

KWARTALNIK DLA I O OSOBACH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

NIEZWYCIEŻENI

NR 1(12) / 2025 (WIOSNA)

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

Malowanie bez przeszkód

s.9

3: Historia Amy

15: W krainie uczuć...

23: Andrea Bocelli

Optymista jest ludzkim uosobieniem WIOSNY

SŁOWO WSTĘPU : O wiosnie, optymizmie i optymistach

Wprawdzie tegoroczna zima nie dała nam się bardzo we znaki, ale i tak cieszy, że słońce zaczyna coraz mocniej przygrzewać, a zieleń nabrzmiewa i odsłania się. Dla tych, którzy szarość i niskie temperatury przypłacają kiepskim nastrojem jest to ważny moment. Pierwsze oznaki wiosny niosą nadzieję i porcję optymizmu.

Ale są też tacy, którzy do optymizmu nie potrzebują korzystnych zmian, pozytywnych sygnałów czy wiosennych niuansów, ponieważ... oni sami są wiosną. Tak, tak. Bo „optymista jest ludzkim uosobieniem wiosny”. Jak bardzo to zdanie autorstwa Susan J. Bissonette – artystki, praktykującej buddystki i emerytowanej pielęgniarki z Toledo mi się podoba.

A pamiętajmy, że optymizm to zdrowie. „Podczas gdy większość medycznych, w tym związanych ze zdrowiem publicznym wysiłków nakierowanych jest na zmniejszenie czynników ryzyka różnych chorób, pojawia się coraz więcej dowodów na to, iż poprawa psychicznej odporności także może zrobić różnicę. (...) wyniki sugerują, że powinniśmy starać się podnieść poziom optymizmu, który wiąże się z prozdrowotnymi zachowaniami i zdrowszymi sposobami radzenia sobie z wyzwaniem stawianymi przez życie” – za-

znacza dr Eric Kim, współautor projektu badawczego Nurses' Health Study¹.

Zatem pesymisto, spróbuj być optymistą nie tylko na wiosnę!

Przepiękny, nastrojowy wiersz Kazimierza Wierzyńskiego „Zielono mam w głowie” dedykuję zarówno optymistom jak i pesymistom, z dodatkowym przesłaniem dla tych drugich.

*Zielono mam w głowie i fiołki w niej kwitną
na klombach mych myśli sadzone za młodu
Pod słońcem co dało mi duszę błękitną
i które mi świeci bez trosk i zachodu.*

*Rozdaję wokoło mój uśmiech, bukiety
rozdaję wokoło i jestem radosną
wichurą zachwyty i szczęścia poety
co zamiast człowiekiem powinien być wiosną!*

Kazimierz Wierzyński

Małgorzata Dworzańska
– psycholog, Wiceprezes Zarządu Fundacji Formy

¹ <https://zdrowie.pap.pl/psyche/wiecej-optimizmu-lepsze-zdrowie>

Magazyn tworzą ludzie związani z Fundacją Formy, będący jednocześnie specjalistami pracujący z osobami z niepełnosprawnościami. Jednocześnie zapraszamy do współpracy tych wszystkich, którzy pragną podzielić się z czytelnikami swoją wiedzą, swoją historią, swoim doświadczeniem, swoimi przemyśleniami, a jednocześnie wpisują się w tematykę naszego czasopisma.

Jeżeli masz pomysł na artykuł i chciałbyś / chciałybyś zamieścić go w naszym wydawnictwie lub chcesz nam coś powiedzieć, skontaktuj się z nami mailowo (formyfundacja@gmail.com).

Spis treści

... **Optymista jest ludzkim uosobieniem wiosny**

SŁOWO WSTĘPU : O wiosnie, optymizmie i optymistach

3: Historia Amy

ZNANI NIEZWYCIĘŻENI : Gdyby Twoje życie miało być książką, a ty jej autorem, jak wyglądałaby fabuła?

Amy Purdy zadało sobie to pytanie w 1999 roku

9: Malowanie bez przeszkód

NIEZWYCIĘŻENI WŚRÓD NAS : Krzysiek Pituła kocha malować. Nie przeszkadza mu w tym niepełnosprawność wzrokowa

15: „W krainie uczuć...” – bajkoterapia ze zgierskiego przedszkola podbija serca najmłodszych

CZY ZNASZ? CZY WIESZ? : Projekt „W krainie uczuć...” to przykład, jak pasja i zaangażowanie poruszyły do działania całą Polskę

18: W świetle prawa

NIEZWYCIĘŻENI WŚRÓD NAS : O edukacji, pracy i aktywności społecznej prawnika z Radomia

20: Metoda wielozmysłowa w nauczaniu uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim

OKIEM EKSPERTA : Dobranie metod terapii dla dziecka z głęboką niepełnosprawnością intelektualną nie należy do łatwych.

Jedną z terapii, która powstała z myślą o takich osobach, jest terapia wielozmysłowa

23: Andrea Bocelli – niewidomy tenor, który podbił świat

ZNANI NIEZWYCIĘŻENI : Na jego koncerty przychodzą tłumy. 6 i 8 czerwca będzie go można usłyszeć w Polsce

25: Niepełnosprawni są wśród nas

NIEZWYCIĘŻENI WŚRÓD NAS : Świat oczami Karoliny

26: Wysokie technologie i nowe media w życiu dzieci

CZY ZNASZ? CZY WIESZ? : Rosnąca popularność urządzeń ekranowych stała się ważną kwestią w sprawie bezpieczeństwa i zdrowia najmłodszych użytkowników, którzy w obecnych czasach coraz częściej mają z nimi kontakt

30: Starość po polsku

OKIEM EKSPERTA : Propozycja reformy systemu opieki nad osobami starszymi - cz. 3

KWARTALNIK DLA I O OSOBACH Z NIEPEŁNOSPRAWNOŚCIAMI

NIEZWYCIĘŻENI

NR 1(12) / 2025 (WIOSNA)

EGZEMPLARZ BEZPŁATNY

ISSN: 2956-5286

(publikacja elektroniczna)

nakład 6000 egz.

WYDAWCA:



FUNDACJA FORMY

ul. Wypalanki 8/10
42-202 Częstochowa
formyfundacja@gmail.com
<https://fundacjaformy.online>

REDAKTOR NACZELNA:

Małgorzata Dworżańska

SEKRETARZ REDAKCJI:

Iwona Bołtuć

WSPÓŁPRACA:

Paweł Borowiecki

Edyta Mróz

Janusz Pyrkosz

Elwira Sobiesiak

Agnieszka Szrubarczyk

Karolina Wojtkiewicz

Wydanie kwartalnika

zostało dofinansowane

ze środków Państwowego

Funduszu Rehabilitacji Osób

Niepełnosprawnych PFRON



Państwowy Fundusz
Rehabilitacji Osób
Niepełnosprawnych



Fot. Thatcher Cook for PopTech / wikimedia

Historia Amy

ZNANI NIEZWYCIĘŻENI : Gdyby Twoje życie miało być książką, a ty jej autorem, jak wyglądałaby fabuła?
Amy Purdy zadało sobie to pytanie w 1999 roku

Neisseria meningitidis

Nazywa się ją ziarniakiem, ponieważ jest okrągła. Właściwie jest to dipłokok, ponieważ łączy się w pary. Często też jest nazywana meningokokiem. Szacunkowo ma ją 2–25 % dorosłych ludzi. W zamkniętych środowiskach odsetek ten jest znacznie wyższy i wynosi 40–80 %. U osób będących nosicielami, meningokoki kolonizują część nosowo-gardłową, nie wywołując przy tym objawów choroby. Nosiciele pełnią jednak znaczącą rolę w jej rozprzestrzenianiu się. U zwierząt jej nie znajdziemy. *Neisseria meningitidis* – bakteria Gram-ujemna, która może bardzo skomplikować życie. Wrócimy jeszcze do niej.

Amy Purdy urodziła się w domu wypełnionym miłością i muzyką

Jako młoda dziewczyna była żądna przygód, chciała poznawać świat, odkrywać. I faktycznie, ta piękna, radosna, energiczna dziewczyna czerpała z życia garściami. Jako licealistka pasjonowała się plastyką, a jeszcze bardziej snowboardem. Ten zimowy sport był wielką miłością Amy. Jeszcze w trakcie nauki w szkole licealnej Amy zapisała się na kurs masażu, ukończyła go, następnie zaczęła pracować w tym zawodzie, a dzięki zarobionym pieniądзом podróżować. Uwielbiała życie towarzyskie, spotkania i dalsze wypadki ze znajomymi.



**Moje nogi nie uczyniły mnie kaleką.
Wręcz przeciwnie, dały mi pewną sprawność.
Dzięki nim stanęłam na duchowej drodze, którą zaczęłam kroczyć.
Zmusiły mnie do bycia kreatywną. Nauczyły, że gdy upadnę, mogę tak leżeć i rozpaczać albo mogę użyć doświadczenie jako paliwa i wstać.**

Ale przede wszystkim kochała jazdę na snowboardzie.

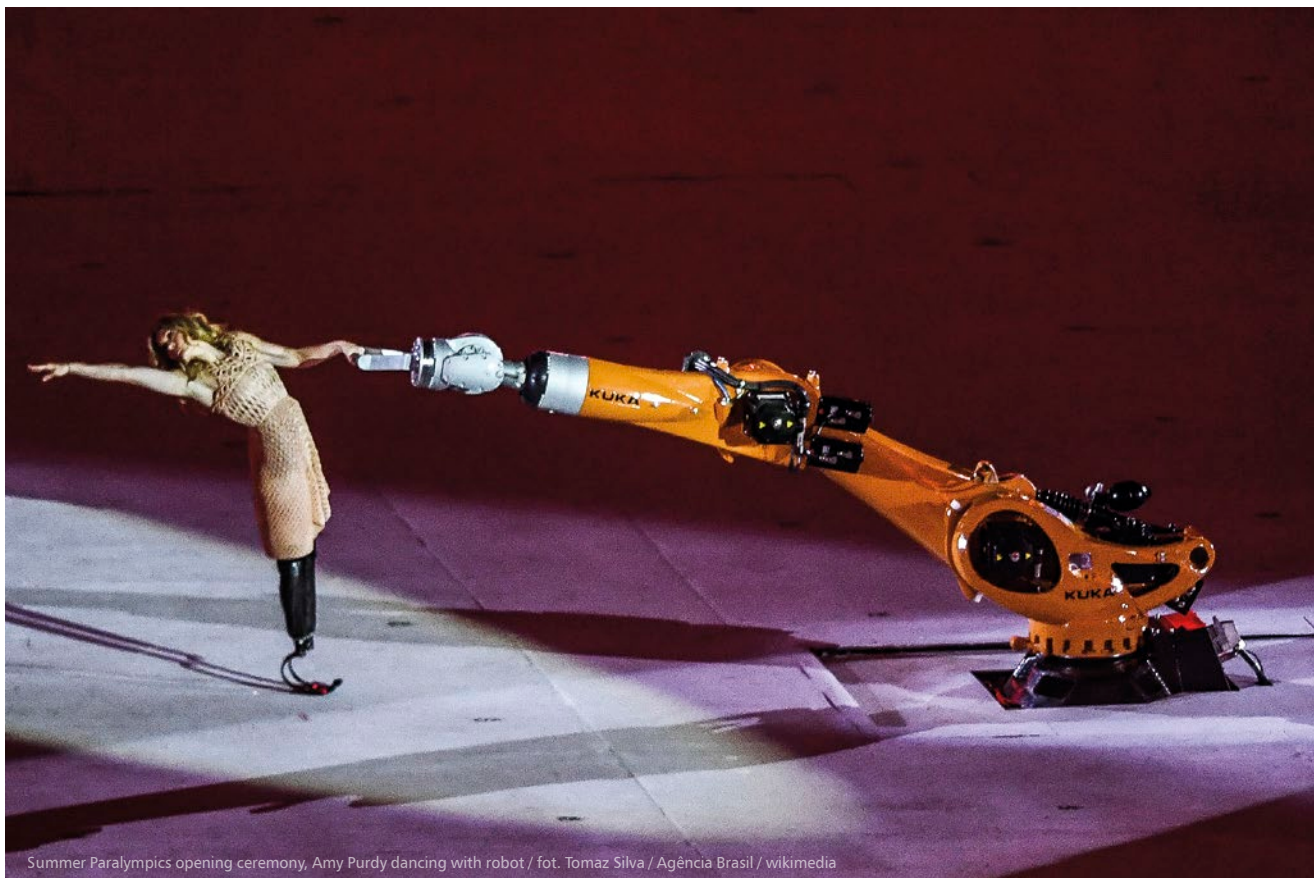
Rok 1999

„Życie potrafi się zmienić w ciągu jednej chwili – zwykłej chwili”
(Joan Didion)

Dla Amy chwilą tą był pewien dzień w 1999 roku, kiedy to zaraziła się meningokokiem, o który wspominałam wcześniej. Nie wiadomo kiedy, nie wiadomo gdzie, ale wiadomo, że wywołał u Amy zapalenie opon mózgowo-rdzeniowych, ze swoimi ciężkimi konsekwencjami. Amy otarła się o śmierć. Kiedy trafiła do szpitala, dawano jej mniej niż 2 % szans na przeżycie. Podłączono ją do aparatury podtrzymującej życie i wprowadzono w stan śpiączki farmakologicznej. Kilka tygodni przeleżała otoczona aparaturą, rurkami i kablami, przeszła wielokrotnie transfuzje krwi, usunięto jej pękniętą śledzionę. Aby ratować życie Amy, lekarze amputowali jej obie nogi poniżej kolan.

„Czy tak ma wyglądać moje życie?”

Spojrzałam na swoje nogi. „Czy tak ma wyglądać moje życie? – pomyślałam. – Czy rzeczywiście uda mi się znów robić to, co kocham? Podróżować, jeździć na snowboardzie, robić masaże?”. Moje cele nie uległy zmianie, to grunt pode



Summer Paralympics opening ceremony, Amy Purdy dancing with robot / fot. Tomaz Silva / Agência Brasil / wikimedia

mną się przesunął. Nastąpiła kompletna zmiana perspektywy. Wciąż byłam sobą, tyle że nie miałam nóg, które wcześniej prowadziły mnie do spełnienia marzeń. Zaczęło to do mnie powoli docierać. Zderzenie z rzeczywistością bolało. (...) W tamtym momencie nie przepełniał mnie smutek, za to okropnie się bałam. Przeraziła mnie myśl o tym, jak miało wyglądać moje życie. Nie chcąc jednak dać się pogrążyć czarnym wizjom, postanowiłam zamknąć oczy i pomyśleć o tym, co kochałam. Na przykład snowboarding. Wyobraziłam sobie, że szusuję po zboczu. Sypki śnieg pod deską. Spokój drzew. Wiatr muskający mi twarz. Napięte mięśnie nóg. Sny na jawie pochłonęły mnie do tego stopnia, że miałam wrażenie, jakby to się działo naprawdę. Czułam podmu-

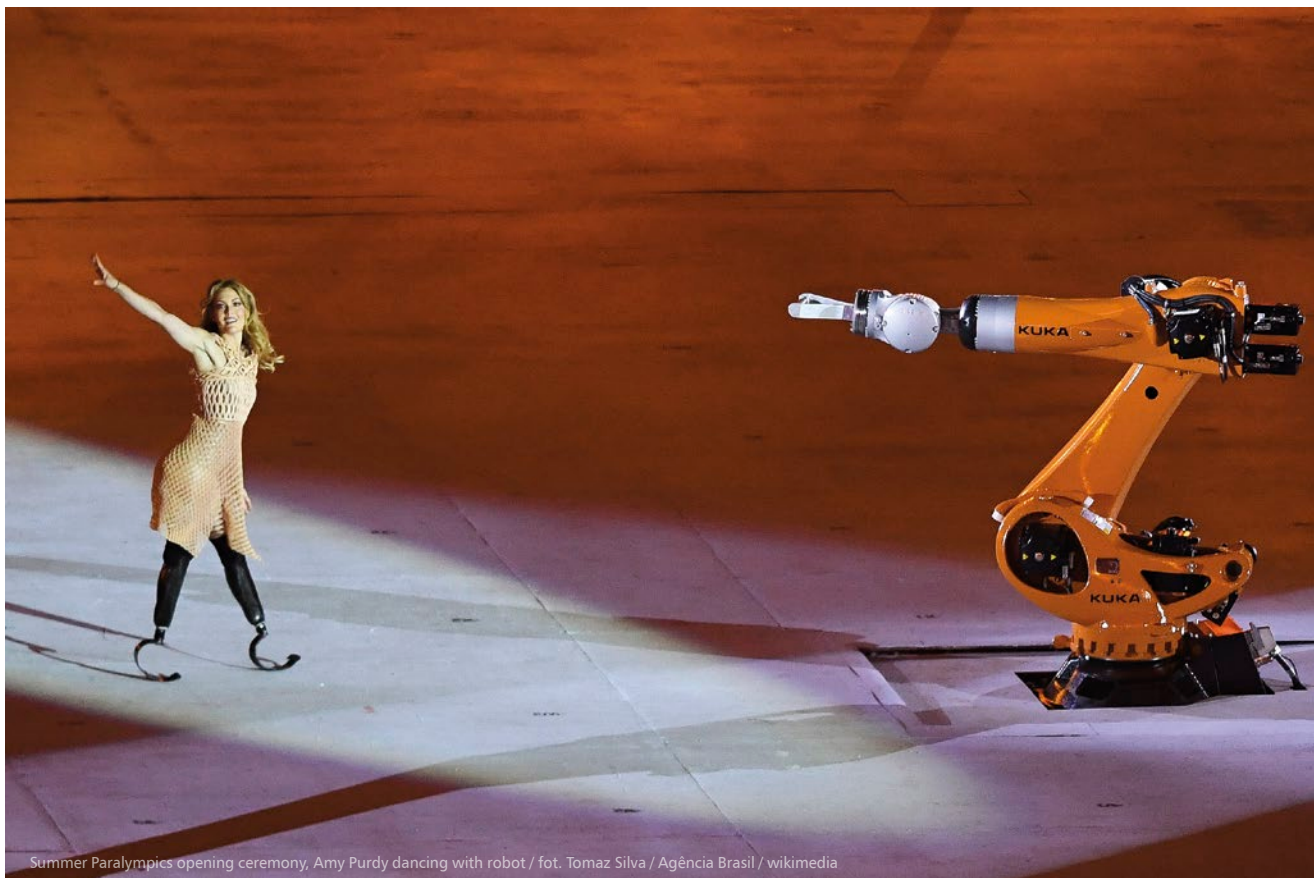
chy wiatru, przyspieszone bicie serca, adrenalinę krążącą w moim organizmie. W tej wizji zjechałam na dół stoku i podniosłam nogawki. Moim oczom ukazały się protezy przytwierdzone do wiązań deski snowboardowej. Wtedy zdałam sobie sprawę z tego, że skoro potrafię wyobrazić sobie coś tak mocno, równie dobrze może się to stać rzeczywistością¹.

Po przejściu przez to zmieniające życie doświadczenie, Amy rzuciła sobie wyzwanie, aby iść naprzód ze swoim życiem i osiągnąć cele, których nie mogą osiągnąć nawet ci, którzy mają obie nogi. Głównym celem Amy, zapalanej snowboardzistki, był powrót na stoki. Wcześniej jednak musiała zdobyć nowe nogi – protezy, które nie tylko pozwoliłyby Amy chodzić, ale i uprawiać sport.

Rok 2000

Któregoś jesiennego popołudnia telewizja Blue Torch TV emitowała program, którego bohaterem był Thayne Mahler, snowboardzista. Podczas tej audycji Thayne zjechał na desce ze stoku, a potem podciągnął nogawkę, odsłaniając protezę nogi. Amy udało się skontaktować z Thayne Mahlerem, a ten dał Amy numer telefonu do producenta używanych przez niego protez.

Po skończonej rozmowie własnoręcznie napisałam list do producenta sportowej protezy Thayne'a. „Nazywam się Amy Purdy. Mam protezy obydwu nóg. Nie wiem, czy będę w stanie jeszcze kiedyś jeździć na snowboardzie, ale kto, jeśli nie ja?”. Tydzień później otrzymałam odpowiedź:



Summer Paralympics opening ceremony, Amy Purdy dancing with robot / fot. Tomaz Silva / Agência Brasil / wikimedia

„Z przyjemnością podejmiemy z tobą współpracę”².

I wtedy okazało się, że Amy czeka przeszczep nerki.

Rok 2001

Pod koniec stycznia 2001 roku do Amy zadzwonił Thayne Mahler. Wyjaśnił, że Amerykańskie Stowarzyszenie Snowboardowe USASA organizuje w Mammoth Mountain zawody i grupa sportowców planuje wziąć w nich udział. Był to moment, kiedy Amy wcale nie była do końca przekonana, czy jest w stanie szusować na snowboardzie. Próbowwała bowiem raz wcześniej i było jej naprawdę ciężko. Z powodu przeszczepu nie udało się jej nawet przetestować sportowych protez, którą otrzymała. Podjęła się jednak wyzwania. I tak,

zaledwie trzy miesiące po przeszczepie nerki, wzięła udział w Mistrzostwach Narodowych w Snowboardzie USASA, gdzie zdobyła medale w trzech konkurencjach. Następnie otrzymała stypendium od Challenged Athletes Foundation (CAF), organizacji non-profit. Dzięki temu stypendium Purdy mogła wziąć udział w kilku kolejnych zawodach snowboardowych w USA.

W tym roku wróciła także do pracy oraz ukończyła kurs kosmetyczny.

Kolejne lata

Kolejne lata Amy to praca, treningi, zawody... Dla Amy było to jednak za mało. W 2005 roku ze swoim przyszłym mężem Danielem Gale założyła Adaptive Action Sports (AAS) – organizację, która otworzyła drzwi wielu osobom z niepełnosprawno-

ścią fizyczną, umożliwiając im udział w sportach ekstremalnych, głównie snowboardzie. Dzięki staraniom AAS – choć nie bez przeszkód – snowboard został włączony do Igrzysk Paraolimpijskich 2014, a sama Amy przeszła do historii, zdobywając pierwszy brązowy medal dla USA. Jej sukcesy trwały nadal i podczas Igrzysk Paraolimpijskich w Korei Południowej w 2018 roku Amy dodała do swojej kolekcji kolejne medale – brązowy i srebrny, co uczyniło ją wówczas najbardziej utytułowaną snowboardzistką paraolimpijską w historii drużyny USA.

Nie tylko snowboarding

Wiosną 2003 roku, a więc niecałe 4 lata po amputacji nóg, rozpoczęła się kariera Amy jako tancerki, aktorki i modelki. Trwa do dziś. 45-letnia

NEW CHAMPIONS

PETER
ARMY PURDY



Fot. Peter Durand, Alphachimp Studio Inc for PopTech / Wikimedia

obecnie Amy pracowała nad kreatywnymi projektami fotograficznymi zarówno z Madonną, jak i Nikkim Sixx. Pisały o niej i była na okładkach niezliczonych magazynów, w tym w The 2014 ESPN Body Issue i People Magazine. Występowała w obszernych kampaniach reklamowych dla Toyoty, The Hartford, P&G, Duracell, Kelloggs, Element, Coca-Coli i innych. Zadebiutowała jako aktorka w głównej roli w nagradzanym niezależnym filmie z 2006 roku „What’s Bugging Seth?”³. W roku 2014 Amy odniosła nie tylko wielki sukces olimpijski. Podczas pobytu w Soczi przygotowywała się nie tylko do startu olimpijskiego, ale potajemnie trenowała do kolejnej wielkiej przygody swojego życia. W dzień Amy jeździła na snowboardzie, a nocą tańczyła, przygotowując się do debiutu w programie telewizji ABC Dancing With The Stars z zawodowym tancerzem Derekiem Houghiem. Trzy dni po zdobyciu brązowego medalu na Igrzyskach Paraolimpijskich Amy była na parkiecie w Hollywood, gdzie dała oszałamiający występ podczas wieczoru otwarcia pokazu. Inspirując sędziów, innych uczestników, profesjonalny personel taneczny i miliony fanów, Amy dawała jeden niezwykle występ za drugim przez następne dziesięć tygodni i ostatecznie została wicemistrzynią sezonu. Amy ze swoją zachłannością poznawania i doświadczania życia podejmowała się też wielu innych wyzwań. W 2012 roku Purdy i jej mąż Daniel Gale wzięli udział w 21. sezonie The Amazing Race, programie, w którym kilka drużyn ściga się na różnych kontynentach. Po niemal wygranej w pierwszym etapie wyścigu, byli drugą drużyną, która odpadła i zajęli 10. miejsce na 11 drużyn.

Mówczyni

W 2008 r. rozpoczęła się jej przygoda jako mówczyni motywacyjnej. Amy Purdy konsekwentnie znajduje się na liście 25. najlepszych mówców motywacyjnych. Podróżuje po całym świecie i wygłasza przemówienia do wiodących korporacji i organizacji, takich jak Disney, Berkshire Hathaway, Światowa Organizacja Zdrowia, Toyota, Microsoft, Coca-Cola, SAP i Dell.

Niemal wszystko jest możliwe. Często słyszymy takie sformułowanie, ale to nie są puste słowa. Nie w moim przypadku. Dla mnie to codzienna rzeczywistość. Życie nauczyło mnie, że dzięki pasji, chęciom i ciężkiej pracy można wznieść się ponad wszelkie przeciwności losu. Nawet jeśli czegoś nie da się cofnąć ani zmienić, możemy przynajmniej zmienić naszą perspektywę.

Podczas mojej podróży zniosłam wiele komplikacji. Doszłam do pewnego miejsca, ale nie mam zamiaru w nim tkwić. Wyzwania, przeszkody, problemy, tak zwane bariery – z tych kłód rzucanych pod nogi zbudowałam kładkę, którą przeszłam. Moje największe zmagania doprowadziły do największych sukcesów. Wierzę w siłę zamiarów i kiedy patrzę wstecz, dochodzę do wniosku, że moją intencją zawsze było odnalezienie właściwej drogi (...).

Moje nogi nie uczyniły mnie kaleką. Wręcz przeciwnie, dały mi pewną sprawność. Dzięki nim stałam na duchowej drodze, którą zaczęłam kroczyć. Zmusiły mnie do bycia kreatywną. Nauczyły, że gdy upadnę, mogę tak leżeć i roz-

paczać albo mogę użyć doświadczenie jako paliwa i wstać. Może i straciłam nogi z kości i mięśni, ale te wykonane z włókna węglowego i zardzewiałych prętów zaprowadziły mnie w fantastyczne miejsca. Choć moja podróż okazała się w rezultacie zupełnie inna, niż na początku myślałam, to i tak zrobiłam dokładnie to, co zamierałam. Jeździłam na snowboardzie. Zwiedzałam świat. Zatańczyłam cza-czę, quickstepa i tango. A przy okazji poznałam wspaniałych ludzi (...). Nadal często powtarzam sobie pytanie, które zadałam po raz pierwszy w 1999 roku: „Gdyby moje życie było książką, a ja jej autorką, to jak chciałabym napisać swoją opowieść?”. Każdego ranka budzę się wdzięczna za możliwość dopisania kolejnej strony do rozdziałów mojej podróży. Jeśli dotychczasowe życie – błogosławieństwo, które już otrzymałam – jest zapowiedzią tego, co dopiero ma się wydarzyć, to w tej historii pojawi się jeszcze wiele fascynujących akapitów. Jeden dzień – jedno marzenie. Wciąż piszę⁴.

A gdyby Twoje życie miało być książką, a Ty jej autorem, jak wyglądałaby fabuła?

Małgorzata Dworzańska

1 A. Purdy, M. Burdord, *Na własnych nogach*, Wydawnictwo Kobiece, Białystok 2015, s. 76.

2 Tamże, s. 107.

3 <https://amypurdy.com/about-2/> (dostęp: 20.02.2025).

4 A. Purdy, M. Burdord, s. 216–217.



Malowanie bez przeszkód

NIEWZCIEŻENI WŚRÓD NAS : Krzysiek Pituła kocha malować.
Nie przeszkadza mu w tym niepełnosprawność wzrokowa

Janusz Pyrkosz: Cześć! Proszę, opowiedz o sobie w kilku zdaniach. Przedstaw się.

Krzysztof Pituła: Cześć, jestem Krzysiek i mam 33 lata. Pochodzę z Częstochowy, lecz od niedawna mieszkam we Wrocławiu, gdzie pracuję w jednej z korporacji sprzedających sprzęt AGD. Moje stanowisko to analityk internetowy. Jestem odpowiedzialny za opracowanie treści na temat danego produktu przed umieszczeniem go na stronie internetowej. Praca dość monotonna, ale dla mnie ciekawa i stabilna – dobra do zaznajomienia się z nowym miejscem zamieszkania.

J.P.: Jesteś osobą słabowidzącą, masz poważną wadę wzroku. Powiedz o niej trochę więcej – kiedy ją u Ciebie wykryto? Postępuje, czy zatrzymała się? Jakie są jej objawy?

K.P.: Wadę wzroku mam od urodzenia, a precyzując, jest to zaćma wrodzona. Wykryto ją u mnie w okresie niemowlęcym, kiedy to nienaturalnie skupiałem się na śledzeniu światła zamiast na wodzeniu za przedmiotami czy za osobami. Zaniepokoiło to rodzinę i tak trafiłem do kliniki w Katowicach. Tam przeszedłem wiele operacji, na skutek których udało się wyprowadzić prawe oko do przyzwoitego stanu. Nie zawsze jednak było łatwo. Nie pomagała dynamika lat dziewięćdziesiątych i otoczenie rówieśników. Na swojej drodze znalazłem jednak wsparcie wielu osób,



Fot. archiwum Krzysztofa Pituly

Sztuka od zawsze wywoływała kontrowersje, bo sposobów jej wyrażania jest mnóstwo – bywa pionierska, nowoczesna i zaskakująca, co nie zawsze podoba się ludziom przywiązanim do konserwatywnego punktu widzenia. Nie ma w tym nic złego, w jaki sposób ją odbieramy czy tworzymy. Jeśli nie chcemy mieć z czymś do czynienia, po prostu się tym nie zajmujemy.

a rodzice zapisali mnie do Polskiego Związku Niewidomych. Tutaj uzyskałem pomoc, rozpocząłem rehabilitację i zacząłem nadrabiać zaległości poznawcze.

J.P.: Jak Twój wzrok ma się dzisiaj?

K.P.: Niestety lewe oko jest słabe i jak szacują lekarze, ma około 25–30% sprawności. Nie posiadam soczewek, a szansa na ich wszczep – na chwilę obecną – jest mała i wiąże się ze sporym ryzykiem utraty wzroku. Z tym problemem musiałem nauczyć się żyć, choć to nie było łatwe zadanie. Noszę dość grube okulary. Całe szczęście optyka rozwija się dynamicznie i technologia powoduje, że są one coraz mniejszym utrapieniem.

J.P.: Na czym polega największa trudność w codziennym funkcjonowaniu?

K.P.: Wada nie pogłębia się i oby tak zostało. Przez nią zdarzają się problemy z określaniem przestrzeni. Przy słabym oświetleniu albo kiedy oczy są mocno zmęczone, pojawia się oczopląs. Dlatego wizyta w kinie, szczególnie na filmach z napisami, staje się niemiłym doświadczeniem. Nie posiadam również prawa jazdy. Wszystkie te kwestie wpływają oczywiście na codzienne życie, jednak staram się funkcjonować normalnie. **Nie przeszkadza to, jak widać, w malarstwie, a jako ciekawostkę dodam, że sporo jeżdżę na rowerze. Nie załamuję się więc faktem słabego wzroku, a doświadczenie**



życiowe pozwala określić, na co mogę sobie pozwolić, co przekłada się na sporą samodzielność.

J.P.: Właśnie, lubisz jazdę na rowerze. Dlaczego postawiłeś akurat na tę dyscyplinę, co dają Ci dwa kółka?

K.P.: Rower traktuję trochę jako zamiennik samochodu, ale nie tylko. Jazda na nim to kolejne hobby. Pozwala zobaczyć ciekawe miejsca, dbać o kondycję, co przy siedzącym trybie pracy jest ważne. Jest także idealnym środkiem do poznawania nowej okolicy.

J.P.: Ile prawdy jest w przekonaniu, że osłabienie jednego zmysłu wzmacnia inny? Miewasz wrażenie, że paradoksalnie, osłabiony wzrok pomaga Ci w tworzeniu obrazów i bardziej pobudza Twoją wyobraźnię?

K.P.: W moim przypadku nie odczuwam, że wada wzroku „podbija” inne zmysły. Niemniej poznałem wiele osób niewidomych i zauważalne jest u nich wyostrenie innych zmysłów, wskutek osłabionego wzroku. Kilku z nich zajęło się muzyką, są też wśród nich niewidomi masażyści. Zapewne wynika to z konieczności dostosowania się do sytuacji związanej z ich wyjątkowością, przez to automatycznie wykorzystują inne zmysły. Jednak ja widzę. Słabiej, ale widzę, więc jakby zmysły mam kompletne.

J.P.: Czym jest dla Ciebie sztuka? Jak ją rozumiesz?

K.P.: Definitywnie jest to forma czy element kultury związany z czymś odtwórczym – malowidłem, utworem, jedzeniem, po taktę, a w zasadzie sztukę wojenną. Ciężko, jak

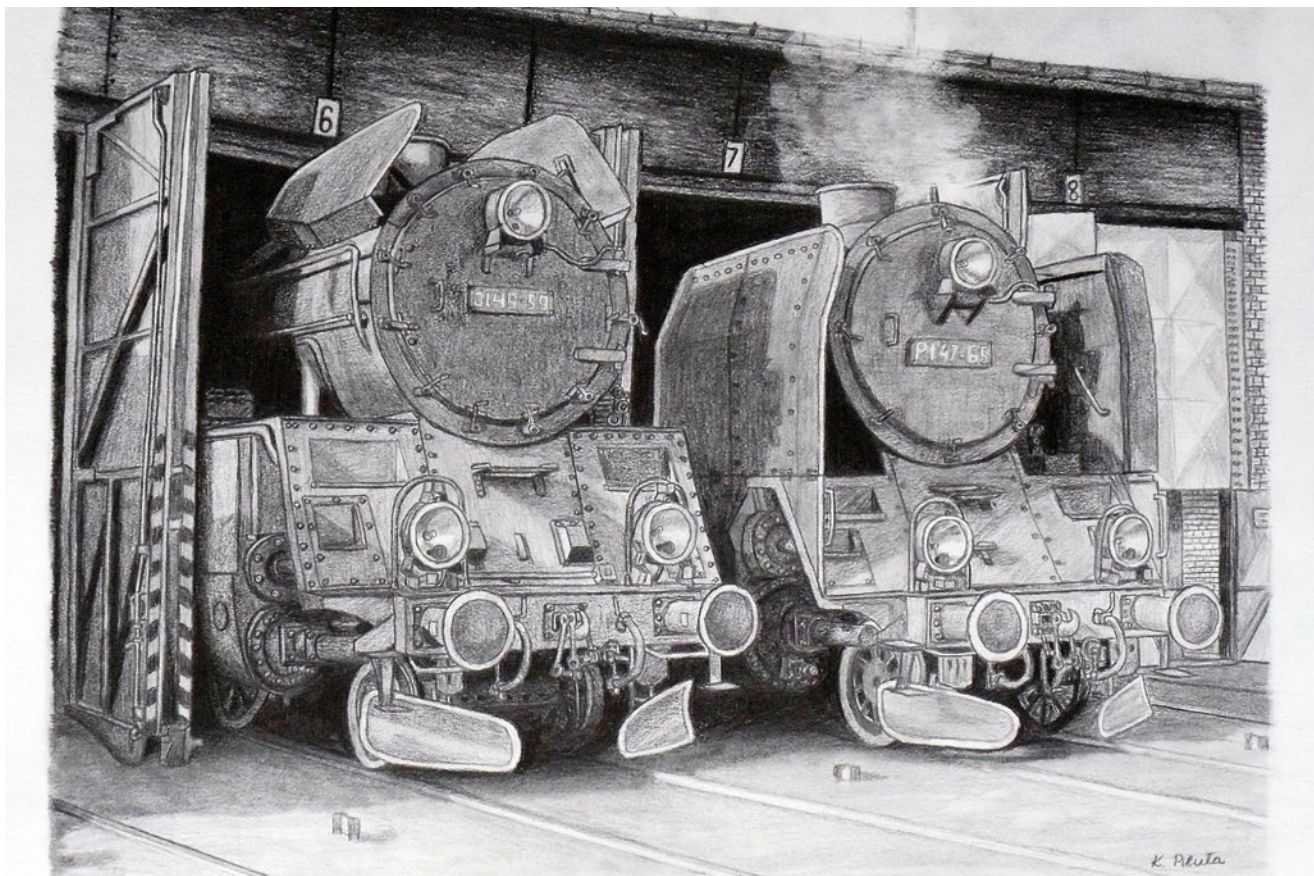
widać, o precyzyjną definicję i trudno wskazać jakieś ramy, granice. Dla mnie jest to sposób na wyrażanie siebie i myślę, że wielu artystów profesjonalnych czy amatorskich, takich jak ja, zgodzi się z tym. Inni traktują ją jako swoisty sens życia, sposób na utrzymanie. **Mnie pomaga się relaksować, realizować i czerpać satysfakcję. Ta jest większa, jeśli dany obraz się komuś spodoba.**

J.P.: Czy Twoim zdaniem w sztuce wolno wszystko, czy jednak powinny być jakieś ramy i ograniczenia? Gdzie i jak je wyznaczać?

K.P.: **Jeśli popatrzeć na to, że jest to element wyrażenia emocji, to właściwie możemy porównać sztukę do swojego rodzaju wypowiedzi. Ograniczając wypowiedź, ograniczamy swobodę. Ile ludzi, tyle sposobów na jej postrzeganie.**







Przecież każdy ma inną wrażliwość. Podam może kontrowersyjny i mocno jaskrawy przykład. Jednemu spodoba się coś w stylu klasycznym np. podobizna świętego, a drugiemu wizerunek kota osadzonego w religijny anturaż z aureolą. No i niby jak to ograniczyć? Wrócić do funkcji cenzora? Chyba już nie chcemy takich czasów. **Sztuka od zawsze wywoływała kontrowersje, bo sposobów jej wyrażania jest mnóstwo – bywa pionierska, nowoczesna i zaskakująca, co nie zawsze podoba się ludziom przywiązanym do konserwatywnego punktu widzenia. Nie ma w tym nic złego, w jaki sposób ją odbieramy czy tworzymy. Jeśli nie chcemy mieć z czymś do czynienia, po prostu się tym nie zajmujemy.** Wydaje mi się, że najlepszy tutaj będzie po prostu dystans i danie przestrzeni

innym. Granic, w tej sferze, nawet nie potrafię i nie chcę wskazać. Sam tworzę w miarę neutralne niekontrowersyjne rzeczy, ale rozumiem, że są osoby, które chcą i wyrażają coś więcej.

J.P.: Na czym polega, o ile istnieje, przewaga malarstwa nad innymi formami sztuki?

K.P.: Tutaj zdecydowanie nie ma przewagi malarstwa nad inną, dowolną formą sztuki. **Sztuka, jako szeroka dziedzina, jest wspaniała właśnie dlatego, że może łączyć wiele rodzajów, które są ze sobą równe albo dopełniają się nawzajem.** Wyobraźmy sobie musical bez muzyki albo wnętrze domu bez żadnego przedmiotu związanego ze sztuką użytkową, ale nie tylko. Chyba, że pytasz o początek i odkrycie pomysłu.

J.P.: Pociągnijmy ten wątek, bo mnie zaciekaWięś. Czy, na samym początku i na etapie pomysłu, malarstwo jednak przeważa, choćby nieznacznie, nad innymi formami sztuki? Jeśli tak, w jaki sposób się to odbywa?

K.P.: Biorąc mój przypadek to owszem, inspiruję się i szukam odniesienia malarskiego w temacie, jaki chcę podjąć, lecz nie jest to reguła. Zdarzyło się jednak, że muzyka była inspirująca. Namalowałem okładkę mojego ulubionego zespołu – Pink Floyd, a dokładnie z płyty „Animals”.

J.P.: Kiedy poczułeś/odkryłeś, że malarstwo to jest to, czemu chcesz się poświęcić?

K.P.: Od dzieciństwa lubiłem rysować, zazwyczaj były to jakieś pojazdy, ale i elementy krajobrazu czy

budynki. Często robiłem różne szkice ołówkiem. Dało to podstawę do obecnego zainteresowania. A odkryłem je w trudnym pandemicznym czasie. Straciłem pracę, złamałem rękę na rowerze i w tym domowym zamknięciu pomyślałem o tym, czy by nie spróbować czegoś namalować. I tak się zaczęło. Najpierw obejrzałem kilka filmików na YouTube, zamówiłem farby akrylowe i papier, później klasyczne podobrazie. I poszło. Akryle są specyficznymi farbami, gdzie liczy się czas, więc postanowiłem zamówić farby olejne, ale tutaj nie będę wdawał się w szczegóły. Niemniej każdy etap czegoś mnie nauczył.

J.P.: Czy według Ciebie wena twórcza w ogóle istnieje? Jeśli tak, w jaki sposób się objawia? Częściej malujesz pod wpływem chwili, czy bardziej jest to rytuał?

K.P.: Wena twórcza istnieje. Są dni, kiedy praca nad danym obrazem idzie mozolnie albo nie widać od razu zamierzonego efektu, zdarzają się błędy. To normalne. Jednak im bliżej efektu końcowego, tym zapala większy. Korci, żeby coś poprawić. Czasem trzeba długo poczekać, aż warstwy przeschną, a ty masz chęć kontynuować. Ćwiczy to cierpliwość. W czasie przerwy lub po prostu w codziennych obowiązkach, często wracam myślami i rozważam nad kolejnymi etapami, szukam inspiracji. Malarstwo na pewno nie jest dla mnie czymś, z czego się utrzymuję, więc jest mi – w jakimś stopniu – łatwiej zdystansować się od tego i powrócić w wolnej chwili. Nie narzucam sobie, że dziś muszę coś namalować. Jeśli pojawi się pomysł, to myślę nad koncepcją i wiem, że – prędzej czy później – do tego wrócę, już przed sztalugą.



J.P.: Co i/lub kogo lubisz malować najchętniej?

K.P.: Generalnie zazwyczaj maluję rzeczy realnie występujące, otaczające nas wszystkich. Chętnie podejmuję tematykę martwej natury, gdyż jest idealna do pokazania gry światła i cienia. Lubię również pejzaże czy przyrodę, ponieważ ta jest zmienna i ulotna, a jej malowanie wycisza. Coraz większą frajdę sprawia mi malowanie rzeczy nie do końca realnych, ale jeszcze nie tak mocno abstrakcyjnie „odjechanych”. Śmielej niż dotychczas stawiam na intensywne kolory. Takie malarstwo coraz bardziej do mnie przemawia, barwy poprawiają humor i można osiągnąć przez to ciekawsze efekty.

J.P.: Kto i/lub co inspiruje Cię do artystycznych działań?

K.P.: W dobie socialmediów o inspirację nie jest wcale tak trudno. Wyszukuję jakiś motyw, dostosowuję go do swoich koncepcji i możliwości, czasem do nastroju. Również sam fotografuję różne krajobrazy czy miejsca i na podstawie tego tworzę obraz. Zdarzy się również jakieś zlecenie albo prośba.

J.P.: Z kim i dlaczego właśnie z nim chciałbyś spotkać się, aby odbyć u niego warsztaty malarskie?

K.P.: Cenię bardzo malarzy impresjonistycznych, więc warsztaty u takiego Vincenta van Gogha czy Claude’a Moneta to by było cudowne przeżycie. Ich obrazy cechują się mocnymi i żywymi kolorami. Pod kątem lekcji malowania pejzaży to na pewno udałbym się do Józefa Rapackiego albo do Aleksandra Gierymskiego.

J.P.: Jakie są Twoje najbliższe plany malarskie? O czym marzysz w tym względzie?

K.P.: Chcę nadal ćwiczyć i polepszać warsztat. Jako amator muszę nadrabiać sporo technicznych rzeczy, próbuję lepszych farb, wykorzystuję nowe media malarskie. Tutaj stawiam na dalszą naukę. Pewnie zwiększy to w przyszłości szybkość i organizację. Chciałbym też, w końcu, wyjść ze sztalugą w plener, a zachęca do tego nowe, nadrzeczne otoczenie. Co do marzeń, one nie są jakieś górnolotne. Fajnie byłoby wypracować coś charakterystycznego dla siebie, ale pomysł ciągle szukam. Mam też nadzieję, że trafię do większej ilości ludzi z przesłaniem: mimo pewnych wad i niepełnosprawności, można nie tylko cieszyć się życiem, ale i realizować pasje, które – na pierwszy rzut oka – są niekoniecznie oczywiste.

J.P.: Dziękuję za kreatywną, inspirującą rozmowę i przy tym życząc Ci częstej weny oraz wielu pięknych plenerów, które uwiecznisz za sprawą swojego warsztatu.

K.P.: Dziękuję.

Rozmawiał Janusz Pyrkosz
– polonista, copywriter,
miłośnik radia i psychologii

Reprodukcje obrazów:
archiwum Krzysztofa Pitulę

„W krainie uczuć...”

– bajkoterapia ze zgierskiego przedszkola podbija serca najmłodszych

CZY ZNASZ? CZY WIESZ? : Projekt „W krainie uczuć...” to przykład, jak pasja i zaangażowanie dwóch nauczycielek z Miejskiego Przedszkola nr 8 w Zgierzu poruszyły do działania całą Polskę

Pracujemy w Przedszkolu Miejskim nr 8 w Zgierzu. Na co dzień, podczas swojej pracy zawodowej, obserwujemy, jak dzieci przeżywają różnorodne emocje i jak ważne jest wsparcie w tym obszarze. To właśnie emocje, które wyrażają dzieci były inspiracją do stworzenia projektu, który ma na celu pomóc dzieciom w rozwijaniu inteligencji emocjonalnej. Zaczęłyśmy od opracowania innowacji pedagogicznej, którą realizujemy w swojej placówce. Na jej potrzeby stworzyłyśmy zbiór bajek terapeutycznych jako dodatkowy środek dydaktyczny. Zachęcane pozytywnym odbiorem wśród dzieci i koleżanek z pracy oraz wsparciem Pani Dyrektor Elżbiety Michalskiej, postanowiłyśmy rozszerzyć projekt na całą Polskę. Od morza aż po góry, dziś ponad 650 placówek i 1700 specjalistów – nauczycieli, psychologów, pedagogów specjalnych i terapeutów pedagogicznych – wspiera dzieci w rozwoju inteligencji emocjonalnej, korzystając z naszych autorskich opowieści. W ramach projektu edukacyjnego „W krainie uczuć – bajkoterapia z autorskimi opowieściami dla przedszkolaków”, nauczyciele oraz specjaliści z całej Polski z wielkim zaangażowaniem realizują różnorodne zadania. W tym celu założyłyśmy na portalu społecznościowym grupę prywatną,



**„Nie ma dzieci
– są ludzie, ale
o innej skali pojęć,
innym zasobie
doświadczenia,
innych popędach,
innej grze uczuć”**

Janusz Korczak

gdzie uczestnicy dzielą się fotorelacja-
cjami z przebiegu zajęć, pomysłami,
doświadczeniami i refleksjami. Stworzyłyśmy wspólną przestrzeń,
gdzie można wymieniać się swoimi
spostrzeżeniami, odkryciami, a także
pomysłami na kreatywne i angażujące
zajęcia dla dzieci.

Założenia projektu

Głównym założeniem projektu jest
wspieranie dzieci w rozpoznawaniu,
nazywaniu i radzeniu sobie z emo-
cjami. Bajki terapeutyczne napisane
przez nas poruszają tematy bliskie
dzieciom, takie jak radość, smutek,
złość, strach, znużenie, zaskoczenie,
wstyd, wiara we własne możliwości,
empatia. Opowieści te poprzez swo-
ją formę i treść pomagają dzieciom
zrozumieć, że wszystkie emocje są
potrzebne i ważne, a także pokazują
jak radzić sobie z trudnymi sytuacja-
mi. Projekt „W krainie uczuć...” jest
dostosowany do potrzeb wszystkich
dzieci, niezależnie od ich możliwości,
w tym również dzieci z niepełno-
sprawnościami. Chcemy, aby każda
dziewczynka i każdy chłopiec mogli
w nim uczestniczyć i czerpać radość
z proponowanych aktywności. Nasz
projekt to jednak nie tylko czytanie
bajek... To również szereg zadań pla-
stycznych i zabaw, które angażują
dzieci i pozwalają im w twórczy spo-
sób wyrażać swoje emocje. Dzieci



malują, rysują, lepią, a także biorą udział w grach i zabawach, które pomagają im lepiej zrozumieć siebie i innych. Proponujemy wyrażanie emocji poprzez sztukę i zachęcamy do tworzenia prac na wzór sławnych artystów i malarzy jak Jackson Pollock, Wojciech Fangor, Henri Matisse, Georges Seurat, Yayoi Kusama, Paul Signac. Zachęcamy również do stosowania metod aktywizujących, takich jak np. burza mózgów, burza pytań, pantomima, drama, aktywne słuchanie muzyki. W ramach projektu oferujemy bajki terapeutyczne oraz różnorodne zajęcia plastyczne, które są zaprojektowane tak, aby były dostępne dla dzieci z różnymi potrzebami, w tym z różnorodnymi niepełnosprawnościami.

„W krainie uczuć...” – dyplomy i certyfikaty dla małych i dużych

Projekt trwa od 03.02.2025 a zakończy się 30.05.2025. Jako pamiątkę oraz wyraz zaangażowania na zakończenie projektu placówki oraz nauczyciele biorący w nim udział otrzymają drogą mailową specjalne dyplomy i certyfikaty. Oczywiście nie zapomnieliśmy także o najważniejszych – dzieciach. Wręczenie dyplomów przez nauczycieli będzie uroczystym podsumowaniem projektu. Będzie to chwila, w której dzieci będą mogły poczuć się docenione i nagrodzone za swój wkład w projekt. Certyfikaty dla nauczycieli będą potwierdzeniem ich kompetencji, zaangażowania w rozwijanie obszaru

społeczno-emocjonalnego u dzieci, a także tworzenia przyjaznej i wspierającej atmosfery w przedszkolach. Przewidzieliśmy również certyfikaty dla placówek, które będą wyrazem uznania za rozpowszechnianie informacji o projekcie wśród rodziców i społeczności lokalnej.

Czym jest bajka?

Bajki mają niezwykłą moc wpływu na dziecięcą psychikę. Dzięki nim dzieci uczą się o świecie, poznają nowe wartości i rozwijają swoją wyobraźnię. Bajka jest narzędziem, które pomaga zrozumieć najmłodszym, że się od siebie różnimy, ale każdy jest inny i wyjątkowy. Uczy dzieci, że nie należy oceniać innych po wyglądzie, ale warto dać im szansę, aby poznać



„Miś Jasio i samotny jeź”

W głębokim lesie mieszkał mały miś o imieniu Jasio. Jasio lubił bawić się z innymi zwierzętami: zajączkami, wiewiórkami i ptaszkami. Pewnego dnia, spacerując po lesie, Jasio usłyszał ciche szlochanie. Poszedł w kierunku dźwięku i znalazł małego jeża, który siedział pod dużym liściem i płakał. Jasio nigdy wcześniej nie widział jeża. Był trochę zdziwiony, ale podszedł bliżej i zapytał:

– Dlaczego płaczesz, jeżu?

Jeż odpowiedział:

– Nikt nie chce się ze mną bawić, bo mam kolce. Boję się, że kogoś zranię.

Jasio pomyślał chwilę i powiedział:

– Ależ skąd! Twoje kolce są bardzo ciekawe! Możemy się razem bawić, tylko musimy uważać, żeby się nie ukuć.

Jeż ucieszył się z propozycji Jasia. Razem bawili się w chowanego, przewracali się przez liście i budowali z gałązek domek. Jasio nauczył się, że jeże są bardzo przyjazne, tylko trzeba umieć się z nimi obchodzić. Od tego dnia, Jasio i jeż stali się najlepszymi przyjaciółmi. Jasio pokazał wszystkim zwierzętom w lesie, że jeże są wspaniałymi towarzyszami, a zwierzęta przestały się bać ich kolców.

ich bliżej i nawiązać nowe przyjaźnie. Nasze bajki terapeutyczne są stworzone, aby w szczególności wspierać rozwój emocjonalny dziecka, gdyż życie jest pełne różnych emocji – zarówno tych przyjemnych, jak i tych trudnych. Nasze bajki pokazują dzieciom, że każdy ma prawo czuć to, co czuje, i że z każdą emocją można sobie poradzić. Dzięki naszym opowieściom, dzieci uczą się radzić sobie z trudnymi sytuacjami i rozwijać swoją emocjonalną inteligencję.

Lubimy wszystkie nasze bajki, ale naszym zdaniem na szczególną uwagę zasługuje bajka pt. „Miś Jasio i samotny jeż”, ponieważ rozwija u dzieci empatię, którą jak wiadomo warto kształtować już od najmłodszych lat.

Serdecznie dziękujemy wszystkim nauczycielom i specjalistom, którzy dołączyli do projektu. Dzięki Wam dzieci mają możliwość rozwijania tak ważnej umiejętności, jaką jest inteligencja emocjonalna. „Kraina uczuć...” staje się miejscem, gdzie dzieci rozwijają skrzydła i uczą się latać w świecie emocji! W przyszłym roku przedszkolnym planujemy kontynuować nasz projekt, jednocześnie rozwijając go o nowe bajki.

Moniki Buda

– nauczycielka wychowania
przedszkolnego, bajkoterapeutka

Edyta Złotocha

– nauczycielka wychowania
przedszkolnego, bajkoterapeutka

W ŚWIELE PRAWA

NIEZWYCIĘZENI WŚRÓD NAS : O edukacji, pracy i aktywności społecznej prawnika z Radomia

Nazywam się Rafał Bojarski. Mieszkam w Radomiu. To tutaj chodziłem do szkoły podstawowej, gimnazjum, liceum i tu ukończyłem studia.

Przyszedłem na świat z otwartym, rozległym rozszczepem kręgosłupa. Dodatkowo, w 2004 roku na szkolnej wycieczce uległem wypadkowi i nabawiłem się padaczki pourazowej. Poruszam się na wózku. Staram się jednak, aby niepełnosprawność ruchowa nie miała znaczącego wpływu na mój rozwój osobisty.

Chciałbym podkreślić, że ogromnym wsparciem są dla mnie znajomi i rodzina. Wielką sympatią i sentymentem darzę również V Liceum Ogólnokształcące z Oddziałami Dwujęzycznymi im. Romualda Traugutta w Radomiu, którego mam zaszczyt być absolwentem. Z racji tego, że w liceum byłem jedynym uczniem na wózku, moja klasa miała zajęcia na parterze, w ramach lekcji WF prowadziłem stronę internetową szkoły, a poza tym miałem osobistą toaletę z napisem na drzwiach: osobom nieupoważnionym wstęp wzbroniony ;). Już na etapie liceum angażowałem się społecznie, m.in. sędziowałem zawody rugby na wózkach i kandydowałem do Młodzieżowej Rady Miasta. Dużym zaskoczeniem było wówczas dla mnie, nowego ucznia, że aż ¾ szkoły zdecydowało się poprzeć moją kandydaturę. Dobrych wspomnień z czasów li-



Należę do osób aktywnych. W trakcie pandemii uświadomiłem sobie, że czuję potrzebę stać się jeszcze bardziej samodzielny niż dotychczas. Od 3 lat angażuję się w wolontariat pomagając osobom stygmatyzowanym i pozbawionym wolności.

cealnych jest oczywiście znacznie więcej i nie sposób ich tu wszystkich wymienić.

W 2021 roku ukończyłem studia magisterskie na kierunku Prawo na Wydziale Prawa i Administracji Uniwersytetu Radomskiego im. Kazimierza Pułaskiego. Początkowo rozważałem studia na Uniwersytecie Rzeszowskim, gdzie oferowana była rehabilitacja zamiast zajęć WF. Analizując wszystkie za i przeciw podjąłem jednak decyzję o studiowaniu w rodzinnym mieście. Odchodzą wtedy koszty wynajęcia lokum dostosowanego do potrzeb osoby z niepełnosprawnością i czas związany z poszukiwaniami. Nauka na Prawie była wymagająca i nie należała do łatwych. Czasami zdarzały się poprawki egzaminów. Jednak ostatecznie ukończyłem studia z wynikiem dobrym i zostałem magistrem prawa.

W trakcie studiów podjąłem swoją pierwszą pracę w Stowarzyszeniu Pomocy Niepełnosprawnym Do Celu im. św. Brata Alberta w Radomiu. Była ona dla mnie z jednej strony wyzwaniem (pogodzenie studiów stacjonarnych z pracą), a z drugiej wspaniale spędzonym czasem. Widzieć uśmiech podopiecznych to świetna sprawa. W Stowarzyszeniu pracowałem 3 lata.

Zapewne wielu z Was, czytelników, zastanawia się, czy osobie poruszającej się na wózku trudno jest praco-

wać w zawodzie prawniczym? Rzeczywiście nie jest to łatwa sprawa. Na co dzień mam do czynienia z barierami architektonicznymi. Nadal wiele obiektów użyteczności publicznej, w tym sądy, prokuratury etc. nie są przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami. Przykładem niech będzie chociażby sytuacja z ostatniej chwili. Chciałem złożyć CV do jednej ze spółek miejskich, ale najpierw zadzwoniłem, aby dowiedzieć się czy budynek jest dostosowany do moich potrzeb. Pani, która odebrała telefon zaczęła wymieniać jakie mam uprawnienia jako pracownik z niepełnosprawnością, a dopiero na końcu rozmowy powiedziała, że w firmie są schody. Ponadto, w moim przekonaniu, osoby z niepełnosprawnościami poszukujące pracy spotykają się z dużym niezrozumieniem, a także – niestety – dyskryminacją ze strony pracodawców.

Myślę, że zdefiniowany przeze mnie problem wynika z kilku podstawowych kwestii:

- Braku wystarczającej wiedzy i świadomości pracodawców na temat pracowników z niepełnosprawnościami, ich możliwości i potencjału. Wielu z nich jest przecież doskonale wykwalifikowanych i wykształconych.
- Niezwracania odpowiedniej uwagi na korzyści z zatrudnienia pracownika z niepełnosprawnością, np. w postaci dofinansowań do zatrudnienia z PFRON.
- Błędного przekonania, że osoby z niepełnosprawnościami posiadające w orzeczeniu zapis o niezdolności do pracy i samodzielnej egzystencji nie mogą pracować. Tymczasem wszystko zależy od dostosowania warunków i miejsca pracy do potrzeb danej osoby,

a także oceny stanu zdrowia osoby z niepełnosprawnością przez lekarza medycyny pracy podczas badań wstępnych lub okresowych.

- Wrzucania wszystkich osób z niepełnosprawnościami „do jednego worka”, np. utożsamianie niepełnosprawności ruchowej z intelektualną.

Uważam, że przykład powinien wychodzić również z samych środowisk osób z niepełnosprawnością. Powinniśmy jak najczęściej mówić o powyższych sprawach i dokładnie określać, czego oczekujemy od pracodawców. Dobrym rozwiązaniem jest również zgłaszanie się do różnego rodzaju organizacji, fundacji lub agencji pracy pomagającym osobom z niepełnosprawnościami znaleźć pracę. Oczywiście nikt nie zagwarantuje, że będziemy mieć umowę na stałe, ale warto zdobywać nowe doświadczenia i kontakty.

Niestety na tę chwilę w moim zawodzie pracuję tylko pośrednio. Jest to praca związana z działem windykacji i dofinansowaniami PFRON do wynagrodzeń pracowników w firmie zajmującej się termomodernizacją. Mam jednak okazję wykorzystywać wiedzę i umiejętności nabyte w czasie studiów, gdyż w grę wchodzi tutaj znajomość przepisów postępowania cywilnego i technik negocjacyjnych, które stosuję jako mediator wpisany na Listę Mediatorów Stałych przy Sądzie Okręgowym w Radomiu.

Należę do osób aktywnych. W trakcie pandemii uświadomiłem sobie, że czuję potrzebę stać się jeszcze bardziej samodzielnym niż dotychczas. Od 3 lat angażuję się w wolontariat pomagając osobom stygmatyzowanym i pozbawionym wolności. W niedługim czasie będę także prowadził

wykłady dla 10 kobiet osadzonych w Zakładzie Karnym na terenie Wielkopolski. Dla mnie, prawnika, oznacza to ciągły rozwój, ponieważ każda sprawa jest inna, więc muszę być na bieżąco z przepisami prawa i postępowania karnego. Uczestniczę w wielu wydarzeniach społecznych i naukowych, np. w konferencji, na której poruszałem problematykę osób z niepełnosprawnościami odbywającymi karę pozbawienia wolności. Często ich potrzeby się pokrywają, ale tak naprawdę sytuacja penitencjarna każdego skazanego jest inna. Ubolewam nad faktem, że temat ten, choć niewątpliwie ciekawy, bywa jednak pomijany. Mam nadzieję, że będę miał okazję poruszać go częściej. Ponadto, w Fundacji Aktywnej Rehabilitacji, zaangażowałem się w pomoc i edukację dzieci poruszających się na wózkach. Jako dziecko sam jeździłem na tego typu zajęcia i obozy, m.in. do Warszawy, Piekoszowa, Spały. Dzięki nim nauczyłem się większej samodzielności i pokonywania niektórych barier architektonicznych.

Jeśli chodzi o czas wolny – trochę mi go ostatnio brakuje, jednak, gdy już go znajdę, to lubię pograć w gry planszowe, spotkać się ze znajomymi, czytać książki, pływać na basenie.

Drodzy Czytelnicy! Życie pisze różne scenariusze. Doceniajcie to, co w życiu posiadacie. Bez względu na to, czy jesteście pełnosprawni, czy nie. Pozdrawiam serdecznie.

Rafał Bojarski



Metoda wielozmysłowa

w nauczaniu uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim

OKIEM EKSPERTA : Dobranie metod terapii dla dziecka z głęboką niepełnosprawnością intelektualną nie należy do łatwych. Jedną z terapii, która powstała z myślą o takich osobach, jest terapia wielozmysłowa

Wprowadzenie

Nauczanie uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim to zadanie wymagające szczególnej troski, cierpliwości i zaangażowania. Tradycyjne metody dydaktyczne często okazują się niewystarczające, dlatego coraz większą popularność zyskuje metoda wielozmysłowa. Ta metoda, bazująca na stymulacji rozmaitych zmysłów (wzrok, słuch, dotyk, smak, węch), okazuje się niezwykle skuteczna w nauczaniu i rozwoju umiejętności dzieci z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim.

Zrozumienie potrzeb uczniów

Dzieci z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim charakteryzują się znacznymi ograniczeniami poznawczymi i adaptacyjnymi. Mogą one mieć trudności z przetwarzaniem informacji, koncentracją, komunikacją i samodzielnym funkcjonowaniem. Dlatego podstawowe zadanie nauczycieli i terapeutów polega na stworzeniu środowiska edukacyjnego, które wspiera ich rozwój w sposób holistyczny i indywidualny. Kluczową rolę odgrywa tu metoda wielozmysłowa, która angażuje różne kanały percepcyjne, umożliwiając efektywniejsze przyswajanie wiedzy i umiejętności.

Metoda wielozmysłowa – podstawy i założenia

Metoda wielozmysłowa opiera się na założeniu, że nauczanie angażujące różne zmysły jest bardziej efektywne, ponieważ umożliwia lepsze zrozumienie i zapamiętanie informacji. W kontekście uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim metoda ta pozwala na:

1. Stymulację percepcji i integracji sensorycznej

Dzieci mogą doświadczać świat wielozmysłowo, co pomaga im rozwijać zdolności poznawcze i sensoryczne.

2. Wzmacnianie motywacji i zaangażowania

Wielozmysłowe nauczanie jest bardziej atrakcyjne i angażujące, co zwiększa motywację uczniów do uczestnictwa.

3. Tworzenie spersonalizowanego planu edukacyjnego

Każde dziecko jest inne, dlatego metoda wielozmysłowa umożliwia dostosowanie strategii nauczania do indywidualnych potrzeb i możliwości ucznia.

Zastosowanie metody wielozmysłowej

1. Stymulacja wzrokowa

Korzystanie z obrazków, filmów, kolorów i światła pomaga uczniom z głębokim upośledzeniem umy-

słowym rozwinąć umiejętności obserwacji i rozpoznawania. Przykładem może być użycie kolorowych obrazków w nauczaniu słownictwa lub prostych historii.

2. Stymulacja słuchowa

Muzyka, dźwięki natury, różne tony głosu – wszystko to może wpływać na poprawę umiejętności komunikacyjnych i koncentracji. Słuchanie opowiadań, piosenek czy dźwięków otoczenia może być elementem codziennych zajęć.

3. Stymulacja dotykowa

Dotyk jest jednym z najważniejszych zmysłów w nauczaniu wielozmysłowym. Użycie różnych tekstur, materiałów, ciepła i zimna pomaga uczniom lepiej zrozumieć otaczający ich świat. Dotykowe książki czy zabawy z piaskiem lub gliną mogą mieć duże znaczenie.

4. Stymulacja smaku i węchu

Te zmysły również mogą być wykorzystywane, choć rzadziej. Wprowadzanie różnych smaków i zapachów (np. podczas gotowania) może być interesującym elementem zajęć, pomagającym dzieciom odkrywać nowe doznania.

Przykłady praktyczne

Metoda wielozmysłowa może być z powodzeniem stosowana w różnych kontekstach edukacyjnych. Oto kilka przykładów:



Fot. pixabay.com

1. Zajęcia plastyczne

Używanie różnych materiałów (farby, kredki, plastelina) i technik (malowanie palcami, rysowanie, lepienie) pozwala na stymulację wzroku i dotyku, rozwijając jednocześnie kreatywność i zdolności manualne uczniów.

2. Muzyka i rytmika

Gra na prostych instrumentach muzycznych, śpiewanie, rytmiczne klaskanie czy tańce pozwalają na aktywne zaangażowanie słuchu i ruchu. Muzyka może być także wykorzystywana do relaksacji i regulacji nastroju uczniów.

3. Zajęcia kulinarne

Gotowanie prostych potraw angażuje niemal wszystkie zmysły: wzrok (obserwacja produktów, kolorów), dotyk (ugniatanie, mieszanie), smak i węch (próbowanie, wąchanie), a także słuch (odgłosy podczas gotowania). Takie zajęcia

uczą także praktycznych umiejętności życiowych.

4. Zabawy sensoryczne

Użycie piasku, wody, ryżu, różnych tekstur i faktur pozwala dzieciom na eksperymentowanie i odkrywanie. Takie zabawy pomagają w rozwijaniu wyobraźni, zdolności analitycznych oraz motorycznych.

Korzyści metody wielozmysłowej

Metoda wielozmysłowa przynosi wiele korzyści, zarówno dla uczniów, jak i nauczycieli:

1. Lepsze przyswajanie wiedzy

Angażowanie różnych zmysłów sprzyja lepszemu zrozumieniu i zapamiętywaniu informacji.

2. Zwiększenie motywacji i zaangażowania

Nauczanie staje się bardziej atrakcyjne i angażujące dla uczniów.

3. Adaptacja do indywidualnych potrzeb

Możliwość dostosowania metod i materiałów do indywidualnych potrzeb ucznia.

4. Wzmacnianie umiejętności społecznych i komunikacyjnych

Praca w grupie, wspólne zabawy i projekty rozwijają umiejętności interpersonalne i komunikację.

Wnioski

Nauczanie uczniów z niepełnosprawnością intelektualną w stopniu głębokim to wyzwanie, które jednak daje ogromną satysfakcję. Metoda wielozmysłowa, dzięki swoim założeniom i zróżnicowanym technikom, pozwala na skuteczne i atrakcyjne prowadzenie zajęć, dostosowanych do indywidualnych potrzeb uczniów i możliwości psychofizycznych.

Sławomir Wiewióra

– nauczyciel, oligofrenopedagog, terapeuta



Andrea Bocelli con la Royal Philharmonic Concert Orchestra, dirigida por Marcello Rota, 2019 / InfoGibraltar / wikipedia

Andrea Bocelli

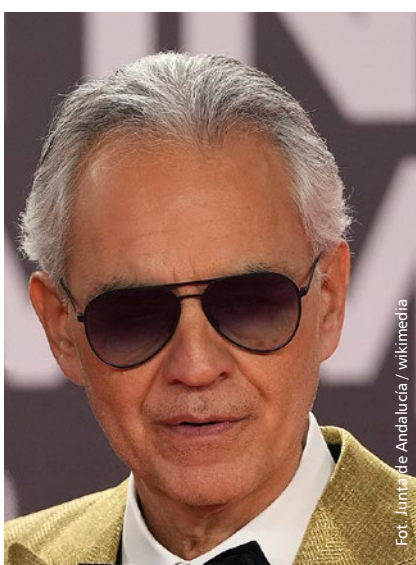
– niewidomy tenor, który podbił świat

ZNANI NIEZWYCIĘŻENI : Na jego koncerty przychodzą tłumy.

6 i 8 czerwca będzie go można usłyszeć w Polsce

Andrea Bocelli to jeden z najbardziej znanych i cenionych tenorów na świecie. To artysta, którego głos oczarowuje miliony słuchaczy, a jego wykonania biją rekordy popularności. To multiinstrumentalista, kompozytor i producent muzyczny. Ale to przede wszystkim również człowiek, który pomimo utraty wzroku nie poddał się i osiągnął ogromny sukces.

Jego historia już od samego początku nie była łatwa. To, że się urodził zawdzięcza determinacji i stanowczości swojej matki, która pomimo sugestii lekarzy dotyczącej rozważenia aborcji z uwagi na możliwość urodzenia się dziecka z niepełnosprawnością, nie uległa presji ani na moment. Dzięki jej sile i samozaparcu 22 września 1958 roku w Lajatico w Toskanii urodził się on – Andrea Bocelli. Życie nie rozpieszczęowało go już od pierwszych chwil. Zdiagnozowano u niego wrodzoną wadę wzroku – jaskrę, ale wydarzenie, które spowodowało jego ślepotę przyszło później. W wieku 12 lat, podczas gry w piłkę, w wyniku nieszczęśliwego wypadku doznał wylewu krwi do mózgu, czego konsekwencją była utrata wzroku. Ale wydarzenie to ani na chwilę nie osłabiło jego pasji do muzyki, którą interesował się już od małości.



Fot. Juntade Andalucía / Wikimedia

Od 6 roku życia uczył się gry na fortepianie. Jego muzyczny głód oraz chęć rozwijania siebie sprawiła, że fortepian szybko przestał mu wystarczać.

Dlatego też do fortepianu z biegiem lat dołączył flet, saksofon, trąbkę, gitarę oraz puzon.

Bardzo szybko, bo już w wieku 7 lat postanowił, że zostanie tenorem.

Za jego deklaracjami szły też niesamowite umiejętności muzyczne i genialny słuch. Będąc jeszcze dzieckiem rozpoznawał głosy słynnych tenorów z tamtych czasów. Podejmował też próby ich naśladowania. A jego idolem od zawsze był jego nauczyciel śpiewu – Franco Corelli oraz nieżyjący już Luciano Pavarotti. To na nich się wzorował, to ich podziwiał. To oni wywarli największy wpływ na późniejszą karierę Bocellego. Jak wyglądały zatem jej początki? I od czego to się wszystko zaczęło?

Bocelli studiował prawo na Uniwersytecie w Pizie. W międzyczasie dalej szlifował swoje zdolności wokalne z Franco Corellim oraz dorabiał sobie występując w okolicznych barach. Przełomowy moment w jego karierze nadszedł w 1992 roku wraz z poznaniem włoskiej gwiazdy sceny rockowej – Zucchero. Poszukiwał on osoby do nagrania demo utworu „Miserere”, który miał zaśpiewać razem z Luciano Pavarottim. I wtedy ktoś polecił mu nieznanego jeszcze Bocellego, którego głos i sposób wykonania zachwyciły zarówno Zucchero jak i Pavarottiego sprawiając, że obydwoje nie wyobrażali sobie, że ktoś inny mógłby zaśpiewać ten utwór lepiej. Pavarotti zrezygnował ze swojej funkcji na rzecz Bocellego, otwierając mu tym samym drzwi do kariery. Od tego momentu sprawy

potoczyły się dość szybko. W 1994 roku Bocelli wygrał 44 festiwal piosenki włoskiej w San Remo w kategorii debutantów, wykonując piosenkę „Il mare calmo della sera”, która nie tylko stała się symbolem rozpoczęcia jego kariery zawodowej, ale która też znalazła się na jego debiutanckiej płycie. Płyta odniosła niebywały sukces. Jego utwory święciły triumfy na listach przebojów. Debiutancki album oraz kolejny – zatytułowany jego nazwiskiem – sprawiły, że cała Europa zwróciła na niego uwagę. Uwagę świata natomiast zyskał po wydaniu płyty „Romanza” w 1996 roku. Ale nie tylko muzyka popularna była w kręgu jego zainteresowań. Równolegle rozwijał swoją pasję do muzyki klasycznej, wypuszczając na rynek międzynarodowy m.in. albumy „Aria” oraz „Sacred Arias”, zawierające kompozycje sakralne Bacha, Mozarta, Rossiniego i Schuberta.

Do dziś Bocelli nagrał 15 solowych albumów studyjnych muzyki klasycznej i popularnej, dziewięć kompletnych oper oraz trzy albumy z największymi przebojami. Występował z wieloma artystami takimi jak: Celine Dion, Barbara Streisand, Jennifer Lopez, Ariana Grande, Stevie Wonder czy Ed Sheeran. Odbił liczne trasy koncertowe. Śpiewał w wielu nietuzinkowych miejscach i salach. Zdobył wiele prestiżowych nagród muzycznych. Złoty Glob, World Music Awards, Bambi Awards, Billboard Latin Music Awards, nagroda ECHO Klassic Award to tylko niektóre z nich. W 1999 roku został nominowany do nagrody Grammy dla najlepszego artysty. A na kartach Księgi Rekordów Guinnessa zapisał się wraz z wydaniem swojego albumu „Sacred Arias”, o którym była mowa już wcześniej. Utwory tego albumu



zajmowały bowiem trzy pierwsze pozycje na amerykańskich listach przebojów Classical Albums.

W wielu wywiadach Bocelli podkreślał niezwykle rolę rodziny, jako motoru napędowego do osiągania sukcesów. Dwóch synów (Amos i Matteo) z pierwszego małżeństwa z Enricą Cenzatti oraz obecna żona – Veronica Berti, z którą doczekali się córki Virginii stanowią niewątpliwie motywację do pokonywania codziennych przeszkód i do sięgania po swoje marzenia. Veronica Berti, choć młodsza od niego o 26 lat, jest nie tylko jego towarzyszką, przyjaciółką, ukochaną, ale także jego managerem. I choć rodzina i muzyka są największymi miłościami jego życia, to nie można tu nie wspomnieć o bardzo ważnej postaci w życiu Bocellego. Mianowicie o jego nauczycielu śpiewu – Franco Corellim, którego postrzegał nie tylko jako swojego nauczyciela, ale także jako swojego mentora. To z nim, już jako światowej sławy tenor, konsultował się przy tworzeniu nowych utworów. W wywiadach Bocelli zawsze podkreślał ogromną wdzięcz-

ność wobec swojego nauczyciela za pracę włożoną w ukształtowanie go jako artysty oraz wyrażał ogromny szacunek, jakim go darzył od momentu ich pierwszego „spotkania”, czyli wystuchania płyty przyniesionej mu przez niańkę i jego pierwszej lekcji z Corellim jako nauczycielem. Z pewnością wsparcie bliskich, osób ważnych było bezcenne, ale bez uporu, wyrzeczeń, samozaparcia, wielogodzinnych prób, wiary w siebie i w osiągnięcie marzeń, Bocelli nie znalazłby się w miejscu, w którym jest obecnie. Niesamowite jest to, że pomimo sławy, pozostał człowiekiem, którego skromność ujmuje, którego nie interesują skandale, a życie rodzinne i wartości religijne stawia na pierwszym miejscu. A przy tym wszystkim nie zapomina też o innych. Angażuje się w działalność charytatywną, wspierając m.in. osoby niewidome i słabowidzące.

Bez wątpienia Andrea Bocelli to wyjątkowy artysta. Artysta, którego kochają miliony za jego wrażliwość, talent, umiejętność wzruszania i poruszania najczulszych emocji u każdego słuchacza. Jego głos jest symbolem piękna i nadziei. A jego historia życia jest dowodem na to, że warto podążać za marzeniami i nie poddawać się przeciwnościom losu.

Edyta Mróz
– oligofrenopedagog

Literatura

Bocelli A., Borkowska H., *Muzyka ciszy, Świat* Książki 2022.

Felix A., *Andrea Bocelli. Biografia tenora*, In Rock Music Press 2000.

Linki

<https://www.andreabocelli.com/> (data dostępu: 10.02.2025).

NIEPEŁNOSPRAWNI są wśród nas

NIEZWYCIĘŻENI WŚRÓD NAS : Świat oczami Karoliny

Jestem właśnie w trakcie turnusu rehabilitacyjnego i teraz częściej wracam pamięcią do początków mojej rekonwalescencji. Porównuję mój stan fizyczny z tamtych czasów do tego, jaki jest dziś. Można powiedzieć, że są to dwa różne światy. Ten, w którym byłam zależna od wszystkiego i wszystkich oraz ten, w którym jestem coraz bardziej niezależna i samodzielna. Kiedyś wykonanie podstawowych czynności sprawiało znacznie większą trudność niż osobom zdrowym, a czasem było to wręcz niemożliwe i (z przykrością) musiałam z nich rezygnować. Czynności takie jak przejażdżka rowerowa czy inne formy

uprawiania sportu były tylko marzeniem. Ta ciągła niemoc sprawiała, że moje i tak już niskie poczucie wartości malało jeszcze bardziej. Byłam coraz bardziej przygnębiona i smutna. Teraz jest całkowicie inaczej. Z perspektywy czasu widzę, jak wiele zaszło we mnie fizycznych zmian i to na lepsze. Dużo lepsze. Nie są to zresztą tylko zmiany fizyczne.

Nadal często potrzebuję pomocy drugiej osoby lub muszę z czegoś rezygnować, bo po prostu nie mam dość sił, ale przecież nikt nie jest samowystarczalny i w pełni niezależny. Każdy z nas czasem potrzebuje wsparcia od innych. Teraz widzę jak

ważne jest, abym każdego dnia przypominała sobie o tym, jak obecnie dobrze radzę sobie z codziennością czy też innymi ważnymi czynnościami, które wykonuję bez trudu, a jak radziłam (a raczej nie radziłam) sobie z nimi kiedyś.

Nie da się ukryć, że osoby całkowicie sprawne często powinny brać przykład z determinacji i woli walki osób z niepełnosprawnościami i czerpać motywację do działania. Traktowanie z niższością innych, mniej sprawnych osób, które zresztą spotykamy na co dzień i powielanie stereotypów dotyczących osób niepełnosprawnych sprawia, że stają się one jeszcze bardziej zamknięte na innych, czują się wykluczone ze środowiska i myślą, że są niepotrzebne, a przecież tak nie jest. Osoby te muszą mierzyć się z ciekawskimi spojrzeniami przechodniów, bądź wręcz przeciwnie, nagłym odwracaniem wzroku na ich widok. Naprawdę, ani jedno ani drugie nie jest przyjemne. Jeżeli wykluczenie społeczne i brak zrozumienia to ich codzienność, to nie ma co się dziwić, że czują się one gorsze.

Ludzie niepełnosprawni nie są od nikogo ani lepsi ani gorsi, czasem po prostu potrzebują więcej wsparcia i pomocy fizycznej, jak i psychicznej. Jak każdy z nas. Wystarczy zmienić swoje poglądy na temat innych i czasem może okazać się, że to sprawni mogą się od nich czegoś nauczyć.

Karolina Wojtkiewicz



WYSOKIE TECHNOLOGIE

i nowe media w życiu dzieci

CZY ZNASZ? CZY WIESZ? : Rosnąca popularność urządzeń ekranowych stała się ważną kwestią w sprawie bezpieczeństwa i zdrowia najmłodszych użytkowników, którzy w obecnych czasach coraz częściej mają z nimi kontakt

Definicja wysokich technologii

Proces cywilizacyjny spowodował zmiany w procesie komunikowania się. Pojawienie się nowych technologii umożliwiło ludziom porozumiewanie bez względu na odległość. Dzieje się to przy pomocy Internetu o ogólnosięciowym zasięgu. Jego najważniejszym zadaniem jest gromadzenie i przekazywanie informacji, zaspokajanie potrzeb społecznych czy nawiązywanie kontaktów. Istota tej formy komunikowania się jest różna od tradycyjnej, ponieważ ma charakter pośredni.

Czym zatem są wysokie technologie? Nowoczesne technologie określa się jako innowacyjne narzędzia, procesy i metody, które wykorzystuje się do rozwiązania problemów, ułatwienia codziennego życia, usprawniania pracy czy zwiększenia jakości usług. Są one zbiorem zaawansowanych technologicznie osiągnięć, które wykorzystują naukę do stworzenia nowych możliwości. Definicja nowoczesnych technologii różni się w zależności od kontekstu i dziedziny, w której są stosowane. Zaawansowane rozwiązania mają na celu polepszenie jakości życia ludzi, procesów biznesowych czy działań naukowych.



Jeszcze kilkanaście lat temu wysokie technologie dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym oznaczały wykorzystanie tradycyjnych urządzeń, czyli telewizji lub odtwarzaczy DVD. Od kilku lat zaczęto mówić o dostępie do sieci wśród dzieci w wieku od 0 do 6 lat. Gwałtowną zmianą było pojawienie się na rynku urządzeń ekranowych, takich jak laptopy, tablety i smartfony.

Obecnie do nowych mediów można zaliczyć m.in.:

Pod względem sprzętowym:

aparaty cyfrowe, czytniki e-book, smartfony, telefony komórkowe, smartwatche, komputery, laptopy/notebooki, tablety, skanery, monitory dotykowe, interaktywne plansze, telewizory, urządzenia sieciowe, dyski twarde i pendrive.

Pod względem oprogramowania:

aplikacje typu Google Classroom, arkusze kalkulacyjne, edukacyjne programy i gry komputerowe, blogi, awatary mówione Voki, czaty, komunikatory, strony internetowe, wyszukiwarki, serwisy społecznościowe, fora dyskusyjne, poczty elektroniczne, podcasty edukacyjne.

Podana lista może niezaprzeczalnie zawierać dodatkowe pozycje, w zależności od potrzeb.

Aplikacje, gry i strony internetowe popularne wśród dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym

Wysokie technologie odnoszą się do produktów lub systemów, które mają zaawansowane elementy elektroniczne lub komputerowe. Obejmują różne dziedziny życia. Nas interesują przede wszystkim wysokie technologie, które mają wpływ na rozwój dziecka, przede wszystkim

jego mowy, ale i motoryki, sprawności, funkcji poznawczych. Są to komputery, telefony komórkowe, tablety oraz grające zabawki.

Jeszcze kilkanaście lat temu wysokie technologie dla dzieci w wieku przedszkolnym i szkolnym oznaczały wykorzystanie tradycyjnych urządzeń, czyli telewizji lub odtwarzaczy DVD. Od kilku lat zaczęto mówić o dostępie do sieci wśród dzieci w wieku od 0 do 6 lat. Gwałtowną zmianą było pojawienie się na rynku urządzeń ekranowych, takich jak laptopy, tablety i smartfony. Ich intuicyjna, łatwa i automatyczna obsługa oraz ciekawe aplikacje spowodowały, że stały się popularne wśród dzieci i dorosłych. Sprzęty te stały się powszechne ze względu na łatwą dostępność i atrakcyjność ich cen. Na rynku dostępne są, przeznaczone dla dzieci, urządzenia ekranowe i coraz szersza opcja dodatków: obudowy do smartfonów i tabletów, foteliki dla niemowlaków, nocniki z ramieniem do przymocowania tabletu/smartfona. Nowa grupa odbiorców została zauważona również przez producentów oprogramowania, czego efektem są aplikacje dla dzieci w wieku 0–6 lat¹.

Firma The Marketing Store w 2012 roku przeprowadziła badania, które pokazały, że polskie dzieci znalazły się w czołówce użytkowników telefonów komórkowych. Na 12 badanych krajów, to Polska odnotowała najwyższy procent 10-latków deklarujących posiadanie własnego telefonu komórkowego. Google, Facebook i YouTube są serwisami, które od lat górują w światowym Internecie. Zajmują najwyższe miejsce wśród stron oglądanych przez dorosłych, jak i przez dzieci².



Obecnie prawie każdy korzysta z telefonów komórkowych. Udostępnianie zdjęć i filmów w czasie rzeczywistym to moda, która ekscytuje dzieci w wieku wczesnoszkolnym. Dorośli preferują Facebook, Twitter, YouTube, Instagram oraz Snapchat. Konto na Facebooku można założyć od 13. roku życia, co niestety nie jest przeszkodą dla najmłodszych dzieci, które (często za pozwoleniem rodziców) fałszują rok swojego urodzenia. Podobnie działa aplikacja Snapchat, która dzieciom w wieku 13–17 lat zezwala na założenie konta tylko za zgodą rodzica³. Inne popularne aplikacje to Tik Tok (pozwala tworzyć i oglądać krótkie filmy), YouTube – aplikacja do publikowania i oglądania dłuższych filmów, Instagram (serwis społecznościowy do wysyłania, udostępniania, przeglądania plików np. filmów, zdjęć, historii), wspomniany Snapchat (publikowanie zdjęć i filmów), Telegram (wysy-

łanie wiadomości tekstowych), Tumblr – rodzaj bloga, w którym można wymieniać poglądy, kontaktować się z osobami, udostępniać zdjęcia, filmy, gify, X-portal, gdzie można publikować obrazki, filmy, tweety z innych profili, Spotify – aplikacja do słuchania darmowej muzyki i podcastów.

Wychodząc naprzeciw oczekiwaniom najmłodszych Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę wraz z Fundacją Orange stworzyły bezpłatne, niezawierające reklam aplikacje: Necio – dla dzieci w wieku 4–6 lat, zawierająca m.in. grę zręcznościową, bajkę, materiały do wydrukowania i zabawy w domu, BeStApp – katalog bezpiecznych stron dla dzieci w wieku 3–6 lat⁴.

Wpływ wysokich technologii na rozwój mowy dziecka

Dostęp do Internetu, telefony komórkowe, smartfony, tablety, telewizory czy też inne urządzenia są dzisiaj głównym źródłem rozrywki i motywem do spędzania wolnego czasu dla dzieci. Niestety dzieci nie zawsze czerpią z nich pozytywne wzorce czy wartości pożądane społecznie⁵.

Autorzy licznych publikacji apelują, aby ograniczyć kontakt dzieci z elektroniką, inni zaś zachęcają do aktywnego życia w cyfrowym świecie. „Cyfrowe media są winne temu, że rzadziej używamy mózgu, w związku z czym słabnie nasz potencjał umysłowy”⁶. M. Spitzer prezentuje badania, z których wynika, że częsty i wczesny kontakt dzieci z mediami, głównie bajkami, jest równoznaczny z ograniczonym rozwojem języka i procesów myślowych oraz wpływa niekorzystnie na całościowy rozwój dziecka. Autor „Cyfrowej demencji” podkreśla neurobiologiczne aspek-

ty rozwoju dziecka i to, że mózg rozwija się poprzez doświadczanie, czerpie informacje ze zmysłów, przetwarza je, po czym tworzy sieć połączeń neuronalnych. Wczesne obcowanie z mediami powoduje zmniejszoną ilość i jakość komunikacji z dorosłymi. Stałe oddziaływanie mediów na dziecko powoduje, że występują opóźnienia w zakresie rozwoju mowy lub też pojawiają się problemy w nabywaniu kompetencji społecznych. Warto zastanowić się, dlaczego dorośli udostępniają media dzieciom? To pytanie pozostaje otwarte. Badacze zajmujący się technologią komunikacyjną uznali, że postęp nowoczesnych technologii stworzył postawę młodego człowieka określaną jako „cyfrowe dziecko”. Obecnie już dzieci w przedszkolu dużą część czasu przeznaczają na oglądanie bajek, gry komputerowe, zabawy z wykorzystaniem sprzętów elektronicznych, wycofując się przy tym z innych, ważnych dla tego wieku aktywności.

Pokolenie dzieci urodzonych w erze wysokich technologii inaczej buduje swoje stosunki ze światem, ludźmi i językiem. Generacja XXI wieku różni się od ludzi, którzy żyli w czasach, gdy relacje osobiste były normą. Rewolucja technologiczna prowadzi do reorganizacji życia społecznego, na co wskazuje szybko pogłębiająca się digital gap, czyli cyfrowa wyrwa cywilizacyjna. To właśnie ona przyczyniła się do powstania digiaalfabetyzmu oraz cyfrowych alfabetów, u których przyjmowanie i przetwarzanie informacji językowych nie realizuje się na prawidłowym poziomie. Współczesne dzieci narażone są na nieustanną kakofonię bodźców i dźwięków, które otaczają je codziennie. Takie niedo-



godności sprawiają, iż dziecko tylko fikcyjnie słyszy i rozumie mowę, ponieważ mózg uznaje te bodźce za bezwartościowe.

Badania prowadzone przez J. Cieszyńską-Rożek dowiodły, że u dzieci, które od 4. do 12. miesiąca życia narażone były na działanie wysokich technologii od 30 minut do 3 godzin dziennie (karmienie przy włączonym telewizorze, usypianie i uspokajanie za pomocą zabawek elektronicznych) obserwowano różne braki, np. brak koncentracji na twarzy dorosłego, uśmiechu na widok znanej osoby, gaworzenia, wsłuchiwanie się w głos dorosłego, gestów społecznych (np. „pa pa”). Przejawiały one także wolniejszy rozwój dużej i małej motoryki oraz ruchliwości języka i warg, brak/opóźnienie rozwoju mowy, sporadyczne reakcje na własne imię, niechęć do oglądania obrazów statycznych (ilustracji, zdjęć), stan nieustannego rozproszenia uwagi⁷.

Wielu współczesnych rodziców jest przekonanych, że częste korzystanie przez dzieci z mediów powoduje wzrost ich kompetencji języko-

wych, bo w ten sposób osłuchują się z mową i uczą się nowych słów lub zdań. Dziecko w pierwszych latach życia potrzebuje doświadczać fizycznie i cielesnie. Aby móc się prawidłowo rozwijać musi chodzić, dotykać, wachać, przyglądać się, uczyć się całym ciałem, zaś ekran to świat, którego nie można poczuć. J. Cieszyńska zauważa, że „dla małego dziecka istnieje jednak tylko jeden świat: świat doświadczeń cielesnych, a ten świat wyłączony jest tak długo jak włączony jest telewizor”⁸. Przy nadmiarze bodźców dziecko doznaje tzw. wideodeficytu. Nauka mowy i zdobywanie kompetencji językowych odbywa się znacznie wolniej w porównaniu do uczenia się w bezpośrednim kontakcie z innymi ludźmi⁹.

Najważniejszy i najbardziej intensywny czas przyswajania dźwięków mowy ma miejsce w drugiej połowie 1. roku życia. Początkowo dzieci nie mają umiejętności łączenia w całość dźwięków i obrazów dochodzących z różnych źródeł, uczą się tego przez doświadczenie. Słuchanie wypowiedzi w bezpośrednim kontakcie, kiedy dziecko widzi rozmówcę, spostrzega ruch jego ust, mimikę twarzy, odbiera informacje płynące z gestów czy ruchu ciała wpływa na tempo uczenia się mowy. Dwugodzinne narażenie dziecka między 15. a 48. miesiącem życia na obcowanie z telewizją niesie za sobą 3 razy większe ryzyko opóźnienia rozwoju mowy¹⁰.

Dzieci i dorośli otaczają się dźwiękami z różnych nośników, co wpływa na nawyki komunikacyjne. Słuchając komunikatów nadawanych w urzędzeniach, dzieci naśladują modulację i intonację głosu charakterystyczną dla przekazów medialnych. Ta ekspresja mowy jest sztucznie sterowana i nie bierze się pod uwagę indy-

widualnych cech człowieka. Dialog z drugim człowiekiem jest zastępowany treściami, które pochodzą z przekazów audiowizualnych.

Dla prawidłowego rozwoju mowy ważna jest zabawa i zabawki. Pozwalają one rozwijać zainteresowania, wyobraźnię, motywację, funkcje poznawcze, jak i kształtować zachowania społeczne oraz przekazywać podstawową wiedzę o świecie. Wiele zabawek dostępnych obecnie na rynku nie wspiera rozwoju dziecka i działa odwrotnie. Zaburza jego umiejętność koncentracji i bardziej skłania do bierności niż do aktywnej zabawy. Współczesna oferta zabawkarska skupia się przede wszystkim na zabawkach elektronicznych, nazywanych interaktywnymi czy edukacyjnymi. O zabawkach mechanicznych pisano już w latach 50. XIX wieku, podkreślano też zalety zabawek tradycyjnych, które pozwalały dzieciom na rozwój wyobraźni oraz zajmowały im czas na dłużej.

Zabawki powinny być wykorzystywane przez dzieci do tworzenia własnych światów, kreowania historii, a nie tylko do oglądania. Wadą elektronicznych zabawek, które są zwykle głośne i świecą kolorowymi światłami jest obciążanie dzieci nadmiarem stymulacji. Przebywanie w hałasie, wśród migających świateł, powoduje podenerwowanie, dekoncentrację, zniecierpliwienie. Dzieci mające wrażliwy układ nerwowy i posiadające mniej rozwinięte umiejętności kontrolowania emocji reagują na takie sytuacje zdenerwowaniem, kłopotami z koncentracją uwagi, trudnościami ze snem.

Wykorzystywanie takich zabawek powoduje spadek ilości oraz jakości nabywania mowy w porównaniu z zabawą tradycyjnymi zabawkami,



zmniejsza motywację do aktywizacji dziecięcych wokalizacji. A. Król przeprowadziła analizę warstwy językowej zabawek „mówiących” i wskazała wynikające z nich zagrożenia w rozwoju mowy. Okazało się, że producenci nie dbają o prawidłowy akcent i melodię komunikatu oraz nadają produktom wysoki ton głosu. Sprzyja to powstawaniu złych nawyków i trudności artykulacyjnych¹¹. Dzieci nie uczą się mowy przez słuchanie i naśladowanie komunikatów nadawanych z telewizora, tabletu czy innych nośników, lecz poprzez współnaśladownictwo. Jednym z warunków przyswajania języka jest zainteresowanie kontaktami społecznymi. Potrzeba kontaktu z innymi osobami jest czynnikiem motywującym dzieci do nauki mowy. Ani telewizor, telefon, a nawet najnowsza zabawka edukacyjna nie będą tak aktywizować do doskonalenia języka, jak drugi człowiek i interakcja z nim. Nie oznacza to jednak, że powinniśmy zrezygnować z wysokich technologii. Jak widać, są one potrzebne tak dzieciom, jak i ich rodzicom, ale przy ich doborze i określeniu czasu użyt-

kowania warto sięgnąć po zasadę zrównoważenia i zdrowy rozsądek.

Klaudia Borecka
– mgr pedagogiki specjalnej

Artykuł został opracowany na podstawie pracy magisterskiej „Wpływ wysokich technologii na rozwój mowy dziecka” napisanej pod kierunkiem dr Iwony Bołtuć na Wydziale Nauk Humanistycznych i Administracji Katedry Pedagogiki w Powszechnej Wyższej Szkole Humanistycznej „Pomerania” w Kościerzynie.

- 1 Ł. Wojtasik, E. Dziemidowicz, *Urządzenia ekranowe w rękach dzieci w wieku 0–6 lat – zagrożenia, szanse, postulaty profilaktyczne*, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, [w:] *Dziecko Krzywdzone. Teoria, badania, praktyka*, Vol. 18 Nr 2, 2019, s. 106–119.
- 2 *Bezpieczne media. Poradnik dla rodziców*, Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę, Fundacja Orange, s. 8.
- 3 M. Gamrat, *Media elektroniczne a czas wolny dzieci w percepcji rodziców*, „Pedagogika Przedszkolna i Wczesnoszkolna” 2021, Vol. 9 1(17), Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie, s. 69–71.
- 4 *Bezpieczne media, Poradnik dla rodziców*, Fundacja Orange i Dajemy Dzieciom Siłę, s. 63–64.
- 5 Ł. Wojtasik, E. Dziemidowicz, s. 106–119.
- 6 M. Spitzer, *Cyfrowa demencja*, Wyd. Dobra Literatura 2013, s. 280.
- 7 <https://cemetodykrakowskiej.pl> (dostęp: 26.02.2024).
- 8 <https://centrummetodykrakowskiej.pl> (dostęp: 26.02.2024).
- 9 J. Morbitzer, *Refleksje pedagogiczne na temat intelektualnej kondycji cyfrowych tubylców*, „Psychologia Wychowawcza” 2014, nr 5, Szkoła Biznesu w Dąbrowie Górniczej, Katedra Pedagogiki.
- 10 A. Kabała, *Rewolucja cyfrowa a rozwój dziecka*, Uniwersytet Pedagogiczny im. KEN w Krakowie 2015, s. 25.
- 11 Z. Melosik, F. Solarczyk-Ambrozik, K. Kabacińska-Luczak, M. Biela-Cywka, *Studia Edukacyjne*, NR 67/2022 [w:] A. Król (red.), *Zabawki „mówiące” w rozwoju mowy dziecka do trzeciego roku życia*, Poznań 2022, s. 107–109.

Starość po POLSKU

OKIEM EKSPERTA : Propozycja reformy systemu opieki nad osobami starszymi – cz. 3



Publikowany tekst jest trzecią częścią większej całości – raportu opracowanego przez dr Rafała Bakalarczyka, a wydanego przez Centrum Analiz Klubu Jagiellońskiego we współpracy z Instytutem Polityki Senioralnej – Senior Hub (Kraków-Warszawa 2021), współfinansowanego przez Narodowy Instytut Wolności – Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego ze środków Programu Rozwoju Organiza-

cji Obywatelskich na lata 2018–2030. Utwór ten jest udostępniony na licencji Creative Commons Uznanie Autorstwa 4.0 Międzynarodowe. Został pobrany ze strony <https://klubjagiellonski.pl/publikacje/starosc-po-polsku-propozycja-reformy-systemu-opieki-nad-osobami-starszymi/>.

Sytuacja zdrowotna osób starszych

Kontekst demograficzny wyzwań opiekuńczych wydaje się oczywisty. Starzenie populacji postępuje, a wraz z wiekiem rośnie ryzyko zapotrzebowania na pomoc w codziennym funkcjonowaniu.

Długotrwałe trendy wzrostu udziału starszych i najstarszych mieszkańców w populacji przedstawia poniższa tabela.

Tabela 1. Prognozowany udział ludności w wieku 65+ i 80+ w Polsce w latach 2015–2050 (%)

	2015	2020	2025	2030	2035	2040	2045	2050
65+	15,8	18,9	21,7	23,3	24,5	26,4	29,3	32,7
80+	4,1	4,4	4,5	5,9	7,9	9,5	10,0	10,4

Źródło: na podstawie: GUS, Prognoza ludności na lata 2014–2050, Warszawa 2014

W kontekście zapotrzebowania na opiekę szczególnie ważny jest niezwykle dynamiczny wzrost udziału najstarszych seniorów w populacji. Jak wskazują Paweł Łuczak i Zofia Szweda-Lewandowska, „akceleracja procesu podwójnego starzenia się” – jak nazywany jest znaczny przyrost liczby osób najstarszych w populacji – jest wynikiem działania czynnika kohortowego, czyli dożywania się do starszości przez osoby należące do generacji powojennego wyżu demograficznego. Generacja powojennego wyżu demograficznego (baby boomers) będzie pierwszym tak liczным pokoleniem, którego doświadczeniem będzie zaawansowana starość i zapewne będzie ona inna od doświadczeń poprzednich pokoleń¹.

Fakt, że będzie to zjawisko w swej skali i charakterze nowe, wymaga wyprzedzającego spojrzenia i działań, które już teraz będą przygotowywały różne segmenty systemu społecznego, w tym przede wszystkim sektora opieki zdrowotnej i długoterminowej. W Polsce niezwykle pilnym wyzwaniem jest podjęcie poważnej dyskusji nad takimi reformami, zwa-

Poprzednie części raportu przeczytasz we wcześniejszych numerach kwartalnika „Niezwytciezeni”.

żywszy, że starzenie się populacji następuje szczególnie dynamicznie i w obliczu niektórych prognoz już niebawem będziemy należeć do najstarszych społeczeństw na świecie.

Mówiąc o procesach demograficznych, warto wspomnieć też o zjawiskach takich jak feminizacja starości czy ruchach migracyjnych, które mogą powodować lub przyspieszać wyludnianie się niektórych społeczności lokalnych, a nawet całych regionów. Towarzyszyć temu może zmiana struktury wiekowej tych obszarów w kierunku nadreprezentacji najstarszych pokoleń względem tych młodszych. Może to oddziaływać negatywnie na możliwości zapewnienia wsparcia i opieki osobom najstarszym pozostającym w wyludniających się społecznościach. Kluczową determi-

nantą zapotrzebowania na opiekę długoterminową nie jest jednak tylko struktura wieku w społeczeństwie, ale jego kondycja zdrowotna. Osoby w tym samym wieku mogą mieć różny poziom zapotrzebowania na opiekę w związku z odmiennym stanem zdrowia. Kiedy jedna osoba w podszłym wieku może wymagać całodobowej opieki, inna może nie potrzebować jej w ogóle; bywa i tak, że sama w pewnym zakresie ją świadczy, np. wobec chorego współmałżonka.

Jak pokazuje tabela 2, statystycznie tylko część fazy starości przebiega we względnym zdrowiu. W przypadku polskich mężczyzn jest to nieco ponad 60% dalszej fazy życia, a w przypadku kobiet, ze względu na większą oczekiwaną długość życia – mniej niż połowa. Na tle średniej dla najbardziej rozwiniętych krajów UE zarówno dalsza długość życia, jak i dalsza długość życia w zdrowiu są w Polsce nieco niższe, choć warto zauważyć, że istnieją i takie państwa (jak np. Szwecja), gdzie długość życia w zdrowiu jest znacznie większa, a okres ograniczonej sprawności – istotnie krótszy (nawet o kilka lat).

Tabela 2. Przewidywana dalsza długość życia i dalsza długość życia w zdrowiu dla kobiet i mężczyzn w wieku 65 lat w 2017 r.

	Przewidywana dalsza długość życia dla mężczyzn w wieku 65+	Przewidywana dalsza długość życia w zdrowiu dla mężczyzn w wieku 65+	Przewidywana dalsza długość życia dla kobiet w wieku 65+	Przewidywana dalsza długość życia w zdrowiu dla kobiet w wieku 65+
Polska	15,9	8,3	20,2	8,6
26 krajów UE Należących do OECD	17,8	9,4	21,2	9,6
Czechy	16,2	7,6	19,8	8,5
Francja	19,6	9,3	23,6	10,8
Holandia	18,7	10,1	21,2	9,6
Niemcy	18,1	11,4	21,2	12,4
Szwecja	19,2	15,4	21,5	15,8
Węgry	14,5	6,7	18,4	6,7

Źródło: opracowanie własne na podstawie statystyk OECD 2019

Tabela 3. Ograniczenia sprawności osób starszych w Polsce na tle wybranych państw rozwiniętych

	Osoby w wieku 65+ z ograniczeniami sprawności jako % wszystkich osób w tym wieku	Osoby 65+ z lekkimi ograniczeniami sprawności jako % wszystkich osób w tym wieku	Osoby 65+ z poważnymi ograniczeniami sprawności jako % wszystkich osób w tym wieku
Polska	51,7	33,5	18,2
OECD	50,1	32,8	17,3
Czechy	52,2	36,5	15,7
Francja	50,3	29,5	20,8
Holandia	47,9	38,0	9,9
Niemcy	37,2	24,0	13,2
Szwecja	21,4	13,2	8,2
Węgry	58,5	39,6	18,9

Źródło: opracowanie własne na podstawie statystyk OECD 2019

Jak pokazują statystyki OECD, w państwach europejskich średnio około połowa społeczeństwa po 65. roku życia deklaruje pewne ograniczenia sprawności, przy czym w większości są to jedynie lekkie ograniczenia. Poważne ograniczenia odnoszą się do 17% osób starszych. Polska nie odbiega istotnie od średniej – ponad połowa osób w wieku 65+ w naszym kraju doświadcza ograniczeń sprawności, z czego 33,5% to osoby o pewnych ograniczeniach, a 18,2% – o ograniczeniach znacznych.

Dla porządku warto podkreślić, że problemy zdrowotne skutkujące popadaniem w zależność od innych mogą wiązać się z postępującym wraz z wiekiem ryzykiem niepełnosprawności sensorycznej (zaburzeniami zmysłu słuchu i wzroku), ruchowej, ale także z rosnącymi ograniczeniami sfery poznawczej (chorobami neurodegeneracyjnymi, w tym różnego rodzaju demencjami). Z raportu NIK z 2017 r. wynika, że cierpiących na chorobę Alzheimera może być nawet pół miliona osób². W perspektywie najbliższych dekad skala zjawiska może wzrosnąć kilkakrotnie.

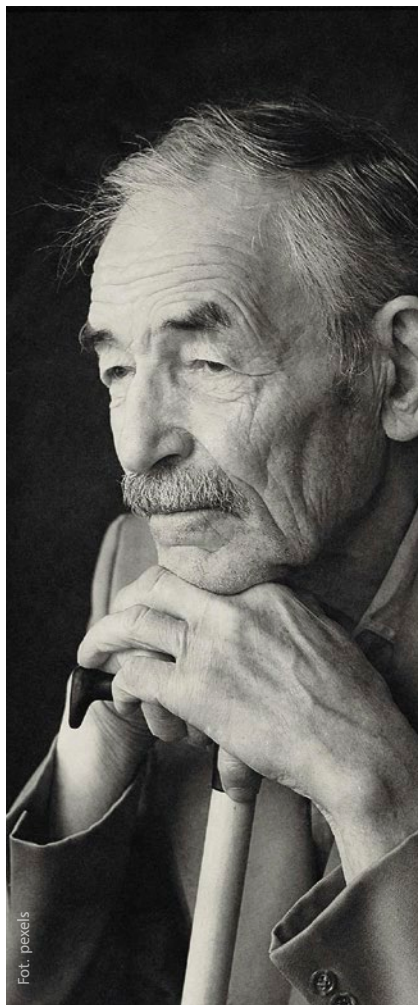
Innym źródłem wiedzy o sytuacji osób starszych jest raport przygotowany przez GUS w 2016 r. Wskazano w nim najważniejsze problemy, z jakimi boryka się niemała część starszego pokolenia w codziennym funkcjonowaniu³. Problemy z widzeniem, mimo korzystania z urządzeń pomocniczych, zgłasza co szósta osoba w starszym wieku (dla osób 80+ wskaźnik ten sięga aż 2/3). U 20% z nich problemy ze wzrokiem są poważne lub takie osoby nie widzą wcale. Ludzie w podeszłym wieku często wykazują także problemy ze słuchem – w rozmowie z jedną osobą w cichym pomieszczeniu słabo słyszał co czwarty badany w grupie 60+, a w grupie 80+ – już co drugi, przy czym 10% osób w tym wieku deklaruje bardzo poważne kłopoty ze słuchem lub nawet głuchotę.

**Część czwartą raportu
przeczytasz w kolejnym
numerze kwartalnika
„Niewyciężeni”.**

Jednocześnie wraz z wiekiem statystycznie pogarsza się zdolność przemieszczania, także w najbliższym otoczeniu. 1/3 osób zgłosiła trudności w przejściu samodzielnie 500 metrów bez korzystania z pomocy innych osób lub urządzeń wspomagających (laski, kuli, balkonika). W grupie 70–79 lat problemy z chodzeniem wykazuje co druga osoba, a w grupie 80+ to już 75%. Problemem może być nawet opuszczenie lokum, w którym mieszka starsza osoba, zwłaszcza jeśli jest to mieszkanie na piętrze w wielokondygnacyjnym budownictwie bez windy⁴.

Pojedyncze problemy w jednej sferze funkcjonowania organizmu nie muszą oznaczać popadania w zależność od opieki, ale trzeba pamiętać, że w wypadku osób starszych te ograniczenia występują w mniejszym lub większym zakresie równocześnie. Niekiedy osoby sędziwe mają problemy ze wzrokiem, słuchem i poruszaniem się, a do tego mogą dochodzić jeszcze rozmaite dolegliwości i schorzenia osłabiające starszy organizm. Chodzi tu zarówno o choroby właściwe wiekowi podeszłemu, jak i te,

które dotyczą osób w różnych fazach życia (wiek jest czynnikiem sprzyjającym ich występowaniu). Głęboka zależność od innych często pojawia się wówczas, gdy dochodzi do nałożenia się z jednej strony kilku deficytów sprawnościowych i zdrowotnych jednocześnie, a z drugiej strony pewnych czynników środowiskowych, takich jak np. niedostosowanie budownictwa, infrastruktury komunalnej czy transportu. Zdarza się również, że ograniczenia w codziennym funkcjonowaniu są tak znaczące i wielowymiarowe, że nawet pomimo dość dobrego dostosowania otoczenia dana osoba może potrzebować pomocy innych. Nie chodzi tu wyłącznie o prowadzenie gospodarstwa domowego czy wychodzenie poza nie w celu zaopatrzenia się w zakupy czy załatwienia spraw urzędowych. Niekiedy potrzeba intensywnego wsparcia w codziennym funkcjonowaniu dotyczy podstawowych czynności, takich jak ubieranie się, przygotowanie i spożywanie posiłków, mycie lub korzystanie z toalety.



Fot. pexels

Należy podkreślić, że szczególnie silnie ryzyko zależności (niekiedy niemalże pełnej) i złożonych potrzeb opiekuńczych rośnie wraz z zaburzeniami poznawczymi⁵. Mogą mieć one różną genezę, ale w swych skutkach prowadzą do stanu, w którym osoby starsze są stopniowo coraz bardziej zależne od stałej pomocy innych, nawet wówczas, gdy ich sprawność motoryczna, wzrokowa i słuchowa utrzymuje się na względnie dobrym poziomie.

Trzeba mieć jednak świadomość tego, że zakres potrzeb opiekuńczych wśród najstarszych mieszkańców w dłuższej perspektywie

czasowej może podlegać zmianie. Nie można bowiem wykluczyć, że np. w okolicach 2040 czy 2050 r. przeciętny stan zdrowia statystycznego 80-latka będzie lepszy niż dziś. Ogromne znaczenie mogłyby mieć zmiany w zakresie zapobiegania i leczenia chorób neurodegeneracyjnych czy też przełomowe osiągnięcia w innych gałęziach medycyny, które wpłynęłyby na długość życia i stan zdrowia. Skalę tych zmian trudno jednak dziś przewidzieć, ale trzeba pamiętać, że wzrost liczby (i udziału w populacji) osób sędziwych nie musi automatycznie przełożyć się na analogiczny wzrost potrzeb opiekuńczych. Ponadto trudny do prze-

widzenia jest (zwłaszcza w perspektywie kilku dekad) rozwój dalszych usprawnień technologicznych i organizacyjnych, dzięki którym część osób starszych, które dziś potrzebują wsparcia, stanie się bardziej niezależna od opieki ze strony osób trzecich. Jakkolwiek nie jesteśmy w stanie dokładnie oszacować dynamiki i rezultatów wspomnianych zmian, z pewnością warto podejmować działania publiczne na rzecz ich przyspieszania, tak aby znaczny wzrost udziału osób sędziwych w społeczeństwie nie przekładał się na radykalny wzrost potrzeb opiekuńczych.

dr Rafał Bakalarczyk

– ekspert Centrum Analiz Klubu Jagiellońskiego ds. polityki społecznej, dyrektor ds. badań społecznych Instytutu Polityki Senioralnej. W latach 2018–2020 członek komisji ekspertów ds. osób starszych przy Rzeczniku Praw Obywatelskich. Doktor nauk o polityce publicznej, współredaktor naczelny pisma „Polityka senioralna”, działacz społeczny, publicysta.

- 1 Szweda-Lewandowska Z., Łuczak P., *Przełamanie demograficzne, społeczne i ekonomiczne zwiększania zapotrzebowania na świadczenia opieki długoterminowej*, w: *Opieka długoterminowa w Polsce. Dzisiaj i jutro*, red. P. Błędowski, Warszawa 2019, s. 9.
- 2 Zob. NIK, *Opieka nad osobami chorymi na chorobę Alzheimera oraz wsparcie dla ich rodzin*, Warszawa 2017.
- 3 Zob. GUS, *Ludność w wieku 60+. Struktura demograficzna i zdrowie*, Warszawa 2016.
- 4 Zob. tamże.
- 5 Zob. NIK, *Opieka nad osobami chorymi na chorobę Alzheimera oraz wsparcie dla ich rodzin*, dz. cyt.

*Zielono mam w głowie i fiołki w niej kwitną
na klombach mych myśli sadzone za młodu
Pod słońcem co dało mi duszę błękitną
i które mi świeci bez trosk i zachodu.*

*Rozdaję wokoło mój uśmiech, bukiety
rozdaję wokoło i jestem radosną
wichurą zachwyty i szczęścia poety
co zamiast człowiekiem powinien być wiosną!*

Kazimierz Wierzyński

