczka | |
| 85. | | spontaniczność | |
| 86. | | wrodzona | |
| 87. | | gotowość | |
| 88. | | walka | |
| 89. | | przeżycie | |
| 90. | | gwałtowność | |
| 91. | agresja fizyczna | | |
| 92. | | działania | |
| 93. | | zachowania | |
| 94. | | urazy | |
| 95. | | nieprzypadkowość | |
| 96. | | popychanie | |
| 97. | | odpychanie | |
| 98. | | obezwładnianie | |
| 99. | | przytrzymywanie | |
| 100. | | policzkowanie | |
| 101. | | szczypanie | |
| 102. | | kopanie | |
| 103. | | duszenie | |
| 104. | | bicie otwartą ręką i pięściami | |
| 105. | | bicie przedmiotami | |
| 106. | | ciskanie w kogoś przedmiotami | |
| 107. | | parzenie | |
| 108. | | polewanie substancjami żrącymi | |

| | | | |
|------|----------------------|--|-----------|
| 109. | | użycie broni | |
| 110. | | porzucanie kogoś w niebezpiecznej okolicy | |
| 111. | | nieudzielanie koniecznej pomocy | |
| 112. | agresja słowna | | |
| 113. | | wypowiedzi | |
| 114. | | poniżenie | |
| 115. | | groźby | |
| 116. | | wprowadzanie w błąd | |
| 117. | | pośrednia | |
| 118. | | | aura |
| 119. | | | wartość |
| 120. | | | obniżenie |
| 121. | | konsekwencje | |
| 122. | | negatywne | |
| 123. | agresja bezpośrednia | | |
| 124. | | zachowanie | |
| 125. | | atak | |
| 126. | | bezpośredniość | |
| 127. | | przeszkoda | |
| 128. | | cel | |
| 129. | agresja pośrednia | | |
| 130. | | zachowania | |
| 131. | | szkoda | |
| 132. | | przykrość | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Stres

„1. Ogólnie: wszelka siła, która zastosowana wobec organizmu, wywołuje istotną modyfikację jego postaci, zazwyczaj z konotacją, że jest to zniekształcenie lub wypaczenie, termin ten stosuje się w odniesieniu do sił i nacisków zarówno fizycznych, jak psychicznych i społecznych; należy zwrócić uwagę, że tak rozumiany stres oznacza przyczynę – stres poprzedza tu pewien skutek. 2. Stan napięcia psychicznego, wywołany przez siły lub naciski, o których mowa w znaczeniu 1.; należy zwrócić uwagę, że stres w tym znaczeniu jest skutkiem, efektem występowania innych nacisków; na oznaczenie czynnika sprawczego stosuje się tu termin stresor”. (Reber, 2005)

„negatywne uczucia i przekonania, które się pojawiają, gdy ludzie mają poczucie, że nie radzą sobie z wymogami środowiska”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

„reakcja otoczenia, w którym istnieje: zagrożenie utratą zasobów, utrata zasobów, brak wzrostu zasobów następujący po ich zainwestowaniu”. (Bartkowiak, 2009)

„Współcześnie stres rozumiany jest jako złożona relacja pomiędzy jednostką, a jej otoczeniem. Zgodnie z tym ujęciem stres nie jest umiejscawiany ani w jednostce, ani w otoczeniu. lecz dotyczy relacji pomiędzy nimi w jest definiowany jako zakłócenie lub zapowiedź zakłócenia równowagi pomiędzy możliwościami jednostki, a wymaganiami otoczenia”. (Bargiel-Matusiewicz, 2014)

Radzenie sobie ze stresem

„stale zmieniające się poznawcze i behawioralne wysiłki, mające na celu opanowanie określonych zewnętrznych i wewnętrznych wymagań, ocenianych przez osobę jako obciążające lub przekraczające jej zasoby. Jako zasoby rozumie się te rzeczy, którymi dysponujemy, a które są przydatne przy radzeniu sobie z trudnymi sytuacjami, np.: pieniądze, atrakcyjność fizyczna, wysoka samoocena, wiedza, tradycje, wsparcie bliskich, itp.”. (Radzenie sobie ze stresem, 2010)

Równowaga praca-życie

„stan, w którym jednostka radzi sobie z potencjalnym konfliktem między różnymi wymaganiami dotyczącymi jej czasu i energii w taki sposób, że zostaje zaspokojone jej pragnienie dobrobytu i spełnienia”. (Clutterbuck, 2004)

„Równowaga pomiędzy pracą a życiem osobistym ujmowana jest także jako zdolność łączenia pracy z pozostałymi wymiarami życia ludzkiego, w tym z: domem, rodziną, aktywnością społeczną i osobistymi zainteresowaniami”. (Robak i Słocińska, 2016)

Frustracja

„1. Akt blokowania, zakłócenia lub przerwania zachowania ukierunkowanego na pewien cel. Jest to definicja operacyjna; zachowaniem może być cokolwiek, począwszy od jawnych, fizycznych ruchów do ukrytych procesów poznawczych; 2. Stan emocjonalny wynikający z aktu podanego w znaczeniu 1. Zazwyczaj przyjmuje się, że stan ten ma własności motywacyjne, skłaniające do zachowania, które ma obejść lub przewyciężyć przeszkodę”. (Reber, 2005)

„Frustracja pojawia się wówczas, gdy zablokowane zostaną możliwości realizacji celu działania lub gdy pojawią się nieprzewidziane trudności na drodze do jego osiągnięcia”. (Słaboń, 2008)

Teoria frustracji-agresji

„teoria, zgodnie z którą przeszkody występujące na drodze do osiągnięcia upragnionego celu zwiększają prawdopodobieństwo wystąpienia reakcji agresywnych”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Agresja

"Agresja jako pojęcie biologiczne - to uwarunkowany genetycznie rodzaj zachowania, zmierzającego do pokonania lub zmuszenia przeciwnika do ucieczki. (...) Agresja to spontaniczna i wrodzona gotowość do walki, która jest niezbędna do przeżycia". (Augustynek, 2008)

"Agresja, wroście nacechowane gwałtownością zachowanie fizyczne lub słowne jakiejś osoby (obiektu) celowo skierowane przeciwko innej osobie (obiektowi)". (Dana, 1993)

Agresja fizyczna

„Wszelkiego rodzaju działania, zachowania wobec drugiej osoby powodujące nieprzypadkowe urazy. Przykłady: popychanie, odpychanie, obezwładnianie, przytrzymywanie, policzkowanie, szczypanie, kopanie, duszenie, bicie otwartą ręką i pięściami, bicie przedmiotami, ciskanie w kogoś przedmiotami, parzenie, polewanie substancjami żrącymi, użycie broni, porzucanie kogoś w niebezpiecznej okolicy, nieudzielanie koniecznej pomocy”. (Krzywdzenie dzieci)

Agresja słowna

„Agresja słowna wyraża się w formie wypowiedzi poniżających, gróźb, wprowadzania w błąd, co pociąga za sobą negatywne konsekwencje dla osoby, na którą skierowana jest agresja. Może wystąpić również agresja słowna pośrednia zmierzająca do wytworzenia negatywnej aury wokół atakowanej osoby i do obniżenia jej wartości w oczach innych”. (Cichła, 2014)

Agresja bezpośrednia

„Ten rodzaj zachowania, gdy jednostka bezpośrednio atakuje przeszkodę znajdującą się na jej drodze do celu, nazywamy agresją bezpośrednią”. (Michoń, 1981)

Agresja pośrednia

„Przy agresji pośredniej zachowania powodują szkodę lub przykrość osobie, na którą skierowana jest agresja, nie przybierają jednak formy bezpośredniego na nią ataku”. (Cichła, 2014)

Negocjacje

„forma porozumiewania się przeciwnych stron konfliktu, gdzie zainteresowani składają wzajemne propozycje i kontrpropozycje, a problem jest rozwiązany pod warunkiem, że obie strony osiągną zgodę”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Zaufanie

„wiara w prawdomówność danej osoby...” (Reber, 2005)

GRIT, czyli stopniowe i odwzajemnione skłanianie do obniżenia napięcia

„strategia ograniczania konfliktu w sytuacjach codziennego życia, w których a) informujesz o swojej chęci do współpracy, b) współpracujesz, c) odwzajemniasz każde kooperacyjne działanie, ale d) jeżeli twój oponent działa agresywnie, odpowiadasz mu tym samym”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Konflikt

„Etymologicznie słowo 'konflikt' oznacza starcie, toteż używamy go zawsze tam, gdzie zamierzenie (cel) podmiotu A jest zaburzony przez działania podmiotu B. Najczęściej przyjmuje się, że z konfliktem mamy do czynienia, gdy dwa różne podmioty konkurują w osiągnięciu tego samego celu lub chcą zawładnąć zasobami wystarczającymi dla co najwyżej jednego z nich”. (Waszkiewicz, Wydawnictwo Naukowe PWN)

Konflikt interpersonalny

„napięcie między dwiema lub więcej osobami albo grupami, które mają sprzeczne cele”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Mediacja

„wyrażanie zgody na udział trzeciej strony przy rozwiązywaniu zaistniałego konfliktu”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Uprzedzenie

„wroga bądź negatywna postawa dotycząca wyróżniającej się grupy ludzi, oparta wyłącznie na ich przynależności do tej grupy”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Kompromis

„Kompromis oznacza porozumienie osiągnięte poprzez ustępstwa obu stron”. (Szałkowski, 1996)

„Podstawą Kompromisu jest założenie, że porozumienie wymaga od każdej ze stron określonych wyrzeczeń. W zamian możliwe staje się zaspokojenie przynajmniej niektórych potrzeb, żądań i oczekiwań uczestników konfliktu”. (Borkowski, 2000)

7.9. Empatia, współpraca, asertywność i prawość.

a) Tagi - słowa kluczowe

| Empatia, współpraca, asertywność i prawość | | | |
|--|--------------------|-------------------|---------------|
| 1. | empatia | świadomość | |
| 2. | | rozumienie | |
| 3. | | emocje | |
| 4. | | inni | |
| 5. | | uczucia | |
| 6. | | uchwycenie | |
| 7. | | | intelektualne |
| 8. | | | pojęciowe |
| 9. | | rozumienie | |
| 10. | | afekt | |
| 11. | | reakcja zastępcza | |
| 12. | | odzwierciedlanie | |
| 13. | | naśladowanie | |
| 14. | | dzielenie | |
| 15. | hipoteza altruizmu | empatii- | |
| 16. | | przekonanie | |
| 17. | | empatia | |
| 18. | | odczuwanie | |
| 19. | | inni | |
| 20. | | pomoc | |
| 21. | | udzielenie | |
| 22. | | konsekwencje | |
| 23. | współpraca | | |
| 24. | | tworzenie | |
| 25. | | więź | |

| | | | |
|-----|-------------|-------------------------|----------------|
| 26. | | współdziałanie | |
| 27. | | inni | |
| 28. | | praca w grupie | |
| 29. | | cele | |
| 30. | | wspólne | |
| 31. | | zadania | |
| 32. | | problemy | |
| 33. | | rozwiązywanie | |
| 34. | | kompetencja emocjonalna | |
| 35. | | relacje z innymi | |
| 36. | | tożsamość | |
| 37. | | zespół | |
| 38. | | trwałość | |
| 39. | | sprawność | |
| 40. | asertywność | | |
| 41. | | domaganie się | |
| 42. | | prawa | |
| 43. | | | własne |
| 44. | | | inni |
| 45. | | wyrażanie | |
| 46. | | | potrzeby |
| 47. | | | chęci |
| 48. | | | opinie |
| 49. | | | przekonania |
| 50. | | | bezpośredniość |
| 51. | | | szczerłość |
| 52. | | | stosowność |
| 53. | | kompetencje osobiste | |

| | | | |
|-----|---------|------------------|--|
| 54. | | cele | |
| 55. | | osiąganie | |
| 56. | | potwierdzanie | |
| 57. | | obrona | |
| 58. | | pozytywny obraz | |
| 59. | | waga | |
| 60. | | wyrażanie zdania | |
| 61. | | punkt widzenia | |
| 62. | | szacunek | |
| 63. | | odmienność | |
| 64. | | odpowiedzialność | |
| 65. | | wybory | |
| 66. | | uległość | |
| 67. | | agresja | |
| 68. | prawość | | |
| 69. | | uczciwość | |
| 70. | | cecha | |
| 71. | | relacje z innymi | |
| 72. | | wywiązywanie się | |
| 73. | | dawanie słowa | |
| 74. | | przestrzeganie | |
| 75. | | reguły społeczne | |
| 76. | | normy moralne | |

b) Definicje na gruncie teoretycznym

Empatia

„1. Poznawcza świadomość i rozumienie emocji oraz uczuć innej osoby. W tym sensie zasadniczym znaczeniem terminu jest intelektualne lub pojęciowe uchwycenie, zrozumienie afektu kogoś innego; 2. Zastępcza reakcja afektywna na doświadczenia emocjonalne innej osoby, polegająca na odzwierciedlaniu lub naśladowaniu tej emocji. W tym znaczeniu oczywistą implikacją jest fakt, że doświadczenie empatyczne jest dzieleniem z kimś jego emocji”. (Reber, 2005)

„zdolność do postawienia siebie na miejscu drugiej osoby i odbierania w podobny sposób zachodzących wydarzeń oraz odczuwania podobnych emocji (np. radości i smutku)”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Hipoteza empatii-altruizmu

„przekonanie, zgodnie z którym empatia odczuwana względem drugiej osoby skłania do udzielenia jej pomocy bez względu na konsekwencje podjętych działań”. (Aronson, Wilson i Akert, 1997)

Współpraca

„Współpraca – zdolność tworzenia więzi i współdziałania z innymi, umiejętność pracy w grupie na rzecz osiągnięcia wspólnych celów, umiejętność zespołowego wykonywania zadań i wspólnego rozwiązywania problemów. Zdolność tę zalicza się do kompetencji emocjonalnych; umiejętność ta stanowi jeden z wyróżników kompetencji społecznych, które warunkują jakość relacji z innymi ludźmi. Współpraca i współdziałanie prowadzą do tworzenia wewnętrznych więzi wśród członków grupy, jak też rodzą ich poczucie tożsamości z zespołem, co zapewnia trwanie i sprawne funkcjonowanie tego zespołu na rzecz osiągnięcia wspólnych celów jego członków”. (Współpraca, 2007)

Asertywność

„Asertywność to:

- Domaganie się swych praw w taki sposób, aby nie naruszać praw innych osób,
- Wyrażanie własnych potrzeb, chęci, opinii, odczuć i przekonań w bezpośredni, szczerzy i stosowny sposób”. (Armstrong, 1997)

„Asertywność jest złożonym zespołem kompetencji osobistych polegających na skutecznym dochodzeniu do ważnych celów życiowych przy równoczesnym stałym potwierdzaniu i obronie swojego pozytywnego obrazu. Niezdolność do otwartego i szczerego komunikowania własnych praw, uczuć, potrzeb i poglądów, czyli brak umiejętności reagowania asertywnego, może być źródłem poważnych zaburzeń w kontaktach interpersonalnych w rodzinie, szkole czy środowisku pracy”. (Romanowska i Wachowiak, 2006)

„Asertywność oznacza przeświadczenie, iż nasze własne opinie, przekonania, potrzeby, uczucia są równie ważne jak opinie, przekonania itd. innych osób. Jest to umiejętność wyrażania swojego zdania przy jednoczesnym szacunku dla odmiennego punktu widzenia drugiej osoby. Asertywność oznacza również przyjmowanie odpowiedzialności za dokonywane przez siebie wybory. Istotne jest odróżnienie asertywności od uległości i agresji”. (Bargiel-Matusiewicz, 2014)

Prawość

„Uczciwość, prawość – cecha ludzka, polegająca w relacjach społecznych na wywiązywaniu się z danego słowa oraz przestrzeganiu reguł społecznych (uznanych norm moralnych), nawet gdy inni tego nie widzą lub nie oczekują”. (Uczciwość, 2013)

7.10 Treści anegdot do wykorzystania

Tales z Miletu (ok. -620, - ok. -540) obserwując gwiazdy, wpadł w ciemności do studni. Wtedy piękna niewolnica rzekła, że chciał zobaczyć, co się dzieje na niebie, a nie dostrzega tego, co znajduje się na ziemi tuż pod jego nogami. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Jan Heweliusz (1611-1687) gdański matematyk i astronom, jest dziś kojarzony głównie z marką piwa. Rzeczywiście był właścicielem browaru. Osobiście kontrolował jego jakość. Podobno wylewał kufel piwa na ławę, odczekał kilka minut i siadał. Jeśli piwo było gęste i dobrze uwarzone to wstawało się... razem z ławką. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Blaise Pascal (1623-1662) cierpiał na okropny ból zębów. Aby oderwać myśli od bólu, udowodnił wiele twierdzeń o własnościach cykloidy i ogłosił konkurs na prace o tej krzywej. Nadeszło wiele listów (m.in. praca Christiaana Huygensa (1629-1695) o izochronicznych własnościach cykloidy). Pascal wszystkie prace przeczytał, po czym sam sobie przyznał I nagrodę w konkursie. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Pewnego razu Izaak Newton (1643-1727) zaprosił na obiad przyjaciela, ale zapomniał o tym uprzedzić służbę. Gdy gość się zjawił, zobaczył na stole jedno nakrycie, a stwierdziwszy, że Newton akurat dokonuje obliczeń, zjadł obiad i - nie chcąc przeszkadzać - wyszedł.

- To dziwne - rzekł uczoney skończywszy pracę. - Gdyby nie dowody rzeczowe, które stoją na stole, mógłbym sądzić, że nie jadłem dziś obiadu... (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Leonardowi Eulerowi (1707-1783) zadano zagadkę: Dwa pociągi odległe o 60 km zbliżają się po tym samym torze z prędkością 60 km/h. Między nimi lata mucha. Zaczyna ze środka, dolatuje do pierwszego pociągu, zawraca, leci do drugiego itd. Mucha lata z prędkością 20 km/h. Jaką drogę przeleci mucha, zanim pociągi się zderzą? Euler od razu odpowiedział, że 10 km. Na to rozmówca powiedział z podziwem: *No, od razu wpadłeś na prosty sposób. Większość ludzi próbuje zsumować nieskończony ciąg.* Na to Euler odpowiedział: *Ale ja właśnie to zrobiłem!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Francuski matematyk Charles Bousset (1730-1814) dowiedział się, że jego kolega Pierre-Louis Maupertuis (1698-1759) jest ciężko chory i odwiedził go w szpitalu. Lekarz powiedział, że pacjent jest umierający i nie jest już w stanie powiedzieć nawet słowa. Na to rzekł Bousset: *To niemożliwe. Wiem co zrobić, żeby się odezwał.* Podszedł do łóżka i głośno zapytał Maupertuisa: *Ile jest dwanaście do kwadratu?* Na to umierający odpowiedział: *Sto czterdzieści cztery!* i wydał ostatnie tchnienie. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Pierre Simon de Laplace (1749-1827) zapytany przez Napoleona, dlaczego w rozprawie o wahaniach okresowych w ruchu Saturna i Jowisza nie ma wzmianki o Bogu, odpowiedział: *Sire, ta hipoteza nie jest mi potrzebna.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

André Ampère, francuski fizyk i matematyk (1775-1836), miał dwa koty - dużego i małego - które bardzo lubił. Przeszkadzały mu jednak ciągłym drapaniem do drzwi, więc w końcu kazał zrobić w drzwiach dwa otwory dla kotów - jeden duży - dla dużego, drugi mały - dla mniejszego, żeby mogły wchodzić i wychodzić same. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

André Ampère, stwierdziwszy pewnego razu brak zegarka, wysłał list do przyjaciela, u którego spędził ostatni wieczór. Zapytywał w nim, czy przypadkiem nie zostawił u niego zegarka. Adresat, przeczytawszy list, zobaczył w postscriptum: *Przed chwilą znalazł się mój zegarek, więc nie trudź się poszukiwaniem.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Mieszkający w Paryżu polski matematyk Józef Hoëné-Wroński (1776-1863) popadł w kłopoty finansowe. Wtedy przekonał bankiera Arsona, że zna Teorię Wszystkiego i obiecał go w nią wprowadzić. W zamian Arson finansował jego badania i publikacje Wrońskiego. Po kilku latach bankier poczuł się oszukany i wytoczył Wrońskiemu proces. Wroński jednak przekonał sędziego, że zna „Teorię Wszystkiego” i proces wygrał. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

André Weil (1906-1998) jako młody lecz już sławny matematyk został zaproszony przez Goście Mittag-Lefflera do jego willi pod Sztokholmem, w celu napisania wspólnej książki. Każdego dnia sędziwy Mittag-Leffler ubrany w strój doktora honoris causa Oxfordu lub Cambridge siadał przy swoim ulubionym biurku i rozpoczynał z Weilem dyskusje na temat książki. Po kwadransie zmęczony zapadał w drzemkę. Weilowi nie wypadało go budzić, więc cicho wycofywał się z gabinetu starego mistrza. "Przepracowawszy" tak tydzień Weil zrozumiał, że z książki nic nie będzie. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Pasquale del Pezzo (1859-1936) - włoski geometra - pochodził z arystokratycznej rodziny (nosił tytuł księcia Cajanello). Czasem ta okoliczność mu pomagała, a czasem przeciwnie. Pomogła mu, gdy przebywając w Szwecji, zapalał miłością do siostry Mittag-Lefflera - Anny Charlotty, która była protestantką. Arystokratycznymi kanałami udało się uzyskać od papieża zgodę na ślub. Nie pomogła gdy Del Pezzo nagle zaniemógł. Konieczna była szybka operacja, a w okolicy nie było żadnego lekarza o dostatecznie arystokratycznym pochodzeniu, który mógłby go operować. W efekcie braku pomocy zmarł. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

David Hilbert (1862-1943) wybitny niemiecki matematyk zapytany o jednego z byłych uczniów odpowiedział: *Ach, ten, został poetą. Na matematyka miał zbyt mało wyobraźni.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Amerykański fizyk i matematyk Robert Millikan (1868-1953) był niezwykle rozmowny. Koledzy proponowali ustalenie nowej jednostki - rozmowności - o nazwie kan. Jej tysięczna część - milikan - oznaczałaby rozmowność więcej niż przeciętną. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Henri Lebesgue (1875-1941) przyjechał z wizytą do polskich matematyków we Lwowie. Zaproszony do kawiarni Szkołkiej postanowił zjeść obiad. Kelner podał mu jadłospis, ale ten był wyłącznie po polsku. Lebesgue nie znał polskiego, popatrzył w kartę dań, po czym ją odłożył, mówiąc: *Dziękuję, jadam jedynie dobrze zdefiniowane potrawy.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Zapytano pewnego razu Alberta Einsteina (1879-1955), w jaki sposób pojawiają się odkrycia, które przeobrażają świat. Wielki fizyk odpowiedział:

Bardzo prosto. Wszyscy wiedzą, że czegoś zrobić nie można. Ale przypadkowo znajduje się jakiś nieuk, który tego nie wie. I on właśnie robi odkrycie. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Dziennikarz spytał panią Einstein, co myśli o swoim mężu. *Mój mąż to geniusz! On umie robić absolutnie wszystko, z wyjątkiem pieniędzy.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Einstein nie potrafił bez pomocy drugiej osoby wypełnić deklaracji podatkowej. Mawiał: *To jest zbyt skomplikowane dla matematyka. Do tego trzeba być filozofem.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Einstein mawiał, że nie lubi uczyć w college'ach koedukacyjnych, bo gdy na Sali siedzi tyle ładnych dziewcząt, chłopcy nie skupiają uwagi na matematyce i fizyce. Usłyszał kiedyś od przyjaciół: *Dałbyś spokój, Albercie. Przecież chłopcy z pewnością słuchają tego, co mówisz.* Einstein odpowiedział: *Tacy chłopcy nie zastępują na to, by ich uczyć.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Na Uniwersytecie w Princeton po terenie kampusu kursował autobus uniwersytecki, a jego trasę poprowadzono tak, by jeden z przystanków wypadał przy domu Einsteina. Było to spowodowane tym, że Einstein był kiepskim kierowcą. Często zdarzało mu się zabłądzić wśród uliczek Princeton i wjeżdżać pod prąd w ulicę jednokierunkową. Wtedy zostawiał samochód tam, gdzie stanął i szedł na posterunek policji, prosząc by „odstawić Profesora Einsteina do domu”. Autobus uniwersytecki miał rozwiązać te problemy. Jednak często widywano w nim Einsteina dyskutującego z Kurtem Gödlem (1906-1978) i notorycznie zapominającego wysiąść na „swoim” przystanku. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Amerykańskiemu fizykowi Jamesowi Franckowi (1882-1964) przyśnił się niemiecki matematyk Carl Runge (1856-1927), więc zapytał go, czy na tamtym świecie wiedzą wszystko z fizyki. Runge powiedział, że ma się prawo wyboru - albo można wiedzieć wszystko, albo tylko tyle, ile się wiedziało

na Ziemi. I dodał: *Ja osobiście wybrałem to drugie. Przecież to musi być piekielnie nudne gdy się już wszystko wie.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W latach 40. XX wieku dwaj matematycy angielscy John Edensor Littlewood (1885-1977) i Archibald Read Richardson (1881-1954) znaleźli pewną interesującą regułę kombinatoryczną na liczenie krotności reprezentacji nieprzywiedlnej pełnej grupy liniowej w iloczynie tensorowym dwóch takich reprezentacji. Niestety, wkrótce okazało się że ich dowód zawierał poważną lukę, której nikt nie potrafił naprawić. Reguła była jednak tak sugestywna, że wszyscy byli przekonani o jej prawdziwości. Była ona masowo stosowana w obliczeniach związanych z programem Apollo. Dzięki niej człowiek poleciał na Księżyc i powrócił. I dopiero w kilka lat później reguła ta zwana dziś regułą Littlewooda - Richardsona została ściśle udowodniona przez francuskiego matematyka Marcela-Paula Schützenbergera (1920-1996). (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

O niektórych ze swoich niezwykle "oryginalnych" kolegów Littlewood mawiał: *Oczywiście, każdy człowiek jest jedyny w swoim rodzaju, ale niektórzy ludzie są „bardziej jedyni” niż inni.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Po wykładzie Littlewooda na Uniwersytecie Stanforda jeden ze studentów zagadnął na korytarzu George'a Polya'ę (1887-1985): *Jestem pod wrażeniem, że zobaczyłem Littlewooda, ale nie zrozumiałem jego dowodu.* Na to Polya rzekł: *Niech się pan nie martwi. Ja nie zrozumiałem nawet tego, czego on dowodził.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Polya mawiał: von Neumann był jedynym moim uczniem, którego się bałem (John von Neumann 1903-1957, amerykański matematyk węgierskiego pochodzenia). Prowadziłem w Zurichu seminarium, którego uczestnikiem był von Neumann. Doszedłszy do pewnego twierdzenia powiedziałem, że nie jest udowodnione i dowód pewnie byłby trudny. Von Neumann nie odezwał się, ale po pięciu minutach podniósł rękę. Gdy go wywołałem, podszedł do tablicy i zaczął dowodzić. Odtąd lękałem się go. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Polya kiepsko zarabiał jako privatdozent w Zurichu. Stanowisko profesora poprawiłoby znacznie jego sytuację materialną. W czasie zjazdu Niemieckiego Towarzystwa Matematycznego żona Polyi, zapalona fotografka, zatrzymała grupę matematyków, gdy przechodzili przez tory tramwajowe. Zrobiła im zdjęcie i przygotowywała się do zrobienia następnego. W tej grupie był węgierski matematyk Leopold Fejér (1880-1959). Rzekł: *Co za wzorowa żona! Wciąga na tory wszystkich profesorów, żeby ich tramwaj przejechał, a mąż dostał stanowisko.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

John Littlewood przez wiele lat współpracował z Godfrey'em Haroldem Hardym (1877-1947). Wspólnie napisali wiele doskonałych prac z teorii liczb. Littlewood przyjechał kiedyś do Berlina z wizytą do fizyka Edmunda Landaua (1877-1938). Kiedy Littlewood mu się przedstawił, ten

odpowiedział: *O, to pan jednak istnieje? A ja myślałem, że to tylko pseudonim, którego używa Hardy, gdy wstydzi się jakąś pracę podpisać wyłącznie swoim nazwiskiem.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Pewnego razu Godfrey Hardy zwiedzał zoo. W klatce był niedźwiedź, a wejście zamknięto na kłódkę. Niedźwiedź obwąchał kłódkę, uderzył w nią łapą, zaryczał, odwrócił się i odszedł. Hardy na to: *On jest jak Polya. Ma doskonałe pomysły, ale nie idzie za nimi.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Hardy deklarował, że jest osobą niewierzącą. Mimo to często "przekomarzał się" z panem bogiem. Przed podróżą morską do Ameryki zabezpieczył się specyficzną polisą. Pozostawił zapieczętowany list z adnotacją "otworzyć w razie mojej śmierci w katastrofie". Wewnątrz była informacja, że znalazł dowód hipotezy Riemanna. Rozumował następująco: jeśli zgine, zyskam wiekopomną sławę, jeśli jednak bóg istnieje, nie pozwoli, żeby niedowiarek dostąpił takiego zaszczytu i zadba o to, aby rejs przebiegł bezpiecznie. Podobnie próbował zagwarantować dobrą pogodę na mecze krykieta, którego był pasjonatem. Zawsze zabierał parasol, kurtkę i ciepły sweter. Zakładał, że pan bóg zechce ukarać niedowiarka trudami noszenia zbędnej odzieży. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Na Uniwersytecie Jagiellońskim student zdaje egzamin u Franciszka Lei (1885-1979). Pada pytanie: *Proszę napisać asymptotyczny wzór Stirlinga na funkcje Gamma.* Nastąpiła chwila wiele mówiącej ciszy, przerwana wyznaniem studenta: *Niestety, zapomniałem.* Na to Leja: *Wie pan, ja też zapomniałem, ale tak się składa, że to pan zdaje egzamin, a nie ja.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Hugo Steinhaus (1887-1972) znany był ze swojego językowego puryzmu i z zapamiętaniem tępił językowe chwasty. Listy zaadresowane Steinhaus Hugo zwracał bez otwierania, a studenta, który przedstawiał się jako Kowalski Jan, wyrzucał z egzaminu, mówiąc: *Pan się tak nie nazywa!* Urzędnicy administracyjni Uniwersytetu Wrocławskiego tak bali się "podpaść" profesorowi, że wydano alfabetyczny spis pracowników uporządkowany... według imion. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Hugo Steinhaus miał prowadzić wykład, na który przyszło tylko dwóch słuchaczy. Powstał problem, czy warto odbyć go w tak nielicznym gronie. Steinhaus stwierdził: *Tres faciunt collegium* (troje czyni kolegium) i wykład się odbył. Następnym razem na sali oprócz Steinhaususa był tylko jeden student, ale Steinhaus spokojnie rozpoczął wykład. Wtedy student przerwał: *Ale przecież jest nas tylko dwóch?* Steinhaus odpowiedział: *Bóg jest obecny zawsze i wszędzie.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W końcu lat 60. XX wieku zatelefonowano do Steinhausa z informacją, że za godzinę na dworcu we Wrocławiu zjawi się delegacja radzieckich uczonych i profesor musi ich powitać. Steinhaus odpowiedział: *Drogi kolego, jestem zdrowy na umyśle, natomiast słaby na ciele. Gdyby było na odwrót, pospieszyłbym niezwłocznie.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W poniemieckim Wrocławiu profesorowie Bronisław Knaster (1893-1980) i Hugo Steinhaus (1887-1972) mieszkali w jednej willi na Biskupinie. Knaster na parterze, a Steinhaus na piętrze. Z powodzeniem mogliby stanowić pierwowzór Fredrowskiego Pawła i Gawła, stale bowiem prowadzili intelektualne boje, nie tylko matematyczne. Znany był ich spór o odmianę nazwisk. Steinhaus twierdził, że nazwisko Knaster brzmi w dopełniaczu Knastra, a sam Knaster upierał się przy formie Knastera. Kiedyś, zdenerwowany ciągłymi uwagami Steinhausa, Knaster powiedział: *Wybaczy pan, profesorze, ale każdy ma prawo do własnego nazwiska!* Na co Steinhaus odpowiedział: *Tak jest, ale tylko w pierwszym przypadku.* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Bronisław Knaster w sporze ze Steinhausem o odmianę jego nazwiska mawiał: prezydent Egiptu nazywa się Nasser i nikt nie mówi inaczej jak „córka Nassera”. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Wśród wrocławskich matematyków krążyła anegdota, że we wspólnym ogródku przed domem profesorów na jednej grządce rosną astry prof. Steinhausa, a na drugiej astery prof. Knastera. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Kiedyś rozmawiano o Szolemie Mandelbrojcie (1899-1983) - urodzonym w Warszawie współpracowniku uczonych francuskich: Bourbakiego i Hadamarda. Knaster powiedział "To się wykląda na polski jako Migdałowy Chlejb". (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Bronisław Knaster był bardzo nerwowy. Dużo palił, odpalał właściwie papierosa od papierosa i palce miał ciemne od nikotyny. Mawiał, że "knaster" to rodzaj lichego tytoniu. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W 1971 roku, na 70 urodziny Alfreda Tarskiego (1901-1983) matematycy polscy - jego przedwojenni znajomi - postanowili wysłać mu do USA drzeworyt przedstawiający kolumnę Zygmunta w Warszawie, a pod towarzyszącym jej listem zbierano podpisy. Knaster poproszony o podpis obejrzał grafikę, pochwalił i od razu zauważył, że jest już powojenna, co widać po ustawieniu figury. Przed wojną król Zygmunt obrócony był twarzą na wschód i wygrażał szablą Rosji. Po odbudowie obrócono go o 180 stopni. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Knaster przed wojną przyjaźnił się w Warszawie ze skamandrytami i brał udział w ich towarzyskich i artystycznych ekscesach. Antoni Słonimski twierdzi (w tomie felietonów "Załatwione odmownie"),

że zainteresowanie skamandrytów absurdalnymi wierszykami (które zaowocowało m.in. tomikiem Tuwima i Słonimskiego "W oparach absurdu") rozpoczęło się od następującej wypowiedzi Knastera: "Kartofelki, siłacz wielki". Zapytany, o co mu chodzi, matematyk dorzucił: "Kto się pyta, ten jest Kmita". (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Tuwim spotkał się kiedyś ze Steinhausem w Zakopanem. Kiedy usłyszał jego hugonotkę "kula u nogi - Ziemia" ukląkł przed nim i powiedział jedno słowo: "Mistrzu!". (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Knaster podczas wykładów stosował często następujące wyjaśnienie tego, co jest, a co nie jest nauką. Stwierdzenie Galileusza dotyczące czasu spadania wszystkich(!) przedmiotów z wieży w Pizie bez wątplenia należy do nauki. Natomiast nie należałoby do niej, gdyby dotyczyło ołówków Majewskiego. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Podczas egzaminu zirytowany Knaster powiedział do bełkotliwie odpowiadającej studentki: "Inteligentnego człowieka poznaje się po tym, że inni rozumieją to, co on mówi. Rozumie Pani?" - "Nie" - odpowiedziała rezolutnie studentka. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Podczas seminarium z topologii, gdy referujący student potraktował jakiś fragment dowodu jako oczywisty, Knaster powiedział z oburzeniem: "Szanowny panie, to nie do referującego należy ocena, co jest oczywiste dla słuchaczy". Co zabawne, na własnych wykładach Knaster nie był wolny od manieri zbywania różnych rzeczy jako oczywistych. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Kiedy podczas referatu student mówił np. o wyłączaniu przed nawias i wymawiał słowo "wyłączać" z nosowym "a" zamiast z poprawnym "ą", Knaster mawiał z przekąsem: "A, widzę że szanowny pan z Warszawy". (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Knaster mawiał: Jeśli chcecie sobie wyrobić opinię o instytucji, w której żeście się znaleźli, wystarczy spojrzeć na zegary ściennie. Zdarzyło mu się to powiedzieć także w budynku Politechniki Wrocławskiej, gdzie wiszące na ścianach zegary stały lub wskazywały fantazyjne godziny. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Stefan Banach (1892-1945) znany był ze swej niechęci do formalnych procedur akademickich. Był sławny na całym świecie ze swoich osiągnięć naukowych, a nie miał doktoratu. Żeby uzyskać doktorat należało złożyć pracę doktorską oraz zdać egzamin przed specjalną komisją. Z tym pierwszym nie było problemu – wystarczyło zebrać jego prace naukowe. Poważnym problemem był jednak ów egzamin, bowiem Banachowi absolutnie nie chciało się go zdawać. Wtedy władze Wydziału Matematycznego Uniwersytetu Jana Kazimierza we Lwowie wymyśliły fortel. Wiedząc, że Banach był entuzjastą dyskusji naukowych, koledzy poinformowali go, że w sekretariacie jest grupa

matematyków z Warszawy, która chciałaby przedyskutować z nim kilka problemów matematycznych i on na pewno będzie mógł im pomóc. Banach zapalił się, przybył na spotkanie i ochoczo odpowiadał na pytania. Następnego dnia dowiedział się ze zdziwieniem, że znakomicie zdał egzamin doktorski. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Stefan Banach nie znosił posiedzeń akademickich. Gdy dostawał zaproszenie na takie posiedzenie, mówił: *Wiem, gdzie nie będę*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W czasie wizyty we Lwowie niedługo przed wybuchem II wojny światowej John von Neumann (1903-1957) nakłaniał Banacha do emigracji do USA, by wykorzystać jego talenty matematyczne dla potrzeb militarnych. Wyjął czek podpisany przez Norberta Wienera (1894-1964), na którym tenże postawił tylko jedną cyfrę: 1. Banach miał dopisać za nią tyle zer, ile tylko zechce. Na to Banach odpowiedział, że nie zna liczby zer, które by mu zrekompensowały Polskę, Lwów i Kawiarnię Szkocką. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Norbert Wiener (1894-1964) miał zwyczaj przysypiać na wykładach, ale zdarzało się, że za każdym razem, gdy wykładowca wymieniał jego nazwisko, np. cytując jakieś osiągnięcie naukowe, Wiener zrywał się i wołał: *Obecny!* Po czym opadał na krzesło i spał dalej. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Carl Siegel (1896-1981) uchodził w pewnym okresie za największego matematyka świata. W czołówce znajdował się też André Weil (1906-1998). W tym czasie w Ameryce wśród firm wynajmujących samochody było dwóch zdecydowanych liderów, przy czym wyniki jednej z tych firm plasowały ją tuż za konkurentem. Firma ta reklamowała się jako "numer 1.5 na rynku". Gdy Siegel miał wykład na Uniwersytecie Columbia w Nowym Jorku z okazji przyznania mu doktoratu honoris causa w wypełnionej po brzegi sali w pierwszym rzędzie siedział Weil, a na policzku miał namalowane grubym flamastrem "1.5". (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Wilno, Uniwersytet Stefana Batorego, lata 30. XX w. Na seminarium Antoniego Zygmunda (1900-1992) powstaje problem, czy pewne twierdzenie jest prawdziwe. Nikt nie potrafi znaleźć dowodu ani kontrprzykładu. Co zrobić? Zygmund zarządza... głosowanie. Wynik: „twierdzenie jest fałszywe”. Po 3 tygodniach, zjawia się na seminarium młody matematyk - Józef Marcinkiewicz (1910-1940) - z dowodem poprawności twierdzenia. Zygmund pointuje: *Oto do czego prowadzi demokracja!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Woźnym na Wydziale Matematycznym Uniwersytetu Lwowskiego był niejaki Góral, którego przywoływano za pomocą sygnału świetlnego. Ilekroć był potrzebny, zapalała się czerwona lampka. Jednakże Góral nie bardzo przejmował się swoimi obowiązkami i lampka świeciła się nieraz całymi godzinami. Jeden z najdowcipniejszych lwowskich matematyków Herman Auerbach (1901-1942)

mawiał, że Góral ma atrybuty boskie - wszyscy go wzywają, na jego cześć wiecznie pali się lampka, ale nikt go nigdy nie widział. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Alfred Tarski (1901-1983) urodził się w Warszawie w rodzinie zamożnego kupca Ignacego Teitelbauma. W wieku 22 lat zmienił nazwisko z żydowskiego na polskie. Gdy później zwrócił się do ojca po pomoc finansową, ten mu odpowiedział: *Idź z tym do starego Tarskiego*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Stanisław Mazur (1905-1981) - lwowski a później warszawski matematyk, przyjaciel Banacha - wpisał w 1936 roku do "Księgi szkockiej" problem, za którego rozwiązanie obiecał żywą gęś. Po 36 latach problem ten rozwiązał młody szwedzki matematyk Per Enflo (ur. 1944). Podczas jego pobytu w Warszawie Mazur wręczył mu żywą gęś w wiklinowym koszyku. Uroczystość transmitowała Telewizja Polska. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Kurt Gödel (1906-1978) najwybitniejszy logik wszech czasów, twórca twierdzenia o niezupełności matematyki, był Austriakiem (urodził się w Brnie), skończył studia w Wiedniu, gdzie doktoryzował się i habilitował. Był głęboko przekonany o swoim żydowskim pochodzeniu. Podzielali je austriaccy naziści, którzy w latach 30. XX wieku wielokrotnie brutalnie atakowali go w Wiedniu. Gödel jednak wcale nie był Żydem. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Kurt Gödel po emigracji do USA starał się uzyskać obywatelstwo amerykańskie. W tym celu należało między innymi zdać egzamin ze znajomości konstytucji Stanów Zjednoczonych. Gödel, rzetelnie przygotowując się do egzaminu, odkrył, że konstytucja jest wewnętrznie logicznie sprzeczna, co usiłował udowodnić przed komisją egzaminacyjną. Na jego szczęście obecni przy tym przyjaciele (m.in. Albert Einstein) nie pozwolili mu na to. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Lars Ahlfors (1907-1996) - fiński mistrz analizy zespolonej - był znany z tego, że wieczorem lubił tego popić, a następnego dnia rano, trzeźwy i świeży wygłaszał znakomity wykład. Jego żona na party, gdzie serwowano "tylko" piwo przynosiła w torebce butelkę whisky i, wręczając ją mężowi, mówiła: *Lars, tak będzie szybciej!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Gdy magistrantka Harolda Scotta MacDonalda Coxetera (1907-2003) przyszła odwołać cotygodniową wizytę na konsultacjach z powodu zbliżającego się terminu porodu otrzymała od niego 50-stronicowy preprint jego artykułu ze słowami: *Tu ma Pani coś do przejrzenia, gdyby nie miała Pani co robić na sali porodowej*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Shizuo Kakutani (1911-2004) japoński matematyk związany z Uniwersytetem Yale w czasie wykładu napisał na tablicy lemat i stwierdził, że jego dowód jest oczywisty. Jeden ze studentów nieśmiało powiedział, że dla niego ten dowód nie jest oczywisty i poprosił o jego przedstawienie.

Kakutani zaczął myśleć, ale po pewnym czasie spasował. Obiecał, że przedstawi go na następnym wykładzie. Później udał się do swego gabinetu i myślał nad dowodem przez dwie godziny. Bez rezultatu. Ale przypomniał sobie, że ten lemat figuruje w pewnej pracy. Udał się więc do biblioteki, zajrzał do owej pracy, gdzie znalazł sformułowany lemat, ale jeżeli chodzi o dowód, to autor napisał tylko: dowód pozostawiamy czytelnikowi jako ćwiczenie. Autorem pracy był... Kakutani. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Znany matematyk polskiego pochodzenia Mark Kac (1914-1984) wygłaszał referat w CalTech (Kalifornijski Instytut Technologii). Wśród słuchaczy był sławny fizyk, noblista Richard Feynman (1918-1988), który lubił pokpiwać z przesadnej dbałości matematyków o ścisłość. *Gdyby matematyka nie istniała, to świat cofnąłby się tylko o tydzień* - rzekł Feynman. *Ależ tak, właśnie o ten tydzień, w którym Pan Bóg stworzył świat* - odpowiedział bez namysłu Kac. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

George Dantzig (1914-2005) chodził na wykłady ze statystyki prowadzone przez Jerzego Neymana (1894-1981). Wykłady zaczynały się wcześnie rano, a Dantzig lubił dłużej pospać, dlatego przychodził po wykładzie, żeby spisać zadania do zrobienia w domu. Zadania miały być oddane przed następnym wykładem. Pewnego razu zadania były bardzo trudne, więc spóźnił się o parę dni i bał się, że Neyman będzie mu robił wymówki. Ale nic z tego. Po kilku dniach ktoś zaczął się dobijać do jego drzwi o 6 rano. Był to Neyman, bardzo podniecony, z kartkami zapisanymi przez Dantziga. Okazało się, że problemy zostawione na tablicy to były problemy dotychczas nierozwiązane. Neyman kazał Dantzigowi przepisać kartki na czysto, włożyć w okładki i obronić jako doktorat. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W jednej ze swoich prac włoski matematyk Jacopo Barsotti (1921-1987) w miejscu podziękowań zamieścił taki tekst: Jest w zwyczaju, że autor dziękuje fundacjom naukowym za sponsorowanie jego badań. Ja chcę w tym miejscu oskarżyć Włoską Narodową Fundację Naukową o rujnowanie włoskiej nauki poprzez niekompetentne i niesprawiedliwe wydawanie państwowych pieniędzy... Praca była znakomita i mogła się ukazać w czasopiśmie z "górnej półki", ale redakcja żądała by wycofać ten fragment. Barsotti był jednak nieugięty. W rezultacie praca ukazała się w podrzędnym czasopiśmie, które dzięki niej stało się sławne. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

René Thom (1923-2002) - twórca matematycznej teorii katastrof - miał wygłosić wykład na Seminarium Historii Nauki w L'École Normale Supérieure w Paryżu. Nabita po brzegi sala czekała na zjawienie się prelegenta, a ten nie nadchodził. Po kwadransie od wyznaczonej pory rozpoczęcia wykładu na sali ktoś powiedział (była to Alain Lascoux): miejmy nadzieję, że Profesorowi Thomowi nie przydarzyła się jedna z jego katastrof. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Profesor Uniwersytetu Warszawskiego Krzysztof Maurin (1923-2017) - twórca Katedry Metod Matematycznych Fizyki na UW - prosił o podniesienie ręki studentów, którzy zrozumieli jego kolejny

wykład. Gdy zobaczył kilka uniesionych rąk, zakrzyknął - *sala, proszę wstać i oddać hołd geniuszom; ja sam tego nie rozumiem do końca!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Profesor Uniwersytetu Jagiellońskiego Stanisław Łojasiewicz (1926-2002) na początku dwugodzinnego wykładu wypowiedział twierdzenie mające postać równoważności, po czym przez dwie godziny dowodził go w jedną stronę. Na pół minuty przed końcem wykładu spojrzął na tablicę i stwierdził: *A w drugą stronę to jest trywialne*. Słuchacze byli tak zmęczeni dwugodzinnym dowodem, że uwierzyli na słowo. Przed egzaminem nikt tej trywialności nie mógł dostrzec, ale nie mając śmiałości zapytać profesora, studenci poszli na egzamin, nie znając dowodu w drugą stronę. Jeden z pierwszych egzaminowanych został poproszony o wypowiedzenie i przedstawienie szkicu dowodu tego właśnie twierdzenia. Wypowiedział, przedstawił szkic w jedną stronę i rzekł: *A w drugą stronę to jest trywialne*. Profesor zamilkł i zamarł w bezruchu. Trwał tak kilka minut, po czym powiedział: *Ma pan rację, to jest trywialne*. I wstawił studentowi do indeksu 5. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

O niemieckim matematyku Friedrichu Hirzebruchu (ur. 1927) pracującym w Instytucie Matematycznym Maxa Plancka w Bonn koledzy mówią: wzorzec metra znajduje się w Sevres pod Paryżem, a wzorzec Europejczyka znajduje się w Bonn. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Friedrich Hirzebruch jest autorem takiej recepty na „udany wykład”: Wykład powinien składać się z 3 części. Pierwsza część powinna być zrozumiała dla każdego słuchacza, drugą powinien rozumieć wykładowca. No i jest jeszcze ta trzecia część... (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

W Instytucie Maxa Plancka w Bonn wszyscy pracownicy ubierali się "na luzie" - w swetry, podkoszulki. Tylko jeden z pracowników przychodził zawsze w garniturze i krawacie. Był to Hirzebruch. Gdy ktoś go zapytał, dlaczego tak się katuje, ten odparł: *Jeżeli ktoś z zewnątrz odwiedzi nasz instytut, to nie pytając nikogo, zaraz zauważy, kto jest jego dyrektorem!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Podczas wykładu Hirzebrucha z okazji jego 75-lecia sala Instytutu Matematyki Uniwersytetu w Bonn była nabita po brzegi. W pierwszym rzędzie siedzieli jego przyjaciele - osobnicy równie sędziwi jak on. Tablica była nie starta i jubilat przed wykładem zaczął ją ścierać sam. Wtedy Raul Bott (1923-2005) - matematyk węgierski i jeden z jego najbliższych przyjaciół - zapytał: *Czy nie mógłbyś poprosić o starcie tablicy któregoś z twoich byłych asystentów?* Hirzebruch rozejrzał się po sali, uśmiechnął i powiedział: *Za starzy!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Na konwersatorium w Instytucie Matematycznym PAN referujący powiedział: *Ten rezultat uzyskał już Nevanlinna 150 lat temu*. Na to obecny na wykładzie Bogdan Bojarski (ur. 1931) stwierdził: *To bardzo ciekawe, bo ja rozmawiałem z Rolfem Nevanlinną (1895-1980) w roku 1972*. Sala

parsknęła śmiechem, a prowadzący usprawiedliwił się: *Matematycy są długowieczni!* (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Andrzej Hulanicki (1933-2008) wybitny wrocławski matematyk (a wcześniej student Hugona Steinhausa - twórcy działu matematyki stosowanej, który potrafił znaleźć ją w każdym aspekcie codziennego życia) opowiadał kiedyś taki sen: siedzieli razem ze Steinhausem w ciepłym, miękkim błocie i Steinhaus mu pokazywał, jaka jest właściwa(!) metoda przepuszczania błota przez ręce. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Andrzej Hulanicki, jeszcze będąc studentem IM UWr, rozwiązał problem postawiony przez Steinhausa w "Kalejdoskopie matematycznym". Udowodnił, że jeśli niektóre pola szachownicy są zaminowane tak, że wieża nie może przejść z lewej bandy na prawą, to król może przejść po polach zaminowanych z dolnej bandy na górną. Steinhaus przejrzał dowód i powiedział: *Rozwiązanie dobre, ale nie wierzę, że "wieżę" piszę się przez "rz"*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Na wykładzie Andrzej Białynicki-Birula (ur. 1935) używał w kółko dwóch liter: "psi" i "ksi". W pewnym momencie jeden ze słuchaczy podniósł się zdenerwowany z miejsca i ruszył do wyjścia, oświadczając sąsiadom: *Na tym wykładzie mi się psi-ksi*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

William Fulton (ur. 1939) - wybitny amerykański geometra algebraiczny - spędził wieczór na koncercie w Filharmonii Chicagowskiej. Zapytany o wrażenia z koncertu odpowiedział: *Lemat trzeci brzmiał fałszywie, ale twierdzenie czwarte chyba da się uratować*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Na Uniwersytecie Warszawskim dydaktyk matematyki Stanisław Kartasiński kazał wszystkim zdającym dydaktykę na wstępie egzaminu oddeklamować formułkę: *Matematyka szkolna to niespójny zlepek przypadkowo wybranych fragmentów różnych teorii matematycznych*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Wykład Alaina Lascoux (ur. 1952) nie mógł się rozpocząć z powodu spóźnienia się chairmana, mającego zapowiedzieć prelegenta. Kiedy wreszcie chairman się zjawił Lascoux powiedział do sali: *Niech wolno mi będzie zapowiedzieć „zapowiadającego”*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

Grzegorz Plebanek (ur. 1957) do studentów matematyki UWr szukających dyrektora Instytutu Bogdana Mincera (ur. 1952): *Mincera szukacie? Bez szans. On jest nigdzie gęsty*. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

We wstępie do swojej rozprawy doktorskiej Dale R. Worley (ur. 1960) z MIT podziękował: 1) swoim rodzicom za to, że zechcieli go w ogóle spłodzić, 2) swojej sympatii za to, że jej obecność przy nim w czasie przygotowania tej żmudnej pracy, nie pozwoliła mu do końca zidiociec. (Wrocławski Portal Matematyczny, 2018)

70-letni znakomity aktor Antoni Fertner ożenił się z młodą kobietą. Niedługo potem przyszedł do teatru i z zażenowaniem przyznał się kolegom, że jego żona spodziewa się dziecka:

- Panowie, co ludzie powiedzą? Przecież to wstyd mieć dziecko w tym wieku...

A na to Eugeniusz Solarski pokiwał głową ze współczuciem, i rzekł rozkładając ręce:

- Nic się zrobić nie da. Typowy przykład złośliwości przedmiotów martwych. (www.filmweb.pl, 2018)

Zapalony myśliwy, Jerzy Pomianowski, opowiadał w towarzystwie o polowaniu i niezwyklej przygodzie z dzikiem.

Otóż wyszedł na niego odyniec. Myśliwy strzelił, ale zwierz, brocząc krwią, zaczął uciekać. Wówczas Pomianowski przypomniał sobie, że w podręczniku myśliwskim informowano, iż w takim przypadku należy wskoczyć dzikowi na grzbiet i wbić mu nóż w komorę serca. Pisarz rozpedził się, wskoczył na dzika, wyrwał kordelas zza pasa i wbił go w odyńca. Wtedy zwierzę padło.

Na to odzywa się Słonimski:

- A to ciekawe... Dzik o tym opowiadał zupełnie inaczej. (www.filmweb.pl, 2018)

Hitchcock był bardzo wymagający na planie. Pewnego aktora, kiepsko odgrywającego scenę śmierci zwymyślał od nieudaczników i zakończył to słowami: „w pańskim sposobie umierania nie ma za grosz życia”. (www.filmweb.pl, 2018)

W 2004 r. dziennikarka zapytała S. Lema:

- Mistrzu, jak będzie w przyszłości?

- Będzie tak samo, tylko więcej. (www.filmweb.pl, 2018)

Opowiada Andrzej Grabowski, aktor:

Historia zdarzyła się w 1970 roku. W szkole teatralnej były praktyki robotnicze. Odbywałem je w zakładzie, w którym kręciłem rynny. To znaczy wkładałem blachę w specjalny rowek i zakręcałem. Oczywiście nadzorował mnie fachowiec, Józek. Józek, mimo że robotnik, recytował mi Słowackiego, recytował mi Mickiewicza, mówił całymi frazami z "Beniowskiego", mówił całymi frazami z "Pana Tadeusza". Był po prostu zachwycający. Przynosił mi śniadanie, jak byłem na rannej zmianie, kolację, jak byłem na zmianie wieczornej. Pomagałem mu wyrzucać 10 rynien za płot, żeby je sobie zabierał po pracy. Jednym słowem, żyliśmy w symbiozie.

Muszę dodać, że byłem wtedy 30 kg chudszy. Miałem wszystkie włosy, choć to się wydaje niemożliwe, jeszcze większe niż teraz niebieskie oczy. No i jakoś bardziej do człowieka byłem podobny.

Skończyły się praktyki robotnicze. Po paru miesiącach otrzymałem list, który przyszedł na adres szkoły. W nazwisku był błąd, Andrzej przez "ż". Nie wiedziałem, kto do mnie napisał, trochę się zawstydzilem. Obawiałem się, że ktoś pomyśli, że to od mojej rodziny.

Otwieram kopertę - ja się tego listu nauczyłem na pamięć, woziłem go ze sobą przez wiele lat, ale przy którejś przeprowadzce w końcu zgubiłem - i czytam:

"Wdzięczny Andżeju. Bogdaj ja Cię nie znał albo sie z Toba przyjaźnił. Coś wilkie nadzieje w sercu mem rozniecił, a w końcu zapomniałeś. Kochający Ziutek." (www.filmweb.pl, 2018)

To będzie o sławie. Marzyłem o tym, żeby być sławnym. A gdy już stałem się naprawdę popularnym i rozpoznawalnym aktorem, nagrywaliśmy teatr telewizji w Łazienkach. Po zdjęciach wracałem z moim przyjacielem, Olafem Lubaszenką, przez park. Wtedy usłyszałem za sobą szept: "Patrz! Patrz! To jest ten słynny aktor..." I drugi głos: "No, a ten drugi to Pazura".

Cezary Pazura (www.filmweb.pl, 2018)

Opowiada Małgorzata Zajączkowska:

Kiedy dostałam się do szkoły teatralnej pojechałam w pierwszą podróż na Zachód - do Szwecji. Była to też jedna z moich pierwszych podróży samolotem, więc mój żołądek nie wytrzymał takiego napięcia. Zaraz po przylocie na lotnisku w Sztokholmie musiałam jak najszybciej znaleźć toaletę. Wpadłam do pierwszej, którą zobaczyłam, i dosyć długo tam siedziałam. W tym czasie pod drzwiami ktoś zaczął nerwowo chodzić. A ja siedziałam i siedziałam. Po kilku dobrych minutach usłyszałam pytanie: "Finish?"

Odpowiedziałam: "No, from Poland". (www.filmweb.pl, 2018)

Opowiada Tomasz Knapik:

Dawno temu wyświetlano jakiś czeski film. Do pewnego momentu czytałem spokojnie. Aż tu nagle przychodzi scena, kiedy mąż dowiadywał się o wiarołomstwie żony. Drze się straszliwie, wiem, że nie mam szans, żeby go zagłuszyć. Krzyczy: "Ona se skurwiła, ona se skurwiła!".

A ja czytam tłumaczenie: "Ona nie była mi wierna!". (www.filmweb.pl, 2018)

W latach siedemdziesiątych do stołówki w studio filmowym wchodzi pijani Jan Himilbach i Zdzisław Maklakiewicz. Hismilbach rozgląda się po stołówce i po chwili mówi: "Intelektualiści wypierdalać!". Po chwili konsternacji na sali, wstaje Gustaw Holoubek i z typową dla siebie manierą mówi: "Panowie, nie wiem jak wy, ale ja wypierdalałam!" (www.filmweb.pl, 2018)

Piotr Kraśko:

Przed mszą papieską w Krakowie jeden z techników poprosił kogoś z tłumu o próbę mikrofonu. Zazwyczaj taką osobą jest dziennikarz lub gość programu. Mówi: "Raz, dwa... raz, dwa, trzy...", albo się przedstawia. Tym razem przy mikrofonie stała akurat zakonnica. Zaskoczona prośbą technika, nie wiedziała, co zrobić. Wahała się. Wreszcie nieco się sponiła, ale podeszła do mikrofonu i powiedziała: "Zdrowaś... zdrowaś... zdrowaś... zdrowaś...". (www.filmweb.pl, 2018)

Z wywiadu z Wojciechem Mannem

Dziennikarz: Pan z uprawianiem sportu skończył w 1959 roku?

Wojciech Mann: Tak, ukradziono mi wtedy rowerek i zarzuciłem sport. (www.filmweb.pl, 2018)

Znany narodowiec i antysemita Adolf Nowaczyński podczas bankietu wznosił "żartobliwy" w jego mniemaniu toast: „Nie ma literatury polskiej bez Adama Mickiewicza, nie ma Adama Mickiewicza bez 'Pana Tadeusza', nie ma 'Pana Tadeusza' bez Jankiela - niech żyje Tuwim!”.

Na to Julian Tuwim: „Nie ma literatury polskiej bez Adama Mickiewicza, nie ma Adama Mickiewicza bez 'Pana Tadeusza', nie ma 'Pana Tadeusza' bez Jankiela, nie ma Jankiela bez cymbałów - niech żyje Nowaczyński!”. (www.filmweb.pl, 2018)

Na balu Churchill tańczy z panią, która go serdecznie nie znosi. W pewnej chwili kobieta syczy mu prosto w twarz:

- Gdyby był pan moim mężem, podałabym panu truciznę.

Na to Churchill:

- A ja, gdybym był pani mężem, wypiłbym ją natychmiast. (www.filmweb.pl, 2018)

Adolf Dymśa przebywał ze swoim kilkuletnim wnukiem na wakacjach zimowych w Zakopanem. Chłopcu popsuły się jego narty i Dymśa zabrał je do warsztatu do naprawy. Idąc, spotkał po drodze Magdalenę Samozwaniec, która zagadnęła go:

- Panie Dodku, czemu pan ma takie małe narty?

Na co Dymśa, bez mrugnięcia okiem:

- A bo przyjechałem na krótko. (www.filmweb.pl, 2018)

Władysław Dobrowolski oprowadzał raz wycieczkę radzieckich pisarzy po Wawelu. Gdy znaleźli się w katedrze, stanęli w pewnej chwili przed sławnym krucyfiksem Wita Stosza. Wtedy Dobrowolski zwrócił się do towarzyszy:

- A to jest... tak zwany Jezus Chrystus. (www.filmweb.pl, 2018)

David Hume, który na starość bardzo przytył, płynął kiedyś statkiem przez kanał La Manche z pewną damą. Zaczął się sztorm.

- Na pewno zjedzą nas ryby - zażartował uczony.
- Ciekawe kogo zjedzą najpierw: pana czy mnie? - spytała dama
- Obżartuchy rzucą się na mnie - odpowiedział Hume - ale smakosze będą wolały panią. (www.filmweb.pl, 2018)

W 1964 roku Nagrodę Nobla za zbudowanie lasera rubinowego otrzymał Charles Townes. Z tej okazji sprezentował swojej małżonce piękny rubin. Dowiedziała się o tym po latach żona Nicolaasa Bloembergena, który taką nagrodę dostał w 1981 roku za zbudowanie masera trójpoziomowego. Gdy delikatnie zasugerowała mężowi, że pani Townes dostała w prezencie rubin, ten stwierdził: - Moja droga, jeśli chcesz, mogę pójść śladami Townesa, ale ostrzegam, że moje urządzenie pracuje na bazie cyjanku. (www.filmweb.pl, 2018)

Sławny nowozelandzki fizyk, Ernest Rutheford, natknąwszy się w swoim laboratorium kolejny raz pod wieczór na jednego z młodych naukowców, zagadnął go:

- Czy pan pracuje też rano?
- Oczywiście, panie profesorze – odrzekł młodzian (licząc zapewne na pochwałę pracowitości)
- Hmm... dziwne. To kiedy pan, młody człowieku, ma czas, aby myśleć? (www.filmweb.pl, 2018)

Bogusz skarżył się raz swemu koledze.

- Wiesz, poniosłem dużą stratę. Namalowałem portret pewnej pani, ale zażądała, żebym zmienił kolor jej oczu.
- Zmieniłeś?
- Nie. Po prostu nie wiem, w którym miejscu je namalowałem...

Marian Bogusz (1920 – 1980), grafik, malarz abstrakcjonista. (www.filmweb.pl, 2018)

Profesor filologii polskiej na wykładzie:

- Jak państwo wiecie, w językach słowiańskich jest nie tylko pojedyncze zaprzeczenie. Jest też podwójne zaprzeczenie. A nawet podwójne zaprzeczenie jako potwierdzenie. Nie ma natomiast podwójnego potwierdzenia jako zaprzeczenia.

Na to głos z ostatniej ławki:

- Dobra, dobra... (www.filmweb.pl, 2018)

Bono z U2 znany jest na całym świecie ze swojego zaangażowania w pomoc potrzebującym i czynny udział w różnego rodzaju akcjach humanitarnych.

Podczas koncertu U2 w Glasgow, Bono przerywa śpiewanie i ucisza publiczność. Następnie, w całkowitej ciszy, co kilka sekund klaszcze w dłonie.

"Za każdym razem, gdy klaszczę w dłonie, w Afryce umiera jedno dziecko" - mówi do mikrofonu.

W tym momencie z publiki odzywa się męski głos, z silnym szkockim akcentem:

"To przestań klaskać, ty chory skurwysynu!" (www.filmweb.pl, 2018)

Richard Burton opowiadał znajomym taką historię:

Kiedy byłem młody, ojciec powtarzał mi: "Pamiętaj, nie chodź nigdy do teatrzyków rewiowych. Mógłbyś tam zobaczyć rzeczy, których nie powinieneś widzieć". Tak mnie tym zaintrygował, że przy pierwszej okazji poszedłem do takiego teatrzyku. I rzeczywiście zobaczyłem coś, czego nie powinienem widzieć. Mianowicie - ojca. (www.filmweb.pl, 2018)

Jako dziecko Charles Chaplin wybił szybę w oknie sklepu. Natychmiast rzucił się do ucieczki, ale sklepikarz go dogonił.

- Nie wiesz, że za szybę trzeba zapłacić?

- Oczywiście, że wiem - odpowiedział Chaplin - właśnie dlatego biegnę do domu po pieniądze. (www.filmweb.pl, 2018)

W czasie pierwszej wojny światowej Jaroslav Hasek został wezwany przed komisję poborową.

- Czegoś wam brakuje? - zapytał lekarz.

- Niczego. Przeciwnie, tego i owego mam za dużo: kamieni żółciowych, wrzodów żołądka, reumatyzmu...

- Zdolny do służby wojskowej!

- Jak to? - zdziwił się pisarz.

- Przy takim stanie zdrowia śmierć na polu chwały będzie dla ciebie prawdziwym wybawieniem. (www.filmweb.pl, 2018)

Hotel Wellington w Nowym Jorku, początki kariery. Maksymiuk jedzie windą, którą obsługuje Murzyn. Jak ma w zwyczaju, zagaduje do niego, oczywiście po angielsku. Murzyn na to nic. Tak więc Maksymiuk kontynuuje. Wreszcie zniecierpliwiony Murzyn, machając ręką, mówi: „I don't speak french”. (Jerzy Maksymiuk, 2018)

Po koncercie Maksymiuk odbiera w garderobie gratulacje. Jak zwykle już częściowo rozebrany, koszula mokra po energetycznym dyrygowaniu, ręcznik na ramionach jak zwykle, nagle wykrzykuje do dziennikarzy: „Chcecie sensacji? Proszę, w filharmonii buty giną, no nie ma moich butów...,” Po chwili, zastanawiając się: „A może nie zabrałem ich z domu?” Buty wisiały pod koszulą na wieszaku. Nota bene dyrygował wtedy w butach pożyczonych od jednego z muzyków. (Jerzy Maksymiuk, 2018)

Dlaczego właśnie ja sformułowałem zasadę względności? – powtórzył pytanie Einstein. Ile razy zadaję sobie to pytanie wydaje mi się, że przyczyna jest następująca: Normalny dorosły człowiek w ogóle nie rozmyśla nad problemami czasu i przestrzeni. W jego mniemaniu przemyślał to już w dzieciństwie. Ja jednak rozwijałem się intelektualnie tak powoli, że czas i przestrzeń zajmowały moje myśli nawet wtedy, gdy stałem się już dorosły. (Świat matematyki, 2018)

Na pytanie 9-letniego syna czym się wślawił w nauce? Albert Einstein odpowiedział

– Gdy ślepy żuczek pełźnie po powierzchni kuli, nie zauważa, że jego droga jest zakrzywiona. Mnie szczęśliwie udało się to zauważyć. (Świat matematyki, 2018)

Einstein, kiedy był studentem, nie był zbyt lubiany przez profesorów. Pewnego razu jeden z nich zwrócił się drwiąco do niego:

- Jak pan sądzi, czy skutek może wyprzedzać przyczynę?
- Może – odparł Einstein – na przykład taczki popychane są przez człowieka. (Świat matematyki, 2018)

Zapytano kiedyś Einsteina, z jakich zagadnień będzie egzaminował studentów. Profesor odpowiedział:

- Pytania będą takie same, jak w ubiegłym roku.
- Ależ, profesorze, przecież to szalone ułatwienie!
- Nic podobnego. Pytania są wprawdzie takie same, ale prawidłowe odpowiedzi zupełnie inne. (Świat matematyki, 2018)

Einstein objeżdżał uniwersytety amerykańskie, gdzie miał wykłady o swej teorii względności. Podróżował w limuzynie z kierowcą. Pewnego dnia, w czasie jazdy kierowca rzekł do uczonego:

- Panie doktorze, ja już słyszałem pana wykład ze trzydzieści razy. Znam go na pamięć i słowo daję, sam bym mógł go wygłosić.
- Świetnie! Można spróbować. Tam, dokąd teraz jedziemy, nikt mnie osobiście nie zna. Ja włożę pana czapkę, pan przedstawi się za mnie i wygłosi wykład – odrzekł Einstein. Gdy kierowca skończył

wykład i zbierał się do odejścia, zatrzymał go jeden z profesorów obecnych na wykładzie, prosząc o odpowiedź na wielce skomplikowane pytanie, pełne wzorów matematycznych. Kierowca bez namysłu odpowiedział:

– Odpowiedź na to pytanie, profesorze, jest tak prosta, iż nie mogę się nadziwić, że je pan zadał. Aby pana przekonać jak bardzo prosty jest ten problem, zwrócę się do mego kierowcy, aby go rozwiązał. (Świat matematyki, 2018)

Bibliografia

- Łobocki, M. (1993). *Pedagogika wobec wartości*. W W. Śliwerski (Red.), *Kontestacje Pedagogiczne*. Kraków: Impuls.
- Anegdota*. (2006, 12 17). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Anegdota>
- Anonimowe.pl*. (2018, 02 28). Pobrano z lokalizacji <https://anonimowe.pl/>
- Argyle, M. (1981). *Social skills and work*. Londyn: Law Book Co.
- Armstrong, M. (1997). *Jak być lepszym menedżerem*. Warszawa: Dom Wydawniczy ABC.
- Aronson, E., Wilson, T. i Akert, R. (1997). *Psychologia społeczna - serce i umysł*. Poznań: Zysk i S-ka.
- Augustynek, A. (2008). *Psychologia. Jak ślimak piął się pod górę*. Warszawa: Difin.
- Autentyczne anegdoty (literackie, filmowe, inne...)* hauser. (2007, 04 26). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji [www.filmweb.pl: http://www.filmweb.pl/forum/inne/Autentyczne+anegdota+\(literackie+filmowe+inne...\),622651](http://www.filmweb.pl/forum/inne/Autentyczne+anegdota+(literackie+filmowe+inne...),622651)
- Bandura, A. (2007). *Teoria społecznego uczenia się*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bargiel-Matusiewicz, K. (2014). *Negocjacje i mediacje*. Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Bartkowiak, G. (2009). *Człowiek w pracy. Od stresu do sukcesu w organizacji*. Warszawa: Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Bereźnicki, F. (2007). *Dydaktyka kształcenia ogólnego*. Kraków: Impuls.
- Borkowski, J. (2000). *O konflikcie i negocjacjach: wybrane problemy psychologii organizacji*. Warszawa: Wyższa Szkoła Informatyki Stosowanej i Zarządzania.
- canabe.pl*. (2018, 02 28). Pobrano z lokalizacji <http://www.canbe.pl/2015/11/anegdota-o-rybaku-wartosciuj-swoje.html>
- Chłoń-Domińczak, A. (2016). *Niskie kompetencje dorosłych Polaków a wybrane aspekty aktywności zawodowej i edukacyjnej*. Warszawa: Instytut Badań Edukacyjnych.
- Cherniss, C. (2000). Social and emotional competence in the workplace. W W. Bar-On i J. Parker (Redaktorzy), *The Handbook of Emotional Intelligence: The Theory and Practice of Development, Evaluation, Education, and Application—at Home, School, and in the Workplace* (strony 433-458). San Francisco: Jossey-Bass.
- Chudzik, P. (2014). Najważniejsze funkcje i gatunkowe wyznaczniki anegdoty w biografii antycznej. *SYMBOLAE PHILOLOGORUM POSNANIENSIIUM GRAECAE ET LATINAE, XXIV/1*, 205-226.
- Cichła, J. (2014). Dynamika uwarunkowania przemian psychospołecznego funkcjonowania kobiet – ofiar przemocy domowej – w trakcie procesu terapeutycznego. *Rozprawa doktorska*. Katowice.

- Clutterbuck, D. (2004). *Równowaga między życiem zawodowym a osobistym*. Kraków: Oficyna Ekonomiczna.
- Czapiński, J. (2013). Indywidualna jakość i styl życia. *Contemporary Economics*, 7, 162-267.
- Dana, D. (1993). *Rozwiązywanie konfliktów*. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Dobra osobiste*. (2011, 12 22). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji e-prawnik.pl: <http://e-prawnik.pl/porady-prawne/prawo-cywilne-1/dobra-osobiste.html>
- Dugiel, G., Tustanowska, B., Kęcka, K. i Jasińska, M. (2012). Przegląd teorii stresu. *Acta Scientifica Academiae Ostroviensis*, 47-70.
- Fundacja Gospodarcza. (2016). *Piramida kompetencji -opis metodologii wraz z definicjami poszczególnych kompetencji oraz wskaźnikami behawioralnymi*. Pobrano 31 03 z lokalizacji docplayer.pl: <http://docplayer.pl/13800360-Piramida-kompetencji-opis-metodologii-wraz-z-definicjami-poszczegolnych-kompetencji-oraz-wskaznikami-behawioralnymi.html>
- Główny Urząd Statystyczny. (2015). *Kapitał ludzki w Polsce w 2014 r.* Gdańsk: Główny Urząd Statystyczny.
- Gazeta Prawna*. (brak daty). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji <http://tematy.biznes.gazetaprawna.pl/tematy/d/dobra-spoeczne>
- GoldenLine.pl. (2014). *Grupa trenerzy biznesu*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji GoldenLine.pl: <https://www.goldenline.pl/grupy/Zainteresowania/trenerzy-biznesu/szukam-mozliwosci-zdobycia-doswiadczenia-w-pracy-trenera,5826/s/3#b14c-b18c-b42c,s164c-s166c-s172c>
- Gryszko, M. (2009). *Zarządzanie różnorodnością w Polsce*. Warszawa: Forum Odpowiedzialnego Biznesu.
- Harwas-Napierała, B. (2006). Komunikacja w rodzinie ujmowanej jako system w relacji rodzice - dzieci. *Roczniki Socjologii Rodziny, Tom 17*, 221-233.
- Illg, J. i Łącka, W. (2015). *Księga humoru żydowskiego. Dowcipy i anegdoty*. Wrocław: Wydawnictwo Videograf SA.
- Jabłoński, D. i Ostasz, L. (2006). *Mapa wzorców kulturowych*. Olsztyn: Adiafora.
- Janczewski, J. (2015). *Nasreddin Hodża. Wybrane anegdoty*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Dialog.
- Jazukiewicz, I. (2002, 02 15). *O szacunku*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Edukacyjne Dyskursy: <http://www.edukacyjne.dyskursy.univ.szczecin.pl/szacunku.htm>
- Jędrych, E. i Szczepański, M. (2017). O potrzebie innowacji społecznych w kształceniu ustawicznym Polaków (Lifelong learning). *Kwartalnik Naukowy Uczelni Vistula*, 1(51), 69-81.
- Juang, L. i Matsumoto, D. (2010). *Psychologia międzykulturowa*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne Profesjonalne.
- Kamińska, K. (2005). *W stronę wielokulturowości w edukacji przedszkolnej*. Warszawa: WSiP.

- Kęsy, M. (2015). *Raport z badania pn. Diagnoza kompetencji społecznych osób bezrobotnych*. Zielona Góra: Lubuskie Regionalne Obserwatorium Terytorialne.
- Klimek, D. (2010). *Trenerski start*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Trener biznesu: <http://www.trenerbiznesu.pl/artykuly/trenerski-start>
- Kola, A., Górka, E., Skwarska, J., Firgolska, A., Głogowska, A., Truchan, B. i Dąbrowska, A. (2015). *Język równościowy*. Warszawa: Amnesty International.
- Komisja Europejska/EACEA/Euridice. (2012). *Developing Key Competences at School in Europe: Challenges and Opportunities for Policy. (Rozwijanie kompetencji kluczowych w szkołach w Europie. Wyzwania i możliwości tworzenia polityki edukacyjnej) Raport Eurydice*. Luxemburg: Urząd Publikacji Unii Europejskiej.
- Komisja Wspólnot Europejskich. (2005, 01 06). Rozporządzenie Komisji (WE) nr 13/2005 z dnia 6 stycznia 2005 r. wdrażające rozporządzenie (WE) nr 1177/2003 Parlamentu Europejskiego i Rady dotyczące statystyk Wspólnoty w zakresie dochodów i warunków życia (EU-SILC) w odniesieniu do wykazu dodatkowych. *Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej*. Bruksela.
- Korczyńska, A. (2011, 11 23). *Jak się porozumieć, czyli o komunikacji w pracy*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Forbes.pl: <https://www.forbes.pl/kariera/jak-sie-porozumiec-czyli-o-komunikacji-w-pracy/wsk0dg1>
- Korzeniowski, C. (Red.). (1992). *1000 anegdot o wielkich ludziach*. Wrocław: Europa.
- Kozak, A. i Łaguna, M. (2015). *Metody prowadzenia szkoleń, czyli niezbędnik trenera*. Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- Krzywdzenie dzieci*. (brak daty). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji PCPR Ropczyce: http://www.pcpr-ropczyce.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=132:krzywdzenie-dzieci&catid=11:o-przemocy-w-rodzinie&Itemid=100052
- Kulesza, M. (2015). Zasoby rodzinne – nowa perspektywa podejścia do rodziny w obszarze diagnostyki i poradnictwa psychopedagogicznego. *Studia nad Rodziną*, 1(36), 77-95.
- Kultura*. (2005, 05 27). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Kultura>
- Kupisiewicz, C. (2006). *Podstawy dydaktyki*. Warszawa: Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne.
- Kurdwanowska, D. (brak daty). *Kobiety w UE wciąż zarabiają mniej niż mężczyźni*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Sukces pisany szminką: <https://sukcespisanyszminka.pl/kobiety-wciaz-zarabiaja-mniej-niz-mezczyzni/>
- Linkner, T. (2000). Można to traktować anegdotycznie, ale coś w tym jest. W J. Bachórz (Red.), *Materiały z sympozjum Temat pieniądza w literaturze i teatrze*. Gdańsk: Uniwersytet Gdański.
- Martowska, K. (2012). *Psychologiczne uwarunkowania kompetencji społecznych*. Liberti Libri.

- Martowska, K. (2015). Model uwarunkowań kompetencji społecznych. W W. Skrabacz i J. Gutowski (Redaktorzy), *Kompetencje społeczne w kierowaniu i dowodzeniu Siłami Zbrojnymi RP* (strony 13-28). Warszawa: Wojskowe Centrum Edukacji Obywatelskiej.
- Matczak, A. (1994). *Diagnoza intelektu*. Warszawa: Wydawnictwo Instytutu Psychologii PAN.
- Matczak, A. (2007). *Kwestionariusz Kompetencji Społecznych. Podręcznik*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych Polskiego Towarzystwa Psychologicznego.
- Michoń, F. (1981). *Organizacja i kierowanie w przedsiębiorstwie. w świetle socjologii i psychologii pracy*. Warszawa: Książka i Wiedza.
- Norma społeczna*. (2017, 01 31). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: https://pl.wikipedia.org/wiki/Norma_spo%C5%82eczna
- Obserwatorium Żywej Kultury - Sieć badawcza*. (2017, 11 04). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji <http://ozkultura.pl/wpis/1384/6>
- Okoń, W. (2017). *Nowy słownik pedagogiczny*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Organizacja społeczna*. (2009, 06 18). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: https://pl.wikipedia.org/wiki/Organizacja_spo%C5%82eczna
- Ośrodek Interwencji Kryzysowej w Jaworznie. (brak daty). *Wsparcie rodziny i środowiska lokalnego w sytuacjach kryzysowych*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji <http://www.oik.jaworzno.pl/art,7,wsparcie-rodziny-i-srodowiska-lokalnego-w-sytuacjach-kryzysowych>
- Parlament Europejski. (2006). Kompetencje kluczowe w procesie uczenia się przez całe życie. Zalecenie Parlamentu Europejskiego i Rady 2006/962/WE z dnia 18 grudnia 2006 r. w sprawie kompetencji kluczowych w procesie uczenia się przez całe życie. *Dziennik Urzędowy Unii Europejskiej*, L 394/10.
- Pawlikowska, K. i Poleszak, M. (2014). *CZUJESZ? ...czyli o komunikacji marketingowej i sprzedaży skierowanej do kobiet. Wstęp do gender marketingu*. Warszawa: CeDeWu.
- Payne, S. i Payne, J. (2014). *Jak być dobrym menedżerem. Zestaw wskazówek*. Warszawa: Wolters Kluwer Polska.
- piekielni.pl*. (2018, 02 28). Pobrano 02 28, 2018 z lokalizacji <https://piekielni.pl/>
- Pojęcia i definicje*. (brak daty). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji [uchodzcy.info: http://uchodzcy.info/infos/pojecia-i-definicje/](http://uchodzcy.info/infos/pojecia-i-definicje/)
- Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości. (2014). *Kompetencje Polaków a potrzeby polskiej gospodarki. Raport podsumowujący IV edycję badań BKL z 2013 r.* Warszawa: Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości.
- Postawa*. (2016, 07 26). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Postawa>
- Potocki, A., Winker, R. i Żbikowska, A. (2011). *Komunikowanie w organizacjach gospodarczych*. Warszawa: Difin.

- Queen Poland. (2018, 02 28). Pobrano z lokalizacji <https://queenpoland.wordpress.com/>
- Radzenie sobie ze stresem. (2010, 09 26). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Instytut Psychologii Zdrowia Polskiego Towarzystwa Psychologicznego: <http://www.psychologia.edu.pl/slownik/id.radzenie-sobie-ze-stresem/i.html>
- Reber, A. (2005). *Słownik psychologii*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Robak, E. i Słocińska, A. (2016). Równoważenie pracy z życiem osobistym pracowników jako istotny czynnik warunkujący gospodarowanie współczesnymi zasobami pracy. *Studia Ekonomiczne*, 257, 159-167.
- Romanowska, M. i Wachowiak, P. (Redaktorzy). (2006). *Koncepcje i narzędzia zarządzania strategicznego*. Warszawa: Szkoła Główna Handlowa.
- Rozwój społeczno-gospodarczy. (2009, 07 14). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: https://pl.wikipedia.org/wiki/Rozw%C3%B3j_spo%C5%82eczno-gospodarczy
- Rzecznik Praw Obywatelskich. (2014, 03 02). *Czym jest dyskryminacja*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Rzecznik Praw Obywatelskich: <https://www.rpo.gov.pl/pl/content/czym-jest-dyskryminacja>
- Słaboń, A. (2008). *Konflikt społeczny i negocjacje*. Kraków: Akademia Ekonomiczna w Krakowie.
- Słowiński, P. (2010). *Wielcy Ludzie w anegdocie. Od A do Z*. Chorzów: Videograf Edukacja Sp. z o.o.
- Słownik Języka Polskiego*. (brak daty). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji <https://sjp.pwn.pl/sjp/anegdota;2440237.html>
- Siciński, A. (1978). *Styl życia: przemiany we współczesnej Polsce*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Silberman, M. (2004). *Metody aktywizujące w szkoleniach*. Kraków: Oficyna Ekonomiczna.
- Spietzer, M. (2018). *Jak uczy się mózg*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Spitzberg, B. i Cupach, W. (2011). Interpersonal Skills. W M. Knapp i J. Daly (Redaktorzy), *The SAGE Handbook of Interpersonal Communication*. SAGE Publications, Inc.
- Społeczeństwo. (2012, 08 31). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Spo%C5%82ecze%C5%84stwo>
- Stanisławska, L. (2015). *Anegdoty*. Warszawa: Prószyński i S-ka.
- Styl życia*. (2007, 06 02). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: https://pl.wikipedia.org/wiki/Styl_%C5%BCycia
- Suchodolski, B. (1979). *Kształt życia*. Warszawa: Nasza Księgarnia.
- Szałkowski, A. (1996). *Negocjacje międzynarodowe*. Kraków: Akademia Ekonomiczna w Krakowie.
- Szczepański, M. (2005). Od identyfikacji do tożsamości. *Gazeta Uniwersytecka UŚ*, 1(31).
- Sztompka, P. (2016). *Kapitał społeczny. Teoria przestrzeni międzyludzkiej*. Kraków: Znak Horyzont.

- Szymańska, P. (2015). Zasoby osobiste i strategie radzenia sobie ze stresem u muzyków i niemuzyków. *Konteksty Kształcenia Muzycznego*, 1(2), 33-47.
- Tag (znacznik). (2007, 07 11). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: [https://pl.wikipedia.org/wiki/Tag_\(znacznik\)](https://pl.wikipedia.org/wiki/Tag_(znacznik))
- Tożsamość europejska. (2011, 11 12). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: https://pl.wikipedia.org/wiki/To%C5%BCsamo%C5%9B%C4%87_europejska
- Trznadłowski, J. (1977). *Małe formy literackie*. Wrocław: Zakład Narodowy im. Ossolińskich.
- Uczciwość. (2013, 04 06). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Uczciwo%C5%9B%C4%87>
- Włodarczyk, E. (2010). Wzór Kulturowy. W W. Pilch (Red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku. Suplement*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Walewski, Ł. (2015). *Przywitaj się z królową. Gafy, wpadki, faux pas i inne historie*. Kraków: Sine Qua Non.
- Wasiak-Radoszewski, A. (brak daty). *rownosc.info*. Pobrano z lokalizacji Tolerancja: <https://rownosc.info/dictionary/tolerancja/>
- Wasiak-Radoszewski, A. (brak daty). *Tolerancja*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji *rownosc.info*: <https://rownosc.info/dictionary/tolerancja/>
- Waszkiewicz, J. (Wydawnictwo Naukowe PWN). *Jak Polak z Polakiem? - szkice o kulturze negocjowania*. Warszawa: 1997.
- Wersja skonsolidowana Traktatu o Unii Europejskiej. (brak daty). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Ośrodek Informacji i Dokumentacji Europejskiej: http://oide.sejm.gov.pl/oide/index.php?option=com_content&view=article&id=14803&Itemid=945
- Wiatrowski, Z. (2005). *Podstawy pedagogiki pracy*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego.
- Wiercigroch, D. (brak daty). *Rozwój i funkcjonowanie społeczne osób z niepełnosprawnością intelektualną - ujęcie porównawcze czterech stopni upośledzenia umysłowego*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji *edux.pl*: <http://www.edukacja.edux.pl/p-21440-rozwoj-i-funkcjonowanie-spoeczne-osob.php>
- Wikiquote. (2018, 02 28). Pobrano z lokalizacji <https://pl.wikiquote.org>
- Wilk, E. (2015). *Wirus egoizmu. Jakich kompetencji brakuje Polakom?* Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji *Polityka.pl*: <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/spoleczenstwo/1619707,1,jakich-kompetencji-brakuje-polakom.read>
- Wojnarowska, B. (2010). *Edukacja zdrowotna. Podręcznik akademicki*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.

- Wrocławski Portal Matematyczny. (2018, 02 28). Pobrano 02 28, 2018 z lokalizacji <http://www.matematyka.wroc.pl/book/rozmaitosci/dowcipy-i-anegdoty>
- Współpraca. (2007, 02 28). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Wikipedia, wolna encyklopedia: <https://pl.wikipedia.org/wiki/Wsp%C3%B3%C5%82praca>
- Wytyczne w zakresie realizacji zasady równości szans i niedyskryminacji, w tym dostępności dla osób z niepełnosprawnościami oraz zasady równości szans kobiet i mężczyzn w ramach funduszy unijnych na lata 2014-2020. (2015, 05 08). Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji Portal Funduszy Europejskich: <https://www.funduszeuropejskie.gov.pl/strony/o-funduszach/dokumenty/wytyczne-w-zakresie-realizacji-zasady-rownosci-szans-i-niedyskryminacji-oraz-zasady-rownosci-szans/>
- yafud.pl. (2018, 02 28). Pobrano z lokalizacji <http://www.yafud.pl/>
- Zamorska, G. (brak daty). *Kompetencje emocjonalne i społeczne a funkcjonowanie w pracy*. Pobrano 03 31, 2018 z lokalizacji WSPiA w Rzeszowie: ww.wspia.eu/file/20342/23-ZAMORSKA+GRAZYNA.pdf
- Ziemba, E., Papaj, T. i Żelazny, R. (2013). Analiza i ocena badań nad zrównoważonym społeczeństwem informacyjnym. eszty *Naukowe. Studia Informatica / Uniwersytet Szczeciński*, 33, 195-220.

Podręcznik pt. „Almanach anegdoty edukacyjnej” powstał w ramach realizacji grantu na innowację społeczną ze środków projektu „Skrzydła dla innowacji przyszłością dojrzałej edukacji” realizowanego przez Zachodniopomorską Grupę Doradczą Sp. z o.o. w partnerstwie ze Związkiem Pracodawców Pomorza Zachodniego Lewiatan w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014-2020, Oś Priorytetowa IV Innowacje społeczne i współpraca ponadnarodowa.

Almanach anegdoty edukacyjnej nie jest tylko zbiorem dykteryjek do zastosowania w edukacji osób dorosłych w zakresie kształtowania i rozwijania kompetencji społecznych. Został pomyślany szerzej, jako narzędzie dydaktyczne wykorzystujące anegdoty w procesie dydaktycznym. To właśnie założenie znalazło wyraz w konstrukcji niniejszego podręcznika i prezentowanych treściach.

Trener/edukator otrzymuje zatem edukacyjne rozwiązanie wraz z gotowym narzędziem - podręcznik – przewodnik.

Almanach

