



Projekt współfinansowany w  
ramach programu Unii Europejskiej  
„Erasmus+”

## Najlepsze praktyki projektu Akademia Nowoczesnego Seniora - krytyczne myślenie dla seniorów (CriThink)



*Ten projekt jest realizowany przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Projekt lub publikacja odzwierciedlają jedynie stanowiska ich autora i Komisja Europejska nie ponosi odpowiedzialności za umieszczoną w nich zawartość merytoryczną.*

## Partnerstwo

Projekt ten został rozpoczęty w 2019 r. jako strategiczne partnerstwo 6 organizacji reprezentujących różne regiony Europy:



**Prave ted! o.p.s.** (Czechy, koordynator projektu jest organizacją non-profit z siedzibą w Pradze, założoną w 2012 roku. Organizacja zajmuje się tak zwanymi "aktywnymi seniorami", czyli osobami, które mieszkają w swoich domach i które pozornie niczego nie potrzebują. Ale "pozornie niczego" jest bardzo ważne, biorąc pod uwagę fakt, że nasze społeczeństwo starzeje się, dożywa coraz starszego wieku, ale dość często nie odczuwa spełnienia, znaczenia, ani nie posiada celu. Prave ted! o.p.s. organizuje dla nich zajęcia edukacyjne, fizyczne i integracyjne. Największym projektem edukacyjnym jest the Academy of Modern Seniors (AMOS), który odzwierciedla aktualne potrzeby seniorów i zapewnia zajęcia fizyczne, takie jak Nordic Walking, Molcky, pływanie i wiele innych. Jednym z podstawowych działań jest trening pamięci i jego połączenie z aktywnością fizyczną.

Strona internetowa: <https://pravetedops.cz/>



**Ljumska univerza Rogaska Slatina** (Słowenia) od 1959 roku działa na terenie miejscowości Obsotelj i Kozjansko, realizując programy edukacyjne i inne działania. Przez te wszystkie lata wcielamy w życie ideę udostępniania kształcenia ustawicznego ludziom z różnych pokoleń. Realizujemy programy w wielu miejscach poza siedzibą naszej organizacji. Dzięki skutecznemu uczestnictwu w przetargach pozyskujemy fundusze krajowe i europejskie, zapewniając obywatelom bezpłatną edukację. Uniwersytet Ljumska Univerza Rogaska Slatina stał się Centrum Językowym, prowadzi naukę języka słoweńskiego dla obcokrajowców i

oferuje wszystkim mieszkańcom Centrum Międzypokoleniowe. Nawiązujemy kontakty z partnerami w środowisku lokalnym i poza nim, jesteśmy otwarci na nowe pomysły i współpracę. Nie tylko oferujemy mieszkańcom możliwość udziału w programach edukacyjnych, ale także zapewniamy bezpłatne informacje i doradztwo, organizujemy samodzielną naukę i pomoc w nauce.

Strona internetowa: [www.lu-rogaska.si](http://www.lu-rogaska.si)



**Fundacja Pro Scientia Publica** (Polska) działa od 2010 roku w obszarze edukacji dorosłych, promując kilka inicjatyw skupiających się na osobach starszych i ich integracji społecznej. Nasza kadra posiada doświadczenie w nauczaniu osób dorosłych i starszych, prowadzimy warsztaty i seminaria dotyczące: technik i metod nauczania osób starszych, edukacji, rozwoju kompetencji kluczowych seniorów, technologii informacyjno-komunikacyjnych oraz włączenia osób starszych do social mediów, krytycznego myślenia. Fundacja Pro Scientia Publica ma również bardzo bogate doświadczenie w zakresie badań nad edukacją dorosłych. Koordynowaliśmy, zarządzaliśmy lub wspieraliśmy wiele międzynarodowych programów dotyczących programów szkoleń w zakresie edukacji dorosłych, określania kompetencji kluczowych, przygotowywania warsztatów, wykładów i seminariów.

Strona internetowa: <https://proscientiapublica.pl>



Institut für Interdisziplinäre Bildung (IIB, Austria) postrzega siebie jako centrum pomysłów i twórców koncepcji w dziedzinie edukacji i szkoleń, których celem jest zwiększanie możliwości na rynku edukacji i pracy. Obszary działalności obejmują zarówno rozwój szkół cyfrowych, jak i międzynarodowe projekty edukacyjne oraz projekty z zakresu polityki rynku pracy, a także indywidualne działania badawcze.

Strona internetowa: [www.i-i-b.eu](http://www.i-i-b.eu)



**COFAC** (COOPERATIVA DE FORMACAO E ANIMACAO CULTURAL CRL, Portugalia) jest organizacją non-profit, odpowiedzialną za zarządzanie Uniwersytetem Lusófona, największym prywatnym uniwersytetem w Portugalii. Nazwa Uniwersytetu wywodzi się od wyrażenia "Lusofonia", które oznacza wspólną przestrzeń kulturową i językową wyznaczoną przez używanie języka portugalskiego. Jest to instytucja odpowiedzialna za rozwój naukowy, kulturalny, społeczny i gospodarczy tej geograficznej i językowej przestrzeni, zamieszkałej przez ponad 200 milionów ludzi.

Jej celami są "nauczanie, badania w różnych dziedzinach nauki, kultury i technologii, w perspektywie interdyscyplinarnej, a w szczególności w celu rozwoju krajów i ludzi posługujących się językiem portugalskim".

Strona internetowa: [www.ulusofona.pt](http://www.ulusofona.pt)



JŪSŪ PERSONALO PARTNERIS

**UAB "Alfa idejos ir technologijos"** (FITIN, Litwa) to zespół profesjonalistów z dziedziny HR, ekspertów w dziedzinie edukacji dorosłych i relacji grupowych. FITIN jest pierwszą firmą HR na Litwie, która zaczęła wdrażać praktyki zarządzania zasobami ludzkimi i szkolenia dorosłych w oparciu o badania neurobiologiczne. Jak pokazują doświadczenia klientów FITIN, rozwiązania w zakresie zarządzania zasobami ludzkimi oparte na neuronauce wskazują bezpośrednio na podstawowe przyczyny dotyczące zaangażowania, motywacji i współpracy pracowników oraz określają sposoby celowego inwestowania i alokowania zasobów przeznaczonych na zaangażowanie, motywację i pracę zespołową. Pomagają również znaleźć rozwiązanie problemu, dlaczego ludzie mają tendencję do akceptowania wszelkich pomysłów bez dyskusji czy konfrontacji z nimi.

Kolejnym obszarem działalności FITIN jest działalność edukacyjna i wolontariacka. Intensywnie działamy na rzecz rozwoju inteligencji emocjonalnej i umiejętności krytycznego myślenia naszego społeczeństwa, uczestniczymy w różnych projektach i inicjatywach. W 2015 roku FITIN został wyróżniony nagrodą Quality za działalność edukacyjną i projekty edukacyjne.

Strona internetowa: <http://www.fitin.lt>

Partnerzy w projekcie reprezentują różne sektory (uniwersytety, organizacje pozarządowe i podmioty prywatne) zaangażowane w edukację dorosłych. Większość z nich jest zaangażowana w edukację seniorów i ma w tym zakresie duże doświadczenie. Takie połączenie umiejętności, doświadczeń i podejść gwarantowało zdobycie nowej wiedzy praktycznej, którą można było przetestować w innych organizacjach partnerskich w ramach konsorcjum.

## **Cel**

Głównym celem projektu było określenie sposobów pracy edukacyjnej z osobami starszymi (55+) w obszarze krytycznego myślenia. Organizacje reprezentowane przez partnerów, zajmujące się różnymi zagadnieniami w wyżej wymienionym obszarze, inspirowały się wzajemnie na wiele różnych sposobów. Dzięki synergii organizacyjnej udało nam się ostatecznie stworzyć ramy dla zdefiniowania terminu "myślenie krytyczne" dla celów edukacyjnych oraz skonstruować koncepcje działań edukacyjnych, które mogłyby podnieść poziom umiejętności krytycznego myślenia u starszych dorosłych.

Inspiracją do powstania projektu był wniosek koordynatora - Právě teď! o.p.s. po przeprowadzeniu kursów dla seniorów. Kursy na temat informacji i dezinformacji zorganizowane dla seniorów w Pradze ujawniły brak umiejętności krytycznego myślenia wśród starszych uczestników. Był to punkt wyjścia do zwrócenia uwagi na potrzeby szerszej społeczności - rodzin seniorów, wnuków itp. Ostatecznie doszliśmy do wniosku, że efektami projektu powinien być zainteresowany niemal każdy, ponieważ należy przyjąć, że myślenie

krytyczne jest jedną z kluczowych kompetencji w naszym świecie zdominowanym przez informacje. Umiejętność rozpoznawania informacji jako prawdziwych lub fałszywych wydaje się być kluczowa dla efektywnej pracy i procesów decyzyjnych.

## **What have we done?**

Podczas spotkania inauguracyjnego w Lizbonie uzgodniono kluczowe punkty projektu. Prezentacja badań dotyczących seniorów była dobrym początkiem do przemyślenia perspektywy projektu. Kolejne kroki dotyczyły inspirujących książek. Partnerzy zgodzili się podzielić opiniami na temat różnych koncepcji krytycznego myślenia, opisanych lub tylko "poruszonych" przez autorów w książkach i artykułach, a prezentowanych w wynikach badań:

- Stella Cottrell, *Critical thinking skills*,
- Hans Rosling, *Factfulness*,
- Eliezer Yudkowsky, *Harry Potter and methods of rationality*,
- Randall Munroe, *What if*,
- Mason Currey, *Daily rituals. How artists work*,
- Peter Cokan, *Kritično razmišljanje, priročnik za mladinske delavce (critical thinking: a guide for youth workers)*,
- Robert Cialdini, *Influence. Science and Practice*,
- Lamberto Maffei, *Elogio da lentidão*,
- José Cardoso Pires, *De profundis. Valsa lenta*.

Taką samą rolę odegrało dzielenie się doświadczeniami partnerów dotyczącymi pozytywnych i negatywnych przykładów krytycznego myślenia.

## **Pandemia i fake newsy**

Pandemia COVID-19 stworzyła nowe możliwości rozpowszechniania fałszywych informacji i oszukiwania. Partnerzy projektu opisali najbardziej znaczące lub szokujące przykłady fake newsów.

### **Austria**

Podczas kryzysu Covid-19 użytkownicy Facebooka, Internetu i grup WhatsApp zostali przytłoczeni zalewem fake newsów na skalę, jakiej nigdy wcześniej nie widzieliśmy. Świadomie i nieświadomie rozprzestrzeniano fałszywe wiadomości, które krążyły wirusowo w różnych mediach społecznościowych i serwisach komunikacyjnych.

*Przykład:* "Za pośrednictwem aplikacji WhatsApp rozpowszechniono wiadomość głosową, w której wyjaśniono rzekome wyniki badań przeprowadzonych przez Uniwersytet Wiedeński i odradzono przyjmowanie niektórych środków przeciwbólowych. Uniwersytet Medyczny ostro zaprzeczył informacjom zawartym w wiadomości i nazwał je fake news - ale do tego czasu wiadomość głosowa została już udostępniona niezliczoną ilość razy". (dostępne na stronie: <https://www.news.at/a/fake-news-coronavirus-11395467> , ostatni dostęp 11 czerwca 2020 r.).

Rozpowszechnianie fake newsów w Austrii przybrało tak nienormalne rozmiary, że rząd został zmuszony do powołania "cyfrowego zespołu zarządzania kryzysowego", którego zadaniem było identyfikowanie i oznaczanie fałszywych doniesień na temat koronawirusa. Tylko w pierwszym tygodniu wykryto około 150 fałszywych wiadomości. W sieci krążyły głównie teorie spiskowe, trywializacja koronawirusa, propozycje leczenia i samodiagnozy, a także rzekomo nadchodzące przepisy i ograniczenia dla ludności, siejąc strach i przerażenie. (dostępne na stronie: <https://orf.at/stories/3159533/>, ostatni dostęp 11.06.2020).

W Austrii od 2011 roku działa stowarzyszenie zajmujące się edukacją w zakresie nadużyć w Internecie (Mimikama). Stowarzyszenie to zajmuje się wykrywaniem i zwalczaniem fałszywych wiadomości, nadużyć internetowych, oszustw internetowych i fałszywych doniesień. Każdy użytkownik mediów społecznościowych może skontaktować się z tym stowarzyszeniem i w razie podejrzeń poprosić o pomoc, by nie dopuścić do wykrycia

falszywych wiadomości. Ponadto stowarzyszenie oferuje liczne warsztaty z zakresu kompetencji medialnych "Learning how to recognise fake news" (Nauka rozpoznawania fałszywych wiadomości) (dostępne na stronie: <https://www.verein-mimikama.at/> , ostatni dostęp 11.06.2020). Wszystkie strony już zidentyfikowane jako fake news są dostępne pod adresem <http://www.hoaxsearch.com/>.

## **Czechy**

Podczas kryzysu związanego z Covid w okresie od marca do maja 2020 r. w Republice Czeskiej pojawiła się duża liczba fałszywych lub niezweryfikowanych informacji.

Informacje te często wywoływały strach przed nieznanym, a ludzie w popłochu i panice byli mniej ostrożni i przezorni. Dlatego użytkownikom telefonów z systemem operacyjnym Android (nie tylko w Republice Czeskiej) udało się pobrać aplikację, która wyglądała jak mapa rozprzestrzeniania się koronawirusa, opublikowana przez certyfikowany Uniwersytet Johns Hopkinsa (Baltimore, USA). Aplikacja działała z danymi z tego uniwersytetu, ale znajdował się w niej wirus, który blokował system telefonu i wymagał zapłacenia "okupu" w bitcoinach, aby przywrócić dostęp.

Użytkownicy poczty elektronicznej otrzymywali "gwarantowane" e-maile od Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), w których oferowano szczepionkę przeciwko COVID19 lub różne leki na tę chorobę, mimo że ani szczepionka, ani konkretny lek jeszcze nie istniały. Sprawdzenie autentyczności wiadomości e-mail nie było trudne, ale ludzie i tak odpowiadali na nie i zamawiali szczepionkę lub lek.

Jednym z największych fake newsów było stwierdzenie, że IBUPROFEN (lek przeciwbólowy) pogarsza przebieg choroby. Informacje te zostały kilkakrotnie zdementowane przez Państwowy Urząd Kontroli Leków Republiki Czeskiej (SUKL) oraz Ministerstwo Zdrowia. SUKL stwierdził, że lek ten musiałby być niebezpieczny, nawet jeśli tylko w czasie zwykłej grypy.

## **Litwa**



Na Litwie mamy dość umiarkowaną liczbę zachorowań. Obecnie mamy 1776 potwierdzonych przypadków, z których większość wyzdrowiała (1441), 249 nadal pozostaje pod opieką lekarską, potwierdzono 76 zgonów (wg danych z 2020.06.16).

Od 16 marca 2020 r. nasz kraj jest objęty kwarantanną z ograniczeniami w podróżowaniu do innych krajów. Zakończenie kwarantanny planowane jest na 17 czerwca 2020 roku. Litwa wraz z innymi krajami bałtyckimi - Łotwą i Estonią - były jednymi z pierwszych krajów w Europie, które utworzyły bańkę podróżną (w maju 2020 roku LT, LV i EE otworzyły granice dla swoich obywateli i zezwoliły na podróżowanie między swoimi krajami).

Na początku kwarantanny wśród naszych podopiecznych było wiele stresu i niepokoju, a także wiele mylnych informacji dotyczących rozprzestrzeniania się wirusa, skuteczności noszenia masek, kontaktu z innymi ludźmi itp. Z różnych źródeł docierały do nas kontrowersyjne informacje, np. o tym, czy maski są skuteczne, czy nie. Na początku kryzysu Corona w naszym kraju brakowało masek, a informacje z oficjalnych źródeł rządowych mówiły głównie o tym, jak ważne jest mycie rąk. Później komunikacja się zmieniła i noszenie masek stało się obowiązkowe dla wszystkich, ale wielu osobom trudno było się do tego dostosować, ponieważ wcześniej były przekonane o zupełnie innym podejściu.

## **Polska**

Cały świat stoi obecnie w obliczu poważnego kryzysu spowodowanego pandemią wirusa Covid-19. Od wielu lat nie było na świecie wirusa rozprzestrzeniającego się na taką skalę, nic więc dziwnego, że wywołuje on coraz większy strach w społeczeństwie. Istnieją także mity, półprawdy i błędne informacje dotyczące rozprzestrzeniania się choroby. Wiele z krążących w sieci przekonań nie ma nic wspólnego z prawdą, a dezinformacja może prowadzić do chaosu. W takim przypadku najlepiej zasięgnąć porady osób specjalizujących się w tej dziedzinie nauki.

Jednym z nich jest dr Paweł Grzesiowski, prezes zarządu Fundacji "Instytut Profilaktyki Zakażeń", ekspert w dziedzinie immunologii i terapii zakażeń, który w jednym z wywiadów przekazał kluczowe informacje na temat jednego z mitów krążących w początkowej fazie choroby w Polsce, który wzbudził wiele kontrowersji, a mianowicie na temat odbierania przesyłek od kurierów. Niektóre z wiodących firm kurierskich dostarczają 370-400 mln

przesyłek [rocznie?] do innych firm i pojawiło się wiele spekulacji na temat tego, jak długo wirus pozostaje na paczce i czy nie została ona w jakiś sposób zainfekowana podczas pakowania. Jak się okazało, jest to mało prawdopodobne, ponieważ chociaż wirus może utrzymywać się na kartonie do 24 godzin, nie jest to główna droga rozprzestrzeniania się infekcji. Poza tym z tym niebezpieczeństwem łatwo sobie poradzić, ponieważ wystarczy umyć lub zdezynfekować ręce po rozpakowaniu, gdyż wirus nie przenika przez skórę.

Na początku kwietnia 2020 r. w Polsce zapanowała panika związana ze zwierzętami domowymi, a w Internecie roило się od zdjęć kotów i psów porzuconych przez właścicieli obawiających się zarażenia przez nie wirusem Covid-19. To kolejny mit. Światowa Organizacja Zdrowia poinformowała, że jak dotąd nie znaleziono żadnych naukowych dowodów na to, że zwierzęta domowe, takie jak koty i psy, mogą być zarażone wirusem, co oznacza, że nie mogą go przekazać ludziom. Dotyczy to również ptaków, dzikich zwierząt i owadów. Warto jednak umyć ręce po kontakcie ze zwierzęciem.

Jedną z najbardziej zabawnych półprawd propagowanych w czasie kryzysu wywołanego wirusem Covid-19 było stwierdzenie, że wirusa można zabić, pijąc czysty alkohol. Wydaje się, że jest to raczej zaproszenie na imprezę niż pewny sposób ochrony przed zabójczym wirusem. Taki alkohol powinien być stosowany tylko na skórę, ale z umiarem, ponieważ nadużywany może uszkodzić naskórek.

Należy pamiętać, że nie wszystko, co pojawia się w Internecie lub w mediach, jest prawdą. Powszechnym problemem jest obecnie brak krytycznego myślenia przy analizowaniu treści, dlatego tak ważne jest, aby w miarę możliwości sprawdzać wszystkie informacje, ponieważ łatwo jest paść ofiarą fałszywych informacji, które mogą przynieść więcej szkody niż pożytku.

## **Portugalia**

Jeśli chodzi o sytuację związaną z wirusem COVID-19 w Portugalii, na dzień 22 czerwca 2020 r. zgłoszono 12 310 aktywnych przypadków, 39 392 potwierdzonych, 25 548 wyleczonych i 1 534 zgonów.

Śmiertelność z powodu COVID-19 w Portugalii wynosi 5,5 na 100 000 mieszkańców, a więc "jest niższa niż w większości krajów europejskich", jak twierdzi Sekretarz Stanu ds. Zdrowia.

W dobie pandemii większego znaczenia nabiera kwestia fake news. Jest to pojęcie, które samo w sobie zakłada pewien stopień nieścisłości, ponieważ "wiadomość z definicji nie jest fałszywa" (Mesquita i in., 2019, s.1), choć jej narracja może być powiązana z mniej konkretnymi informacjami. Mówimy zatem o niedoinformowaniu, dezinformacji lub złej informacji (Posetti i in., 2019, s.47).

W Portugalii, a zwłaszcza w czasie pandemii, niezwykle ważne jest promowanie krytycznego myślenia poprzez korzystanie z wiarygodnych stron internetowych i Generalnej Dyrekcji Zdrowia (DGS). W walce z fake newsami w Portugalii zwracamy uwagę na partnerstwo między DGS a redakcją prasową Polígrafo-SIC. Jego głównym celem jest analizowanie faktów i sprawdzanie prawdziwości informacji krążących wśród społeczeństwa, w oparciu o wiarygodne informacje naukowe i archiwa dziennikarskie.

Korzystając z konsultacji z Polígrafo, natrafiamy na następujące przykłady tych błędnych koncepcji, które codziennie krążą w mediach społecznościowych i są rozpowszechniane:

- 1 - Domowy przepis na aspirynę, antybiotyki i waporyzację eukaliptusem jest skuteczną metodą leczenia;
- 2 - Maseczki z Chin i Indii mogą być skażone;
- 3 - Leczenie wodami termalnymi;
- 4 - Osoby zakażone bezobjawowo nie zarażają innych.

Wszystkie wyżej wymienione stwierdzenia okazały się bezpodstawne i kłamliwe:

W pierwszym przypadku nie istnieje żadna cudowna recepta na zwalczanie wirusa, leki takie jak antybiotyki nie są właściwymi formami leczenia COVID-19, podobnie jak parowanie eukaliptusem czy spożywanie niektórych produktów spożywczych, np. cytryn;

W drugim przypadku, zwłaszcza w maju, informacje o importowanych maskach, które mogą być skażone, pojawiły się w filmie na YouTube, który był efektem manipulacji, upozorowanej na uzasadnione ostrzeżenie WHO;

W trzecim przypadku nie ma dowodów naukowych na skuteczność leczenia wodami termalnymi, ponieważ udowodniono, że pH żywności nie ma wpływu na sytuację pacjentów zakażonych tym wirusem;

Jeśli chodzi o czwarty przypadek, to chociaż udowodniono, że niektórzy bezobjawowi pacjenci mają zmniejszoną zdolność do przenoszenia wirusa na inne osoby, rzeczywistość pokazuje, że nie można tego uogólniać na całą populację.

Takich sytuacji, jak te wymienione powyżej, które implikują potrzebę krytycznego myślenia, będzie o wiele więcej. Według Domingueza (2019, s. 137), "nigdy wcześniej nie było tak pilne, aby myśleć krytycznie o obecnych kontrowersyjnych kwestiach, które stanowią wyzwanie dla nas jako jednostek, profesjonalistów i obywateli XXI wieku". Rzeczywiście, trudności "w ocenie fałszywych wiadomości, brak wiedzy na temat naszych heurystyk i uprzedzeń poznawczych, między innymi, sprawiają, że rozwój krytycznego myślenia (Critical Thinking - CT) staje się priorytetowym celem wszystkich instytucji szkolnictwa wyższego (IES)".

## **Słowenia**

Podobnie jak w innych częściach świata, także w Słowenii podczas pandemii wirusa Covid-19 mieliśmy do czynienia z dużą ilością fałszywych wiadomości. W czasie lockdownu i kwarantanny ludzie jeszcze regularniej śledzili wiadomości i chwyтали się każdej nowej informacji o wirusie, jego źródle i różnych sztuczkach, jak się przed nim chronić.

Wymieńmy tylko niektóre z fałszywych wiadomości, które krążyły głównie w najpopularniejszym serwisie społecznościowym. Wielu Słoweńców było zszokowanych fałszywą informacją, że armia USA przygotowuje się do inwazji na całą osłabioną wirusem Europę. Prawda była taka, że NATO przeprowadzało szeroko zakrojone ćwiczenia wojskowe, które zostały ogłoszone w październiku ubiegłego roku.

Kolejną informacją, która okazała się nieprawdziwa, było zdjęcie wagonu kolejowego z napisem "KORONA". Okazało się, że był to fotomontaż.

W szczytowym okresie pandemii użytkownicy mediów społecznościowych zaczęli udostępniać fałszywe informacje na temat tego, jak chronić się przed wirusem. W poście napisano, że objawy Covid-19 można wyeliminować w ciągu jednej nocy, po prostu

wypijając filiżankę gotowanego czosnku. Post został udostępniony przez ponad 1600 użytkowników Facebooka na terenie Słowenii. Wiadomość ta została następnie zdementowana przez Narodowy Instytut Zdrowia Publicznego w Słowenii. Stwierdził on, że choć czosnek jest zdrowy, nie ma żadnych dowodów na to, że może pomóc w walce z wirusem. Podobnie fałszywa była informacja, że picie wody co 15 minut wypłucze wirusa z gardła do żołądka, gdzie zostanie on zniszczony przez kwas żołądkowy. Oczywiście, szybko obalono tę tezę.

Pojawiło się wiele fałszywych wiadomości dotyczących zwierząt i przenoszenia wirusa ze zwierząt na ludzi. Jeden ze słoweńskich portali opublikował fałszywe informacje o tym, że w czasie pandemii w Słowenii porzucono ogromną liczbę psów, ponieważ ludzie obawiali się, że mogą one przenieść wirusa na ludzi. Okazało się, że jest to nieprawda. Wkrótce po tej wiadomości opublikowano kolejne fałszywe informacje na podstawie doniesień zagranicznych mediów o kotach przenoszących wirus Covid-19 na ludzi. Wydział Weterynarii Uniwersytetu w Lublanie natychmiast podjął działania i opublikował oświadczenie, że nie ma absolutnie żadnych dowodów na to, że koty mogą przenosić wirusa na ludzi.

W okresie, w którym rozpoczęły się wakacje, hakerzy opublikowali kolejny fałszywy artykuł, podszywając się pod jeden ze słoweńskich dzienników. Większość mieszkańców Słowenii wyjeżdża na wakacje do sąsiedniej Chorwacji, dlatego wielu z nich zaniepokoiło się, gdy w mediach zaczęły krążyć fałszywe informacje o zamknięciu przez Chorwację granic ze Słowenią. Słoweńska Agencja Prasowa (STA) szybko podała, że są to fałszywe informacje, a wielu Słoweńców, którzy już wcześniej wyjechali do Chorwacji na wakacje, mogło znowu odpocząć.

Wydaje się, że obecnie sytuacja z fałszywymi wiadomościami nieco się poprawia, ponieważ kilka organizacji i artykułów ostrzega ludzi, aby sprawdzali, co czytają, zanim uwierzą we wszystko i przekażą to dalej.

## **Myślenie krytyczne a specyfika nauczania seniorów**

Istnieją dwa główne wątki rozwoju intelektualnego człowieka w późniejszym okresie życia. Jeden z nich jest związany z doświadczeniem życiowym. Osoby, które doświadczyły wielu wyzwań intelektualnych i musiały zmierzyć się ze skomplikowanymi problemami, również zazwyczaj starzeją się pozytywnie. I odwrotnie - ludzie, którzy byli tylko zwykłymi pracownikami, bez większych wyzwań intelektualnych w swoim życiu, mają problemy ze zrozumieniem otaczającego ich świata. Oczywiście, w takich sytuacjach początek problemu tkwi głęboko w przeszłości. Obecnie sytuacja staje się coraz gorsza. W tym przypadku nie możemy wiele zrobić, ponieważ musimy zaakceptować fakt, że ludzie, którzy nie są przygotowani do żadnego rodzaju pracy intelektualnej, nie będą gotowi do ponownego przemyślenia, przeanalizowania, porównania i wnioskowania. Zasada jest bardzo prosta: jako emeryt, ktoś, kto nie jest w niczym wyszkolony, potrzebuje znacznie więcej wysiłku, aby odnieść sukces w nauce, niż wcześniej.

Drugi problem zależy od rozwoju społeczeństwa, cywilizacji i techniki. Emeryci borykają się także z problemami strat spowodowanych procesem starzenia się (w tym utratą kontaktów społecznych, które zgodnie z teorią konstruktywizmu są swego rodzaju źródłem sprawdzonych informacji). Osoby starsze są więc ściskane przez dwie różne siły: straty spowodowane procesem starzenia się oraz szybki rozwój społeczeństwa. W ostatecznym rozrachunku, poszukując sprawdzonych informacji o świecie, społeczeństwie, rozwoju człowieka, zjawiskach życia codziennego, emeryci mogą liczyć tylko na siebie. Nie mają zbyt

wielu okazji do weryfikowania prawdy, zwłaszcza jeśli nie są aktywni społecznie. Stopniowo ilość nowych zjawisk staje się tak duża, że świat wydaje się dziwny, niezrozumiały i odległy.

Jedną z form rozwiązania problemu zagubienia i luki informacyjnej wydaje się dobrze przygotowana edukacja dla seniorów. We wspomnianych wyżej okolicznościach praca z informacją jest kluczowa dla procesu podejmowania decyzji w życiu codziennym. Musi być ona bardzo starannie zorganizowana w szczególny sposób, tak aby nikogo nie skrzywdzić, nie naruszyć stereotypów, a pomóc ludziom w zmianie światopoglądu, który bardzo często jest już nieaktualny. W takim przypadku nauczanie "krytycznego myślenia" oznacza pokazanie, co możemy zrobić z nowymi informacjami, jak aktualizować swoją wiedzę, jak rozpoznawać fakty, opinie, fałszywe wiadomości i dezinformacje. Wszystko to może pomóc seniorom zachować bezpieczeństwo i uchronić ich przed staniem się ofiarą oszustów, naciągaczy, naciągaczy, oszustów i populistów politycznych. Do tego celu potrzebni są nauczyciele i organizacje, które mają już doświadczenie w nauczaniu seniorów, nowe organizacje gotowe zmierzyć się z tym problemem, dobrze przygotowani instruktorzy/gerontolodzy/specjaliści z zakresu andragogiki i edukacji dorosłych, wreszcie odpowiedni program nauczania lub propozycja dydaktyczna. Pomysły i koncepcje zaproponowane przez organizacje partnerskie w trakcie realizacji projektu były pierwszymi krokami w komponowaniu odpowiednich materiałów do nauczania krytycznego myślenia.

## Najlepsze praktyki edukacyjne związane z uczeniem seniorów "krytycznego myślenia"



<b>Kraj</b>	Polska
1.	<b>Język:</b> polski/angielski
2.	<b>Tytuł:</b> " Bądź swoim własnym weryfikatorem faktów, bądź bliżej prawdy"
3.	<b>Rodzaj praktyki:</b> kurs z elementami warsztatu
4.	<b>Cele warsztatów:</b> <p>Żyjemy w społeczeństwie informacyjnym, w którym każdy z nas otrzymuje całą masę różnorodnych treści, które bezsprzecznie uznajemy za prawdę. Nasz kurs powstał, aby pomóc wszystkim zainteresowanym i zaprezentować, jak radzić sobie z tym wszechobecnym chaosem informacyjnym. Założeniem projektu jest podkreślenie istoty krytycznego myślenia i odrzucenie bezwarunkowego przyswajania otrzymywanych wiadomości. Chcemy przedstawić sposoby dokładnego sprawdzania prawdziwości podawanych informacji oraz wskazać, na co należy zwracać uwagę podczas ich analizy. Głównym celem proponowanego przez nas kursu jest uwrażliwienie uczestników na znaczenie weryfikowania informacji zawartych w Internecie i przedstawienie im nieskomplikowanego przepisu, jak to robić.</p> <b>Cele szczegółowe:</b>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>● Pokazanie, jak odróżnić informacje sprawdzone, poprawne i prawdziwe.</li> <li>● Przedstawienie cech, które mogą podważać prawdziwość informacji.</li> <li>● Wskazanie wiarygodnych źródeł internetowych.</li> <li>● Zwrócenie uwagi na znaczenie czytania ze zrozumieniem i uważnego analizowania zdań.</li> <li>● Zapoznanie się z przykładami fake news, fałszywych treści, źródeł pseudonaukowych.</li> </ul>
5.	<b>Autorki:</b> Aleksandra Kudźma, Sylwia Kawa
6.	<p><b>Grupy docelowe</b></p> <p>Seniorzy, przeglądając wiadomości, media społecznościowe, gazety internetowe, czasopisma, portale popularnonaukowe, mogą czuć się niedoinformowani. Kurs, który stworzyliśmy, jest przeznaczony dla seniorów, którzy chcą poszerzyć swoją wiedzę z zakresu weryfikowania informacji zamieszczanych w Internecie oraz chcą dowiedzieć się, jak unikać fałszywych treści często publikowanych w mediach.</p> <p>Charakterystyka grupy:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● Wiek - 60 lat i więcej;</li> </ul> <p>Płeć - dla wszystkich;</p> <p>Wymagania specjalne - seniorzy, którzy posiadają podstawowe umiejętności korzystania z Internetu i w zakresie obsługi komputera;</p> <p>Maksymalna liczba uczestników - 20 osób;</p>
7.	<p><b>Opis praktyki:</b></p> <p>Odbiorcami naszego kursu są osoby dorosłe, a dokładniej seniorzy. Ta grupa jest szczególnie narażona na niezrozumienie niektórych informacji. Niezwykle ważne jest, aby uzmysłowić seniorom, jak niezbędna jest weryfikacja wszystkich informacji, które do nich docierają. Jednym z głównych celów jest pokazanie im, jak wiele fałszywych informacji krąży wokół nich i jak je poprawnie weryfikować, aby ich nie powielać, a</p>

	także uniknąć niepotrzebnego stresu z tym związanego.
8.	<b>Czas trwania kursu i działania uzupełniające:</b>  Przybliżony czas trwania kursu - 3 godziny. Kurs podzielony jest na 2 części. Czas trwania obu części wynosi maksymalnie 1 godzinę i 15 minut. Pomiędzy nimi przewidziana jest przerwa dla uczestników.
9.	<b>Wpływ praktyk:</b>  1. Uczestnicy mogą samodzielnie sprawdzić, czy informacja jest fałszywa.  2. Są świadomi istnienia zaufanych źródeł informacji.  3. Potrafią ocenić ryzyko związane z przekazywaniem takich informacji.



<b>Kraj</b>	Czechy
1.	<b>Język:</b> czeski
2.	<b>Tytuł:</b> “Jak nasz mózg nas zwodzi i jak nie dać się oszukać”
3.	<p><b>Cele danego szkolenia/kursu/warsztatu:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- informowanie uczestników o uprzedzeniach poznawczych i funkcjonowaniu mózgu (heurystyka)</li> <li>- zademonstrowanie oczywistych tendencyjności, które się nam zdarzają</li> <li>- poinformować, że świat uległ wielu ulepszeniom</li> <li>- wyjaśnienie, czym jest krytyczne myślenie i opracować kilka ćwiczeń</li> </ul>
4.	<b>Typ praktyki:</b> <i>warsztat</i>
5.	<b>Pomysłodawczyni:</b> <i>Denisa Záborská</i>
6.	<b>Grupy docelowe:</b> zazwyczaj dorośli, mogą być (15-101+)

7.

### **Co robią? Jak to robią? Dla kogo?**

-Warsztaty składają się z trzech części tematycznych.

#### **1. Opis błędów poznawczych oraz myślenia szybkiego i wolnego**

- a) wyjaśnienie, co to znaczy szybkie i wolne myślenie → szybkie myślenie ma tendencję do popełniania błędów (błędów poznawczych)
- b) zademonstrowanie błędów poznawczych wszędzie tam, gdzie jest to możliwe, a następnie opisywanie ich (najlepiej 7 +/- 2) - np. tendencja optymistyczna - kiedy ludzie projektowali Operę w Sydney, ile czasu i pieniędzy spodziewali się, że będzie to wymagało → A ile czasu to zajęło? Ile pieniędzy to kosztowało? Niech zgadną. To było znacznie więcej! - Tutaj możemy nawet wykazać tendencyjność zakotwiczenia

#### **2. Ocena testu pod kątem zgodności z faktami**

- a) wyjaśnienie celu tego testu oraz tego, że prawie wszyscy mają niskie wyniki, nawet ludzie dobrze wykształceni. Ponadto, że istnieje jedna tendencja, która prawdopodobnie zniekształciła nasze myślenie - niech zgadną, która to tendencja
- b) ujawnienie poprawnych odpowiedzi i pytanie o wyniki
- c) omówienie odpowiedzi i szczegółowe wyjaśnienie pojedynczych przypadków (wyjaśnienie różnicy między skrajnym ubóstwem a biedą oraz tego, że dla nas może się to wydawać takie samo, ale dla ludzi, którzy żyją w takich warunkach, różnica jest zauważalna)

#### **3. Wyjaśnienie, czym jest myślenie krytyczne**

- a) wyjaśnienie, czym jest krytyczne myślenie i odróżnienie go od krytyki (negatywnego punktu widzenia, szukania błędów i pomyłek)
- b) dyskusja na temat tego, czego ludzie potrzebują, by myśleć bardziej krytycznie, jak do tego doszło
- c) podkreślenie znaczenia zadawania pytań (nawet głupich) → w ten sposób się uczy → to prowadzi nas do stawiania kolejnych pytań → jest to proces
- d) wyszukiwanie kontrowersyjnych sytuacji lub stwierdzeń i ćwiczenie formułowania pytań oraz proponowania większej liczby wyjaśnień → na

	<p>przykład fałszywy związek przyczynowy (np. jedzenie lodów powoduje utonięcie, a tu jest wykres, który to pokazuje)</p> <p><b>WAŻNA UWAGA:</b> Ponieważ niektórzy uczestnicy kursu mogą czuć się nieadekwatni i niewykształceni, należy powiedzieć, że jest to normalne i wynika z funkcjonowania mózgu. Każdy jest do tego zdolny i dobrze jest mieć wątpliwości przy podejmowaniu nieistotnych decyzji. Powodem, dla którego pokazujemy to zjawisko, jest zapobieganie podejmowaniu ważnych decyzji w oparciu o te błędy poznawcze.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>○ <b>Dlaczego to robią? (potrzeby)</b> - Ciekawość: Ludzie często chcą mieć poczucie, że mają rację, a jeśli uświadomią sobie, że coś jest nie tak, może to wywołać otwartość i chęć uczenia się</li> <li>○ <b>Czas trwania kursu i ewentualnych działań uzupełniających:</b> → warsztat jednodniowy lub dwa krótsze (3 godz. + 3 godz.)</li> </ul>
8.	<p><b>Niezbędne materiały/zasoby:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Znajomość tych książek (<i>Półapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym</i> - D. Kahneman, <i>Factfulness</i> - H. Rosling)</li> <li>- Strony internetowe:</li> <li>- <a href="https://www.gapminder.org/">https://www.gapminder.org/</a></li> <li>- <a href="https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_cognitive_biases">https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_cognitive_biases</a></li> <li>- <a href="http://podcasts.ox.ac.uk/series/critical-reasoning-beginners">http://podcasts.ox.ac.uk/series/critical-reasoning-beginners</a></li> </ul>
9.	<p><b>Wpływ praktyk:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• zdobywanie wiedzy i doświadczenia na temat błędów poznawczych</li> <li>• doświadczenie, w jaki sposób nasze przekonania wpływają na nasze umiejętności zgadywania i przewidywania</li> <li>• zrozumienie roli krytycznego myślenia w życiu człowieka</li> </ul>

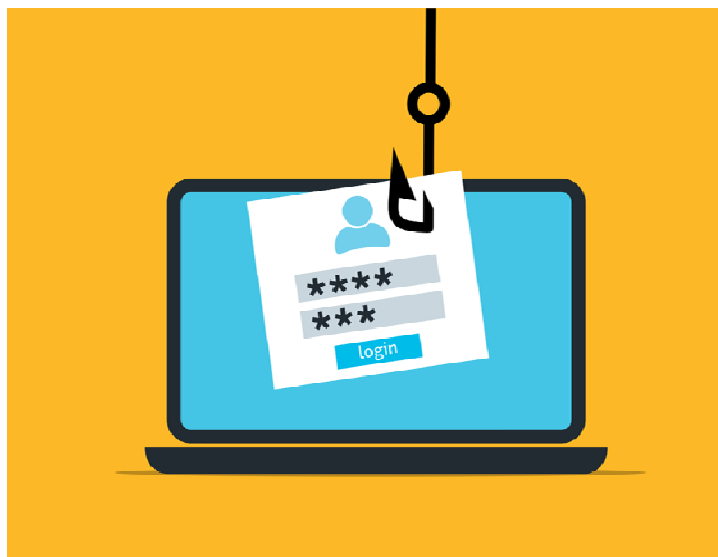


Kraj	Austria
1.	<b>Tytuł:</b> Przedsiębiorczość i umiejętność krytycznego myślenia w nauce języka angielskiego
2.	<b>Rodzaj praktyki:</b> Kurs języka angielskiego
3.	<b>Cele kształcenia:</b> Nabycie umiejętności językowych z uwzględnieniem następujących kompetencji: przedsiębiorczość i krytyczne myślenie.
4.	<p><b>Opis praktyki:</b></p> <p>Zasadniczo lekcje są zorganizowane zgodnie z taksonomią Blooma.</p> <p>Zapamiętywanie, Rozumienie, Stosowanie, Analizowanie, Ocenianie, Tworzenie</p> <p>Jako wskazówki dydaktyczne stosuje się w szczególności następujące zasady:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rozpocznij dyskusję od pytania otwartego.</li> <li>• Daj uczniom czas do namysłu</li> <li>• Poproś uczniów o stworzenie listy argumentów przemawiających za dwiema zupełnie przeciwstawnymi koncepcjami.</li> <li>• Pomóż uczniom wyciągać wnioski i tworzyć powiązania</li> <li>• Analizuj wypowiedzi, częściej pytając później dlaczego</li> <li>• Pomóż uczniom rozwinąć poczucie wiarygodności informacji.</li> <li>• Dopuszczanie innych opinii</li> </ul> <p><u>Metodologia</u></p> <p>Krytycznego myślenia można uczyć w klasie na różne sposoby: Nie ma znaczenia, czy jest ono nauczane w sposób bezpośredni - na specjalnych lekcjach i w formie</p>

	<p>abstrakcyjnych zasad - czy w połączeniu z konkretnymi treściami przedmiotowymi. Promocja jest najbardziej efektywna, gdy abstrakcyjne zasady są wyraźnie nauczone i ćwiczono, a następnie ilustrowane, stosowane i pogłębiane przy użyciu konkretnych tematów.</p> <p>Od (kierowanych) dyskusji w klasie do odgrywania ról; od wyraźnego nauczania ogólnych zasad krytycznego myślenia do ścisłej integracji z treściami konkretnych przedmiotów.</p>
5.	<b>Grupa docelowa: dorośli słuchacze</b>
6.	<b>Czas trwania kursu i ewentualnych działań uzupełniających:</b> Kursy odbywają się w regularnych odstępach czasu, w zależności od zapotrzebowania.
7.	<p><b>Niezbędne materiały/zasoby:</b></p> <p>Flipchart</p> <p>Pisaki do flipchartu</p> <p>Arkusze robocze</p> <p>KOMPUTER</p> <p>Projektor</p>
8.	<p><b>Wpływ praktyki:</b></p> <p>Słuchacze mogą nauczyć się nie tylko narzędzi poznawczych, ale także, do pewnego stopnia, krytycznej postawy w tym procesie. Jak dotąd większość dostępnych badań nad krytycznym myśleniem pochodzi ze świata anglojęzycznego. Jednak w niemieckojęzycznym kontekście szkolnym dostarczają one solidnych dowodów na to, jak nauczyciele mogą wspierać uczniów w kwestionowaniu zagadnień i tworzeniu niezależnych argumentów w klasie.</p>
9.	<p><b>Inicjator / trener</b></p> <p>Organizacja: Akademia Edukacji Obywatelskiej i Promocji Demokracji Działania</p> <p>Facylitatorka: Hauser Petra</p>
10.	<p><b>Link do strony:</b></p> <p><a href="https://www.pb-akademie.at/">ECT Skills &amp; English Language Learning - Akademie für Politische Bildung und demokratiefördernde Maßnahmen (pb-akademie.at)</a></p>
11.	<p><b>Linki do mediów społecznościowych:</b></p> <p><a href="https://www.facebook.com/Erasmus-ECT-Skills-English-Language-Learning/">Erasmus+ ECT Skills &amp; English Language Learning   Facebook</a></p>







<b>Kraj/organizacja</b>	Polska/Fundacja Pro Scientia Publica
1.	<p><b>Tytuł: Phishing</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Hiszpański więzień/Nigeryjski przekręt</li> <li>- Mailing</li> <li>- Sieci społecznościowe (fałszywe profile)</li> <li>- Kradzież tożsamości osoby lub instytucji</li> </ul>
2.	<b>Rodzaj praktyki:</b> Warsztat
3.	<p><b>Cele szkolenia:</b></p> <p><b>Cel główny - przedstawienie wybranej grupie docelowej, tj. seniorom, którzy mogą być najbardziej wrażliwą grupą użytkowników w Internecie, danego problemu związanego z daną metodą wyłudzenia.</b></p> <p><b>Cele szczegółowe:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zwiększenie świadomości na temat aktualnych procesów, jak i możliwych zagrożeń podczas poruszania się w wirtualnej sieci.</li> <li>• Wyjaśnienie uczestnikom schematów phishingu, czyli pokazanie, jak one działają.</li> <li>• Przedstawienie wybranych rodzajów phishingu.</li> <li>• Przedstawienie technik zapobiegania phishingowi.</li> </ul>
4.	<p><b>Opis praktyki:</b></p> <p>Kurs na temat "Phishingu" przeznaczony jest dla osób dorosłych. Na początku</p>

	uczestnicy zapoznają się z treścią kursu, następnie przedstawiane są ważne informacje dotyczące głównego tematu. Po części teoretycznej uczestnicy biorą udział w pracy w grupach, gdzie mogą sprawdzić i wykorzystać zdobytą wiedzę. Na koniec przewidziany jest czas na dyskusję i podsumowanie kursu.
5.	<b>Grupa docelowa:</b> Seniorzy
6.	<p><b>Czas trwania kursu i zajęcia uzupełniające:</b></p> <p>Cały czas trwania zajęć - 90 minut:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Zajęcia organizacyjne i przygotowawcze - 5 min.</li> <li>• Integracja - 5 min.</li> <li>• Wprowadzenie do treści warsztatu - 10 min.</li> <li>• Wprowadzenie do tematu zajęć i określenie problemu - 10 min.</li> <li>• Praca w grupach - 15 min.</li> <li>• Prezentacja wybranych rodzajów phishingu - 10 min.</li> <li>• Praca w grupach - 10 min.</li> <li>• Prezentacja technik chroniących przed phishingiem - 15 min.</li> <li>• Podsumowanie - 10 min.</li> </ul>
7.	<p><b>Niezbędne materiały/zasoby:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• komputer z dostępem do Internetu, projektor</li> <li>• flipchart, zakreślacze</li> <li>• plakaty, notatniki, przybory do pisania</li> </ul>
8.	<p><b>Wpływ praktyki:</b></p> <p>Po ukończeniu kursu uczestnicy zdobywają wiedzę niezbędną do wykrywania i unikania ataków typu phishing.</p>
9.	<p><b>Inicjator/trenerka:</b></p> <p>Magdalena Jaworska (Fundacja Pro Scientia Publica).</p>
10.	<b>Link do strony:</b> <a href="http://www.cybernetsecurityforseniors.eu">http://www.cybernetsecurityforseniors.eu</a>
11.	<b>Linki do portali społecznościowych:</b> <a href="https://www.facebook.com/pg/nmfcss/">https://www.facebook.com/pg/nmfcss/</a>



<b>Kraj/organizacja</b>	Portugalia / COFAC Unisseixal
1.	<b>Tytuł:</b> Psychologia - działania w czasie pandemii
2.	<b>Typ praktyki:</b> przedmiot na uczelni dla seniorów
3.	<p><b>Cele szkolenia:</b></p> <p>W czasie Pandemii, Służba Psychologiczna Casa do Educador &amp; Unisseixal kontynuuje funkcje telepracy, służąc studentom Unisseixal i członkom Cesviver.</p> <p>Obecnie istnieje 5 grup studentów, w których pracują psychologowie, dr Vítor Vitorino i Fiona Sofia, którzy w poniedziałki, środy i piątki przeprowadzają wideokonferencje za pośrednictwem Messengera, a ich treść jest publikowana na stronie na Facebooku: "Unisseixal - Psicologia para A healthy life". Ta dynamika ma na celu promowanie dobrego samopoczucia i towarzyskości poprzez dzielenie się, wzmacnianie relacji międzyludzkich, stymulowanie funkcji poznawczych, a mianowicie uwagi oraz pamięci krótko- i długoterminowej, rozwijanie empowermentu, zapewniając uczestnikom bardziej aktywną i autonomiczną rolę; wszystko to sprzyja poprawie jakości życia, a także zdrowszemu i bardziej aktywnemu procesowi starzenia się.</p>
4.	<p><b>Opis praktyki:</b></p> <p>Konsultacje dotyczące wsparcia i kontynuacji psychologicznej odbywają się telefonicznie lub za pomocą wideorozmowy przez Messenger lub WhatsApp.</p> <p>Nawiązano kontakt telefoniczny ze studentami z klas psychologicznych Unisseixal oraz z członkami Cesviver, aby w razie potrzeby zapewnić im wsparcie psychologiczne, a także, jeśli to możliwe, zaspokoić potrzeby wyrażone przez studentów.</p>

Warto wspomnieć, że badania wskazują, iż programy interwencji poznawczej są skuteczne w stabilizowaniu lub poprawianiu deficytów poznawczych i że w ten sposób sprzyjają utrzymaniu lub zwiększeniu sprawności poznawczej i autonomii osoby, w zależności od cech użytkownika/klienta i ewentualnego urazu.

Program ten jest narzędziem, które umożliwia realizację planów treningu poznawczego online, nadzorowanego i zalecanego, w tym przypadku, przez psychologa, i który jest prowadzony zgodnie z potrzebami danej osoby.

W tym kontekście należy wspomnieć, że istnieje kilka rodzajów ćwiczeń i są one uporządkowane według funkcji poznawczych (uwaga, pamięć, funkcjonowanie wykonawcze, język, zdolności konstrukcyjne i obliczeniowe, a także takie, które pozwalają na ewolucję lub regresję poziomu trudności w zależności od wyników użytkownika/klienta).

Na podstawie różnych sesji zajęć przedstawiamy kilka konkretnych przykładów nagranych na wideo: Pani Adélia Serralha przedstawiła fragment książki Heleny Sacadury Cabral pt: "Moje wybory", który dotyczył Szczęścia, a każdy z uczestników odniósł się do usłyszanego zdania lub słowa, pogłębiając w ten sposób wpływ, jaki ten fragment wywarł na każdego członka grupy.

Pani Maria Alexandrina podzieliła się wierszem Manuela Alegre "Lisboa still", który został omówiony w grupie.

Sesje rozpoczęły się od dzielenia się fragmentami książek i poezji przyniesionymi przez uczestników, analizując każdy z nich i poruszając pewne istotne tematy.

Pani Adélia Serralha przeczytała tekst odnoszący się do zmiany, zaczerpnięty z książki: "Jak stworzyć nowe ja".

Pani Emília Cruz podzieliła się fragmentem Biblii, a pani Maria Justo wyrecytowała wiersz Fernando Pessoa: "czas przekraczania".

Następnie poruszono temat dotyczący "lęku przed wyjściem z domu i konieczności wyjścia z domu nawet na 5 minut"; omówiono strategię wychodzenia z domu na czas, ale bezpiecznie, aby nie dostać ataku paniki, oraz sposoby zwalczania objawów lękowo-depresyjnych wynikających z kwarantanny.

W grupie omówiono korzyści z kwarantanny, aby przeorganizować umysł w kierunku pozytywnego nastawienia. Wśród korzyści wymienianych przez uczestników znalazły

	<p>się: większa solidarność, możliwość wykonywania przyjemnych czynności, takich jak czytanie książki i gotowanie z partnerem, poprawa odżywiania, wzmocnienie relacji rodzinnych i społecznych w domu i poprzez rozmowy wideo, dodatkowa motywacja do stosowania nowych technologii, z naciskiem na pokonywanie trudności, uczenie się i doskonalenie obsługi laptopa, a także reorganizacja rodziny w zakresie telepracy dzieci.</p> <p>Pani Adélia Serralha, zgodnie z ustaleniami, ponownie odczytała tekst: "Jak stawić czoła zmianom" dla koleżanek i kolegów, którzy nie byli obecni na minionym spotkaniu 4-17-20.</p> <p>Pani Maria Justo przedstawiła nam wspaniały fragment książki pt: "Mały Książę", który opowiada o tym, jak każdy z nas zostawia odrobinę siebie w innych i odwrotnie.</p> <p>Pani Lurdes C. Neves Moreira wyrecytowała wiersz Machado de Assis o przyjaźni.</p> <p>Pani Maria Alexandrina wyrecytowała wiersz Manuela Alegre: "Lisboa still".</p> <p>Pani Sebastiana Romana przybliżyła nam fragment książki: "Dieta duchowa", w której poruszono kwestię znaczenia poszukiwania dobrego samopoczucia; a pani Ana Maria Farinha przeczytała fragment książki: "Bogini pozostaje", który odnosił się do znaczenia zdolności do miłości.</p> <p>Grupy zagłębiały się w każdy przeczytany tekst i uważnie go słuchały, podczas gdy każdy z uczestników wyrażał swoją opinię.</p> <p>Pani Isabel Lopes opowiedziała, jak udało jej się zwalczyć strach przed wyjściem z domu, zaznaczając, że ważne było zastosowanie w praktyce strategii omówionych podczas wideokonferencji w dniach 17-4-20, ponieważ dzięki temu czuła się bezpiecznie i mogła cieszyć się tym krótkim czasem, kiedy bezpiecznie wyszła na ulicę, zajmując się grupą, która podjęła próbę już przed 17 kwietnia, ale w domu dostała ataku paniki i nie była w stanie wyjść.</p>
5.	<b>Grupa docelowa: + 55</b>
6.	<b>Czas trwania kursu i ewentualne działania następcze:</b> w ciągu roku i po jego zakończeniu
7.	<b>Niezbędne materiały/zasoby:</b> komputer i Internet
8.	<p><b>Wpływ praktyki:</b></p> <p>Wielką zaletą, jaką mają studenci, którzy przeprowadzają te sesje w domu, na komputerze, ze względu na ograniczenie, jakie pandemia Covid-19 spowodowała w</p>

naszym życiu, jest to, że mogą przeprowadzić sesję treningu poznawczego bez ustalonego czasu, o dowolnej porze, codziennie, sami i/lub w gronie rodzinnym, mając możliwość porównania swoich wyników na koniec sesji.

Obecnie sesje treningu poznawczego za pośrednictwem Cogweb są prowadzone przez niektórych studentów Unisseixal i członków Cesviver, którzy poprosili o tego typu usługę, co inicjuje przezwyciężanie trudności wynikających z różnych blokad, jakie ludzie mieli w stosunku do technologii; w ten sposób promuje się wzrost pewności siebie, dobrego samopoczucia, autonomii, motywacji i poczucia własnej wartości.

Zachęca to ludzi do dalszego życia, do zwracania uwagi na otoczenie i do rozwijania krytycznego myślenia w czasach pandemii.

#### **Wpływ praktyki według świadectw dwóch delegatów:**

Zachęca to ludzi do dalszego życia, do zwracania uwagi na otoczenie i do rozwijania krytycznego myślenia w czasach pandemii.

KRYTYCZNA REFLEKSJA NAD KONSEKWENCJAMI PANDEMII W ODNIESIENIU DO ZDROWIA PSYCHICZNEGO OSÓB STARSZYCH.

Ta globalna pandemia zaskoczyła cały świat.

Stało się jasne, że wiele się zmieni, zwłaszcza mentalność.

Szybko zdano sobie sprawę, że najbardziej dotknięta będzie starsza grupa wiekowa, ze względu na jej ograniczenia dotyczące zdrowia psychicznego i fizycznego.

Bezbronność tych grup pogłębiała izolacja społeczna, pozbawienie wolności, brak czułości. Uniemożliwiono nam przytulanie, całowanie, odwiedzanie, towarzyszenie chorym i zmarłym, co sprawiło, że zaczęliśmy się zastanawiać: Kim jesteśmy? Co się dzieje? Dokąd nas to zaprowadzi?

W pierwszej fazie - niewiedzy, w jaki sposób uzyskamy odpowiedź na rozwiązanie, które przywróci nam wszystko, co utraciliśmy: wiarę i nadzieję - nasi towarzysze pomagali nam stawić czoła nowej rzeczywistości, w której nic już nie będzie takie jak wcześniej. Nauczyliśmy się odporności i umiejętności przystosowywania się do trudnych sytuacji, takich jak nowe technologie, które były lepszym dowodem na pokonywanie trudności.

Jak stawiać czoła nowej rzeczywistości

Poszukiwane są nowe sposoby współistnienia podczas pełnego lockdownu. Wideokonferencje stają się łącznikiem między rodzinami, przyjaciółmi i grupami zawodowymi lub społecznymi, jako sposób walki z izolacją oraz utrzymania aktywności i stymulacji mózgu.

W ramach roku akademickiego Uniwersytetu Seniora w Seixal stworzono kilka grup wideokonferencyjnych, które odbywały się przez 3 miesiące lockdownu, od kwietnia do czerwca 2020 r., dla studentów w wieku od 60 do 80 lat. Sesje te, w których uczestniczyłem, działały jako sposób na zminimalizowanie izolacji, zajęcie czasu, tworzenie i aktywizowanie krytycznego myślenia, wymianę pomysłów i dzielenie się historiami życia, wierszami, gdzie każdy był zaproszony do wniesienia swojego wkładu. Zastosowano kilka technik stymulacji poznawczej poprzez ćwiczenia pamięci, a także wykorzystanie portugalskiego języka migowego jako sposobu stymulacji funkcji poznawczych, związanych z elastycznością rąk, a więc ćwiczeniami fizycznymi.

Wszyscy uczniowie, którzy uczestniczyli w tych inicjatywach, podkreślali ich znaczenie w tak trudnym okresie życia oraz to, jak to wsparcie psychologiczne pomogło zminimalizować szkody wyrządzone przez pandemię.

Krytyczne myślenie ma fundamentalne znaczenie, pozwala nam doskonalić się i osiągać to, co naprawdę ważne.

Przezwyciężając wszystkie przeciwności, uczymy się, że zdrowie fizyczne i psychiczne jest naszym największym atutem i należy je chronić.

Adelia Serralha Studentka nr 1881 w Unisseixal

Doświadczenie - przeżyte w okresie zamknięcia, jako student "Psychologii dla zdrowego życia" w Unisseixal.

W czasie pełnym lęków, wątpliwości i zakazów, byliśmy trzymeni w domu, bez zajęć, bez spotkań towarzyskich i czułości. Szybko rozprzestrzeniający się wirus opanował świat i kazał usunąć wszystko i wszystkich, dopóki nie znajdzie się rozwiązanie, które pozwoli go powstrzymać. Żadnej rodziny, żadnych przyjaciół, żadnych usług publicznych... tylko nakaz pozostania w domu. Życie było zagrożone, a nasz zdrowy rozsądek znacznie osłabiony.

W tym kontekście profesorowie psychologii zaproponowali rozwiązanie oparte na jedynej możliwej alternatywie, jaką było wykorzystanie Internetu do "wirtualnych spotkań".

Profesor Sofia, stażystka pod kierunkiem profesora Vitora Vitorino, była gotowa zorganizować i koordynować komunikację za pośrednictwem "Messengera". Zdawali sobie sprawę, że będzie to doskonały sposób na przetamianie izolacji, dzielenie się pomysłami, uczenie się w grupie oraz zapobieganie zniechęceniu, lękowi i bezruchowi.

Tak też się stało:

- Widzieliśmy się, słyszeliśmy i uśmiechaliśmy się do siebie;
- Dzieliliśmy się strategiami, jak przetrwać tę fizyczną i psychiczną pandemię;
- Nie dopuściliśmy, by depresja wzięła górę;
- Uczyliśmy się z Adelią języka migowego;
- Pisaliśmy i czytaliśmy poezję;
- Dzieliliśmy się lekturami;
- Rozmawialiśmy o książkach i prezentowaliśmy ich zawartość grupie;
- Wymienialiśmy się przepisami kulinarnymi;
- Przedstawiliśmy propozycje wykonania naszych masek;
- Rozmawialiśmy o odporności, wdzięczności, zdrowym odżywianiu i potędze naszego umysłu we wdrażaniu strategii na rzecz spokojnego i zdrowego życia;
- Rozwijaliśmy krytyczne myślenie i zdolność do autorefleksji jako sposób na poprawę naszego stylu życia.
- Przeprowadziliśmy trening poznawczy z wykorzystaniem programu stymulującego zmysły i zdolność koncentracji.

Wnioski:

Uczestnictwo w programie, który pozwolił nam myśleć, zastanawiać się nad istotnymi kwestiami życiowymi oraz werbalizować pomysły, koncepcje i uczucia, było prawdziwą przyjemnością.

Różnorodność wypowiedzi pozwoliła nam skupić się na pozytywnych, asertywnych praktykach rozwoju osobistego.



	<p>Ręce ćwiczone podczas nauki "języka migowego", a koncentracja została uaktywniona, ponieważ byliśmy zaangażowani w uczenie się i robienie tego dobrze.</p> <p>W trakcie tej dynamicznej wymiany wiedzy i myśli zyskaliśmy dobre samopoczucie, pewność siebie i poprawiliśmy jakość życia.</p> <p>To innowacyjne doświadczenie sprawiło, że wyszliśmy z naszego kokonu samotności i uświadomiliśmy sobie, że wychodzenie, by spotykać się z innymi, jest najlepszym sposobem na utrzymanie aktywnego, uporządkowanego i ukierunkowanego myślenia.</p> <p>Świadectwo Marii Sebastiany Miguel Romana</p>
9.	<p><b>Inicjator/trener</b></p> <p>Organizacja: UNISEIXAL</p> <p>Facylitatorzy: Vitor Vitorino and Fiona Sofia</p>
C	<p><b>Linki do stron internetowych:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <a href="https://psisaudavel.blogs.unisseixal.org/2020/05/">https://psisaudavel.blogs.unisseixal.org/2020/05/</a></li> <li>• <a href="https://www.cogweb.pt/">https://www.cogweb.pt/</a></li> </ul>
11.	<p><b>Linki do portali społecznościowych:</b></p> <p><a href="https://www.facebook.com/unisseixal.senior">https://www.facebook.com/unisseixal.senior</a></p>

## Litwa

Studium przypadku: Magazyn 60+

Bezpłatny magazyn dla seniorów "60 plus"

Magazyn analizuje bardzo szeroki zakres tematów istotnych dla osób starszych: zdrowie, wypoczynek, moda, rozmowy z ciekawymi ludźmi, jedzenie itp. "Chcę przekonać i zainspirować wszystkie starsze osoby, że starość to nie tylko siedzenie w domu i patrzenie przez okno. To druga młodość, a może nawet okres dojrzewania czy dzieciństwa!" - mówi Laura Balčiūtė, twórczyni i założycielka magazynu.

Czasopismo ma na celu zapoznanie seniorów z różnorodnymi zajęciami i aktywnościami, które mogą wzbogacić ich życie. Opisuje podróże po Litwie i przedstawia przydatne informacje na temat różnych dolegliwości zdrowotnych. Znajdują się tu artykuły informacyjne, w których na pytania odpowiadają specjaliści posiadający własną wiedzę:

lekarze, wykładowcy, trenerzy itp. Ma to na celu zainspirowanie seniorów do spróbowania czegoś nowego i dowiedzenia się przydatnych informacji bezpośrednio od specjalistów.

Wprowadzony na rynek w 2017 r. magazyn okazał się wielkim sukcesem. Jest to pierwsze na Litwie czasopismo przeznaczone dla tej szczególnej grupy odbiorców.

Założycielka magazynu mówi, że pomysł na ten projekt nie zrodził się z pobudek komercyjnych, ale z wielkiej miłości i szacunku do swoich dziadków Jadvygi i Jonasa. Dzięki nim, jak twierdzi, zrozumiała, że to nie przedmioty należy szanować i cenić, ale człowieka, o którego trzeba dbać. Kiedy zaczęła zmierzać w tym kierunku - komunikować się z innymi starszymi ludźmi, dowiadywać się, czego im brakuje, czego potrzebują - Laura mówi, że poczuła wielką pełnię życia. Komunikacja stopniowo zainspirowała wydanie bezpłatnego magazynu przeznaczonego specjalnie dla seniorów. Magazyn 60+ został stworzony, aby motywować seniorów do dalszego aktywnego życia i nieustannego cieszenia się życiem. Przecież życie nie kończy się po przejściu na emeryturę; to najpiękniejszy czas, kiedy można je poświęcić tylko sobie. Bardzo zależy jej również na tym, aby zmienić myślenie ludzi, że osoby starsze dbają tylko o zdrowie, ponieważ są one tak samo zainteresowane innowacjami i bardzo ciekawym światem.

Tworząc projekt "60+" i myśląc o wydaniu magazynu, Laura mówi, że nie stawiała sobie zbyt wielkich zadań - do tego działania zainspirowała ją po prostu wielka miłość i wdzięczność do dziadków, których niestety już nie ma. "Za wszystko, co od nich dostałam: za miłość, za zrozumienie wartości życia, chciałam stworzyć dla nich coś pożytecznego, jako podziękowanie dla osób starszych. Pomyślałam, że ciekawie byłoby zebrać w jednym miejscu oferty różnych firm, zniżki i świadczenia dla nich" - wspomina L. Balčiūtė.

Grupa starszych odbiorców jest bardzo zróżnicowana. "Jedni są jeszcze dość silni, zdrowi, pracowici, długo zwlekają z odejściem na zasłużony odpoczynek, pełni entuzjazmu i pomysłów. Inni są już wyraźnie zmęczeni, wprawdzie pracujący, ale zmuszeni do czekania na tzw. zasłużony komfort ze względu na wydłużony wiek emerytalny, i sfrustrowani, bo stracili radość życia. A jeśli dodamy ten "plus"... to jest jeszcze bardziej różnorodnie. Często osoba w tak szacownym wieku żyje samotnie, straciwszy już partnera życiowego i bliskich. Istnieje więc prawdopodobieństwo, że czuje się samotna" - mówi wydawca. W jaki sposób czasopismo przyczynia się do krytycznego myślenia i ograniczania stereotypów?

Treści zawarte w magazynie są skierowane wyłącznie do osób starszych. Celem wydawców jest obalenie stereotypów i pokazanie, że na tym etapie życia każdy może żyć pełnią życia, pełnego różnych aktywności, komunikacji z innymi ludźmi i radości życia. Autorzy starają się pokazać, że życie jest piękne i pełne różnych barw, a radości życia można doświadczyć nie tylko w młodości, ale także w starszym wieku.

"Spotkania, rozmowy, listy o różnych sprawach istotnych dla ludzi w tym wieku ujawniły jeszcze jedną kwestię, że nadmierna dbałość o młodość (powiedzmy, kult młodości) w naszym kraju zepchnęła na dalszy plan wiele spraw istotnych dla starszego pokolenia. A rzeczywistość jest zupełnie inna: nasze społeczeństwo jest dość mocno starzejące się, być może z powodu nadmiernej emigracji ludzi młodych i osób w średnim wieku. Dlatego tematy dotyczące życia koncentrują się dziś wśród starszego, a nie młodszego pokolenia" - mówi Laura Balčiūtė, autorka i wydawca magazynu. "Z zadowoleniem należy przyjąć wszystkie prywatne inicjatywy, które starają się wypełnić luki w podejściu do starszego pokolenia, gromadzić ludzi o podobnych poglądach, szukać coraz atrakcyjniejszych pomysłów, które pomogą namalować życie seniorów w nowych barwach, nadać jego codzienności poczucie pełni, uczyć się od nich życiowej mądrości. To jest bezcenne" - mówi L. Balčiūtė.

Wydawca magazynu twierdzi również, że organizując różne zajęcia dla seniorów (takie jak Kino 60 Plus itp.), przyczynia się do zmniejszenia innych stereotypów dotyczących osób starszych. Tradycyjnie wyobraża się je sobie jako pełne chorób, w ciągłym złym humorze, niezadowolone, nieszczęśliwe i "pozbawione stylu".

Ale patrząc na to, jak wiele różnych organizacji, klubów i wspólnot stworzyli, ta bierność jest tylko mitem. Wręcz przeciwnie, są oni aktywni i zainteresowani wieloma różnymi rzeczami. Specjalistyczna publikacja dla tej grupy odbiorców pomaga rozpowszechniać informacje o witalności tej grupy wiekowej, chęci korzystania z życia i angażowania się w różne interesujące ich działania.

Źródła:

[https://www.delfi.lt/m360/naujausi-straipsniai/zurnalas-nusitaikes-i-daugelio-pamirsta-seneliu-auditorija.did=79684503&fbclid=IwAR0AdZFX9sF9WBiHxiiknjDSxVrD9ytbh3kQCBAqT72\\_GqLMrNL2O0pZiQ8](https://www.delfi.lt/m360/naujausi-straipsniai/zurnalas-nusitaikes-i-daugelio-pamirsta-seneliu-auditorija.did=79684503&fbclid=IwAR0AdZFX9sF9WBiHxiiknjDSxVrD9ytbh3kQCBAqT72_GqLMrNL2O0pZiQ8)

<https://60plus.lt/apie/> | 60 plus

<https://www.moteris.lt/lt/veidai/g-53667-zurnala-seniorams-leidzianti-laura-balciute-noriu-irodyti->

[kad-senatve-nera-vien-sedejimas-namuose-ir-ziurejimas-pro-langa](#)

rzygotowane przez dr Rutę Klimasauskiene, Alfa idėjos ir technologijos, partnera projektu CRTITHINK w programie ERASMUS+.

## Wnioski

Prezentowanie i porównywanie różnych koncepcji pracy edukacyjnej z seniorami oraz podnoszenie ich umiejętności krytycznego myślenia stanowiły wartość dodaną do projektu. Partnerzy projektu z Austrii, Czech i Polski koncentrują się bezpośrednio na kursach krytycznego myślenia. Istnieje jasno zdefiniowana koncepcja "krytycznego myślenia w bezpośrednim nauczaniu". Kursy z Litwy i Portugalii są bardziej związane z kreatywnością, która jest umiejętnością ściśle powiązaną z myśleniem krytycznym. Oznacza to, że każdy kurs, który jest nastawiony na kreatywność, powinien jednocześnie podnosić umiejętność krytycznego myślenia.

Dzięki różnorodnym propozycjom kursów opracowanym przez organizacje z ogromnym doświadczeniem mamy:

- wiele perspektyw kształcenia seniorów w zakresie krytycznego myślenia;
- jasne koncepcje zajęć;
- materiały dydaktyczne.

Bibliografia:

<https://drive.google.com/drive/folders/1aYmnNQARK879FQXlpl5rm28Yl2t0Lsdv?usp=sharing>

<https://portal.abczdrowie.pl/koronawirus-fakty-i-mity-dotyczace-zagrozenia>

<https://www.gs1pl.org/dokumenty/branze/transport-spedycja-logistyka-tsl/257-raport-na-temat-branzy-kurierskiej/file>

Domínguez, C. (2019). Nota Introdutória: Pensamento crítico no ensino superior: formação docente, práticas letivas e instrumento de avaliação, *Revista Lusófona de Educação*, 44, 137-140 doi: 10.24140/issn.1645-7250.rle44.08

Dostępne na *file:///C:/Users/Antonio%20Fonseca/Downloads/6866-Texto%20do%20artigo-20108-1-10-20190819%20(2).pdf*, dostęp z dnia 20 czerwca 2020.

Mesquita, M., Carvalho, M., Pereira, E., Puga, P., Azevedo, F. (2019). A Desinformação - Contexto Europeu e Nacional. *ERC—Entidade Reguladora para a Comunicação Social* Dostępne na

[https://www.parlamento.pt/Documents/2019/abril/desinformacao\\_contextoeuroeunacional-ERC-abril2019.pdf](https://www.parlamento.pt/Documents/2019/abril/desinformacao_contextoeuroeunacional-ERC-abril2019.pdf), , dostęp z dnia 20 czerwca 2020

Posetti, J., Ireton, C., Wardle C., Derakhshan, H., Matthews, A., Abu-Fadil, M., Mantzarlis, A. (2019). Journalism, 'Fake News' and Disinformation: A Handbook for Journalism Education and Training [Dziennikarstwo, "Fake News" i dezinformacja: Podręcznik do kształcenia i szkolenia dziennikarzy]. UNESCO: *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* , Dostępne na <https://en.unesco.org/fightfakenews>, , dostęp z dnia 20 czerwca 2020

<http://www.hoaxsearch.com/>

## Aneks

Denisa Zábránská

### *Critical Thinking as an important skill of our time*

(opublikowane na platformie EPAL 3 lutego 2020 r.)

#### **Czym jest krytyczne myślenie?**

Wiele osób myśli, że krytyczne myślenie jest związane z krytyką w sensie słowa wyrażającego dezaprobatę wobec kogoś lub czegoś, ale jest to raczej coś innego. Słowo "krytyczny" jest związane z greckim słowem κριτικός (kritikós, "z lub dla osądzania, zdolny do rozeznania"). Krytyczne myślenie to umiejętność myślenia i rozumowania, w której myśli są oceniane pod kątem ich jasności, trafności, adekwatności i logiczności. Nie oznacza to przyjmowania wszystkich argumentów i wniosków, które mogą się pojawić. W tym procesie ważne jest poszukiwanie dodatkowych informacji, kwestionowanie ich źródeł i własnych przekonań, a także otwartość na alternatywne możliwości i dowody, które nie potwierdzają naszych preferowanych opinii.

Choć kolokacja "krytyczne myślenie" ma swoje korzenie w połowie końca XX wieku, to jej ideę można odnaleźć już w starożytnej Grecji, około 2500 lat temu. Jednym z czołowych myślicieli krytycznych był Sokrates. Wielu zna jego metodę zadawania pytań, zwaną "sokratejskim stawianiem pytań", która do dziś jest ceniona jako jedna z najlepszych strategii nauczania krytycznego myślenia. Promował on także znaczenie poszukiwania dowodów, sprawdzania rozumowania i założeń oraz analizowania nie tylko tego, co zostało powiedziane, ale także tego, kto to powiedział i jak to odpowiada rzeczywistości.

Krótko mówiąc, myślenie krytyczne to kierowane przez samego siebie racjonalne myślenie, które jest próbą rozumowania na najwyższym poziomie jakości. Polega ono na weryfikowaniu własnych opinii i oczyszczaniu ich z tendencji egocentrycznych. Ważne jest, aby starać się unikać błędów w rozumowaniu, uprzedzeń, stronniczości, zniekształceń i innych błędów spowodowanych ludzką irracjonalnością.

A jakie są znane błędne przekonania? Jest ich mnóstwo i są one nazywane zbiorczo błędami poznawczymi (cognitive bias). Niektóre z nich są ogólne, bardziej powszechne, jak np. błąd

potwierdzenia (confirmation bias), czyli tendencja do przetwarzania i preferowania informacji zgodnych z istniejącymi przekonaniem. Inne są specyficzne, na przykład efekt Forera, który oznacza przyjmowanie niejasnych i bardzo ogólnych opisów osobowości jako unikalnych i doskonale pasujących. Warto też pamiętać, że istnieją błędy w argumentacji, które mogą wydawać się logiczne, ale w rzeczywistości takie nie są.

### **Nasz projekt CriThink w ramach programu Erasmus+**

W listopadzie 2020 r. w Portugalii odbyło się pierwsze spotkanie w ramach naszego międzynarodowego projektu Erasmus+ CriThink ([www.crithink.eu](http://www.crithink.eu)), w którym będziemy dzielić się naszymi najlepszymi praktykami i omawiać inne sposoby nauczania krytycznego myślenia dorosłych uczniów. W projekcie tym uczestniczą osoby z pięciu różnych krajów europejskich i trwa on dwa lata. Eksperti ds. edukacji z Czech, Polski, Austrii, Słowenii i Portugalii będą współpracować w badaniach nad nowym spojrzeniem na krytyczne myślenie.

Chcielibyśmy przedyskutować i podzielić się wiedzą na temat krytycznego myślenia w naszych krajach, a także roli historii, społeczeństwa itp. w kształtowaniu tego punktu widzenia. Zagłębimy się w ten temat, aby odkryć nowe interesujące informacje i podzielić się zdobytą wiedzą na naszej stronie internetowej [crithink.eu](http://crithink.eu). Zapraszamy zatem wszystkich do zapoznania się z wynikami naszych badań.

Główną grupą docelową projektu są seniorzy w wieku 55+, którzy nie są w stanie odpowiednio przetworzyć dużej ilości informacji pochodzących z Internetu. Drugą grupą docelową są rodziny seniorów, zwłaszcza wnuki (małe dzieci), które są również bardzo wrażliwą grupą ze względu na postrzeganie ich w świecie.

### **Dlaczego ważne jest kształcenie krytycznego myślenia u dorosłych słuchaczy?**

Niektórzy ludzie są przekonani, że już wiedzą, jak "myśleć krytycznie", ponieważ mają zdrowy rozsądek. Można powiedzieć, że zdrowy rozsądek jest pierwszym stopniem na wymyślonych schodach, a ważne jest, aby mieć kontakt z rzeczywistością i dalej rozwijać krytyczne myślenie. Uważamy, że jest to ważne w dzisiejszych czasach, ponieważ mamy dostęp do ogromnej ilości informacji i musimy wybierać dobre źródła.



(Źródło: EPALE [https://epale.ec.europa.eu/en/content/critical-thinking-important-skill-our-time?fbclid=IwAR02UMI4GDuajWtiAh3NWMqiTENg-Wi\\_2YK8wZogWe4-KMEgAiMXHprYY0](https://epale.ec.europa.eu/en/content/critical-thinking-important-skill-our-time?fbclid=IwAR02UMI4GDuajWtiAh3NWMqiTENg-Wi_2YK8wZogWe4-KMEgAiMXHprYY0))

Mojca VUKOVIČ

## **ERASMUS + PROJECT CRITHINK: FAKE NEWS DURING THE COVID-19 PANDEMIC**

(opublikowane na platformie EPAL 3 lutego 2020 r.)

Projekt Erasmus+ CriThink, w którym uczestniczą partnerzy z Czech, Portugalii, Polski, Austrii, Litwy i Słowenii, zajmuje się tematem krytycznego myślenia. Kiedy więc partnerzy zauważyli dużą ilość fałszywych wiadomości w mediach podczas pandemii wirusa Covid-19, postanowili przeprowadzić badania na ten temat i porównać wyniki uzyskane w różnych krajach partnerskich. Wyniki wykazały duży wzrost liczby fałszywych wiadomości we wszystkich krajach partnerskich projektu, a niektóre z nich przedstawimy w niniejszym artykule. Na przykład w Austrii w różnych grupach na Whatsapp krążyła duża liczba fałszywych wiadomości. Jedną z nich miała formę wiadomości głosowej, w której twierdzono, że Uniwersytet Wiedeński odradza ludziom przyjmowanie pewnych środków przeciwbólowych. Twierdzenie to zostało bardzo szybko zdementowane przez Uniwersytet, ale do tego czasu wiadomość ta była już wielokrotnie udostępniana. W Republice Czeskiej jednym z największych fake newsów było twierdzenie, że IBUPROFEN (lek przeciwbólowy) pogarsza przebieg choroby. Informacje te zostały kilkakrotnie zdementowane przez Państwowy Urząd Kontroli Leków Republiki Czeskiej (SUKL) i Ministerstwo Zdrowia. Na Litwie wśród ludności panował stres i niepokój, a także wiele mylnych informacji dotyczących rozprzestrzeniania się wirusa, skuteczności noszenia masek, kontaktu z ludźmi itp. Pojawiło się wiele kontrowersyjnych informacji z różnych źródeł na temat skuteczności masek, zwłaszcza że na początku kryzysu w kraju odczuwano brak masek, a komunikaty rządowe dotyczyły głównie znaczenia mycia rąk. Później noszenie masek stało się obowiązkowe, ale wielu osobom trudno było dostosować się do tej sytuacji, ponieważ wcześniej były przekonane o zupełnie innym podejściu. W Portugalii wykryto wiele przypadków fałszywych wiadomości, z których najpopularniejsze dotyczyły zabiegów z wykorzystaniem wód termalnych, tego, że osoby zakażone bezobjawowo nie zarażają innych, oraz tego, że maski z Chin i Indii mogą być skażone. Pojawiło się wiele fałszywych wiadomości, w których twierdzono, że domowy przepis na aspirynę, antybiotyki i waporyzację eukaliptusem jest skutecznym sposobem leczenia. Podobne fałszywe wiadomości pojawiły się w Słowenii, gdzie twierdzono, że można wyeliminować objawy

Covid-19 w ciągu jednej nocy, po prostu wypijając filiżankę ugotowanego czosnku. W Polsce fałszywą informacją dotyczącą zapobiegania zakażeniom było picie czystego alkoholu. Wszystkie wyżej wymienione stwierdzenia okazały się bezpodstawne i kłamliwe. Na przykład w Słowenii wiele osób było zszokowanych fałszywą informacją, że armia USA przygotowuje się do inwazji na całą osłabioną przez wirus Europę. Prawda była taka, że NATO przeprowadzało szeroko zakrojone ćwiczenia wojskowe, które zostały ogłoszone w październiku ubiegłego roku. W Polsce odnotowano wiele przypadków fake newsów dotyczących zwierząt domowych, a w Internecie roiło się od zdjęć kotów i psów porzuconych przez właścicieli, którzy obawiali się zarażenia przez nie wirusem Covid-19. Światowa Organizacja Zdrowia poinformowała, że jak dotąd nie znaleziono naukowych dowodów na to, że zwierzęta domowe, takie jak koty i psy, mogą być zarażone wirusem, co oznacza, że nie mogą go przekazać ludziom - zalecono jednak mycie rąk po kontakcie ze zwierzęciem. Kraje w różny sposób zareagowały na walkę z fake newsami. W Austrii rząd powołał "cyfrowy zespół zarządzania kryzysowego", którego zadaniem było identyfikowanie i oznaczanie fałszywych doniesień na temat koronawirusa. Tylko w ciągu pierwszego tygodnia wykryto około 150 fałszywych wiadomości. W niektórych krajach istnieją stowarzyszenia zajmujące się problemem fałszywych wiadomości. Na przykład w Austrii od 2011 r. działa stowarzyszenie Mimikama, zajmujące się edukacją na temat nadużyć w Internecie. W Portugalii w celu zwalczania problemu fake newsów utworzono partnerstwo między DGS a redakcją prasową Polígrafo-SIC. Jego głównym celem jest analizowanie faktów i sprawdzanie prawdziwości informacji krążących wśród społeczeństwa, w oparciu o wiarygodne informacje naukowe i archiwa dziennikarskie. W Słowenii niektóre portale starają się wyeliminować ilość i skutki fake newsów, m.in. Centrum Dziennikarstwa Śledczego w regionie Adriatyku oraz strona <https://neja.sta.si/>, na której można znaleźć artykuły na temat fake newsów. W wielu krajach dostrzeżono, jak ważne jest korzystanie z porad osób specjalizujących się w tej dziedzinie nauki. W Polsce, na przykład, dr Paweł Grzesiowski, prezes zarządu Fundacji "Instytut Profilaktyki Zakażeń" i ekspert w dziedzinie immunologii i terapii zakażeń, który w jednym z wywiadów udzielił kluczowych informacji na temat spekulacji dotyczących tego, jak długo wirus pozostaje na opakowaniu i czy zostało ono w jakiś sposób zainfekowane podczas pakowania. Sytuacja z fake newsami i zapobieganiem im jest coraz lepsza, ale nadal pozostaje wiele do zrobienia, aby edukować i informować ludzi o tym, jak rozpoznawać fake newsy i jak sprawdzać, czy wiadomości, które czytają, są wiarygodne, czy nie.

(Źródło: <https://epale.ec.europa.eu/en/blog/erasmus-project-crithink-fake-news-during-covid-19-pandemic> )

Hana Čepová

### *Overview Crithink Books*

(opublikowane na EPALE w dniu 11 marca 2021 r.)

W 1995 r. José Cardoso Pires doznał udaru mózgu. Zmieniło to jego życie z powodu poważnej utraty pamięci. Okres ten określił jako "białą śmierć", która doprowadziła go do bycia "tym innym, którym jestem". Świadectwo, które napisał José Cardoso Pires - *The Slow Waltz* - jest bardzo ważną refleksją na temat potrzeby pamięci, która jest nam potrzebna, aby być tym, kim jesteśmy teraz. Utrata pamięci jest równoznaczna z tym, że każdy z nas traci samego siebie. Otchłań zapomnienia wtrąca nas w nie-miejsce, w relację ze światem wywłaszczonym, w którym nie mamy już na co czekać. Powolny walc wyznacza proces odzyskiwania, nawiązując do powolności, jakiej wymaga odzyskanie pamięci, i zdejmując z oczu opaskę, która nie pozwala nam zrozumieć codzienności. To, co było mną, staje się "innym mną" i uniemożliwia nam "upolowanie" zrozumienia tego, co realne. Powrót do życia jest uzależniony od odzyskania pamięci. Książka José Cardoso Piresa zwraca naszą uwagę na znaczenie pamięci.

Teraz okazuje się, że dzisiejszy frenetyczny tryb życia prowadzi nas do utraty pamięci w inny sposób. Ta nowa patologia stawia nas w chaotycznej sytuacji utraty pamięci, na co zwrócił uwagę José Cardoso Pires.

Świat kręci się z zawrotną prędkością i wymaga od nas równie szybkiej reakcji. System szybki jest bardziej związany z reakcjami automatycznymi i nieświadomymi. Szybkie myślenie nie patrzy w przeszłość, nie bierze pod uwagę historii, nie ma czasu na refleksję. Dlatego uważamy, że Maffei (2018) może wnieść istotny wkład. W tym sensie myślenie krytyczne może być prawdziwie krytyczne tylko wtedy, gdy jest krytyczne w czasie. Myślenie krytyczne nie może być wyabstrahowane z czasu. Inteligencja myślenia krytycznego musi rozciągać się na przepływ czasu. Maffei (2019, s.122) mówi nam, że patrzeć jest związane z szybkim myśleniem. Widzenie to powolne myślenie. Widzi się za pomocą umysłu, a nie oczu. Widzimy za pomocą słów historii, które są w naszej pamięci.

Bez tego cierpimy na prozopagnozę. Krytyczne myślenie staje się obowiązkiem samego rozumu.

System szybkiego myślenia jest podatny na błędy. System powolny jest bardziej niezawodny. Maffei (2018, s.62) mówi nam, że "System powolny ma złożone mechanizmy, które obejmują relacje między obszarami korowymi i podkorowymi, mechanizmy, które są nadal w dużej mierze nieznane, obejmujące pamięć, uwagę, wolę...". Z drugiej strony, system wolny wpływa na system szybki, w odniesieniu do modulacji jego prędkości i projekcji informacji.

Szybkie myślenie nie patrzy w przeszłość ani w przyszłość, nie bierze pod uwagę historii, nie ma czasu na refleksję nad nimi. Myślenie powolne to myślenie ciężkie, które dźwiga ciężar pamięci, ciężar wątpliwości i niepewności rozumowania (Mafesi, 2018, s.91). W tym sensie uważamy, że myślenie krytyczne nie może popaść w błąd utraty pamięci, właściwy myśleniu szybkemu.

W perspektywie bardziej dydaktycznej przywołuje się Petera Cokana, który przedstawia przewodnik do rozwoju umiejętności intelektualnych. Cokan wykorzystuje w swojej pracy najnowocześniejsze metody i odkrycia naukowców, a także własne doświadczenia zdobyte w ramach edukacji formalnej i nieformalnej.

Stosuje krytyczne myślenie w pracy osobistej i zawodowej (szeroki zakres zadań).

Podręcznik daje młodym ludziom możliwość nauczenia siebie i innych młodych ludzi, jak postępować i myśleć krytycznie. Pomaga czytelnikowi uzyskać szerokie spojrzenie na zagadnienie krytycznego myślenia oraz odróżnić myślenie krytyczne od krytyki.

Lektura podręcznika pomoże czytelnikowi zapoznać się z umiejętnościami krytycznego myślenia. Obejmuje on takie obszary, jak świadomość, analiza i ocena informacji. Przedstawia podstawowe strategie skutecznego uczenia się i krytycznego myślenia, które umożliwiają uczenie się i myślenie na wyższym poziomie oraz pozwalają jednostce na bardziej przejrzyste myślenie w celu skuteczniejszego rozwiązywania problemów.

Robert Cialdini ze swojej strony chwali myślenie krytyczne jako najszerszą formę myślenia. W ujęciu tej grupy każdy rodzaj samodzielnego myślenia, przemyślenia, myślenia intersystemowego, analizy, rozumowania i porównywania źródeł może być formą i/lub częścią krytycznego myślenia.

Uważa się, że prace Roberta Cialdiniego mają duży wpływ na krytyczne myślenie. To odniesienie działa w przeciwnym kierunku niż perspektywa przedstawiona przez Maffei. W pewien sposób chwalone są skróty, ponieważ w naszym życiu musimy podejmować bardzo szybkie decyzje. Uważa się, że w wielu sytuacjach tego typu reakcja jest bardzo ważna, ponieważ zyskujemy czas na inne czynności. Autor opisuje 6 podstawowych reguł wpływu społecznego: wzajemność, zaangażowanie i konsekwencja, dowód społeczny, smak, autorytet, rzadkość. Wszystkie reguły są zdefiniowane i opisane w powiązaniu z naszymi codziennymi przykładami oraz z naukowymi wyjaśnieniami z zakresu psychologii społecznej.

Godną polecenia książką jest *Factfulness* Hansa Roslinga, ponieważ aktualizuje ona naszą wiedzę i walczy z uprzedzeniami. Książka zawiera krótki test, który pomógł wielu osobom. Ponadto autor chwali w niej krytyczne myślenie i pokazuje dobre przykłady ze swojego życia, które pomogły mu w danej sytuacji, a nawet uratowały mu życie.

Książka jest godna polecenia, ponieważ zmieniła życie autora. Książka dodała mu entuzjazmu i sprawiła, że poczuł, iż pracuje nad ulepszeniem siebie i świata.

Inną polecaną książką jest Harry Potter, zabawna książka z gatunku fanfiction. Jest ona uważana za wyjątkową, ponieważ Harry w bardzo prosty sposób wyjaśnia w niej wiele zasad nauki i eksperymentów.

Książka Stelle Cottrell "Critical Thinking Skills" (Umiejętność krytycznego myślenia), uznawana za wiodącego specjalistę w dziedzinie umiejętności uczenia się, stanowi niezbędny przewodnik dla studentów wszystkich kierunków i na różnych poziomach.

Wyróżnia się rozdział 6 "Czytanie między wierszami". Rozdział ten daje możliwość: rozpoznawania założeń leżących u podstaw argumentów i identyfikowania ukrytych założeń; oceniania, kiedy argument jest prawdopodobny i oparty na fałszywych przesłankach; rozumienia, co oznacza "argument ukryty", i rozpoznawania takich argumentów, kiedy się pojawiają; rozumienia, co oznaczają pojęcia "denotowane i konotowane", i zdolność rozpoznawania ich w argumentach.

Książka zawiera wiele ćwiczeń dla uczniów. Inne rozdziały uznane za interesujące to: Co to jest krytyczne myślenie i refleksja krytyczna.

(Materiał opracowali: Brás José, Carmo António, Neves Maria, Ramilo Teresa, z Uniwersytetu Lusofona, źródło:

[https://epale.ec.europa.eu/cs/node/169489?fbclid=IwAR2fxNx87AJVZoX0PtwNWTznOsjbHjRZrMWaLkDXVX\\_VfVR-7H6yJvBq74o](https://epale.ec.europa.eu/cs/node/169489?fbclid=IwAR2fxNx87AJVZoX0PtwNWTznOsjbHjRZrMWaLkDXVX_VfVR-7H6yJvBq74o))

### Bibliografia

Cialdini, R. *Influence: Science and Practice*. 4th Edition [Wywieranie wpływu na ludzi Teoria i praktyka].

Cokan, P. *Manual Kritično razmišljanje: Priročnik za mladinske delavce (Critical thinking: A guide for youth workers)* [Myślenie krytyczne: Przewodnik dla osób pracujących z młodzieżą]. Dostęp

[https://www.academia.edu/20203564/Kriti%C4%8Dno\\_razmi%C5%A1ljanje?email\\_work\\_card=view-paper](https://www.academia.edu/20203564/Kriti%C4%8Dno_razmi%C5%A1ljanje?email_work_card=view-paper) dnia 2020/10/22.

Cottrell, S. *Critical Thinking Skills -Effective analysis, argumene and reflection* [Umiejętność krytycznego myślenia - Skuteczna analiza, argumentacja i refleksja].Macmillan study skills.

Maffei, L. (2018). *Elogio da Lentidão*. Edições 70. Lisboa.

Pires, J. (1997). *De Profundis* , Valsa Lenta. Ed. Publicações D. Quixote. Lisboa.

**Zdjęcia:**

<https://crithink.eu/>

Handwriting Text Entrepreneur Loading by Jernej Furman - [Flickr](#)

Truth by Nick Youngson CC BY-SA 3.0\_ - [Alpha Stock Images](#)

Psychology by Nick Youngson CC BY-SA 3.0 - Pix4free

<https://pixabay.com/pl/vectors/m%c3%b3zg-innowacja-kreatywno%c5%9b%c4%87-4389724/>

<https://pixabay.com/pl/vectors/wy%c5%82udzenie-informacji-referencje-6573326/>

*Dokument dostępny w Internecie, nieodpłatnie i w ramach otwartych licencji.*