



*Guidance and Learning
App for Adult Digital Education*

GLAD

Guidance and Learning App for Adult Digital Education

Podręcznik dla trenerów:

Kształtowanie umiejętności rodziców w erze cyfrowej

Wsparcie Komisji Europejskiej dla produkcji tej publikacji nie stanowi poparcia dla treści, które odzwierciedlają jedynie poglądy autorów, a Komisja nie może zostać pociągnięta do odpowiedzialności za jakiekolwiek wykorzystanie informacji w niej zawartych.

PROJEKT NR: 2019-1-PL01-KA204-065555



Projekt współfinansowany w ramach programu Unii Europejskiej „Erasmus+”

glad

*Guidance and Learning
App for Adult Digital Education*

PRZYGOTOWANE I OPRACOWANE PRZEZ ZESPÓŁ PROJEKTOWY GLAD

Spis treści

Witajcie!	1
CZĘŚĆ 1	
MODUŁ 1: Zaangażowanie rodziców	5
MODUŁ2: Wyszukiwanie informacji w Internecie	20
MODUŁ 3: Promowanie równowagi cyfrowej	33
CZĘŚĆ 2	
MODUŁ 4: Pomoc w nabywaniu kompetencji cyfrowych	50
MODUŁ 5: Wsparcie dla rodziców	61
MODUŁ 6: Jak przygotować szkolenie	83
MODUŁ 7: Ocena	98
Literatura uzupełniająca	112
Słowniczek pojęć	119
Bibliografia	120

Witajcie!

O projekcie GLAD

GLAD – „Guidance and Learning App for Adult Digital Education” – był dwuletnim projektem europejskim współfinansowanym z funduszy programu Erasmus+. Celem projektu było zaangażowanie dorosłych, edukatorów oraz trenerów w działania na rzecz zwiększenia umiejętności cyfrowych rodziców i rozwijania potrzebnych kompetencji i strategii, które zagwarantują skuteczną edukację cyfrową dzieci.

W trakcie trwania projektu GLAD opracowaliśmy:

- Bezpieczny wzorzec szkoleń dla rodziców, skupiający się na relacjach rodziców z dziećmi w zakresie korzystania z technologii.
- Sposoby na lepsze zrozumienie wpływu technologii na relację rodzic-dziecko.
- Gotowe do użycia materiały edukacyjne i zabawy, w tym **Podręcznik dla Trenerów**, zestaw interakcyjnych **Pakietów dla Rodziców**, oraz innowacyjną **Aplikację** dla rodziców i dzieci.

W ten sposób chcemy mieć swój wkład w zmianę sytuacji w Europie w zakresie rozwijania kompetencji cyfrowych rodziców, wyposażając zarówno osoby dorosłe, jak i trenerów, edukatorów wspierających edukację cyfrową w niezbędną wiedzę i umiejętności, aby z kolei rodzice mogli pozytywnie wpływać na rozwój swoich dzieci.

Nasz zespół

Zespół GLAD składa się z sześciu dynamicznych organizacji z Polski, Cypru, Włoch, Hiszpanii i Rumunii. Członkowie projektu są doświadczeni w zarządzaniu projektami, edukacji i szkoleniu specjalistów.



Polska Fundacja Ośrodków
Wspomagania Rozwoju Gospodarczego
„OIC Poland” w Lublinie

<https://www.oic.lublin.pl>



<https://www.eurosc.eu>



<http://www.goneisdemotikonlca.com>



<https://www.neo-sapiens.com>



<https://www.polygonalngo>



<https://www.facebook.com/MixtSource>

Jak korzystać z Podręcznika

Celem podręcznika jest wyposażenie edukatorów, trenerów oraz facylitatorów w potrzebne umiejętności i kompetencje z zakresu edukacji cyfrowej rodziców, poprzez uczenie ich sposobów zwiększania świadomości cyfrowej oraz rozwijanie współpracy i komunikacji z dziećmi przy jednoczesnym korzystaniu z technologii i mediów.

Podręcznik ten można zatem uznawać za pewnego rodzaju przewodnik; nie ma on na celu „instruowania rodziców, co mają robić”, ale raczej wzmocnienia ich roli jako osób wspierających dzieci, by ustanowić z nimi silniejsze relacje poprzez technologie i z ich pomocą.

Zarówno przedstawione ćwiczenia jak i część teoretyczna mogą być modyfikowane i dopasowywane do sytuacji i kontekstu szkolenia oraz można z nich korzystać według indywidualnych potrzeb i oczekiwań uczestników. Czytając Podręcznik, trenerzy poznają nowe perspektywy w obszarach mediacji cyfrowej i rodzicielskiej, a także metodykę szkoleniową oraz techniki, które ułatwią im stworzenie kompleksowego doświadczenia edukacyjnego dla rodziców.

Struktura

Podręcznik dla Trenerów został podzielony na dwie części:

CZĘŚĆ 1: Czas zacząć! – Teoria

Pierwsza część Podręcznika skupi się na teorii. Trenerzy zostaną zapoznani z głównymi pojęciami i metodyką dotyczącą mediacji cyfrowej rodziców. Na początku będą w stanie zdefiniować metody wspierające zaangażowanie i współpracę rodziców z dziećmi oraz nauczą się, jak dzielić się wiedzą. Część 1 skupi się również na kluczowych strategiach w celu zapewnienia bezpieczeństwa w sieci rodziców i dzieci, sposobach na skuteczne wyszukiwanie informacji online oraz sprawdzeniu rzetelności zasobów internetowych, a także technik kontroli rodzicielskiej. Na koniec trenerzy odkryją znaczenie Równowagi Cyfrowej dla rodziców, w tym przeróżnych zagrożeń w sieci, które dzieci mogą napotkać oraz głównych zasad „Netykiety”.

Część 1 składa się z 3 modułów:

- Zaangażowanie rodziców
- Wyszukiwanie informacji w Internecie
- Promowanie równowagi cyfrowej

CZĘŚĆ 2: Czas na praktykę!

Druga część Podręcznika jest bardziej praktyczna, ponieważ przedstawi trenerom główne zasady facylitacji, techniki aktywnego uczenia się oraz pożyteczne narzędzia cyfrowe i metody mediacji do wykorzystania

w trakcie ćwiczeń szkoleniowych. Co więcej, trenerzy nauczą się metod rozwijania kreatywności i myślenia krytycznego wśród rodziców, dowiedzą się, jak stworzyć dostępne przestrzenie i środowiska do wspólnej nauki, opierając się na cechach kulturowych i społecznych rodziców i na ich umiejętnościach cyfrowych.

W części 2 omówimy także podstawowe kroki, które należy podjąć, by zorganizować zajęcia edukacyjne z rodzicami, począwszy od wyboru właściwej metodyki, a skończywszy na wdrożeniu metod ewaluacji i oceniania.

Część 2 składa się z czterech modułów:

- Pomoc w nabywaniu kompetencji cyfrowych
- Wsparcie dla rodziców
- Jak przygotować szkolenie
- Ocena

Każdy moduł składa się:

- Ze wstępu, w którym przedstawione są główne zagadnienia opisane w dalszej części modułu
- Z części teoretycznej, opisującej najważniejsze elementy dotyczące danego tematu
- Ze studiów przypadku i dobrych praktyk z Europy i całego świata
- Z ćwiczeń indywidualnych i grupowych, które pozwolą trenerom przyswajać i sprawdzać wiedzę
- Z podsumowania głównych wyników nauki i „wyciągniętych wniosków”
- Z pytań do trenerów dotyczących poruszanych tematów (refleksyjna obserwacja)

Oprócz modułów szkoleniowych, Podręcznik zawiera pełną bibliografię, słowniczek z najważniejszymi pojęciami i definicjami oraz zbiór dodatkowych materiałów (artykułów, publikacji, filmików, stron internetowych itp.), by móc dalej pogłębiać wiedzę trenerów w zakresie edukacji cyfrowej, mediacji rodzicielskiej i technik szkoleniowych.

Metodologia

Opracowanie tego Podręcznika opierało się w dużej mierze na **badaniach ilościowych i jakościowych** przeprowadzonych przez partnerów GLAD z Polski, Cypru, Włoch, Hiszpanii i Rumunii z wykorzystaniem kwestionariuszy i wywiadów pogłębionych. W badaniach terenowych wzięło udział 97 rodziców i 52 trenerów, którzy podzielili się swoimi spostrzeżeniami na temat umiejętności, metod, środków i kompetencji potrzebnych obu grupom w celu ułatwienia prawidłowego funkcjonowania w obszarze technologii cyfrowych. Analiza wyników badań doprowadziła do stworzenia profilu kompetencji cyfrowych dla rodziców i trenerów dorosłych.

Odwiedź naszą stronę www.digitalparent.eu i dowiedz się więcej na temat naszych badań.

***Milej lektury Podręcznika!
Zespół projektowy GLAD***



CZĘŚĆ 1

Czas zacząć!

Teoria

MODUŁ 1: Zaangażowanie rodziców

W skrócie

Pierwszy moduł Podręcznika wyjaśnia pojęcia mediacji cyfrowej i umiejętności korzystania z technologii cyfrowych oraz podkreśla wagę angażowania się rodziców w życie cyfrowe dzieci. Moduł zawiera definicje, koncepcje i metodologie, które zostaną omówione w dalszej części Podręcznika.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Zasad dobrego rodzicielstwa
- Mediacji cyfrowej
- Zasad dotyczących zaangażowania rodziców w stosowane technologie i media
- Angażowania się rodziców w wirtualne życie dzieci
- Etapów tworzenia społeczności rodziców

Czas zacząć!

Ekrany zadomowiły się w dzisiejszym świecie na dobre. Nowe technologie, media społecznościowe i Internet odgrywają w naszym życiu znacznie większą rolę niż kiedykolwiek wcześniej. Ponadto drastycznie zmieniły sposób, w jaki członkowie rodziny komunikują się i spędzają ze sobą czas, rozwiązują bieżące sprawy i wykonują wspólne obowiązki. W świetle tej nowej rzeczywistości **rodzice** stają przed codziennymi wyzwaniami związanymi z wychowywaniem dzieci. Niewątpliwie fundamentalna rola rodziców pozostaje niezmienna: rodzice i opiekunowie muszą wychowywać, chronić i kierować dziećmi, dając im możliwość stania się dobrymi ludźmi i uznając ich prawa. Jednak ze względu na coraz częstsze korzystanie z technologii i mediów przez dzieci i młodzież, rodzice powinni nie tylko uczestniczyć w erze technologii cyfrowych, ale także rozumieć aktywność i zachowania swoich dzieci w Internecie, być w stanie rozpoznać potencjalne zagrożenia, na jakie mogą natknąć się dzieci oraz pełnić rolę „cyfrowego wsparcia” (Milovidov, 2020).

Rodzice w erze cyfrowej muszą stać się odpowiedzialnymi wzorami do naśladowania, przyjąć postawę godną zaufania i komunikatywną oraz aktywnie angażować się w cyfrowe życie swoich dzieci. Obecnie rośnie liczba badań sugerujących różne podejścia, które pozwalają rodzicom „pośredniczyć” lub regulować aktywność dzieci w sieci (np. Livingstone i Helsper, 2008; Valcke i in., 2010). Choć być może niektórzy twierdzą, że technologia i urządzenia cyfrowe mogą podważać praktyki rodzinne - na przykład spędzanie zbyt wiele czasu na pisaniu SMS-ów podczas obiadu - to jednocześnie zapewniają one niezliczone korzyści i możliwości wspólnego uczenia się, komunikacji i rozrywki. Przykładowo, nowe formy kontaktów rodzinnych stały się

możliwe dzięki wykorzystaniu telefonów komórkowych i mediów społecznościowych, co sprawia, że łatwiej jest dostosować napięte harmonogramy, utrzymywać kontakt, dzielić się wiadomościami i wspólnymi przeżyciami w cyberprzestrzeni. Niemniej jednak, aby wychować dzieci na kompetentne i wykwalifikowane, trenerzy powinni w pierwszej kolejności pracować nad „stworzeniem” silnych, pewnych siebie i świadomych rodziców, rozumiejących wiele aspektów, jakie niesie ze sobą cyfrowy świat.

Aby zaangażować rodziców w cyfrowe życie dzieci, trener osób dorosłych powinien pamiętać, że dobre rodzicielstwo promuje pozytywne cechy, takie jak empatia, uczciwość, samodzielność, samokontrola, uprzejmość i współpraca (Fox News, 2021). Te cechy nie zmieniły się wraz ze wzrostem wykorzystania technologii, a wręcz przeciwnie, rodzice muszą być ostrożni i jeszcze pilniej przestrzegać tych zasad w obliczu gwałtownych zmian spowodowanych przez technologię i media.



Aby ułatwić rodzicom interakcję i współpracę z dziećmi, trener powinien znać zasady **dobrego rodzicielstwa**, aby móc przekazywać te postawy i umiejętności rodzicom w trakcie szkolenia.

10 podstawowych zasad „dobrego rodzicielstwa” według Steinberg (2005):

1. To, co robisz, ma znaczenie
2. Nie okazuj uczuć w przesadny sposób
3. Uczestnicz w życiu swojego dziecka
4. Dostosuj sposób wychowania do swojego dziecka
5. Ustalaj zasady i wyznaczaj granice
6. Pomagaj rozwinąć samodzielność dziecka
7. Bądź konsekwentny/a
8. Unikaj surowej dyscypliny
9. Wyjaśniaj zasady i decyzje, które ustanawiasz
10. Traktuj swoje dziecko z szacunkiem

Sedno tych zasad pozostaje nienaruszone, pomimo ogromnej inwazji technologii i mediów. W skrócie, te zasady „dobrego rodzicielstwa” pomagają wychowywać pewne siebie, zdrowe i silne dzieci w środowisku, gdzie przeważa zrozumienie, empatia i dobre zachowanie.

Wychowanie dziecka i edukacja medialna w rodzinie

Aby zrozumieć, na czym polega rodzicielstwo w erze cyfrowej, należy monitorować zachowanie dzieci w Internecie, ponieważ jest to środowisko, w którym mają styczność z różnymi treściami. Wśród zagrożeń można tu wymienić między innymi: oglądanie przygnębiających zdjęć lub filmów, otrzymywanie niechcianych wiadomości, nadużywanie technologii oraz izolacja społeczna. Z drugiej strony dzieci mają okazję odkryć nowe możliwości nauki za pomocą filmów wideo, tutoriali, gier i innych materiałów, które pomagają im rozwinąć kreatywność i nabyć cenne umiejętności.

Ponadto rosnąca obecność **Internetu Rzeczy (IoT – Internet of Things)**, **interakcji cyfrowych** (takich jak inteligentne głośniki) i **innych technologii domowych** znacznie zmienia relacje międzyludzkie wśród rodzin, sprawiając, że technologia stała się integralną częścią komunikacji, z jaką mają do czynienia rodziny (Trilar i in., 2019).

W związku z tym, istotna część edukacji cyfrowej w perspektywie uczenia się w rodzinie tkwi w mediacji rodzicielskiej, definiowanej jako „forma rodzicielskiej socjalizacji, ponieważ rodzice, jako główni reprezentanci socjalizacji, wpływają na zachowania i postawy swoich dzieci, aby stały się bardziej kompetentnymi użytkownikami technologii” (Youn, 2018, Smahelova, Juhová, Cermak i Smahel, 2017). Istnieją różne style mediacji rodzicielskiej w edukacji cyfrowej i były one przedmiotem badań na przestrzeni ostatniej dekady, ale w rzeczywistości jest to stosunkowo nowe pojęcie w ramach szerszej koncepcji mediacji rodzicielskiej.

Według Livingstone i Helsper (2008), mediacje rodzicielskie można podzielić na cztery rodzaje:

Aktywne współużytkowanie	Techniczne ograniczenia	Ograniczenia interakcji	Monitorowanie
np. gdy rodzic pyta dzieci, co robią. Dotyczy to również zasad związanych z przekazywaniem danych osobowych w sieci, kupowaniem przez Internet, wypełnianiem formularzy itp.	rodzice upewniają się, że istnieją różne ograniczenia i dotyczą one głównie instalacji oprogramowania i barier technicznych	wiążą się z zakazem kontaktowania się z innymi (np. za pomocą e-maili, czatu, gier itp.)	jest to proces uzyskiwania informacji zwrotnej przez rodzica po korzystaniu z Internetu lub innych czynności online

Jak podkreślają Zaman i Mifsud (2017), są to powszechne rodzaje, za pomocą których rodzice - zwłaszcza w kulturach zachodnich - pośredniczą w korzystaniu z technologii i mediów przez dzieci w różnym zakresie wiekowym. Ponadto, edukacja medialna w rodzinie jest procesem dynamicznym i jest ściśle powiązana z różnymi stylami wychowania. Proces ten jest wspólnie

budowany przez rodziców i dzieci w rzeczywistych sytuacjach, które doświadczają. I odwrotnie - w ramach tej współpracy dzieci również kształtują sposób korzystania z mediów przez rodziców. Korzystanie z technologii i mediów w rodzinach nie odbywa się w „społecznej próżni”, ale jest raczej częścią codziennej rutyny, zależnej od czasu i miejsca.

Zasady zaangażowania rodziców

Uświadomienie rodziców, jak ważne jest ustalenie zasad i oczekiwań dotyczących dostępu do sieci i technologii, jest równie ważne w wyjaśnianiu tych zasad i konsekwentnym ich stosowaniu. Dzieci zawsze starają się sprawdzać i przesuwać ustalone granice, dlatego prawdopodobieństwo, że rodzice spotkają się z przypadkami łamania zasad, zwłaszcza w okresie dojrzewania, jest wysokie. Choć może to być frustrujące, jest niejako nauką na przyszłość, która pomoże w podejmowaniu właściwych decyzji. Rodzice muszą zrozumieć, że nie mogą kontrolować dzieci przez cały czas, kiedy one korzystają z technologii i mediów, więc ostatecznym celem jest **wspieranie odpowiedzialności i niezależności tak, aby nauczyć** swoje dzieci dokonywania bezpiecznych wyborów i brać odpowiedzialność za swoje czyny.

W gruncie rzeczy, jak pokazują badania (Stattin i Kerr, 2000), wysiłki rodziców zmierzające do omówienia lub monitorowania aktywności dzieci w sieci są mniej skuteczne, jeśli dzieci nie ufają rodzicom.

Postrzeganie technologii przez rodziców jest również ważnym czynnikiem wpływającym na relację rodzic-dziecko. Oznacza to, że pozytywne przekonania rodziców dotyczące korzystania z technologii i urządzeń (np. Internet daje możliwości uczenia się) wiążą się z bardziej przychylnymi postawami, sprzyjają komunikacji i poprawiają właściwe korzystanie z Internetu przez dzieci (Nikken i de Haan, 2015).

Schemat 1 oraz wypunktowana lista przedstawiają wzajemnie powiązane zasady zaangażowania rodziców i oferują konkretne wskazówki, jak można je zastosować w obecnej erze cyfrowej.



Schemat 1.

Dziesięć powiązanych ze sobą zasad zaangażowania rodziców w stosowane technologie i media (źródło: Patrikakou, 2016, s.18)

Omówmy te zasady po kolei:

1 Dawaj przykład. Ile razy rodzice proszą dzieci, aby przestały bawić się swoimi telefonami lub innymi urządzeniami, podczas gdy sami w tym samym czasie piszą e-maile i SMS-y? Zachęcajmy rodziców do zaprzestania ciągłego korzystania z urządzeń cyfrowych i do tego, aby angażowali się w ważne rodzinne chwile. Powinni wysyłać e-maile, SMS-y i przeglądać strony internetowe w taki sposób, w jaki chcieliby, aby ich dzieci używały tych narzędzi komunikacyjnych.

Problemy związane z korzystaniem z technologii przez rodziców są tak powszechne, że powstał nawet nowy termin: technoferencja. Określenie to, stworzone przez profesora Brandona McDaniela, odnosi się do codziennych zaktóceń w komunikacji międzyludzkiej, spowodowanych poświęcaniem zbyt dużej uwagi urządzeniom technologicznym (np. sprawdzanie telefonu by przeczytać SMS-y, zamiast wysłuchać dziecka).

Najnowsze badania McDaniela i Radesky'ego (2017) wskazują na związki między technoferencją a trudnościami wychowawczymi u dzieci, podnosząc alarm w kwestii negatywnego wpływu przesadnego lub niewłaściwego korzystania z urządzeń technologicznych na relacje rodzinne. Inne badania pokazują, że częste korzystanie z urządzeń mobilnych przez rodziców wiąże się z ograniczeniem werbalnych i niewerbalnych interakcji między rodzicami a dziećmi i może być przyczyną dalszych konfliktów na linii rodzic-dziecko (Jago i in., 2012; Radesky i in., 2014)

2 Angażuj się w życie cyfrowe swoich dzieci. Rodzice powinni być świadomi, w jaki sposób dzieci spędzają czas w wirtualnym środowisku, np. na jakich stronach i platformach internetowych bywają, z jakich portali społecznościowych i aplikacji korzystają oraz jakie filmy lubią oglądać. Mogą również spróbować wspólnie zagrać w swoje ulubione gry wideo - *pokonanie rodzica to dla dzieci frajda!*

3 Ustal jasne zasady i granice dotyczące dostępu do sieci, pobierania plików i ogólnego czasu spędzanego przed ekranem. Należy wyjaśnić dzieciom, że korzystanie z technologii i dostęp do sieci w celach rozrywkowych jest przywilejem - nieprzestrzeganie zasad może spowodować jego utratę.

4 Wyjaśniaj swoje zasady i decyzje związane z korzystaniem z komputera i dostępem do sieci, nawet te najbardziej oczywiste. Na przykład, rodzice powinni tłumaczyć powody blokowania treści uznawanych za nieodpowiednie; w drugim i trzecim module opisujemy, jak trenerzy powinni wspierać rodziców w sprawdzaniu i analizowaniu zagrożeń w sieci oraz przygotować ich na to, że dzieci mogą przewracać oczami, gdy rodzice będą im to tłumaczyć.

5 Pomóż rodzicom wspierać samodzielność dzieci poprzez uważne monitorowanie korzystania przez nie z komputera, bez decydowania za nie (np. wybór muzyki i gier). Jeśli wybory te są zgodne z ustalonymi przez rodziców zasadami, wówczas zyskują oni pewność, że ich dzieci są w stanie dokonywać bezpiecznych dla siebie wyborów.

6 Bądź konsekwentny/a w stosowaniu zasad. Wyjaśnij rodzicom, które z zasad można uzgodnić, a które nie - niekonsekwencja w celu uniknięcia kaprysów dzieci nie jest dobrym rozwiązaniem dla rodzica.

7 Przy złamaniu zasad przez dzieci zachowaj spokój. Zamiast wywoływać kłótnie, rodzice powinni wyciągnąć konsekwencje, zamieniając łamanie zasad w naukę na przyszłość. Przyczyni się to do wychowania odpowiedzialnych dzieci, które będą potrafiły same zadbać o swoje bezpieczeństwo i przejąć kontrolę nad własnym życiem.

8 Chwal dzieci za prawidłowe korzystanie z technologii i mediów oraz za uprzejmość w sieci i troskę o innych ludzi. Dzieci również pragną uznania.

9 Dopasuj swój styl wychowania dzieci, by skutecznie radzić sobie z większym korzystaniem przez nie z nowych technologii i mediów. Wyjaśnij rodzicom, że nie powinni opierać się technologii, ale raczej starać się stać się częścią cyfrowego życia swoich dzieci, odkrywać nowe możliwości i być otwartym na uczenie się od nich, jak korzystać z technologii. Rodzice powinni również od najmłodszych lat uczyć swoje dzieci korzystania z technologii, omawiać z nimi różne korzyści, jak również zagrożenia z nią związane.

10 Traktuj dzieci z szacunkiem, tak jak chciałbyś/chciałabyś, aby one traktowały innych, zarówno w sieci, jak i osobiście. Rodzice powinni zwracać uwagę na to, co dzieci mówią podczas rozmów w sieci i szanować ich punkt widzenia i opinie.

Współpraca z dziećmi

W świecie, w którym technologia jest nieodłączną częścią życia dzieci, niezwykle ważne jest, aby trenerzy przekazywali rodzicom wiedzę na temat prawidłowego korzystania z technologii cyfrowych i cyfrowego stylu życia, dostarczając im potrzebnych umiejętności w tym zakresie. Oto kilka wskazówek Amerykańskiej Akademii Pediatricznej, dotyczących kontaktów rodziców z dziećmi w cyfrowym świecie (GUADUSD, 2018):

- **Odrób pracę domową.** Wiele aplikacji i stron internetowych jest oznaczonych jako „edukacyjne”, co sugeruje, że są odpowiednie i przydatne dla dzieci. Rodzice powinni potrafić odróżnić „odpowiednie” i „nieodpowiednie” strony internetowe oraz aplikacje. Organizacje takie jak Common Sense Media mogą pomóc rodzicom rozpoznać aplikacje, gry i programy zawierające treści dostosowane dla danego wieku, tak aby dokonywać najlepszych wyborów dla swoich dzieci.

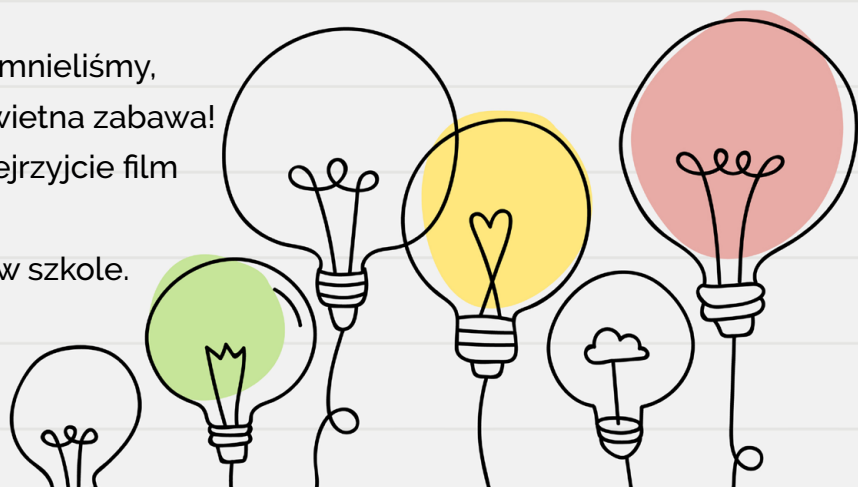
- **Opracuj plan korzystania z mediów.** Jak zobaczymy w module 3, kiedy korzystamy z mediów w sposób przemyślany i w granicach rozsądku, mogą one zapewnić dzieciom wiele pozytywnych rezultatów. Jednakże używane niewłaściwie lub bez odpowiedniego nadzoru, mogą przyczynić się do braku odpowiedniej ilości snu lub otyłości (Fuller i in. 2017). Z drugiej strony, aktywności offline mogą stymulować kreatywność i socjalizację. Dlatego rodzice powinni dążyć do osiągnięcia odpowiedniej równowagi między czasem spędzanym przez dzieci w sieci i poza nią, jednocześnie zachęcając je do angażowania się zarówno w aktywności online (np. granie w gry wideo, czatowanie z przyjaciółmi na portalach społecznościowych), jak i offline (np. granie w gry na świeżym powietrzu, czytanie książki, dyskutowanie z rodziną o ważnych sprawach).

• **Czas wolny od technologii.** Osiągnięcie równowagi online-offline oznacza również spędzanie rodzinnych chwil, w których technologia nie jest w ogóle używana. Mogą to być rodzinne posiłki, spotkania towarzyskie, wieczory gier planszowych lub po prostu omawianie i opowiadanie starych historii z dziećmi. Lepiej wyłączyć telewizor lub muzykę w tle, aby nie przeszkadzały w bezpośrednich kontaktach.

• **Czas spędzany przed ekranem nie zawsze powinien oznaczać czasu spędzanego „samotnie”.** Rodziny mogą tworzyć strefy wolne od technologii, ale jednocześnie zachęca się rodziców do **wspólnego oglądania, grania i zaangażowania**, gdy korzystają z urządzeń - wspólne spędzanie czasu przed ekranem staje się dla dzieci interaktywnym i rzeczywistym doświadczeniem, ponieważ sprzyja interakcji społecznej z rodzicami, budowaniu więzi i wspólnej nauce. Rodzice nie powinni tylko monitorować swoich dzieci, ale starać się spędzać z nimi czas, aby mieć jasne pojęcie o tym, w jakie czynności dzieci są zaangażowane i stać się ich aktywną częścią.

Kilka pomysłów na wspólne spędzanie czasu przed ekranem przez rodzica i dziecko:

- > Obejrzyjcie film lub serial - rodzice mogą podzielić się własnymi doświadczeniami zyciowymi i punktem widzenia.
- > Zagrajcie w grę - jak już wspomnieliśmy, pokonanie rodzica to zawsze świetna zabawa!
- > Przeczytajcie e-booka lub obejrzyjcie film dokumentalny.
- > Znajdźcie materiały do pracy w szkole.
- > Posłuchajcie muzyki.



• **Znaczenie właściwego zachowania w sieci.** Dzieci korzystają z Internetu w ramach swojego rozwoju osobistego i społecznego. Tak samo jak każda relacja w świecie rzeczywistym wymaga dobrych podstaw do rozwoju, w świecie wirtualnym dzieci muszą również pamiętać, jak zachowywać się odpowiednio, szanując innych użytkowników i nie naruszając ich praw. Rodzice powinni przekazywać te wartości, będąc w stałym kontakcie z dziećmi na wypadek, gdyby pociechy miały pytania lub wątpliwości.

• **Przygotuj się.** Dzieci i młodzież muszą zachować szczególną ostrożność podczas dzielenia się informacjami z innymi użytkownikami, ponieważ czasami może to prowadzić do szeregu problemów, których nie da się łatwo rozwiązać. Trenerzy powinni uświadamiać rodzicom, jak ważna jest prywatność, a także jak wiele zagrożeń i niebezpieczeństw niesie za sobą aktywność w sieci.

• **Bądź czujny/a, ale w pozytywny sposób.** Rodzice muszą pamiętać, że w trakcie korzystania z Internetu dzieci będą popełniać błędy i dokonywać niewłaściwych wyborów. Trenerzy powinni zachęcać rodziców do traktowania tych błędów z empatią i przekształcania ich w doświadczenie, z którego można się czegoś nauczyć. W przypadku pojawienia się poważnych incydentów, takich jak zastraszanie czy samookaleczenia, rodzice mają obowiązek podjąć natychmiastowe działania. W przypadku trudności w radzeniu sobie z tymi problemami, należy skorzystać z profesjonalnego wsparcia.

• **Prowadź otwarty dialog.** Na koniec, rodzice powinni prowadzić regularne i szczerze rozmowy ze swoimi rodzinami, zachęcać dzieci do krytycznego myślenia i motywować je do stania się dobrymi obywatelami cyfrowymi, aby uniknąć niechcianych doświadczeń. Żeby to osiągnąć, rodzice muszą być dobrymi słuchaczami i znaleźć sposoby radzenia sobie z problemami poprzez współpracę z dziećmi.

Każdy z wyżej wymienionych tematów zostanie dokładnie omówiony w ramach kolejnych modułów

Budowanie społeczności rodziców na rzecz rozwoju i ochrony dzieci

Dobłą strategią, która może pomóc rodzicom w większym zaangażowaniu się w cyfrowe życie dzieci, jest budowanie **społeczności rodziców**, które zapewnią przestrzeń i możliwość omówienia obaw, pytań i wyzwań, z jakimi mogą się spotkać.

Społeczności pozwalają rodzicom i opiekunom na stworzenie wspólnej przestrzeni, w której mogą współdziałać, dzielić się doświadczeniami i rozwiązywać problemy. W rozwijającym się świecie online, społeczność, która umożliwia wymianę spostrzeżeń i zwiększa możliwości rodziców w zakresie poprawy ich relacji z dziećmi, może być istotnym źródłem wiedzy i okazją do ciągłej nauki. Społeczności internetowe mogą ograniczać się do granic miasta lub dzielnicy, a nawet wykraczać poza nie, łącząc grupy z całej Europy i świata. Ważne jest, aby rodzice czuli się szanowani i doceniani w swoich społecznościach. (CSSP, 2010)

Jak pomóc rodzicom tworzyć społeczności

Od czasu pojawienia się pierwszych forów rodzicielskich, zdążyły one rozprzestrzenić się na całym kontynencie. Wspierane są głównie przez szkoły, lokalne władze publiczne i organizacje pozarządowe. Jednak zdając sobie sprawę z tego, jak ważna jest zorganizowana struktura, która pomaga w poszukiwaniu pomocy i wsparcia, rodzice z całej Europy tworzyli społeczności i fora, nie korzystając z ochrony czy wpływu innych organizacji. Tego rodzaju fora - internetowe lub poza internetowe - odniosły sukces, wzmacniając pozycję rodziców i dzieci, promując świadomość cyfrową, tworząc programy do zbierania funduszy i stając się źródłem informacji dla niedoświadczonych rodziców.

Poniżej przedstawiamy kilka kroków do stworzenia własnej społeczności online lub offline, którymi możesz podzielić się z rodzicami (CSSP, 2010):

KROK

1

POWOŁANIE GRUPY KIERUJĄCEJ

Pierwszym krokiem jest znalezienie innych rodziców, którzy stworzą grupę i zaczną kierować społecznością. Rodzice ci muszą mieć wspólne zainteresowania i potrzeby edukacyjne, a także być w stanie przedstawić pomysły na utworzenie społeczności. Mogą wywodzić się z lokalnych grup wsparcia, ośrodków dla opiekunów lub już istniejących grup, których członkowie są wszystkim znani.

Po utworzeniu grupy kierującej ważne jest, aby rozdzielić zadania i obowiązki, aby uniknąć zamieszania i powtarzających się działań. Pomoże to określić rolę każdego z rodziców w społeczności, a grupa stanie się bardziej zorganizowana i uporządkowana. Należy doradzić rodzicom, aby podzielili obowiązki zgodnie z mocnymi stronami i możliwościami każdego z nich.

Na tym etapie pomocne będzie wyznaczenie osoby, która będzie pełnić funkcję:

:

- **Lidera** – odpowiedzialnego za organizowanie spotkań, inicjowanie dyskusji i wspieranie grupy w procesie podejmowania decyzji.
- **Sekretarza** – odpowiedzialnego za notowanie uzgodnionych decyzji, rozdzielanie zadań i ogłaszanie kolejnych kroków i działań.

KROK

2

OKREŚLENIE MISJI

Po utworzeniu grupy kierującej i przydzieleniu obowiązków, rodzice będą musieli uzgodnić konkretne **cele** i **zadania**, aby stworzyć jasną misję grupy. Ustalenie celów i zadań pomoże rodzicom określić, co należy osiągnąć poprzez wspólne działania.

Na przykład, dana społeczność może dążyć do podniesienia potrzeby edukacji cyfrowej rodziców w różnych społecznościach lokalnych

Aby zaangażować więcej rodziców i rozpowszechnić informacje wśród innych ludzi, cel grupy może być rozpowszechniany za pomocą ulotek, stron internetowych i biuletynów. Ponadto, w oparciu o cele i zadania, rodzice muszą zdecydować, kto może zostać członkiem społeczności rodziców.

Można stosować następujące kryteria wyboru zawsze zgodnie z tym, co dana społeczność chce osiągnąć:

- **Status** – rodzic, zawód: trener, lekarz, administrator szkoły itp. - musi to być ktoś, kto jest związany z dziećmi
- **Wiek** – społeczność może być skierowana np. do młodych rodziców lub rodziców z dziećmi do 19 roku życia.
- **Obszar** – czy społeczność będzie skupiać rodziców z najbliższej okolicy/miasta? W przypadku społeczności internetowej, czy będą w niej uczestniczyć rodzice z całego kraju lub Europy/świata?
- **Temat** – czy społeczność skupi się na konkretnym zagadnieniu (np. edukacja cyfrowa dzieci z niepełnosprawnością)?
- **Inne kryteria** – czy społeczność będzie skierowana do określonych grup (np. samotnych rodziców lub rodziców o niskich umiejętnościach cyfrowych)?

KROK

3

ZAPLANUJ ZASADY FUNKCJONOWANIA GRUPY

Ten kluczowy krok określi sposób, w jaki sposób rodzice będą współpracować i komunikować się ze sobą, aby osiągnąć zamierzone cele. Metoda działania społeczności zależy od obszaru geograficznego, który obejmuje. W przypadku **grupy lokalnej** stosunkowo łatwo będzie organizować spotkania i wydarzenia, w których będą uczestniczyć rodzice. Można na przykład zdecydować się na organizowanie co miesiąc lub co trzy miesiące spotkań, z których każde będzie trwało kilka godzin.

W przypadku **dużej grupy** lub **grupy internetowej** raz lub dwa razy w roku warto organizować duże spotkania, na które można zaprosić rodziców z całego kraju lub spotkać się online. Spotkania i wydarzenia są okazją do omówienia bieżących spraw, ustalenia priorytetów działań na najbliższe miesiące i przekazania informacji zwrotnej o postępach poczynionych w społeczności.

Poprzez dyskusje i spotkania, członkowie będą w stanie opracować cel społeczności (KROK 2), w tym:

- Co wspólnota chce osiągnąć
- Role i obowiązki
- Częstotliwość spotkań i wydarzeń
- Uczestnicy i członkowie
- Wybór przedstawicieli
- Procesy podejmowania decyzji

Jeśli społeczność zdecyduje się na realizację działań na dużą skalę, pomocne będzie założenie **konta bankowego**, z jedną lub dwiema osobami odpowiedzialnymi za wypisywanie przelewów.

KROK**4****WYMYŚL NAZWĘ I PROMUJ SPOŁECZNOŚĆ RODZICÓW**

Podczas omawiania celów, zadań i metod działania, społeczność będzie również potrzebowała nazwy. Pomocne dla rodziców będzie wymyślenie inspirującej nazwy, która zachęci inne osoby do przyłączenia się.

Aby rozpowszechnić informacje i spopularyzować społeczność, informacje mogą być przekazywane za pomocą reklamy, ustnie lub poprzez dystrybucję artykułów i ulotek. Ponadto, stworzenie strony internetowej będzie pomocnym narzędziem do promowania działań i celów społeczności, a także dotarcia do szerszego grona odbiorców. Na stronie najlepiej utworzyć forum internetowe, na którym członkowie będą mogli udzielać porad i wymieniać się pomysłami przez dłuższy czas.

KROK**5****USTANOWIENIE ZASAD WEWNĘTRZNYCH**

Aby każda społeczność działała prawidłowo, należy zapisać zasady, tak aby wszyscy członkowie mieli jasne pojęcie o tym, jak działa grupa i aby uniknąć nieporozumień. Zasady mogą być również umieszczone na stronie internetowej - jeśli taka istnieje - aby były łatwo dostępne dla odwiedzających.

Ustalenie jasnych zasad i procedur pomoże także upewnić się, że wszyscy zaangażowani członkowie wiedzą, jak postępować w przypadku zaistniałych sytuacji. Dlatego też, aby uniknąć późniejszych problemów, lepiej jest ustalić te zasady i procedury już w początkowej fazie tworzenia społeczności.

Zasady nie muszą być skomplikowane ani długie. Mogą one obejmować kwestie dotyczące:

- postępowania
- równości i różnorodności
- bezpieczeństwa
- ochrony danych
- mediów społecznościowych
- polityki finansowej

Przykłady inspirujących społeczności internetowych

CafeMom: strona internetowa, która rozpoczęła działalność w 2006 roku. Celem portalu jest „pomoc rodzinom w wychowaniu szczęśliwych, miłych i pewnych siebie dzieci”, poprzez oferowanie porad i wskazówek na różne tematy, takie jak zdrowie, styl życia, szkoła, edukacja i nawiązywanie dobrych relacji z dziećmi. Ta internetowa społeczność pozwala matkom z tych samych lub różnych miejsc zamieszkania połączyć się i pozostać w kontakcie ze sobą.

Strona internetowa: www.cafemom.com

Tinyhood Circle: ta wirtualna społeczność jest przeznaczona dla wszystkich rodziców i opiekunów, pozwalając im stać się częścią szerszej wspierającej społeczności rodzicielskiej, tworzyć lub dołączać do istniejących grup i uczestniczyć w dyskusjach. Grupa oferuje zajęcia i kursy prowadzone przez ekspertów, jak również porady rodzicielskie na temat bezpieczeństwa, odżywiania, nauki i rozwoju.

Strona internetowa: www.tinyhood.com

ParentsTogether: organizacja typu non-profit, której misją jest dostarczanie informacji o najnowszych badaniach, trendach i polityce w tematyce parentingu, tak aby rodzice stali się bardziej kompetentni w wychowywaniu swoich dzieci. Do ParentsTogether należy ponad 2,5 miliona rodziców. Strona oferuje wiedzę z zakresu edukacji, zdrowia, nauki i stylu życia.

Strona internetowa: www.parents-together.org



Czy wiesz, że...?

Google Families ©

Firma Google uruchomiła niedawno platformę, która ma za zadanie wspierać współpracę i komunikację między rodzicami i dziećmi za pośrednictwem technologii. Platforma zawiera informacje, aplikacje i zasoby na różne tematy, takie jak zapewnienie dzieciom bezpieczeństwa w sieci, narzędzia do komunikacji z nimi, gry zapewniające rodzinną rozrywkę, aplikacje do nauki dla dzieci oraz narzędzia dla rodziców do promowania zdrowych nawyków cyfrowych w rodzinach.

Źródło: Google (2021) Twoja grupa rodzinna w Google. Odwiedź stronę: www.families.google.com

Czas na praktykę!

Zasady zaangażowania rodziców

Przedstaw rodzicom 10 wzajemnie powiązanych zasad Patrikakou dotyczących zaangażowania rodziców:

1. Dawaj przykład
2. Zaangażuj się
3. Ustal jasne zasady i granice
4. Wyjaśnij zasady i decyzje związane z korzystaniem z technologii cyfrowych i dostępem do Internetu
5. Monitoruj korzystanie z komputera przez dzieci, ale nie decyduj za nie
6. Bądź konsekwentny/a w stosowaniu zasad
7. Przy złamaniu zasad, bądź spokojny/a
8. Chwal dzieci, gdy korzystają z technologii i mediów we właściwy sposób
9. Dopasuj swój styl wychowania dzieci, by skutecznie radzić sobie z większym korzystaniem przez nie z technologii i mediów
10. Traktuj swoje dzieci z szacunkiem

Rozpocznij dyskusję na temat każdej z zasad. Poproś rodziców, by zastanowili się, czy stosują je w pracy z dziećmi, czy zgadzają się z nimi, i czy w oparciu o nie mogliby ulepszyć swoje mediacje rodzicielskie.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Pytania dotyczące mediacji cyfrowej

Przygotuj listę pytań do sesji szkoleniowej, której tematem przewodnim będą warsztaty z mediacji cyfrowej dla rodziców. Celem warsztatów jest rozwijanie umiejętności ustalania zasad korzystania z urządzeń cyfrowych przez dzieci. Aby rozwinąć pytania, przedyskutuj listę z doświadczonym trenerem, aby zweryfikować ich trafność i skuteczność.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie lub z trenerem.

Opracowanie strategii społeczności rodzicielskiej

Poproś rodziców o dobranie się w pary lub utworzenie małych grup. Każda grupa ma za zadanie przygotować strategię społeczności rodziców. Oto kilka pytań, które pomogą im ją stworzyć:

- Jaki będzie cel grupy?
- Kto będzie zaangażowany?
- Jakie działania, spotkania lub wydarzenia będą realizowane?
- W jaki sposób zostaną zaangażowani inni rodzice, eksperci, nauczyciele, organizacje itp.?
- Czy są jakieś szczególne zasady lub reguły, których każdy członek musi przestrzegać?
-

Kiedy wszystkie strategie zostaną przygotowane, poproś każdą parę/grupę o zaprezentowanie ich pozostałym rodzicom i o przedyskutowanie ich.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Różne poziomy zaangażowania rodziców w edukację medialną mogą przekładać się na różne osiągnięcia dzieci.
- Stworzenie forum jest użytecznym i łatwym sposobem na połączenie rodziców o podobnych poglądach.
- Rodzice powinni być zachęcani do angażowania się w aktywność swoich dzieci w sieci, aby skutecznie monitorować i nadzorować ich zachowania w świecie cyfrowym.
- Istotną częścią edukacji cyfrowej jest edukacja medialna w rodzinie.
- Społeczności rodzicielskie dają rodzicom duże możliwości kontaktu i dyskusji na temat problemów i wyzwań związanych z cyfrowym życiem dzieci.
- concerns and challenges regarding children's digital life.

Zastanów się...

- Jakich technik można nauczyć rodziców, aby mogli skutecznie angażować się w cyfrowe życie swoich dzieci?
- Jakie są zasady dotyczące zaangażowania rodziców w korzystanie z technologii i mediów przez dzieci?
- Jakie są dobre techniki efektywnej interakcji i współpracy rodziców z dziećmi?
- Czym jest mediacja rodzicielska i jak można jej nauczyć rodziców?
- Czy podczas wspierania rodziców w wyborze najodpowiedniejszej strategii cyfrowej mediacji rodzicielskiej biorę pod uwagę funkcje technologii/urządzeń?



Moduł 2: Wyszukiwanie informacji w Internecie

W skrócie

Moduł ten ma na celu przedstawienie rodzicom sposobów na lepsze zrozumienie metod korzystania z Internetu oraz efektywne wykorzystanie zasobów internetowych w codziennych czynnościach. Oprócz tego zawiera on praktyczne wskazówki dotyczące biegłego korzystania z materiałów internetowych, dzięki czemu trenerzy mogą wspierać rodziców w doskonaleniu umiejętności korzystania z technologii.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Sposobów pomagania rodzicom w wyszukiwaniu informacji online w skuteczny i właściwy sposób
- Bezpiecznych strategii wyszukiwania źródeł i portali internetowych
- Zasad kontroli rodzicielskiej

Czas zacząć!

Biegłość w wyszukiwaniu informacji w Internecie

W dzisiejszych czasach coraz więcej rodziców korzysta z Internetu w poszukiwaniu pomocnych informacji, danych naukowych i ciekawostek na różne tematy, takie jak zdrowie i edukacja. Co więcej, rodzice często pomagają swoim dzieciom w odrabianiu prac domowych szukając informacji w sieci (Plantinga i Daneback, 2009). Większość z nas już wie, że Internet zawiera niezliczoną ilość informacji. Pytanie, jak rodzice mogą je właściwie wyszukiwać i nie zgubić się w natłoku wiadomości, gdy wszystko wydaje się istotne? Jaką rolę w tym procesie powinni odegrać trenerzy?

Odpowiedź jest prosta: zainteresuj się „inteligentnym wyszukiwaniem” i nie marnuj czasu. Nauczenie rodziców krytycznego myślenia na temat wyników wyszukiwania pomoże im w znalezieniu lepszych informacji. Mogą na przykład pomóc swoim dzieciom w wyszukiwaniu dokładniejszych, bardziej wiarygodnych i bezpiecznych informacji dotyczących ich szkolnych zadań do odrobienia. Inteligentne wyszukiwanie pozwoli rodzicom i dzieciom myśleć bardziej krytycznie o każdej informacji znalezionej w Internecie.

To oznacza, że surfowanie w sieci wymagają od rodziców rozwagi i dobrego planowania.

Inteligentne wyszukiwanie – porady dla trenerów

Poniżej przedstawiono kilka zaleceń, spostrzeżeń i wskazówek, które trenerzy mogą przekazać rodzicom, aby nauczyć ich efektywnego i bezpiecznego wyszukiwania informacji w Internecie:

1. Sprawdź źródła

Szukając źródeł online, zarówno uczniowie, jak i rodzice muszą mieć pewność, że źródła te są **rzetelne, aktualne i odpowiednie** do potrzeb, a także, że są one naprawdę ważne. W rzeczywistości wiele dzieci bardzo szybko wyszukuje treści w sieci, ale czy zawsze posiadają odpowiednie umiejętności, by ocenić, czy źródła są wiarygodne lub bezpieczne?

Podczas wyszukiwania zasobów użytkownik musi przeanalizować poniższe kwestie (z PEHS, 2018):

- Aktualność (czy informacja jest aktualna?)
- Bezpieczeństwo (czy strona nie prosi o podanie zbyt wielu danych osobowych lub nie wyświetla ostrzeżeń o wirusach?)
- Zakres (czy informacja jest dogłębna?)
- Autorstwo (czy informacje pochodzą z wiarygodnego źródła?)
-

Jako trener, powinieneś/powinnaś zachęcać rodziców do porównywania różnych źródeł, z których korzystają, lub zachęcać ich do poszukiwania informacji w oficjalnych i sprawdzonych źródłach. Szczególnie ważne jest, by unikali uproszczonych rozwiązań bardziej złożonych problemów, zwłaszcza tych dotyczących zdrowia lub innych osobistych potrzeb.

2. Zadawaj konkretne pytania

Wyszukiwanie online polega na wpisaniu kombinacji słów, mogących doprowadzić do jednej lub więcej odpowiedzi, które spełnią wymagania użytkownika. Będąc online, nieustannie poszukujemy informacji z różnych powodów („muszę to wiedzieć”, „muszę to zrozumieć”, „muszę kupić produkt”, itd.). Ogólnie rzecz biorąc, im więcej czasu spędzamy online, tym bardziej czujemy konieczność szukania informacji.

W pierwszej kolejności korzystamy zazwyczaj z wyszukiwarek, czyli oprogramowania, które „organizuje” informacje dla użytkowników, aby strony internetowe i ich zawartość były



uporządkowane w przyjazny sposób (np. Google). W rzeczywistości, dla wielu ludzi coraz bardziej powszechne stało się wyszukiwanie wszelakich informacji w sieci, i to w sposób niejako „nieświadomy”.

Dlaczego jedne materiały pojawiają się przed innymi w wynikach wyszukiwarki? Innymi słowy, dlaczego dana strona jest umieszczana przed inną? Zanim odpowiemy na te pytania, należy uświadomić rodziców, jak zaplanować wyszukiwanie, a następnie krytycznie ocenić źródła, które pochodzą z wybranych stron.

Podczas poszukiwań w Internecie rodzice powinni używać synonimów i bardziej zróżnicowanych terminów, aby osiągnąć pożądane rezultaty. Co więcej, powinni porównywać różne źródła w zależności od pytania. W ten sposób mogą zacząć od terminów ogólnych i przejść do bardziej szczegółowych.



Spójrzmy na przykład:

Rodzic wpisuje w wyszukiwarkę „zdrowy styl” i natrafia na tysiące stron internetowych, które albo opisują znaczenie i wpływ zdrowej diety, ćwiczeń, czasu snu, albo korzystania z technologii, opisują czym jest niepokój itp. Ten bardzo niejasny zestaw wyników dostarcza użytecznych, ale niekonkretnych informacji. Dlatego rodzic powinien dodać więcej terminów w ramach wyszukiwania, takich jak „zdrowa dieta dla osób uprawiających jogging” lub „jakie jedzenie jest odpowiednie podczas codziennego joggingu?”.

Oczywiście można zastosować tę metodę również, gdy dzieci szukają informacji do pracy domowej. Tak więc zamiast pisać „II wojna światowa”, można napisać „Życie partyzanta we Włoszech w czasie II wojny światowej” lub „Przyczyny inwazji na Francję w czasie II wojny światowej” itp.

Pamiętaj: im bardziej zawężasz poszukiwania, tym szybciej odnajdziesz pożądany wynik.

Dobrym sposobem na ćwiczenie będzie porównanie wyników i omówienie, jak zmiana kilku słów może wygenerować różne informacje.

Oto wskazówki, które należy przekazać rodzicom, aby potrafili skutecznie wyszukiwać informacje w Internecie:

- Postaraj się sprecyzować swój zakres wyszukiwania poprzez dobór odpowiednich słów
- Twórz więcej kombinacji słów dotyczących jednego tematu
- Spróbuj użyć synonimów, aby urozmaicić swoje wyszukiwania
- Wyjdź poza stronę Wikipedii! Wikipedia jest encyklopedią o wolnej treści, pisaną przez ochotników w ramach otwartej współpracy. Dlatego należy być ostrożnym co do wiarygodności informacji tam znalezionych.

3. Wyjdź poza schemat

Jak pokazują badania, gdy ludzie szukają informacji w Google, najczęściej zatrzymują się na pierwszych pięciu wynikach, które się pojawiają, nie zgłębiając się bardziej, a tym samym omijając najbardziej istotne i krytyczne informacje (Dewey, 2015). Co więcej, dzieci, a później nastolatki, kończą wyszukiwanie zwykle na pierwszym wyniku Wikipedii, aby zrozumieć coś na dany temat lub skopiować teksty i poprawić swoje wypracowania oraz prace grupowe. Przez to dzieci uważają, że „pierwsze wyniki” są najbardziej wiarygodne. A przecież wymaga się od nich poszukiwania informacji w różnych źródłach dla uzyskania szerszej perspektywy.

Trenerzy muszą zachęcać rodziców do krytycznej oceny źródeł i do konsultacji, gdy zajdzie potrzeba uzyskania informacji naukowej. Coraz częściej rodzice szukają w Internecie informacji na temat zdrowia lub różnych problemów dzieci, jednak wielu z nich unika dyskusji ze specjalistami, pedagogami lub specjalistami tylko dlatego, że polegają wyłącznie „na wynikach internetowych”.



W tym sensie, wychodzenie poza schemat jest umiejętnością, którą rodzice i dzieci powinni nabyć, aby móc korzystać z Internetu w sposób krytyczny i nadal korzystać z bardziej formalnych źródeł informacji, aby zweryfikować to, czego nauczyli się w sieci (np. podręczniki szkolne, trenerzy i specjaliści dziecięcy).

W związku z tym, już samo wyjście poza drugą stronę wyników wyszukiwania jest pierwszym krokiem do posiadania większej ilości informacji do porównania i oceny. Wyjście poza schemat oznacza, że rodzice wzmacniają swoje relacje społeczne ze źródłami instytucjonalnymi, aby uzyskać informacje naukowe i merytoryczne.

Zatem, jako trener, staraj się zniechęcać rodziców do mówienia „Tak było napisane w Internecie...”

Musimy być świadomi, że rodzice często polegają na **przekazie ustnym** lub **grupach w mediach społecznościowych**, gdzie informacje są wymieniane między rodzicami (np. grupy WhatsApp ©, grupy na Facebooku © itp.), dlatego ważne jest, aby wpajać podejście do krytycznego myślenia poprzez zróżnicowanie źródeł informacji.

Główne wskazówki, które należy przekazać rodzicom:

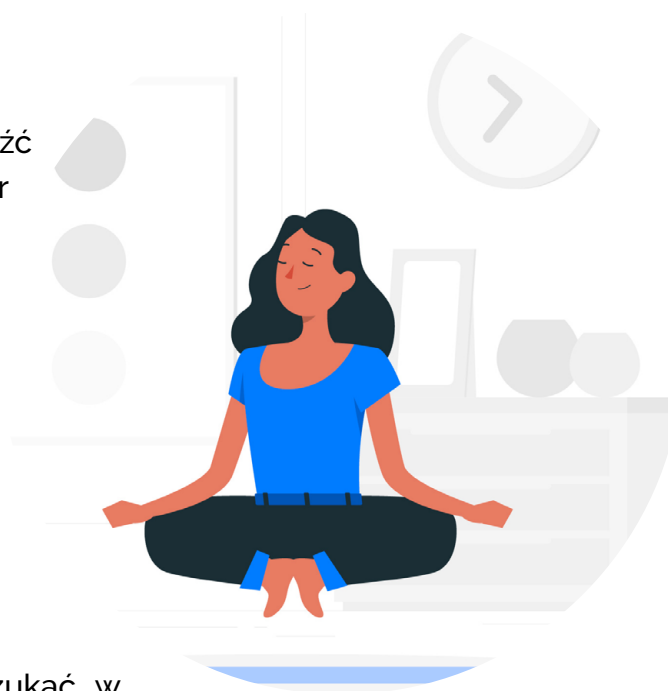
- Nie polegaj tylko na pierwszym znalezionym wyniku - wyszukaj jak najwięcej informacji
- Podczas pisania na jakiś temat należy czerpać informacje z więcej niż 5 różnych źródeł.
- Podczas wyszukiwania informacji podziel interesujące cię zagadnienie na małe części, aby wyszukiwanie było bardziej dokładne.

4. Bądź cierpliwy/a

Bardzo często dzieci są sfrustrowane, gdyż chcą znaleźć odpowiedzi natychmiast i bez wysiłku. Jako trener powinien/eś/powinnaś podkreślać znaczenie czasu - poświęcenia swojego czasu na wzbogacenie osobistej wiedzy, a nie wykonanie zadania. W tym sensie bycie cierpliwym oznacza nadawanie wartości rzeczom, które dziecko robi. Dlatego rodzice mogą wywrzeć pozytywny wpływ, jeśli w jakiś sposób urozmaicą pracę badawczą.

Aby ćwiczyć cierpliwość, naucz rodziców:

- Określić pytania, których nie da się wyszukać w Google
- Prosić o znalezienie ciekawostek na dany temat i zdefiniowanie wszystkich terminów, których użyto w wyszukiwaniu
- Sporządzać zestaw pytań z użytych słów badawczych



5. To jest online, więc mogę to wykorzystać!

W świecie online także musimy respektować **prawa autorskie** twórców i producentów. Niejednokrotnie młodzi ludzie kopiują lub modyfikują teksty, zdjęcia i filmy do własnych celów, ale nie cytują ich i nie pytają o zgodę autora. Ogólnie rzecz biorąc, każdy materiał znaleziony w sieci jest chroniony prawami autorskimi lub udostępniany na zasadzie licencji. *Jak w związku z tym rodzice mogą zrozumieć, w jaki sposób prawidłowo korzystać z zdjęć, filmów i tekstów znajdujących się w sieci?*

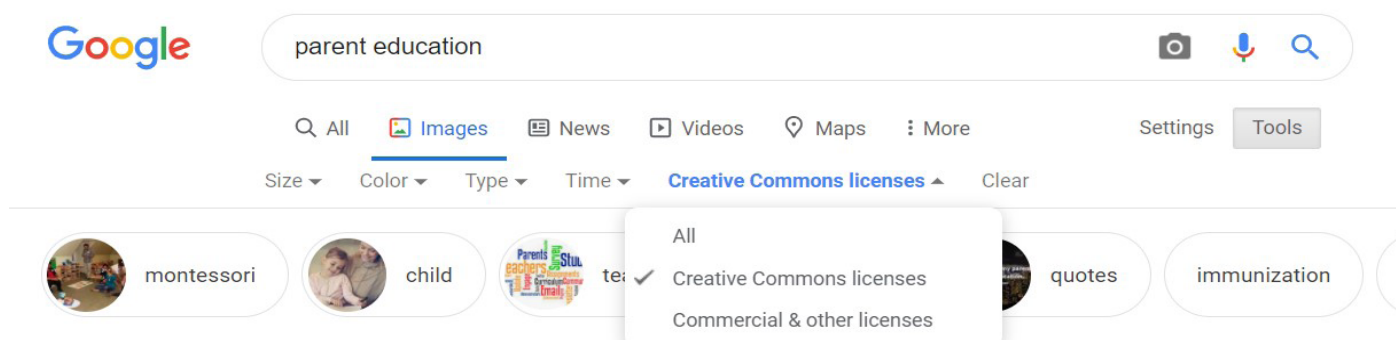
Poniżej przedstawimy kilka pojęć.

Licencje online są narzędziami regulacyjnymi, które dostarczają instrukcji, w jaki sposób treści online mogą być wykorzystywane lub nie. Najpopularniejszą z nich jest Creative Commons - organizacja typu non-profit, która udostępnia darmowe licencje dla twórców, aby mogli oni udostępniać swoje prace publicznie.

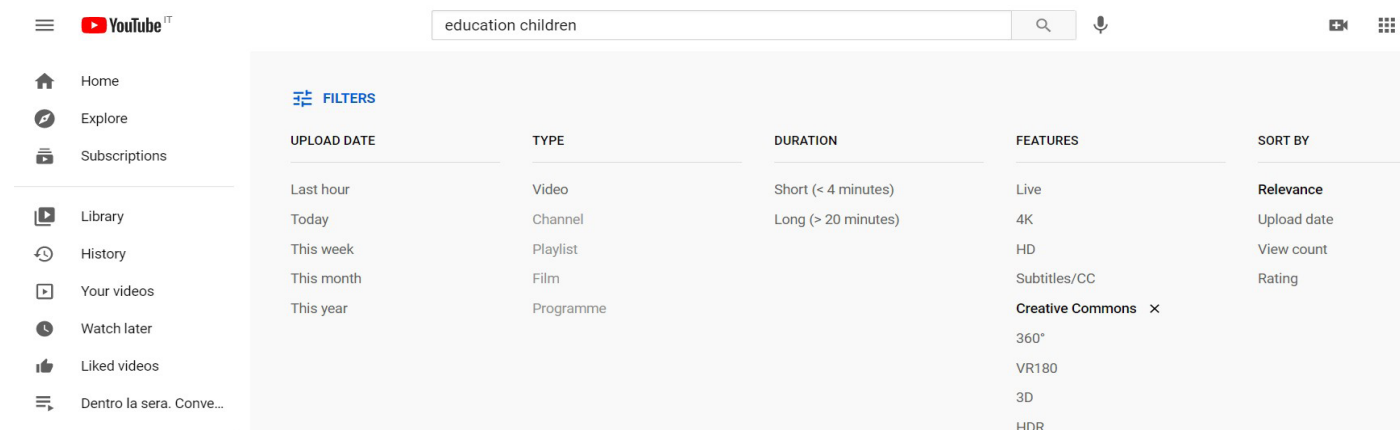
W ramach licencji **Creative Commons** twórcy mogą w określony i prosty sposób udzielać zezwoleń innym użytkownikom, dzięki czemu mogą oni kopiować, rozpowszechniać, edytować, łączyć ze sobą i ulepszać treści, zawsze zgodnie z zasadami i ograniczeniami wynikającymi z praw autorskich.

Jednym z prostych sposobów na określenie, jak właściwie korzystać ze źródeł internetowych, jest zdefiniowanie praw własności poprzez opcję „**Licencje Creative Commons**”, na przykład w zdjęciach Google i na YouTube.

Wyszukiwanie obrazów z licencją Creative Commons w Google:



Wyszukiwanie filmów z licencją Creative Commons na YouTube:



Zaznaczając opcję „Creative Commons”, rodzice i dzieci mogą bezpiecznie pobierać treści i wykorzystywać je do innych celów, np. na potrzeby prac domowych dzieci.

Zapoznaj się z licencjami Creative Commons na stronie <https://creativecommons.pl/>

Co z pozostałymi materiałami znalezionymi w sieci?

Ustawodawstwo europejskie nie przyjęło jeszcze tzw. polityki uczciwego korzystania (ang. fair usage), która jest popularna i potwierdzona w Stanach Zjednoczonych. Co to jest? Dopóki wykorzystuje się treści chronione prawem autorskim (czyli większość wszystkich treści online) do celów edukacyjnych i niekomercyjnych, nie powinno być żadnych problemów. Jeśli jednak ktoś chce czerpać zyski z treści, nie ma możliwości wykorzystania materiałów chronionych prawem autorskim.

Zagrożenia wynikające z nadużyć

Co zatem zrobić, gdy rodzic lub dziecko decyduje się na korzystanie z treści internetowych bez sprawdzenia praw autorskich? Łatwo jest nadużyć prawa i narazić się na poważne konsekwencje. Przyjrzyjmy się kilku najważniejszym przykładom:

1. Plagiat to bardzo poważny problem, który nie zawsze jest brany pod uwagę przez rodziców i dzieci przede wszystkim w przypadku poszukiwań w Internecie. Innymi słowy, to, że jakiś materiał jest dostępny w Wikipedii, nie oznacza, że rodzic może go skopiować i wykorzystać w pracy domowej swoich dzieci.

2. Nielegalne pobieranie i korzystanie z treści naruszających prawa autorskie (np. w odniesieniu do programów telewizyjnych, muzyki i filmów) było od zawsze szeroko rozpowszechnioną praktyką, zwłaszcza przed istnieniem platform takich jak Netflix © YouTube © i Spotify ©. Chociaż w całej Unii Europejskiej ta praktyka zanika (na podstawie wyników danych EUIPO, 2019), piractwo cyfrowe pozostaje istotnym problemem, ponieważ wielu młodych ludzi nadal może nielegalnie pobierać treści i naruszać prawa autorskie produktów cyfrowych. Nawet jeśli w dzisiejszych czasach dzieci i nastolatki są licznymi użytkownikami mediów i platform streamingowych, nadal muszą upewnić się, że korzystają z nich w sposób odpowiedzialny.

Najważniejsze wskazówki do przekazania rodzicom:

- Wejdź na stronę internetową i aktywuj opcję Creative Commons, aby pobrać materiały
- Upewnij się, że dzieci korzystają z odpowiednich źródeł przy odrabianiu lekcji
- Korzystaj z wielu źródeł, gdy szukasz informacji online

Rodzice na portalach społecznościowych

Jako trener powinienś/powinnaś wiedzieć, że rodzice niekiedy rozróżniają „online” i „offline”, traktując je jako odrębne sfery aktywności dzieci. Uważają zatem, że mają znacznie większą kontrolę nad zaangażowaniem swoich dzieci w życie offline i większy wpływ na nie, niż na ich aktywność online.

Trenerzy powinni być świadomi, że rodzice w dużym stopniu polegają na swoich portalach społecznościowych, by wymieniać i gromadzić istotne informacje. Może to tworzyć zjawisko myślenia lustrzanego, które głęboko wpływa na to, jak rodzice oceniają informacje i jak wpływają na samych siebie (więcej na ten temat w module 3).

W takich sytuacjach ważne jest, aby zachęcać do krytycznego myślenia i wspierać partnerów w dzieleniu się i przyswajaniu informacji, które są uważane za godne zaufania. Jeśli rodzice nie szukają wiarygodnych źródeł, ich dzieci prawdopodobnie będą postępować w ten sam sposób. Wiele dzieci często korzysta z platform, takich jak Facebook ©, Reddit © i Wikipedia © do zbierania informacji i umieszczania ich w pracach domowych; mają one jednak trudności ze znalezieniem różnicy między korzystaniem z czyjejś pracy a plagiatem.

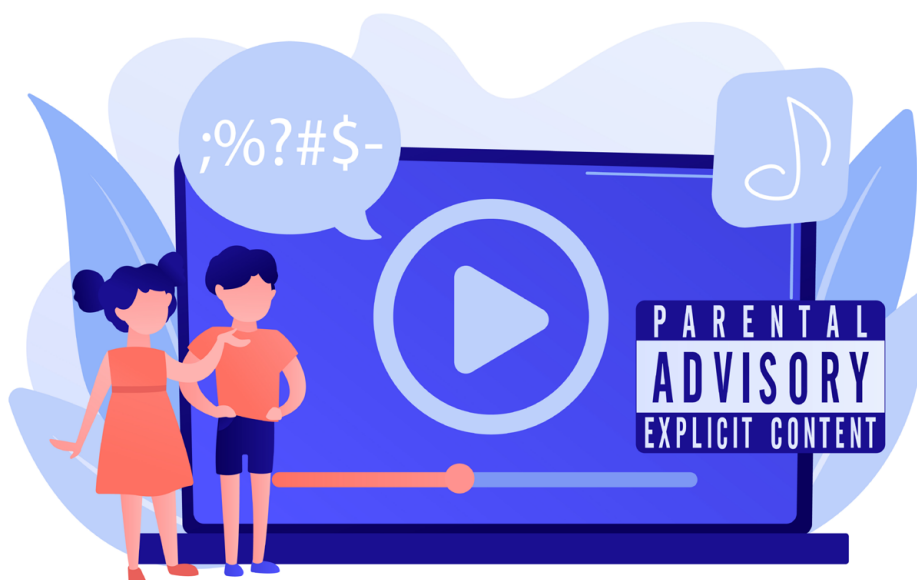
Kontrola rodzicielska

Co trenerzy powinni wiedzieć

Jak przekonamy się dokładniej w **kolejnym Module**, wielu rodziców stara się korzystać z różnych narzędzi i technik, aby skutecznie monitorować zachowanie, aktywność i czas spędzany przez dzieci na urządzeniach cyfrowych w trosce o ich zdrowie. Na przykład, badania pokazują (Anderson, 2016), że zdecydowana większość rodziców monitoruje historię wyszukiwania dzieci, media społecznościowe i rejestry rozmów telefonicznych lub używa środków do blokowania lub filtrowania aktywności nastolatków w sieci, aby chronić ich przed „nadużyciem czasu ekranowego” lub szkodliwymi treściami. Rodzice ci stosują więc techniki **kontroli rodzicielskiej**, aby skutecznie zarządzać aktywnością swoich dzieci w Internecie.

Kontrola rodzicielska to narzędzie programowe zapewniające bezpieczeństwo dzieci w Internecie poprzez ograniczanie lub zarządzanie ich aktywnością i treściami medialnymi, na które są narażone. Aby skutecznie korzystać z kontroli rodzicielskiej, konieczne jest, aby każdy rodzic dobrze rozumiał, z jakich stron internetowych i aktywności online korzystają ich dzieci

W dalszej części tego Podręcznika dowiemy się, że Internet zawiera wiele zagrożeń i niebezpieczeństw dla dzieci. Na przykład, wiele gier posiada elementy interaktywne, takie jak czaty i konkursy online, lub sklepy, w których dzieci mogą zakupić dodatkowe funkcje gry. Dlatego zadaniem trenerów jest informowanie rodziców o tym, jak skutecznie korzystać z **kontroli rodzicielskiej** w celu monitorowania tych działań, a co za tym idzie, ochrony swoich dzieci.



Dobrym przykładem jest aplikacja **Parental Controls™** stworzona przez Nintendo.

W 2017 roku Nintendo - jedna z największych na świecie firm produkujących gry wideo - wprowadziła Parental Controls™, bezpłatną aplikację w App Store i Google Play, dzięki której rodzice mają dostęp do aktywności swojej rodziny w grach na Nintendo Switch, konsoli do gier wideo wydanej w tym samym roku. Aplikacja pozwala rodzicom śledzić czas grania dzieci, ustalać limit czasu spędzanego online oraz dodawać ograniczenia (np. ograniczyć rozgrywkę w trybie VR lub wybierać gry przeznaczone dla osób powyżej 3 roku życia do 18 roku życia).

Aplikacja może nawet ustawić alarmy powiadomień, aby ostrzec dzieci, kiedy ich czas zabawy dobiega końca i ile przekroczyły limit czasu.

Obejrzyj z rodzicami *ten śmieszny filmik wideo*, na którym Nintendo prezentuje aplikację i jej funkcje.

Źródło:

Nintendo (2021) Nintendo Switch Parental Controls mobile app. Odwiedź stronę:

www.nintendo.com/switch/parental-controls/

Podczas sesji szkoleniowej z rodzicami, kontrola rodzicielska powinna stanowić główny temat dyskusji, tak aby rodzice mogli zrozumieć, czym jest obecnie granie w gry lub spędzanie czasu w sieci. Starajcie się podawać przykłady i dobre wzorce, takie jak aplikacje, strony internetowe i poradniki, które pomogą rodzicom dowiedzieć się więcej na ten temat.

Na zakończenie warto dodać, że kontrola rodzicielska nie jest jedynym rozwiązaniem pozwalającym zachować bezpieczeństwo online; należy zachęcać rodziców do rozmowy z dziećmi i sprawić, by czuły się swobodnie, rozmawiając o swoich zainteresowaniach, mogły wspólnie znaleźć strony odpowiednie dla ich wieku i treści dzięki przyjaznym wyszukiwarkom.

Więcej szczegółów na temat kontroli rodzicielskiej znajduje się w Pakiecie dla rodziców GLAD „Moje dziecko i ja w świecie technologii cyfrowych”.

Czy wiesz, że...?

Generazioni Connesse - bezpieczniejszy Internet

Projekt SaferInternetCentre-Generazioni Connesse (połączone pokolenia) jest współfinansowany przez Komisję Europejską w ramach programu Connecting Europe Facility (CEF). Ma na celu zapewnienie informacji, konsultacji i wsparcia dzieciom, nastolatkom, rodzicom, trenerom i opiekunom, którzy mają do czynienia z transformacją cyfrową i zagrożeniami związanymi z korzystaniem z Internetu. Projekt umożliwia zainteresowanym stronom zgłaszanie wszelkich nielegalnych i niebezpiecznych treści lub materiałów znalezionych w sieci. Ogólnym celem projektu jest opracowanie innowacyjnych i wysokiej jakości usług, aby zagwarantować bezpieczeństwo w sieci, jednocześnie zachęcając użytkowników do przeglądania bezpiecznych i wiarygodnych informacji online.

Projekt obejmuje ponadto certyfikowane szkolenie online dla trenerów i rodziców.

Źródło:

Generazioni Connesse (b.d.) Odwiedź stronę: www.generazioniconnesse.it

Czas na praktykę!

Jakie wyszukiwarki są odpowiednie?

Podczas szkolenia poproś rodziców, aby wymienili znane im wyszukiwarki przyjazne dzieciom. Przedyskutuj z nimi, co sprawia, że dana wyszukiwarka jest bezpieczna dla dzieci, a następnie przejdź do dyskusji na temat potencjalnego ryzyka i zagrożeń, jakie dzieci mogą napotkać w sieci.

Oto wyszukiwarki przyjazne dzieciom:

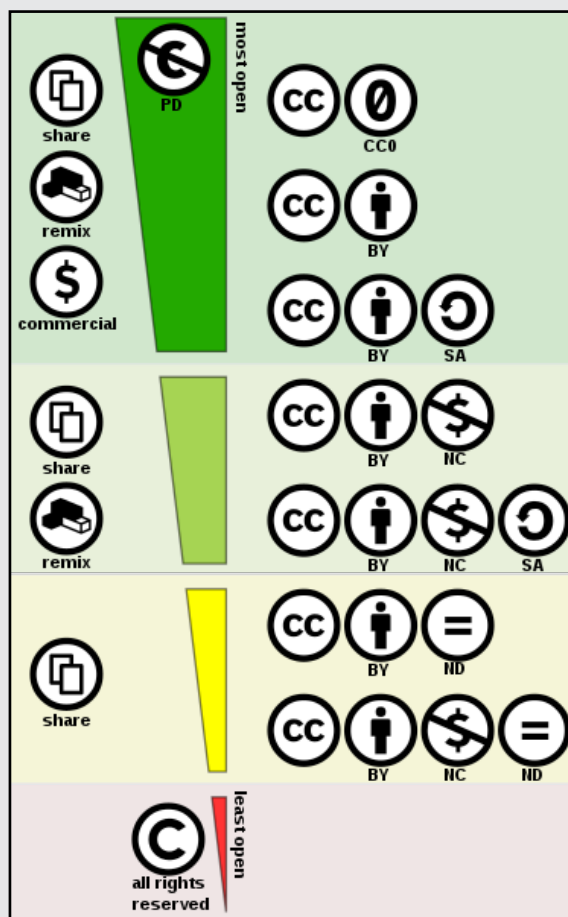
- *Kiddle* (www.kiddle.co)
- *Kidtopia* (www.kidtopia.info)
- *Famhoo* (www.famhoo.com)

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Źródło:

California Casualty (2020) Kid-Friendly Search Engines. Odwiedź stronę: <https://mycalcas.com/2020/02/kid-friendly-search-engines/>

Zapoznanie się z licencjami Creative Commons



Przedstaw Creative Commons wraz ze spektrum indywidualnych licencji i zezwoleń, dostępnych w linku poniżej. Rodzice mają za zadanie wyszukać wybrane przez siebie informacje lub zdjęcia (za pomocą laptopów/smartfonów) i sprawdzić na stronie, czy nie są one objęte prawami własności intelektualnej.

To ćwiczenie jest w dużym stopniu oparte na refleksji i burzy mózgów, a jego celem jest nauczenie rodziców, jak wyszukiwać lub tworzyć treści zgodnie z prawami autorskimi, ochroną danych i przepisami prawnymi.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Źródło:

Creative Commons (n.d.) 2.1 Copyright Basics. Dostępny na stronie:

Retrieved from: <https://certificates.creativecommons.org/cccertedu/chapter/2-1-copyright-basics/>

Źródło obrazu:

Wikipedia.https://commons.wikimedia.org/wiki/File:Creative_commons_license_spectrum.svg

Myślenie krytyczne – odpowiedzialne użycie

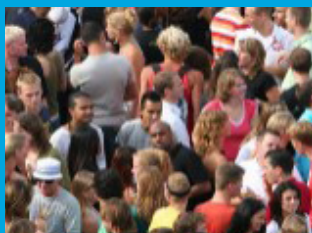
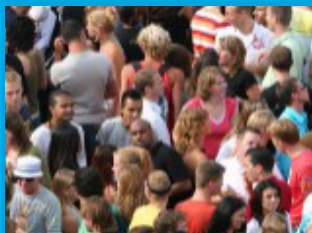
Czasami ludzie robią zdjęcia i edytują je, próbując zmienić ich znaczenie. Mogą również użyć zdjęcia, które wygląda na prawdziwe, ale tak naprawdę było wykonane w innym miejscu i o innej porze. Wykorzystanie umiejętności krytycznego myślenia i narzędzi internetowych może pomóc nam odkryć co jest prawdziwe, a co nie.

Spójrzmy na dwie pary zdjęć: W pierwszej parze sprawdzimy, co się zmieniło. Następnie przedyskutujemy, dlaczego ktoś mógłby zmodyfikować zdjęcie. Później przyjrzymy się drugiej parze: zdjęcie zostało użyte tak, jakby było zrobione w innym miejscu i czasie.

Dlaczego ktoś miałby modyfikować zdjęcia, aby wyglądały inaczej?

Kiedy widzimy ludzi używających zdjęć, by coś udowodnić, i jak możemy stwierdzić, czy są prawdziwe?

Po przedyskutowaniu tego z rodzicem lub zaprzyjaźnionym trenerem, sprawdźmy kilka odpowiedzi!

Pierwsza para		Druga para	
Oryginalny nagłówek: Naukowcy tworzą przyjaznego robota	Zmieniony nagłówek: Robot mści się na naukowcach	Oryginalny nagłówek: Tłum czeka na występ zespołu	Zmieniony nagłówek: Tłumy gromadzą się, by wziąć udział w proteście
			

Rozwiązania:

Obrazek z robotem mógł zostać przerobiony, aby przekonać ludzi, że roboty są złe lub przerażające. Drugi obrazek mógł zostać użyty do przedstawienia protestu, aby przekonać ludzi, że dane prawo lub obowiązek są złe. Jeśli przeczytasz historię, w której użyto obrazka, aby coś przedstawić, możesz przeciągnąć obrazek do wyszukiwarki internetowej, aby dowiedzieć się, skąd pochodzi!

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Źródło:

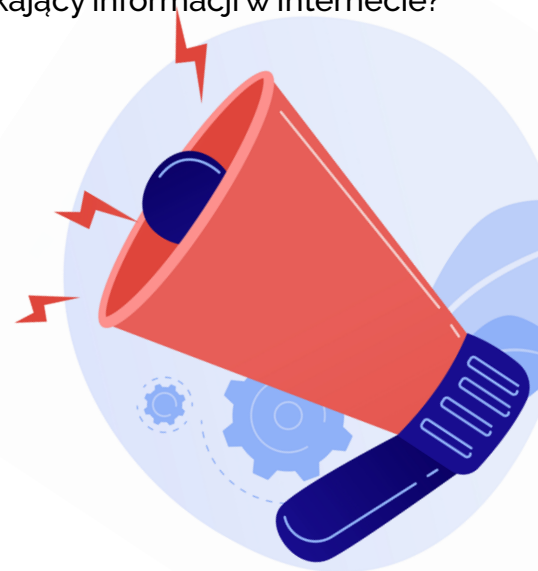
Common Sense Education (n.d.) News & Media Literacy. Dostępny na stronie: https://docs.google.com/presentation/d/1yldihO3NSv3h1FGoQoSjrh1RVlKiY7cSjWnHOnR0ye4/edit#slide=id.g3d07a721d2_1_47

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Wyszukiwanie wymaga czerpania informacji z różnych źródeł w celu uzyskania szerszej perspektywy.
- Źródła wyszukiwania muszą być dokładne, aktualne, istotne i odpowiednie w zależności od sytuacji i potrzeby.
- Wyszukiwanie w Internecie zakłada używanie synonimów, więc staraj się używać terminów, które są bardziej precyzyjne.
- Rodzice nie powinni polegać na pierwszym znalezionym wyniku, ale raczej wyjść poza schemat.
- Porównanie różnych źródeł, które można znaleźć w sieci sprawia, że znajdujemy bardziej wiarygodne i trafne odpowiedzi.
- Licencje online są narzędziami regulacyjnymi, które wyjaśniają użytkownikowi, w jaki sposób może korzystać z treści lub nie.
- Licencje Creative Commons są najbardziej rozpowszechnionymi licencjami online i w zależności od warunków licencji, mogą być używane, ponownie wykorzystywane i zmieniane.
- Plagiat i nielegalne pobieranie plików to wykroczenia, które niosą za sobą poważne konsekwencje.

Zastanów się...

- Ilu rodziców, z którymi pracuję, szuka informacji w Internecie?
- Czy rodzice, których uczę lub wspieram są biegłymi użytkownikami technologii? Jeśli tak, to czy chętnie szukają informacji w Internecie?
- Jakie wskazówki i spostrzeżenia mogę przekazać rodzicom, aby bezpiecznie korzystali z Internetu?
- Jakich informacji szukają rodzice, których uczę lub wspieram? Czy sprawdzają źródła informacji, które przeglądają?
- Jakich głównych zagrożeń powinni być świadomi rodzice szukający informacji w Internecie?
- Czy zdaję sobie sprawę z kwestii praw autorskich, gdy wymieniam lub przetwarzam informacje w celu opracowania treści dla rodziców?



MODUŁ 3:

Promowanie równowagi cyfrowej

W skrócie

Niniejszy moduł poświęcony jest równowadze cyfrowej – złożonej koncepcji, która wzbudza duże zainteresowanie, szczególnie wśród rodziców. Moduł ten prezentuje trenerom różne sposoby i strategie, które należy pokazać rodzicom, aby ci zachęcali dzieci do właściwego korzystania z technologii i skutecznie radzili sobie z psychicznym, fizycznym i emocjonalnym wpływem, jaki ma ona na dzieci już od najmłodszych lat.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Koncepcji i aspektów równowagi cyfrowej
- Zagrożeń, z którymi dzieci mogą się zetknąć w Internecie
- Podstawowych zasad netykiety
- Czasu spędzanego przed ekranem
- Wprowadzania zdrowej diety medialnej dla całej rodziny

Czas zacząć!

W dzisiejszym świecie zdominowanym przez technologię, dzieci korzystające z Internetu są narażone na różne rodzaje ryzyka, na które powinni reagować ich rodzice i opiekunowie. Dlatego tak ważne jest, abyś Ty jako trener wspierał rodziców w angażowanie się w cyfrową aktywność ich dzieci oraz w promowanie **równowagi cyfrowej**.

Najprościej rzecz ujmując, **równowaga cyfrowa** to pojęcie używane do opisu „wpływu technologii i usług cyfrowych na zdrowie psychiczne, fizyczne, społeczne i emocjonalne ludzi”. (Jisc, 2019)

Zaangażowanie rodziców i nadzorowanie przez nich aktywności dzieci w Internecie ma kluczowe znaczenie w przypadku zapobiegania potencjalnym zagrożeniom. Dlatego jako trener powinienes/powinnaś podkreślać, jak ważne jest zaangażowanie rodziców oraz nadzorowanie dzieci podczas korzystania z Internetu. Dzięki temu dzieci stają się świadome tego, jakie treści są odpowiednie dla ich wieku.

Na początku trenerzy powinni przedstawić rodzicom szereg zasad i norm obowiązujących podczas korzystania z Internetu. W oficjalnym języku nazywa się to netykietą: pojęcie to odnosi

się do kodeksu dobrego zachowania w Internecie, który obowiązuje podczas różnych form komunikacji w sieci, a także grania online. Trenerzy powinni uświadomić rodziców o konieczności przestrzegania netykiety, podobnie jak rodzice muszą uczyć swoje dzieci odpowiedzialnego zachowania w świecie rzeczywistym. Ważne jest, aby rodzice i dzieci zachowywali się odpowiedzialnie w świecie wirtualnym.

Integralną częścią bezpieczeństwa w sieci jest świadomość możliwych zagrożeń, które stale się zmieniają i na które dziecko może natrafić w Internecie. Przedstawiaj rodzicom różne sposoby i strategie, które mogą zastosować podczas wdrażania praktyk mających na celu ochronę dzieci przed zagrożeniami w sieci.

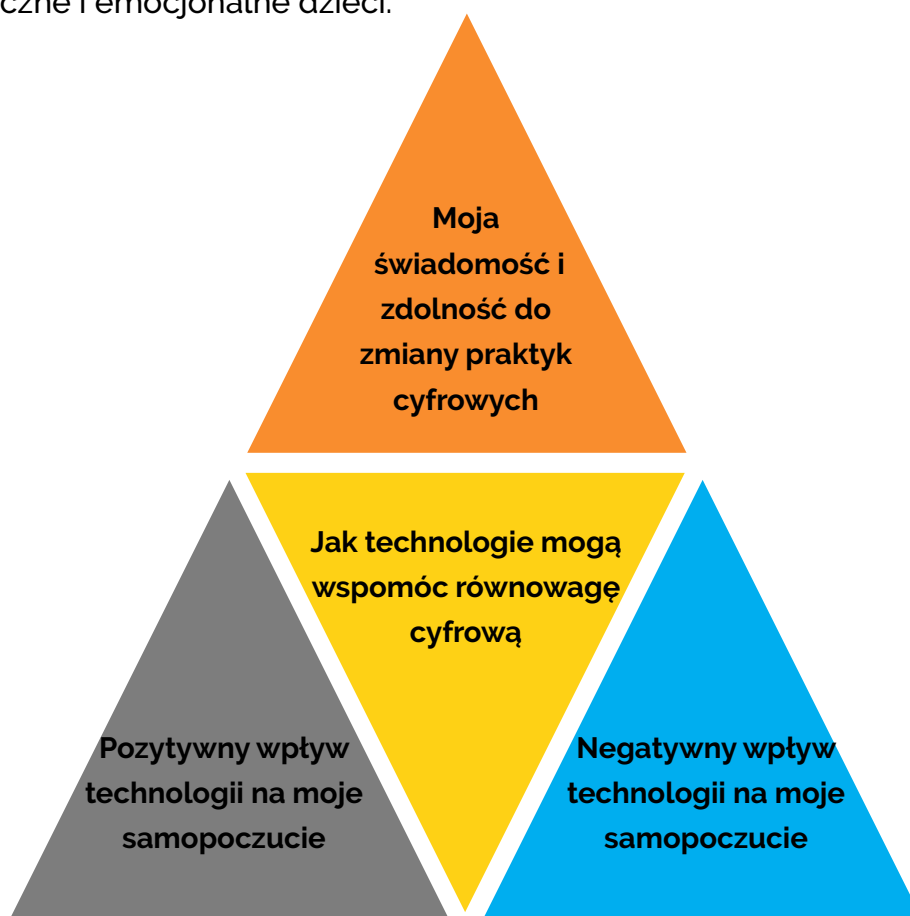
Kluczowe, choć często niedoceniane dla ochrony dzieci przed zagrożeniami w sieci jest wypracowanie odpowiedniego sposobu myślenia o bezpieczeństwie i świadomości użytkowników.



Równowaga cyfrowa Psychiczny, fizyczny i emocjonalny wpływ technologii na człowieka

Równowaga cyfrowa nie musi odzwierciedlać jedynie negatywnego wpływu mediów i korzystania z technologii. Jest to raczej złożona koncepcja, bowiem obejmuje ona różne sytuacje i może być analizowana z różnych perspektyw. Według Jisc (2019) istnieją cztery główne aspekty równowagi cyfrowej w odniesieniu do jednostek: pierwsze dwa dotyczą **pozytywnego i negatywnego wpływu** technologii, trzeci koncentruje się na tym, **jak technologia może poprawić samopoczucie**, podczas gdy czwarty odnosi się do potrzeby rozwinięcia w **ludziach świadomości i zdolności do zmiany swoich praktyk cyfrowych**.

Ten ostatni aspekt jest szczególnie ważny dla odbiorców niniejszego Podręcznika. Trenerzy powinni pamiętać, że nie wszyscy rodzice posiadają odpowiednią wiedzę bądź umiejętności i tym samym nie są w stanie kontrolować wpływu technologii na życie ich dzieci. Co więcej, w takiej sytuacji trenerzy pomagają w kształtowaniu świadomości rodziców w zakresie równowagi cyfrowej, m.in.: poprzez pomoc w rozumieniu treści pojawiających się w mediach i ich znaczeniu oraz używaniu w konkretnych kontekstach; tłumaczą im również wpływ technologii na zdrowie psychiczne, fizyczne i emocjonalne dzieci.



Cztery aspekty równowagi cyfrowej (Jisc, 2019)

Omówmy to zagadnienie bardziej szczegółowo. Poniżej znajduje się przegląd pozytywnych i negatywnych skutków korzystania z technologii i mediów, zarówno w aspekcie osobistym – dotyczącym jednostki, jak i społecznym – dotyczącym społeczeństwa (według Jisc, 2019).

SKUTKI OSOBISTE		SKUTKI SPOŁECZNE	
pozytywne +	negatywne -	pozytywne +	negatywne -
• Tworzy pozytywną tożsamość • Służy jako rozrywka • Pozwala poznać i zrozumieć nowe pomysły, inspiruje • Pozwala znaleźć sposoby na poprawę zdrowia fizycznego (np. wykonywanie ćwiczeń) • Pomaga budować poczucie własnej wartości	• Zawiera uzależniające zachowania w sieci (hazard, pornografia itp.) • Umożliwia łatwy dostęp do nielegalnej działalności • Może naruszyć dane osobowe • Może prowadzić do problemów ze snem • Powoduje bierną konsumpcję (np. bezmyślne oglądanie stories na Instagramie) • Może prowadzić do porównywania się z innymi w negatywny sposób	• Zapobiega izolacji i zmniejsza poczucie samotności • Pozwala rozwijać i utrzymywać relacje • Łączy rodziny, przyjaciół i społeczności • Zwiększa możliwości integracji (np. w przypadku osób niepełnosprawnych)	• Zapewnia otwartą przestrzeń do rozwoju cyberprzemocy • Stwarza możliwości do groomingu • Sprzyja wykluczeniu (np. ze względu na płeć, wiek, status społeczny).

Przypomnijmy sobie, czego nauczyliśmy się w Module 1. Ważne jest, by rodzice byli świadomi pozytywnych i negatywnych skutków aktywności w sieci oraz angażowali się w to, jak ich dzieci korzystają z technologii i mediów. Niżej umieszczamy raz jeszcze dziesięć zasad zaangażowania rodziców, które są ze sobą powiązane:

1. Dawaj przykład
2. Angażuj się w życie cyfrowe swojego dziecka
3. Ustanawiaj jasne zasady i granice
4. Wyjaśnij zasady i decyzje dotyczące korzystania z komputera i dostępu do sieci
5. Monitoruj korzystanie z komputera przez dzieci, ale nie śledź każdej czynności dzieci
6. Bądź konsekwentny/a
7. Zachowaj spokój, jeśli zasady zostaną złamane
8. Chwal dzieci, za prawidłowe korzystanie z technologii i mediów
9. Dopasuj swój styl wychowania, aby radzić sobie z coraz częstszym korzystaniem z technologii i mediów
10. Traktuj swoje dzieci z szacunkiem

Rodzicom należy przypominać, że Internet daje wiele możliwości edukacji i wzbogacania wiedzy, dlatego warto zmaksymalizować korzyści płynące z korzystania z technologii. Wspólne spędzanie czasu na korzystaniu z urządzeń i okazywanie zainteresowania tym, co robią dzieci, jest budujące dla nich, ponieważ w ten sposób czują wsparcie ze strony rodziców oraz budują zdrowe nawyki internetowe.

Zagrożenia i prywatność w sieci

Poznaj najważniejsze fakty

Okolo jeden na trzech użytkowników Internetu to dzieci, które w bardzo młodym wieku uzyskują dostęp do sieci za pośrednictwem różnych urządzeń (Komisja Europejska, 2021), a ilość szkodliwych treści, zachowań i zagrożeń, na jakie mogą być narażone, jest niezwykle duża. Poniżej przedstawiono klasyfikację cyfrowych zagrożeń, na które mogą natknąć się dzieci w Internecie (Livingstone i in., 2011):

	TREŚĆ Dziecko jako odbiorca	KONTAKT Dziecko jako współuczestnik	ZACHOWANIE Dziecko jako główny sprawca
Zachowania agresywne	Brutalne, nienawistne treści	Dokuczanie, prześladowanie, nękanie	Znęcanie się nad innymi lub nękanie innych
Zachowania i wzorce seksualne	Treści pornograficzne lub inne treści seksualne	Grooming, wykorzystywanie seksualne, spotkanie się z nieznajomymi	Tworzenie lub przesyłanie materiałów pornograficznych
Systemy wartości	Treści rasistowskie, uprzedzenia	Samookaleczenie, wrogie nastawienie do innych	Udzielanie szkodliwych porad (np. dotyczących samobójstwa)
Zachowania konsumenckie	Reklama, spam, sponsoring	Śledzenie, wykorzystywanie danych osobowych i nadużywanie ich	Hazard, hakerstwo, nielegalne pobieranie plików

Powyższa tabela zestawiająca klasyfikację zagrożeń cyfrowych może wzbudzać niepokój. Ostatnie badanie przeprowadzone w Nowej Zelandii (LSE, 2020) wykazało, że rodzice zwykle nie zdają sobie sprawy z tego, jak aktywne są ich dzieci w Internecie. Jest to problem, który należy rozwiązać – warto zacząć od zaangażowania rodziców i wspierania ich w identyfikowaniu niepożądanych doświadczeń. Aby pomóc rodzicom w zapewnieniu bezpieczeństwa dzieciom w Internecie, należy doradzać im, aby:

- Zapoznali się z zagrożeniami i możliwościami jakie niesie ze sobą korzystanie z Internetu.
- Poznali bezpieczne strony internetowe, gry i inne materiały, które są pomocne w nauce i mogą być wykorzystane podczas zabawy.
- Wspólnie z dziećmi ustalić granice. Dzieci muszą być świadome swojej aktywności online i tego, jak łatwo mogą zostać oszukane w sieci. Warto zaznaczyć, aby rodzice przeprowadzili z dziećmi rozmowę o tym, jakie działania i zachowania zapewniają bezpieczeństwo.

- Ustalić razem z dziećmi, jakie strony internetowe mogą być odwiedzane przez dzieci; można dodać je do zakładek, aby mieć do nich łatwy dostęp. Warto ustalić limity czasowe korzystania z komputera. Pytania takie jak: „Na których stronach lubisz spędzać najwięcej czasu?”, „Co najbardziej lubisz robić na tych stronach?” tworzą atmosferę zaufania między rodzicami a dziećmi, dzięki czemu dzieci będą czuły się pewniej i bezpieczniej, gdy będą rozmawiać o swoich wirtualnych doświadczeniach.

Z drugiej strony, rodzice i trenerzy czasami nie potrafią odróżnić rzekomych „zagrożeń internetowych” od tego, co może rzeczywiście narazić dzieci na krzywdę. Dlatego ważne jest, aby nauczyć rodziców rozpoznawać fakty i mity. W raporcie EU Kids Online 2011 obalono najważniejsze mity na temat bezpieczeństwa w Internecie, które, jak stwierdzono, „wyolbrzymiają lub nadmiernie upraszczają sprawy” (s. 43).

TOP 10 MITÓW NA TEMAT CYFROWYCH NIEBEZPIECZEŃSTW, NA KTÓRE NARAŻONE SĄ DZIECI

(Livingstone et al., 2011, pg. 42-43):

1. Cyfrowi tubylcy wiedzą wszystko o Internecie

Nie ma twardych dowodów na poparcie tego stwierdzenia. Jak wynika z raportu, tylko 36% dzieci w wieku 9-16 lat uważa, że wie więcej o Internecie niż rodzice, zaś dwoje na troje dzieci w wieku 9-10 lat zaprzecza temu stwierdzeniu.

2. W Internecie każdy jest twórcą

Nawet jeśli portale społecznościowe pozwalają na umieszczanie własnych treści i ułatwiają robienie tego, to większość dzieci korzysta z masowo produkowanych „gotowców” znalezionych w Internecie.

3. Osoby poniżej 13. roku życia nie mogą korzystać z portali społecznościowych – rodzice nie mają się o co martwić

Rejestrowanie się na portalach społecznościowych poprzez zawyżanie swojego wieku, tworzenie publicznych profili z widocznymi danymi osobowymi i kontaktowanie się z nieznanymi to tylko niektóre z rzeczy, które robią małe dzieci, gdy nie są kontrolowane przez ustawienia prywatności lub inne zabezpieczenia profili.

4. Każdy ogląda pornografię w Internecie

Szacuje się, że możliwość natrafienia na treści pornograficzne w sieci jest niższa niż przypuszczano. Raport z badań wskazuje na stosunkowo niewielką liczbę zgłaszanych czynności związanych z pornografią w sieci, w związku z czym mit ten opiera się na niereprezentatywnych przykładach lub zwykłych założeniach.

5. Dręczyciel zawsze jest tym złym

Nie należy przyklejać dręczycielom łatki czarnego charakteru. Zdecydowana większość dzieci, która znęca się nad innymi w Internecie lub poza nim, była ofiarą podobnych działań. Tak samo dzieci, które dręczą innych w sieci, same były wcześniej dręczone. Takie dzieci są zazwyczaj bardziej wrażliwe, co tworzy błędne koło, w którym ofiary i sprawcy nie tylko szkodzą innym, ale także sami są krzywdzeni.

6. Osoby, z którymi rozmawiasz w Internecie, są nieznajomymi

Badania wykazały, że większość dzieci w wieku 11-16 lat komunikuje się z osobami, które już zna, natomiast osoby, z którymi dopiero nawiązują kontakt w sieci, są np. znajomymi ich kolegów lub krewnych. Tylko nieliczne z badanych dzieci zgłosiły negatywne doświadczenia z tym związane, dlatego wyzwaniem, przed którym stają rodzice, jest zapewnienie dzieciom ochrony przed szkodliwymi zdarzeniami w sposób, który nie ogranicza możliwości nawiązywania nowych kontaktów.

7. Niebezpieczeństwa ze świata rzeczywistego przenoszą się do Internetu

Jest to poniekąd fakt potwierdzony wieloma dowodami – dzieci mające więcej zagrożeń „offline”, zgłaszają więcej przypadków krzywd, których doświadczyły w sieci. Jednak nie wszystkie zagrożenia offline korelują z tymi online. Nie ma wystarczającej liczby badań, które analizują wszystkie czynniki generujące ryzyko w sieci, dlatego należy założyć, że dzieci, które nie doświadczyły żadnych krzywd poza siecią, nie powinny doświadczyć ich w sieci.

8. Postawienie komputera w salonie pomaga

W dzisiejszych czasach już się to nie sprawdza, ponieważ dzieci korzystają z Internetu w różnych miejscach, korzystając z przeróżnych urządzeń - w domu kolegi, w sypialni lub używają telefonu komórkowego albo innego urządzenia przenośnego. Należy więc doradzać rodzicom, aby rozmawiali z dziećmi o korzystaniu z Internetu, a nawet wspólnie z nimi wykonywali czynności w sieci.

9. Im większe umiejętności cyfrowe, tym mniejsze zagrożenia w sieci

W rzeczywistości, większe umiejętności wiążą się z większym niebezpieczeństwem. Mówiąc prościej: większe wykorzystywanie technologii -> większe umiejętności -> więcej możliwości -> więcej zagrożeń. Poprzez uczenie się i zdobywanie „wirtualnego” doświadczenia, dzieci coraz bardziej eksplorują Internet, a nie wszystkie jego treści i środowiska są tworzone z myślą o młodszych użytkownikach. W związku z tym dzieci mogą napotkać nieoczekiwane zagrożenie. Warto przypominać rodzicom, że większe umiejętności niwelują szkody i inne krzywdy, jakich mogą doświadczyć dzieci w wyniku narażenia na nieodpowiednie treści (chodzi o wpływ psychologiczny i psychiczny).



10. Dzieci mogą obejść oprogramowanie zabezpieczające

Jak wskazują dane, niewiele dzieci w wieku 11-16 lat zmienia preferencje dotyczące filtrów, a tylko część uważa, że działania rodziców ograniczają ich aktywność w sieci. Co więcej, część dzieci zupełnie nie przejmie się ograniczeniami wprowadzanymi przez rodziców.

Netykieta: uczenie rodziców zasad zachowania w Internecie

Netykieta to nic innego jak etykieta (zbiór zasad i norm zachowania) w sieci. Trenerzy powinni znać ten zestaw zasad podczas korzystania z Internetu, aby móc nauczyć go rodziców, a ci swoje dzieci. Należy być świadomym konieczności przestrzegania zasad dobrego zachowania w Internecie poprzez szanowanie cudzych poglądów i nieosądzanie innych. Rodzice powinni podkreślać, jak ważne jest używanie odpowiedniego języka, przypominając dzieciom, że za ekranem znajduje się prawdziwy człowiek i powinny okazywać mu należyty szacunek. Pytania typu: „Czy nie przeszkadzałoby mi, gdyby ktoś tak do mnie napisał?” przed wystaniem wiadomości lub umieszczeniem komentarza to jedna z rzeczy, której praktykowanie rodzice mogą polecić dzieciom. Warto pamiętać, że język używany w Internecie jest specyficzny i może być często źle interpretowany, dlatego dzieci muszą używać go właściwie w zależności od sytuacji.

Co więcej, trenerzy powinni podkreślać rodzicom, jak ważne jest, by ich dzieci szanowały inne kultury i tradycje oraz inny punkt widzenia, a także traktowały swoich internetowych przyjaciół z szacunkiem – byli wobec nich grzeczni i tolerancyjni. Dzieci powinny zdawać sobie sprawę z tego, że korzystanie z Internetu jest przywilejem, dlatego rodzice powinni wyraźnie zaznaczyć, że może zostać on ograniczony lub cofnięty w każdej chwili, jeśli ustalone zasady zostaną naruszone.

Podstawowe zasady netykiety

Aby „prawidłowo” komunikować się w Internecie, należy zachęcać użytkowników do przestrzegania netykiety. Naucz rodziców następujących zasad zachowania, szczegółowo omawiając każdą z nich (Norton, 2021; Shea, 1994):

- 1 Pamiętaj,** że rozmawiasz z drugim człowiekiem: podczas rozmów wirtualnych czasami łatwo jest zapomnieć, że po drugiej stronie znajduje się prawdziwa osoba. Niezależnie od tego, czy komunikujesz się poprzez e-mail, komunikatory lub inne wiadomości tekstowe, umieszczasz posty lub prowadzić rozmowę wideo, postaraj się myśleć o tym, co przekazujesz, ponieważ bardzo łatwo jest nie zrozumieć kontekstu online i przez to kogoś zranić.
- 2 Zasady w życiu realnym a zasady w sieci:** Co prawda w świecie wirtualnym nie obowiązują takie same normy zachowania co w realnym, jednak nie wolno o nich zapominać. Staraj się działać według tych samych zasad w życiu realnym i wirtualnym. Nieodpowiednie zachowania w sieci mogą być źródłem kłopotów.
- 3 Miej świadomość tego, gdzie jesteś:** w Internecie możesz znaleźć niezliczoną ilość forów, stron internetowych, blogów, platform oraz kanałów. Wszędzie obowiązuje inny zestaw zasad i standardów społeczności. Zawsze staraj się zrozumieć odbiorców danej przestrzeni i kontekst, w którym funkcjonują i komunikują się ze sobą. Na przykład: jeśli przez pomyłkę dołączysz do internetowej grupy modlitewnej, nie możesz zacząć pisać ateistycznych opinii ani nienawistnych komentarzy o kościele – urazisz tym członków tej grupy.

- 
- 4 Szacunek przede wszystkim!** We współczesnym świecie ludzie prowadzą intensywne życie i nie zawsze mają czas na czytanie i odpowiadanie na maile bądź posty w dyskusjach. Pisz sensownie i zwięźle, staraj się nie dodawać zbędnych informacji lub grafik, których pobranie, zdawać by się mogło, zajmuje wieczność.
 - 5 Miej dobrą reputację w Internecie:** w sieci ocenie nie podlega Twój wygląd, sposób ubierania się czy też głos, ale treść – to, co piszesz, publikujesz i udostępniasz. Upewnij się, że jakość Twoich treści jest dobra. Zawsze sprawdzaj, czy nie popełniasz błędów ortograficznych i gramatycznych, bądź uprzejmy/a i wyrażaj się jasno. Staraj się unikać negatywnych komentarzy, przekleństw i nieprzyjemnego tonu wypowiedzi.
 - 6 Dziel się wiedzą:** kolejną wielką zaletą komunikacji internetowej jest możliwość dzielenia się wiedzą i zdobywania nowej. Jeśli posiadasz wiedzę lub informacje na dany temat, którymi możesz się podzielić z innymi użytkownikami jakiegoś forum, platformy lub innej strony internetowej, zrób to!
 - 7 Kontroluj słowa i ton wypowiedzi:** obraźliwe wiadomości lub próby wywołania „dramy” poprzez wyrażanie bardzo silnych opinii, mogą być frustrujące dla innych. Co prawda takie wyrażanie opinii nie jest w sieci zabronione, ale wymiana postów i komentarzy nacechowanych agresją może nieść za sobą pewne konsekwencje. Na przykład administratorzy Facebooka © mogą blokować użytkowników lub usuwać posty, jeśli uznają je za obraźliwe lub niestosowne.
 - 8 Szanuj prywatność:** wyjątkowo łatwo jest narazić swoją prywatność w sieci. Bądź bardzo ostrożny/a, gdy dzielisz się cennymi informacjami o sobie i swoich dzieciach, a jednocześnie zastanów się, co mogłoby się stać, gdyby informacje o kimś innym „dostały się w niepowołane ręce”. Czy ta osoba byłaby zawstydzona, zraniona, rozczarowana? Jeśli Ty i Twoje dziecko oczekujecie, że Wasze prawo do prywatności będzie szanowane, powinniście robić to samo względem innych.
 - 9 Nie nadużywaj swojej władzy:** w Internecie możesz posiadać większą „władzę” nad innymi. Na przykład: niektórzy ludzie wiedzą więcej na temat technologii lub posiadają większe doświadczenie związane z korzystaniem z platform mediów społecznościowych. Nie wykorzystuj swojej wiedzy ani doświadczenia przeciwko innym. Przypomnij sobie pierwszą zasadę: Pamiętaj, że rozmawiasz z drugim człowiekiem.
 - 10 Bądź wyrozumiały/a:** błędy są czymś normalnym, nawet w świecie cyfrowym. Nie wszyscy znają zasady netykiety, a niektórzy mają mniejsze doświadczenie z technologiami. W pewnym momencie Ty i Twoje dziecko możecie natknąć się na obraźliwe zdjęcia, błędnie napisane słowa lub niepotrzebnie długie odpowiedzi. Postaraj się być wyrozumiały/a i nie komentować tego publicznie.

Czas spędzany przed ekranem To nie jest takie proste.

Jak już wyjaśniliśmy, częścią osiągnięcia równowagi cyfrowej jest **ustalenie odpowiedniej ilości czasu spędzanego przed ekranem**, czyli jak długo dzieci mogą korzystać z urządzeń elektronicznych. *Czy to w porządku, jeśli codziennie moje dzieci siedzą na Facebooku przez godzinę? Czy mogą obejrzeć półgodzinny program lub dwugodzinny film? Jaki czas spędzony na graniu w gry powinien wzbudzić moje obawy?* To są trudne pytania, na które każdy rodzic powinien znaleźć odpowiedź.

W ciągu ostatnich kilku lat duże firmy takie jak Apple ©, Google © i Facebook © w odpowiedzi na rosnące obawy ludzi związane z czasem spędzonym na korzystaniu z technologii opracowały kilka narzędzi, które mają pomóc użytkownikom ograniczyć korzystanie z urządzeń. Obecnie istnieją setki aplikacji i rozszerzeń przeglądarki, które możemy wykorzystać podczas walki z rozpraszającymi treściami w sieci (Lukoff, 2019). Jednak zgodnie z wynikami badań, równowaga cyfrowa nie jest i nie powinna być kojarzona wyłącznie z negatywnymi skutkami, bowiem może przynosić ludziom (jako jednostkom) pewne pozytywne rezultaty. *Dlaczego więc ograniczenie lub odpowiednie zarządzanie czasem spędzonym przed ekranem jest tak silnie związane z koncepcją cyfrowej równowagi?*



Nie chodzi tu jedynie o ilość czasu spędzanego przed ekranem. Zwróć uwagę na inne kwestie:

Niewątpliwie istnieją uzasadnione powody, dla których rodzice mogą być zaniepokojeni czasem spędzonym przed ekranem przez ich dzieci. Wyniki badań, które były przeprowadzone w krajach Europy w 2019 r. pokazują, że w wielu krajach ilość czasu poświęcana przez dzieci na aktywność online wzrosła niemal dwukrotnie w porównaniu do danych z 2010 r., co wzbudza duże zaniepokojenie wśród rodziców (Smahel i in., 2020). Istnieją jednak badania dotyczące wpływu technologii na rozwój dziecka, które sobie przeczą. Podczas gdy niektóre wskazują, że nadmierne korzystanie z mediów ma związek z **otyłością, problemami behawioralnymi, opóźnionym rozwojem języka i problemami ze snem**, inne źródła sugerują, że jest to dużo bardziej złożona kwestia. W rzeczywistości, gdy urządzenia i zasoby cyfrowe są wykorzystywane w dobrym celu (tj. do czytania, zabawy itp.), mogą okazać się dobrymi narzędziami do nauki, które wspierają rozwój poznawczy i umysłowy dzieci (Rhodes, 2017).

Wyniki badania Cheryl Olson (2010), która przebadła ponad 1200 dzieci w wieku gimnazjalnym, sugerują, że gry wideo wiążą się z wieloma korzyściami psychologicznymi – pod warunkiem, że **są odpowiednio używane**. Rozpoznała szereg motywów społecznych, które skłaniają dzieci do grania w gry wideo, w tym wspieranie konkurencji, spędzanie czasu z przyjaciółmi i uczenie rówieśników, jak grać w gry. W przypadku chłopców, którzy zmagają się z negatywnymi i ciężkimi do kontrolowania emocjami takimi jak stres, strach czy gniew, gry wideo są bezpieczną alternatywą do uwolnienia silnych uczuć.

Czas spędzany przed ekranem może przybierać różne formy i wydaje się, że istnieje cienka granica między tym, co jest uważane za dobrze i źle spędzony czas. Urządzenia cyfrowe nie są wykorzystywane wyłącznie do celów rozrywkowych, ale także do nawiązywania kontaktów z innymi, komunikacji, rozwiązywania problemów, a to przyczynia się do rozwoju tożsamości dziecka (Granic i in., 2020). Na przykład rodzice mogą wykorzystywać technologie cyfrowe wraz z dziećmi do wspólnego czytania e-booków, oglądania filmów dokumentalnych lub rozmów wideo z babcią i dziadkiem, którzy mieszkają za granicą. Dlatego też trenerzy powinni zachęcić rodziców do zastanowienia się nad tym, w jaki sposób i w jakim celu ich dzieci spędzają czas w Internecie.

W tym przypadku, rodzice muszą wymyślić sposoby zarządzania konsumpcją mediów i technologii przez dzieci w taki sposób, aby chronić je przed niebezpieczeństwem. Zamiast monitorować czas spędzany przed ekranami urządzeń, można zachęcić rodziców, by zadawali dzieciom pytania:

:

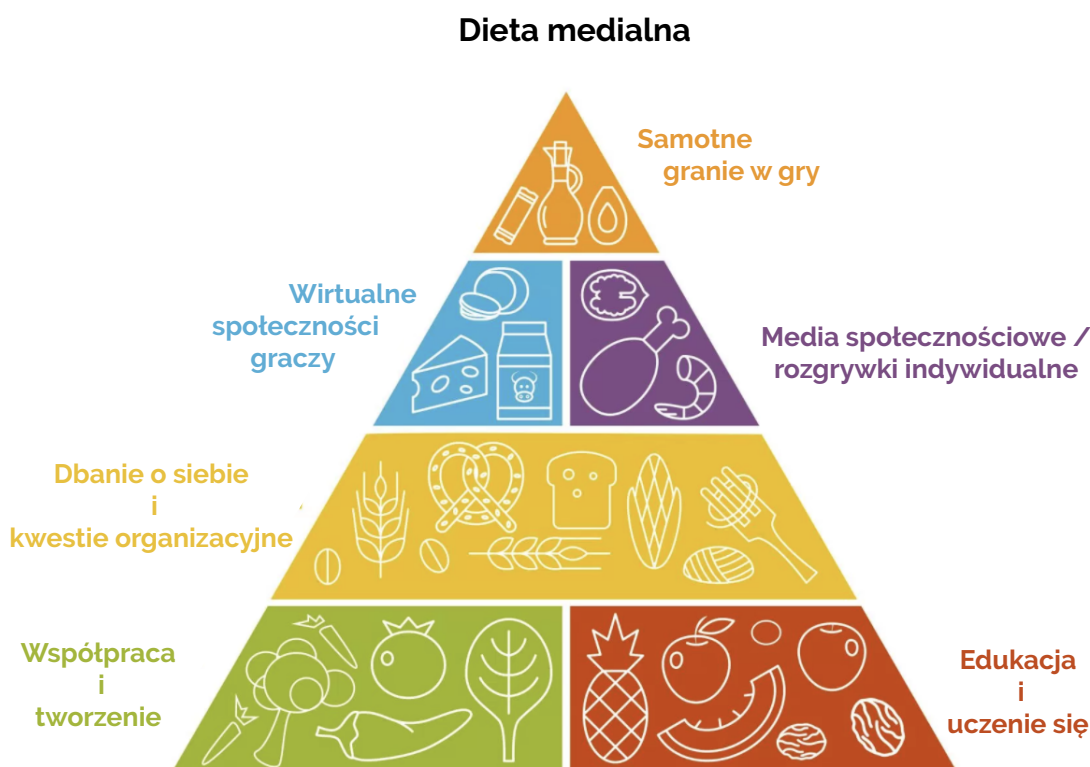
- *W jaki sposób znajdujesz filmy, aplikacje, kanały na YouTube i programy telewizyjne?*
- *Czy natknąłeś/natknęłaś się w sieci na coś, co Cię zaniepokoiło? Co wtedy zrobisz/łaś?*
- *Czy korzystałeś/łaś z Internetu, żeby znaleźć potrzebne materiały do szkoły?*
- *Skąd wiesz, że dana strona internetowa jest bezpieczna?*

Pytania te mogą pomóc rodzicom podejść bardziej krytycznie do mediów cyfrowych, sposobu, w jaki są one używane przez dzieci oraz możliwych zagrożeń, które ze sobą niosą.

Jednym ze sposobów na wypracowanie równowagi cyfrowej jest opracowanie zdrowej **diety medialnej** – to znaczy **odpowiedniego bilansu aktywności online** (np. oglądanie filmów, filmików na YouTube, granie w gry wideo i przeglądanie stron internetowych) i **offline** (uprawianie sportu, wychodzenie z przyjaciółmi, rozmowy). Taka dieta może pomóc rodzicom lepiej kontrolować nie tylko ilość, ale także jakość czasu spędzanego przez dzieci na korzystaniu z urządzeń. Zdrowa dieta medialna wzmacnia pozytywne zaangażowanie w technologię i rozwija umiejętności poznawcze potrzebne do zachowania kontroli nad swoimi aktywnościami w sieci. Jeśli jest skutecznie stosowana, dzieci nauczą się odpowiednio zarządzać swoim czasem, który będą spędzać przed ekranami urządzeń (Knorr, b.d.).

Oto kilka sposobów, aby pomóc rodzicom wprowadzić zdrową dietę medialną:

- **Zachęć ich do prowadzenia „dziennika aktywności w sieci” dla siebie i swoich dzieci:** Celem tego jest sprawdzenie, czy i w jakim stopniu rodzice wpływają na dzieci i ich „równowagę” między aktywnością online i offline (sport, czytanie książek itp.). Używając takiego dziennika, rodzice mogą sprawdzać i kontrolować czas oraz aktywność dzieci, wprowadzając odpowiednie limity. Podczas korzystania z technologii dzieci muszą znać i rozumieć wytyczne dotyczące sposobu, w jaki mogą z nich korzystać i czasu, jaki mogą na to poświęcić.
- **Zmotywuj rodziców do pracy z dziećmi w domu poprzez stworzenie wizualnej reprezentacji siebie jako „obywateli” medialnych.** Powinna ona pokazywać podsumowanie ich obecnej diety medialnej i tego, kim czują, że są, będąc online. Zachęć rodziców, aby stworzyli razem z dziećmi cyfrowe odciski stóp, dzięki czemu będzie im łatwiej zrozumieć, jakie ślady mogą zostawić po sobie w Internecie i jakie mogą być tego konsekwencje – również osobiste.
- **Zapoznaj rodziców z piramidą diety medialnej,** dzięki czemu zobaczą, jak wygląda całkowity czas spędzany przez ich dzieci na korzystanie z mediów w ciągu dnia. Zacznij od samego dołu, czyli podstawy - jest nią edukacja i uczenie się oraz współpraca i tworzenie; wyżej znajduje się dbanie o siebie i kwestie organizacyjne; następnie - wirtualne społeczności graczy, media społecznościowe / rozgrywki indywidualne oraz na samej górze - samotne granie w gry. Piramida ta jest podobna do piramidy żywieniowej – czyli schematu dotyczącego zrównoważonej diety dla zdrowego stylu życia, które pokazuje zalecaną ilość jedzenia z każdej kategorii. Piramida żywieniowa pomaga dzieciom uświadomić sobie, jak ważne jest spożywanie zdrowej żywności zamiast jedzenia tłuszczy i fast foodów. Tak samo działa piramida diety medialnej, która pomaga dzieciom uświadomić sobie, jak ważne jest poświęcanie większej ilości czasu na naukę, edukację i tworzenie, aktywność online, a nie tylko samotne spędzanie czasu grając.



Piramida diety medialnej (The Next Tech Thing, 2017)

Czy wiesz, że...?

Umiejętności cyfrowe i zapewnienie bezpieczeństwa

W ramach raportu „EU Kids Online 2011” przebadano 25 tys. internautów z Europy w wieku 9-16 lat, aby ocenić ich umiejętności cyfrowe, aktywność online oraz pewność siebie w zakresie korzystania z technologii. Zauważono korelację między poziomem umiejętności cyfrowych dzieci a ich aktywnością w sieci. Jednak wielu młodszym dzieciom (w wieku 11-13 lat) brakowało kluczowych umiejętności, które zapewniałyby im bezpieczeństwo. Zauważono również, że umiejętności te były nierównomiernie rozłożone w zależności od statusu społeczno-ekonomicznego. Niewiele dzieci potrafiło zablokować niechciane wiadomości lub znaleźć informacje na temat bezpieczeństwa. Można zatem wysnuć wniosek, że umiejętności cyfrowe są ważne i należy je rozwijać u dzieci. Interesujący jest również związek między umiejętnością wykrycia niebezpieczeństwa w sieci a zdolnością do krytycznego czytania i pisania. Wskazuje on na to, że zdobycie tych pierwszych umiejętności, podnosi tym samym te drugie.

Co więcej, rozwijanie wiedzy o bezpieczeństwie może zachęcać do nabywania kolejnych umiejętności, natomiast większe kompetencje wiążą się z większą aktywnością w sieci. W związku z tym dzieci mają więcej możliwości nauki czegoś nowego. Właśnie dlatego nie należy ograniczać możliwości uczenia się dzieci poprzez budowanie wiedzy i doświadczenia, które mają zapewnić im bezpieczeństwo w sieci.

Źródło:

Sonck, N., Livingstone, S., Kuiper, E. i de Haan, J. (2011) Digital literacy and safety skills. EU Kids Online, London School of Economics & Political Science, London, UK. Dostępny na stronie: <http://eprints.lse.ac.uk/33733/1/Digital%20literacy%20and%20safety%20skills%20%28lsero%29.pdf>

Through the Wild Web Woods – gra internetowa

W 2009 r. Rada Europy opracowała internetową grę **Through the Wild Web Woods**, której celem jest pomoc dzieciom w wieku od 7 do 10 lat nauczyć się podstawowych zasad bezpieczeństwa w Internecie. Jest to labirynt pełen potencjalnych zagrożeń, przez który dzieci muszą przejść i nauczyć się, jak chronić swoją tożsamość i dane osobowe, a także jak uchronić się przed spamem i wirusami. Gra została opracowana w ponad 20 językach.

Źródło:

Rada Europy (2021) Through the Wild Web Woods. Dostępny na stronie: <http://www.coe.int/en/web/children/through-the-wild-web-woods>

Cyfrowe ścieżki

Przedstaw rodzicom termin **cyfrowego śladu**, wyjaśniając, jak podczas przebywania w sieci zostawiamy po sobie ślady naszej aktywności. Poproś rodziców o zastanowienie się nad ilością i rodzajem informacji, które zostawiają oni i ich dzieci oraz o określenie sposobów kontrolowania tego. Zachęć rodziców do zastanowienia się, jakie informacje można udostępniać w Internecie – jest to pomocne w zrozumieniu znaczenia tego, co się udostępnia i jaki obraz siebie się tworzy.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Źródło:

Common Sense Education (2018) Our Online Tracks: How does our online activity affect the digital footprint of ourselves and others? Dostępny na stronie: <https://www.commonsense.org/education/digital-citizenship/lesson/our-online-tracks>

Zagrożenia w sieci – scenariusze

Przedstaw rodzicom trzy następujące scenariusze:

1. Twoje dziecko akceptuje prośbę o dodanie do znajomych na Facebooku od rówieśnika z jego szkoły. Wkrótce zaczyna otrzymywać od niego niemiłe komentarze i zdjęcia z pogróżkami, mówiące „jesteś frajerem, nikt nie chce przebywać w twoim towarzystwie!”.
2. Pewnego dnia w szkole Twojemu dziecku wylatuje z rąk jedzenie i upada na podłogę, tworząc bałagan. Niektórzy z jego kolegów z klasy nagrywają ten incydent i udostępniają go wszystkim w szkole, śmiejąc się z Twojego dziecka.
3. Ostatnio zauważyłeś/łaś, że Twoje dziecko spędza dużo czasu na rozmowach za pośrednictwem mediów społecznościowych i nie angażuje się zbyt wiele w inne zajęcia. Kiedy pytasz je, z kim ciągle rozmawia, mówi, że poznało pewną osobę przez Internet, z którą nigdy nie spotkało się osobiście. Wspomina również, że nieznajomy/a zaproponował/a spotkanie w kawiarni, aby lepiej się poznać.

Poproś rodziców o opisanie zdarzenia dla każdego z tych scenariuszy (np. nękanie w sieci, seksting, cyberprzemoc, itp.) Niech przeanalizują te sytuacje i zagrożenia z nimi związane, a także działania, jakie należy podjąć w celu wyeliminowania skutków problemu.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

Dieta medialna

W oparciu o to, czego nauczyłeś/łaś się w tym module, wspólnie z rodzicami opracuj rodzinną dietę medialną. Poproś ich o ustalenie podstawowych „zasad”, których dzieci będą musiały przestrzegać, na przykład:

- Nieużywanie/ograniczone używanie urządzeń przy stole w trakcie posiłku
- Zakaz grania w gry wideo po 22:00
- Sprawdzanie klasyfikacji wiekowej przed pobraniem gry

Omów z rodzicami stworzoną przez nich dietę medialną.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami

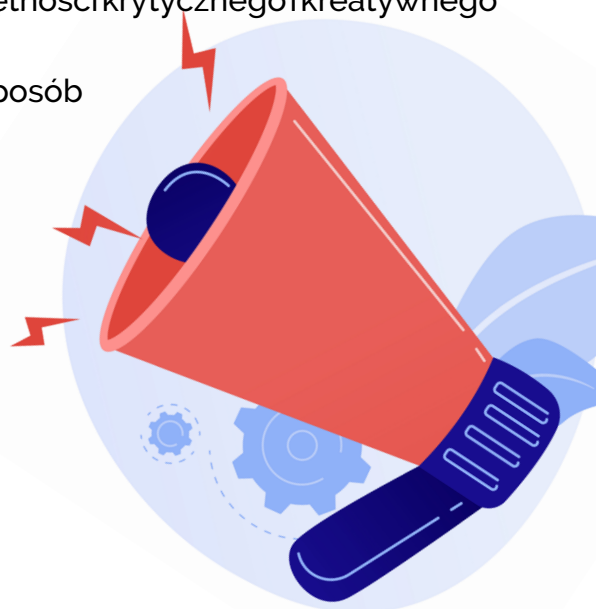


W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Rodzice muszą być świadomi różnych strategii i narzędzi, które należy stosować, aby pomóc dzieciom uniknąć potencjalnych zagrożeń w sieci, a tym samym zapewnić im bezpieczeństwo.
- Netykieta to zbiór określonych zasad zachowania, których muszą przestrzegać użytkownicy Internetu. Właściwa netykieta jest kluczowa dla utrzymania dobrego wizerunku w Internecie.
- Istnieją różne sposoby, które mogą pomóc rodzicom wspierać stan psychiczny i emocjonalny dzieci
- w związku z korzystaniem z mediów cyfrowych.
- Równowaga cyfrowa wykracza poza ograniczenia czasu spędzanego przed ekranem urządzeń – jest to raczej kwestia tego, jak i do jakich celów wykorzystywane są media i technologie.
- Opracowanie zdrowej diety medialnej rozwija pozytywne zaangażowanie i umiejętności poznawcze, a tym samym kontrolę nad bezpieczeństwem w trakcie bycia online.
- Znalezienie właściwej równowagi między działaniami w sieci i poza nią może pomóc rodzicom i dzieciom uniknąć potencjalnych zagrożeń i zapewnić im prywatność w sieci.

Zastanów się...

- Dlaczego znajomość netykiety jest ważna dla rodziców?
- Jak dużą posiadasz wiedzę z zakresu „cyberbezpieczeństwa”, którą możesz przekazać rodzicom?
- Jakie wskazówki dotyczące bezpieczeństwa cyfrowego powinienś/powinnaś przekazać rodzicom?
- Jakie są główne zagrożenia i źródła ryzyka w sieci, o których rodzice powinni wiedzieć?
- W jaki sposób możesz nauczyć rodziców stosowania umiejętności krytycznego i kreatywnego myślenia u ich dzieci podczas przebywania w sieci?
- Jak możesz pomóc rodzicom w podjęciu decyzji, w jaki sposób media cyfrowe mogą być używane przez nich samych i ich dzieci?





CZĘŚĆ 2

Czas na praktykę!

MODUŁ 4: Pomoc w nabywaniu kompetencji cyfrowych

W skrócie

Moduł ten omawia techniki facylitacji, wykorzystywane podczas prowadzenia mediacji cyfrowej z rodzicami, które mają na celu doprowadzenie ich do bezpiecznego i odpowiedzialnego korzystania z technologii. Metoda opisana w tym module zawiera bardziej kompleksowe spojrzenie podkreślające kontekst społeczny, w którym media cyfrowe są używane oraz to, jak procesy uczenia się w rodzinie mogą wpływać na sposób, w jaki dzieci zdobywają doświadczenia.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Głównych zasadach facylitacji
- Perspektyw pracy dla trenerów
- Trzech wymiarów uczestnictwa sterowanego (ukierunkowanego)
- Technik aktywnego uczenia się i narzędzi technologii cyfrowych (ICT) używanych w facylitacji

Czas zacząć!

Główne zasady facylitacji

Rodzice zawsze chcą być dobrzy i kochający dla swoich dzieci, ponieważ pragną, by były szczęśliwe, bezpieczne i zdrowe. W związku z tym, aby promować facylitację rodziców w podejściu do edukacji cyfrowej, trenerzy powinni przyjąć ogólne założenia, kluczowe dla ułatwienia rodzicom nauki cyfrowej na korzyść edukacji dzieci.

- **Bycie rodzicem nie jest czymś, co się po prostu wie.** Rodzice potrzebują wiedzy i wsparcia, aby rozpoznać swoje mocne strony i opracować strategie, które zaspokoją ich potrzeby.
- **Sprawienie, że rodzice zrozumieją własne potrzeby** jest fundamentalne, ponieważ pozwoli tym samym na zaspokojenie potrzeb dzieci.
- **Facylitacja** to rozpoznanie różnych sytuacji związanych z edukacją cyfrową rodziców i stworzenie pozytywnych, praktycznych i tanich rozwiązań tych problemów.

Właściwy proces facylitacji ma na celu:

- Promowanie pozytywnego i świadomego rodzicielstwa
- Pomoc rodzicom w doskonaleniu ich umiejętności i rozwijaniu nowych
- Wzmocnienie pewności siebie i umiejętności rozwiązywania problemów
- Połączenie rodziców z szerszą społecznością, pomocami i zapewnienie dostępnych materiałów
- Zapobieganie przemocy w rodzinie i poprawę umiejętności negocjacyjnych



Wartości

Co trenerzy powinni wiedzieć

Kluczową kwestią dla trenera podczas prowadzenia zajęć z rodzicami jest określenie własnych wartości. Wartości te z pewnością nie są jedynymi słusznymi, ale dostosowuje się je do charakteru i przekonań trenera. Należy też pamiętać, że wartości innych osób również powinny być szanowane. Trenerzy muszą pozostać neutralni wobec kwestii, które pojawiają się podczas szkolenia i wspierać różne strony grupy szkoleniowej w tworzeniu postaw wspólnych dla wszystkich, tak by indywidualne wartości każdego uczestnika były respektowane.

Rolą facylitatora nie jest zmiana czyichś wartości, ale uznanie ich i poszerzenie świadomości uczestników w zakresie ich własnych przekonań. W ten sposób można skupić się na zbadaniu wpływu wartości na codzienne wybory rodziców.

Przestudiuj następujące zasady:

- **Trenerzy powinni posiadać określone umiejętności i doświadczenie podczas szkolenia rodziców, a mianowicie:**
 - > Wiedzę na temat zasad edukacji ludzi dorosłych.
 - > Wiedzę na temat dorastania i rozwoju dziecka.
 - > Wiedzę jak prowadzić zajęcia skierowane do konkretnych grup (mniejszości etnicznych, rodziców LGBTQI+ itp.) – więcej na ten temat w Module 5
 - > Umiejętność oceny potrzeb.
 - > Techniki pracy z grupą.

- **Trenerzy słuchają, a nie mówią**

Trenerzy mają pomóc rodzicom poczuć się na tyle swobodnie, by chcieli rozmawiać. Dzięki temu będą mogli słuchać tego, co mówią rodzice, uczyć się od nich i pomagać im uczyć się od siebie nawzajem. Dorośli uczą się najlepiej, gdy aktywnie uczestniczą.

- **Trenerzy wspierają, a nie kierują.**

Jak zobaczymy na kolejnych stronach, podstawową zasadą facylitacji jest wspieranie rodziców, którzy stają się bardziej pewni siebie i wierzą, że są w stanie wychować szczęśliwe, zdrowe i kompetentne dzieci. Trenerzy pomagają rodzicom gromadzić się i wymieniać życzliwymi radami oraz wspierać się wzajemnie.

- **Trenerzy wspierają rodziców w odnajdywaniu mocnych stron zarówno pojedynczych uczestników jak i całych rodzin.**

Powinni motywować rodziców, by ci czuli się bardziej pewni siebie, umacniając ich, a nie skupiając całą władzę i proces podejmowania decyzji we własnych rękach.

- **Trenerzy są uczniami, a nie nauczycielami.**

Zadaniem trenerów nie jest „uczenie”, jak być dobrymi rodzicami - nie ma co do tego dobrej lub złej metody. Zamiast tego, powinni współpracować z rodzicami, dzieląc się pomysłami i informacjami oraz odkrywać nowe podejścia, by odpowiadać na potrzeby rodziców i uczyć się od nich.

Rodziny jako komórki edukacyjne

Dla trenera fundamentalne znaczenie ma traktowanie każdej rodziny jako „zespołu uczącego się” (McClain, 2018); innymi słowy jako grupy z własnym „programem nauki, normami i przekonaniami”, która sama kontroluje sposób, w jaki przebiega uczenie się. W rzeczywistości dorośli członkowie rodziny przyjmują rolę „mediatorów edukacyjnych” dla dzieci, ponieważ kształtują wartości, wiedzę i doświadczenie, jakie dziecko może nabyć z czasem, zwłaszcza w zakresie nieformalnych doświadczeń edukacyjnych.

Nieformalne doświadczenie edukacyjne oznacza „każde działanie obejmujące dążenie do zrozumienia, nabycia wiedzy lub umiejętności, które ma miejsce poza programami instytucji edukacyjnych, kursami lub warsztatami oferowanymi przez agencje edukacyjne lub społeczne”. (Livingstone, 1999). Na przykład, nieformalnym doświadczeniem edukacyjnym mogą być zajęcia organizowane po szkole przez klub dla dzieci.

Jak opisano w literaturze (Forman i Kuschner, 1983), dzieci uczą się od początku swojego życia. Ta wrodzona chęć uczenia się może zostać wzmocniona lub osłabiona przez to, czego dzieci doświadczają w swoich środowiskach rodzinnych i otoczeniu. Dlatego zdobywanie właściwych doświadczeń i zachęcanie rodziców do pośredniczenia w ich nabywaniu jest kluczowym obowiązkiem trenera.

Perspektywy pracy dla trenerów

Aby zapewnić rodzicom środowisko sprzyjające nauce i refleksji, trener musi najpierw stać się „facylitátorem”.

Rolą facylitatora jest szerzenie możliwości nauki i uświadomienie rodzicom (lub opiekunom/ innym dorosłym członkom rodziny), w jaki sposób takie „rozproszone” doświadczenie uczenia się może być kształtowane w oparciu o codzienne doświadczenia rodziny. Tradycyjnie edukacja cyfrowa jest postrzegana jako zdobywanie umiejętności technicznych. Dlatego też trenerzy powinni „odczarować” ten sposób myślenia i zaszczerpić w środowiskach rodzinnych nową wizję, stosując praktykę **refleksji i uczenie się przez doświadczenie**.

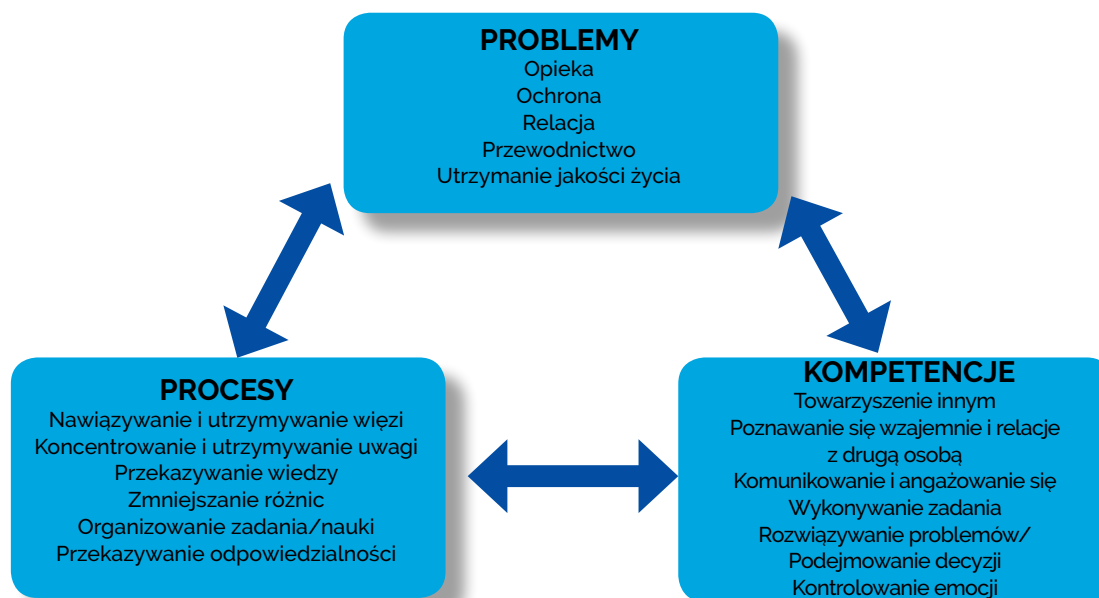
Ten specyficzny sposób uczenia się został zdefiniowany jako „uczestnictwo sterowane” (Rogoff, 2003), w oparciu o główną koncepcję „rozwoju proksymalnego”, która zakłada, że uczniowie najpierw uczą się przy wsparciu ekspertów, zanim podejmą samodzielne działania. W tym sensie uczenie się jest ciągłym i proksymalnym rezultatem wspólnego rozwiązywania problemów i najlepiej wspomagać je za pomocą kompletnych i autentycznych działań (Harland, 2003).



Perspektywa uczestnictwa sterowanego zakłada, że istotą uczenia się jest relacja, a rozwój kompetencji do wykonywania zadań i obowiązków to jej główne podstawy. W porównaniu z innymi doświadczeniami edukacyjnymi, uczestnictwo sterowane nie jest oparte na regulaminie i nie ma z góry określonych celów, ponieważ jego główną motywacją jest zwiększenie umiejętności związanych z opieką nad dzieckiem (Rogoff, 2003). Oznacza to, że jest ono dostosowane do doświadczeń i konkretnych sytuacji rodzinnych, z jakimi można się spotkać.

Uczestnictwo sterowane

Uczestnictwo sterowane jest rodzajem praktyki nauczania i uczenia się, wyróżniającej się tym, że odbywa się w codziennej aktywności społeczno-kulturowej (Rogoff, 2003). Aby ustrukturyzować i ocenić działania edukacyjne oparte na tej praktyce, musimy wziąć pod uwagę 3 wymiary: **PROBLEMY, KOMPETENCJE i PROCESY** (Pridham, Scott, Limbo, 2018).



Uczestnictwo sterowane opiera się na kilku głównych założeniach: (Rogoff, 2003):

1. Rodzice i dzieci wzajemnie definiują pojęcia i wspólnie realizują zadania.
2. Strukturalne uczestnictwo sprawia, że dzieci dzielą się z rodzicami swoimi zwyczajami i działaniami.
3. Uczestnictwo jest wieloaspektowe i może być ukierunkowane na nabywanie odpowiedzialności, podtrzymywanie więzi, dzielenie się zrozumieniem itp.
4. Określenie ograniczonej liczby kwestii, które można podjąć.
5. Określenie kompetencji, które mają być nabyte poprzez emocjonalne zaangażowanie i opiekę nad dzieckiem. Motywacja, znaczenie i cele są ze sobą powiązane.

Zasadniczo interakcja z „rodzinną komórką edukacyjną” może stanowić podstawę do wzmocnienia roli rodziców jako osób ułatwiających dzieciom podejmowanie życiowych przedsięwzięć i wyzwań. Czyni z dzieci aktywnych uczestników procesu uczenia się poprzez wnikanie w świat rodziców dzięki obserwacji i pomaganiu im w codziennych aktywnościach szkoleniowych (Paradise i Rogoff, 2009).

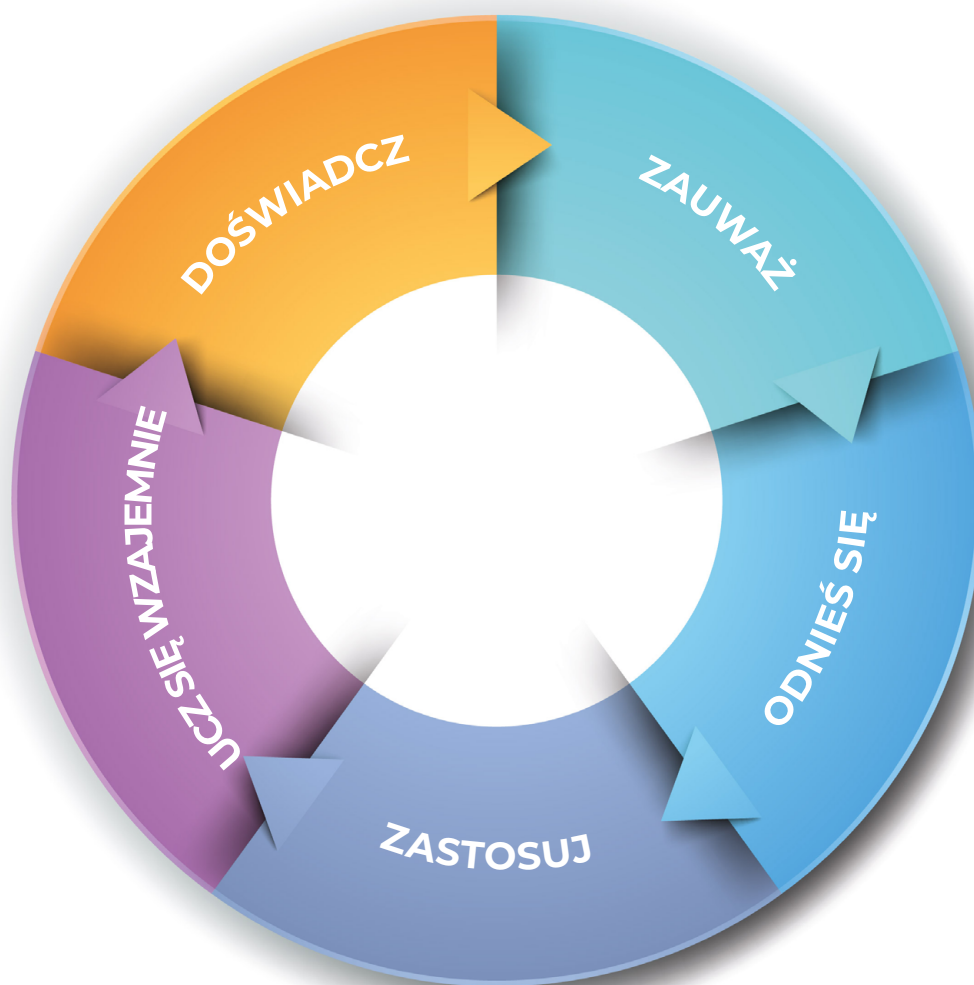
W praktyce, sterowane uczenie się z perspektywy facylitatora polega na zwróceniu uwagi rodziców na konkretny problem i dostosowaniu się do niego, tworząc cienką granicę między samodzielnym uczeniem się dzieci a tym, jak rodzice mogą poprawić swoją obecność, strategie i własne kompetencje.

Jak już wspomniano, proces uczenia się między rodzicami i dziećmi ma charakter wzajemny i progresywny. Rolą facylitatora nie jest więc nauczanie rodziców, co powinni, a czego nie powinni absolutnie robić, ale wspólne analizowanie w celu osiągnięcia rezultatów.

Facylitacja w praktyce

Przyjęcie metodologii oznacza dla facylitatora ustalenie rutyny pracy z rodzicami i opracowanie szeregu działań mających na celu wspieranie ich, umacnianie, uczenie przez doświadczenie i refleksję nad własnymi nawykami. Dzięki nauczaniu sterowanemu można skupić się na **doświadczeniu jako istocie aktywności szkoleniowych**. Rezultaty szkolenia są zawsze etapowe i odnoszą się do konkretnych sytuacji rodzicielskich. W tym ujęciu każdy rodzic jest wspierany w procesie zrozumienia doświadczeń i zastosowania ich w odpowiedzi na swoje konkretne potrzeby (więcej na ten temat w Module 5).

Ponieważ uczenie się jest procesem opartym na współpracy między trenerami a rodzicami, ci pierwsi nie powinni mówić rodzicom, co robić, ale raczej pomagać im uświadomić sobie, co nie sprawdza się w ich codziennych strategiach wychowawczych. Doświadczenia muszą być podstawą szkolenia, by móc krytycznie dokonywać refleksji i uczyć się w trakcie wychowywania.



Ważne, żeby facylitator rozpoczął od szczegółowych pytań, które określą zakres pracy. Przeanalizujmy znaczenie powyższego wykresu, termin po terminie:

ZAUWAŻ

ZAUWAŻENIE oznacza określenie konkretnego problemu, jaki rodzice mogą mieć ze swoimi dziećmi.

Aby zidentyfikować problem, zapytaj rodziców:

- Co się stało?
- Co powiedziałaś/łás Ty lub twoje dziecko?
- Co zauważyłaś/łás?
- W jakiej kolejności to się wydarzyło?
- O jakiej porze dnia to się działo?
- Co jeszcze działo się w tym czasie?
- Kto tam był/kogo nie było?

ODNIEŚ SIĘ

ODNIESIENIE SIĘ to stworzenie okazji, aby każda osoba w grupie mogła poznać swoje własne doświadczenia i wejść w interakcję podczas sesji.

Aby stworzyć taką możliwość, zapytaj rodziców:

- Czy rozumiałaś/łás coś nowego?
- Czy możesz to odnieść do jakiegoś konkretnego tematu?
- Czy dostrzegasz nowe znaczenie?

ZASTOSUJ

ZASTOSOWAĆ oznacza dać możliwość wykorzystania w praktyce doświadczenia i umożliwić refleksję nad przyszłą strategią, którą każdy będzie mógł zrealizować w przyszłości.

Aby zastosować to w praktyce, zapytaj rodziców:

- Jakie nowe opcje są Ci znane?
- Co planujesz teraz zrobić?
- Co zauważyłaś/łás i co to znaczy dla Ciebie?

UCZ SIĘ WZAJEMNIE

UCZENIE SIĘ WZAJEMNIE to zebranie w całość tego, czego grupa rodziców nauczyła się poprzez doświadczenia i refleksje.

Aby skłonić rodziców do refleksji nad tym, czego się nauczyli, zapytaj ich:

- W jaki sposób będziecie (jako komórka rodzinna) tworzyć nowe aktywności?
- Czy ustalicie nowe zwyczaje?
- Czy potrafisz opisać nowe umiejętności, które nabyłeś/łaś?

DOŚWIADCZ

DOŚWIADCZENIE odnosi się do każdej rzeczywistej sytuacji szkoleniowej. Przykładem może być rodzic, który podczas sesji szkoleniowej z pasją lub wzruszeniem broni swojego stanowiska lub opowiada grupie o swoich doświadczeniach związanych z wychowaniem dziecka.



Techniki aktywnego uczenia się i narzędzia cyfrowe dla trenerów

Aktywne uczenie się ma miejsce, gdy technologia jest aktywnie wykorzystywana, na przykład, kiedy dzieci używają komputerów, urządzeń i aplikacji do wykonywania doświadczeń edukacyjnych lub opowiadania historii. Dzielenie się doświadczeniami poprzez dokumentowanie ich w postaci zdjęć i opowieści, nagrywanie lub używanie oprogramowania do rozmów wideo może bardzo zaangażować dzieci w pozytywny i konstruktywny sposób, zwłaszcza gdy osoba dorosła służy im wsparciem.

Dorośli powinni zdawać sobie sprawę z tego, że najważniejsze jest to, czy umysł dziecka jest aktywny i czy interesuje się treścią, a nie opierać się wyłącznie na kontrolowaniu czasu spędzonego przed ekranem. Jak opisaliśmy w Module 3, odnosząc się **do Równowagi Cyfrowej**, dorośli powinni równoważyć i regulować korzystanie z technologii przez dzieci, wyznaczając odpowiednie granice i zaspokajając potrzeby dzieci i rodziny. Powinni także dawać im przykład zachowania podczas korzystania z technologii, zanim pozwolą na korzystanie z nich samodzielnie.

Ściślej mówiąc, trenerzy muszą brać pod uwagę **wiek i poziom rozwoju** dzieci. Ma to na celu określenie, co jest najlepsze dla zdrowego rozwoju dziecka i osiągania wyników w nauce. Zwłaszcza we wczesnym okresie edukacji wykorzystanie technologii powinno być zintegrowane z programem nauczania dziecka i innymi narzędziami dydaktycznymi (takimi jak materiały do pisania, książki i materiały do zabawy). Gdy trenerzy włączają technologię do programu szkolenia, należy przeprowadzić szczegółową analizę i zastanowić się nad funkcjami urządzeń, które mają być używane. Urządzenia nie powinny zastępować kontaktu z trenerami, rówieśnikami czy rodzicami, a niektóre funkcje mogą odwracać uwagę dzieci od nauki. Ostatecznie wychowawcy i rodzice muszą dobrze przemyśleć, czy technologia jest użyteczna w procesie edukacyjnym dzieci, zarówno w kontekście formalnym, jak i pozaformalnym (Office of Educational Technology, b.d.).



Czy wiesz, że...?

Współpraca z rodzicami w celu wspierania nauki dzieci

„Working with Parents to Support Children's Learning” to publikacja wydana przez Education Endowment Foundation (EEF), by pomóc szkołom współpracować z rodzicami i opiekunami w celu poprawy jakości kształcenia dzieci. Kiedy mówimy o „zaangażowaniu rodziców”, mamy na myśli szkoły i wychowawców współpracujących z rodzicami dążących poprawy wyników w nauce dzieci. Working with Parents to Support Children's Learning to przystępny przegląd istniejących badań, zawierający jasne, praktyczne wskazówki, które opierają się również na szerszym materiale dowodowym i opiniach ekspertów.

Pełną publikację przeczytasz tu: <https://educationendowmentfoundation.org.uk/tools/guidance-reports/working-with-parents-to-support-childrens-learning/>

Odwiedź stronę internetową fundacji, aby zapoznać się z innymi raportami i praktycznymi narzędziami: www.educationendowmentfoundation.org.uk

Czas na praktykę!

Profil kompetencyjny facylitatora

Na podstawie informacji znajdujących się w tym module przygotuj listę kompetencji, które powinien posiadać facylitator. Następnie oceń swój poziom wymienionych umiejętności, używając skali od 1 do 10 - gdzie 1 oznacza bardzo niski poziom kompetencji, a 10 - bardzo wysoki poziom. Po dokonaniu samooceny zapisz swoje wnioski odnoszące się do procesów facylitacyjnych.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

Facylitacja podczas sesji szkoleniowych

Z sesji szkoleniowych dla rodziców wybierz jeden moduł, który przygotowałeś/łaś lub przeprowadziłeś/łaś. Przeanalizuj cel i treść tego modułu szkoleniowego. Zastanów się, w jaki sposób moduł szkoleniowy mógłby zostać zrealizowany, gdyby wykorzystano narzędzia i założenia facylitacji. Przygotuj i napisz scenariusz takiej sesji z uwzględnieniem etapów tego procesu: **Zauważ, Odnieś się, Zastosuj, Ucz się wzajemnie, Doświadcz**. Zapisz w scenariuszu pytania do wybranego modułu.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Doświadczenie jest kluczowym elementem uczenia się.
- Rodziny mogą być traktowane jako grupy z własnymi „programami nauki, normami i przekonaniami”, które regulują sposób uczenia się.
- Uczniowie najpierw uczą się przy wsparciu ekspertów, zanim podejmą samodzielne działania. Uczenie się jest procesem ciągłym i proksymalnym, a także jest rezultatem wspólnego rozwiązywania problemów.
- Uczenie sterowane nie jest podporządkowane protokołom, ponieważ jego główną motywacją są kompetencje do opieki nad dzieckiem.
- Rola facylitatora polega na poszerzeniu eksploracji procesu uczenia się i uświadomieniu rodzicom, w jaki sposób uczenie się może być oparte na codziennych doświadczeniach rodzin

Zastanów się...

- Czy rodzice czują się komfortowo dzieląc się doświadczeniami związanymi z wychowywaniem dzieci?
- Jaka jest rola rodziny w sesjach szkoleniowych, które planuję?
- Czy rodzice czują się swobodnie w interakcjach i aktywnym udziale podczas moich sesji szkoleniowych?
- Czy istnieje wzajemna wymiana poglądów i otwarty dialog między mną a rodzicami uczestniczącymi w moich sesjach szkoleniowych?
- W jaki sposób wykorzystuję i planuję wykorzystywać technologie/urządzenia podczas sesji z rodzicami?



MODUŁ 5:

Wsparcie dla rodziców

W skrócie

Celem tego modułu jest wyjaśnienie, jak stworzyć dla rodziców środowisko, które będzie łatwo dostępne, wspierające i przyjazne nauce. Przedstawione zostaną metody dla trenerów, dzięki którym mogą stać się biegłymi mediatorami w procesie uczenia się rodziców oraz wgląd w to, jak stworzyć odpowiednie warunki dla wszystkich uczących się.

W tym module, trenerzy dowiedzą się na temat:

- Tworzenia przestrzeni i zapewnienia rodzicom dostępu do środowiska cyfrowego
- Rozbudzania kreatywności i umiejętności krytycznego myślenia u rodziców
- Różnicy między asertywnością, agresywnością i pasywnością
- Klasyfikacji stylów uczenia się VAK (ang. visual-auditory-kinaesthetic)
- Sposobów zwracania się do rodziców o różnych potrzebach edukacyjnych, profilach i pochodzeniu
- Zasad empatii

Czas zacząć!

Tworzenie przestrzeni i zapewnienie rodzicom dostępu do środowiska cyfrowego

Aby stworzyć rodzicom odpowiednie, interaktywne przestrzenie do rozwoju, trenerzy muszą zapewnić uczestnikom aktywną rolę podczas sesji. Ułatwi to prowadzenie szkolenia zgodnie z umiejętnościami, oczekiwaniami i potrzebami rodziców. Jeszcze przed przywitaniem rodziców trzeba zorganizować wszelkie materiały potrzebne podczas szkolenia, uzgodnić **plan czasowy** oraz **przygotować** wszystkie kroki, aby osiągnąć wyznaczone cele i oczekiwać rezultatów (Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning, Voltage Control, 2019).

Czas i przygotowanie

Czas i przygotowanie są kluczowymi czynnikami podczas planowania szkolenia. Musisz upewnić się, że program jest odpowiedni i będziesz mógł/mogła zrealizować wszystkie jego założenia. Aby to osiągnąć:

- **Podejdź realistycznie do czasu, który wyznaczyłeś/łaś na sesję szkoleniową. Zapewnij wystarczająco dużo czasu na każdą czynność.** Zawsze lepiej zagłębić się w dany temat lub zaplanować dodatkowe ćwiczenia na wypadek, gdyby zabrakło Ci czasu. Nie spiesz się z omawianiem tematów, które są dla rodziców trudne. Pozwól im się wypowiadać i dzielić się swoimi opiniami na dany temat, aby nie czuli, że tkwią w jednym punkcie.



- **Podczas sesji partnerskich** (tj. z dwiema osobami twarzą w twarz), organizuj raczej krótkie spotkania, ponieważ są one bardziej intensywne i wymagają stałej uwagi uczestników (maksymalnie 60 do 80 minut).
- **Jeśli prowadzisz sesję z kilkoma rodzicami lub planujesz długą sesję,** wprowadź małe przerwy między poszczególnymi etapami, aby każdy mógł odpocząć. Zaproponuj rodzicom coś do picia lub jedzenia (np. kawę lub herbatę, ciastka itp.). Wtedy poczują się pewniej i chętniej będą dzielić się z tobą swoimi problemami. W ten sposób stworzysz nieformalną przestrzeń do interakcji, na której możesz budować zaufanie i więzi z rodzicami.
- **Bądź elastyczny/a pod względem czasu.** Będziesz musieć dostosować sesję do czasu rodziców – poza ich godzinami pracy i obowiązkami rodzinnymi.
- **Stwórz mini program lub listę tematów do dyskusji,** aby usystematyzować sesję. Trzymaj się tego planu (oczywiście możesz go zmieniać według potrzeb). Czasami przydatne jest również wcześniejsze przedstawienie wszystkim tego programu, żeby rodzice biorący udział w szkoleniu nie mieli błędnych oczekiwań co do kwestii, które będą poruszane na spotkaniu.
- **Uporządkuj elementy lub tematy sesji w logicznej kolejności i według czasu trwania.** Upewnij się, że najpierw omówisz najważniejsze i najpilniejsze tematy. Nie skupiaj się za bardzo na sprawach drugorzędnych lub mniej ważnych.
- **Możesz także spotkać się z problemami, do których nie przygotowałeś/łaś sesji, ale o które pytają Cię rodzice.** W scenariuszu, poza zajmowaniem się kwestiami wyżej wymienionymi, poproś rodziców, aby opisali problemy i powody, dla których nie mówili poprzednio o tych tematach. Pomoże to w lepszym przygotowaniu się i zrozumieniu ich oczekiwań.

Przestrzeń i logistyka

Przestrzeń fizyczna i jej elementy są również niezbędne do stworzenia ram do dyskusji, refleksji i uczenia się. Oznacza ona wybranie odpowiedniego miejsca i zapewnienie niezbędnych materiałów do przeprowadzenia sesji szkoleniowej:

- **Wybierz pomieszczenie lub salę zgodnie z potrzebami:** weź pod uwagę czynniki takie jak liczba uczestników, rodzaj potrzebnego sprzętu, wielkość pomieszczenia itp. Stwórz przestrzeń, która będzie prywatna. Może to być ciche miejsce bez rozpraszaczy uwagi z zewnątrz, nieużywane przez inne osoby w tym samym czasie, aby uzyskać dobrą akustykę i aby wszyscy mogli Cię dobrze słyszeć, a jednocześnie żeby nikt spoza grupy nie przysłuchiwał się sesji.



- **Lokalizacja powinna być dla uczestników znana.** Jeśli to możliwe, wybierz najpierw miejsce, które rodzice znają i do którego uczęszczają (np. w szkole). Zaangażuje to rodziców w życie dzieci i sprawi, że zrozumieją więcej na temat ich codziennego życia i twojej pracy. Jeśli natomiast nie jest to możliwe, wybierz miejsce bliskie rodzicom (np. sąsiedzkie centrum społeczne) lub z dobrą infrastrukturą (np. do którego łatwo dotrzeć komunikacją miejską lub z miejscem parkingowym).
- **Przestrzenie powinny być dostępne dla osób o ograniczonej sprawności ruchowej** (np. z zapewnioną windą lub bez schodów). Pomyśl o dodatkowych potrzebach uczestników szkolenia. Możesz np. wziąć ze sobą psa przewodnika; jeśli masz wystarczająco dużo miejsca – przygotuj stanowisko na elektryczny wózek inwalidzki; usuń przewody lub inne niepotrzebne elementy w pomieszczeniu.
- **Przygotuj odpowiednio salę, aby móc usiąść bezpośrednio przed rodzicami, na tej samej wysokości, co oni.** W ten sposób nikt nie będzie uważał cię za „lepszego”. Jeśli w sesji uczestniczy kilka osób, stwórzcie koło. Ważne jest, aby wszyscy uczestnicy widzieli się wzajemnie w czasie dyskusji, ponieważ pozwoli im to dostrzec mowę

ciała innych i poprawi komunikację. Jest to szczególnie pomocne dla rodziców mających problemy ze słuchem, gdyż będą mogli odczytać słowa z ruchu warg.

- **Ustaw meble i przygotuj materiały zgodnie z tym, jak sobie zaplanowałeś/łaś sesję.** Np. jeśli rodzice będą musieli coś pisać, upewnij się, że w pomieszczeniu są stoły, długopisy i papier.
- **Gorąco czy zimno? Sprawdź, czy temperatura w sali nie jest zbyt wysoka lub niska,** aby rodzice czuli się komfortowo i aby nie tworzyć dodatkowych problemów organizacyjnych.
- **Sprawdź oświetlenie pomieszczenia:** oświetlenie powinno być dostosowane do planowanych przez Ciebie ćwiczeń. Wykorzystaj także naturalne światło, ale takie, które nie będzie rozpraszające (np. wybierz pomieszczenie z dużymi oknami, z dala od ulicy, aby uczestnicy nie widzieli przechodzących pieszych i nie czuli się przez nich obserwowani).
- Pamiętaj, że w zależności od cech i potrzeb rodziców (jak opisano powyżej), możesz potrzebować dodatkowych **materiałów pomocniczych**, które należy przygotować wcześniej (np. specjalne pliki do czytania, alfabet Braille'a, czytniki ekranu, powierzchnie dotykowe lub modele 3D, materiały audiowizualne itp.).

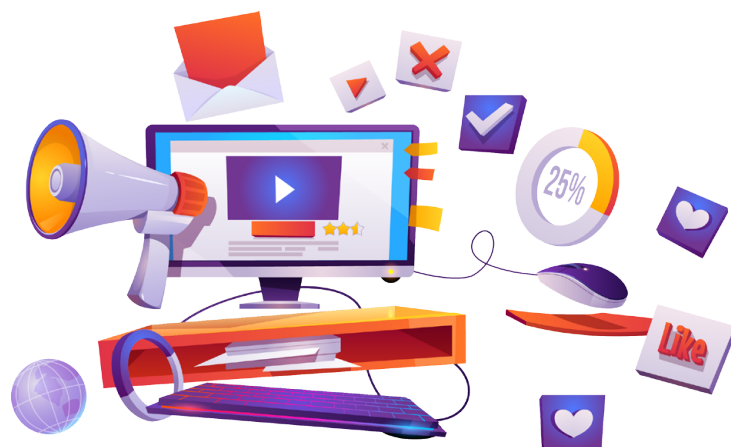
Przestrzeń jest sprzymierzeńcem, z którym można współpracować, więc wykorzystaj ją do osiągnięcia sukcesu podczas sesji szkoleniowej i na korzyść rodziców, ponieważ może ona ułatwić wymianę informacji i usprawnić proces uczenia się.

Przestrzeń online

Technologie mogą zastępować przestrzeń fizyczną, pokonywać dystanse i bariery geograficzne. Pomagają również we współpracy z rodzicami, którzy ze względu na godziny pracy lub inne ograniczenia nie mogą uczestniczyć w szkoleniach na żywo. Pomimo korzyści wiążących się z sesjami online, mogą pojawić się obawy dotyczące nieznanomości wykorzystywanych urządzeń przez rodziców, dlatego podczas przygotowań do szkolenia, należy wziąć pod uwagę kilka dodatkowych kwestii poza tymi wymienionymi powyżej:

- Pamiętaj, że im rodzice więcej ćwiczą zastosowanie technologii cyfrowych, tym bardziej będą angażować się w korzystanie z tych urządzeń z dziećmi na co dzień. Technologie cyfrowe mogą pomóc w angażowaniu rodzin – zarówno w tradycyjnym środowisku szkolnym jak i poza szkołą. Nie wyolbrzymiaj złych cech technologii, zamiast tego przypominaj rodzicom, że czas spędzony przed ekranem może być świetną okazją do rozmowy z dziećmi i wzmocnienia relacji z nimi. Technologie mogą także być dla dzieci aktywnym narzędziem do edukacji, ponieważ nie zawsze sprawiają, że dzieci stają się bardziej pasywne, czy izolują się od innych osób lub członków rodziny – wystarczy, że korzysta się z nich we właściwy sposób.

- Wybierz te urządzenia, z których rodzice potrafią korzystać (np. smartfony, tablety, komputery) oraz oprogramowania, które znają (np. Whatsapp ©, Skype ©, Zoom © itp.). Zachęć ich do wypróbowania ich przed sesją, żeby byli gotowi na spotkanie z Tobą. Jeśli to możliwe, zaproponuj im, aby to dzieci nauczyły ich korzystać z nowych urządzeń i oprogramowania. Upewnij się, że rodzice czują się komfortowo korzystając z danego urządzenia i oprogramowania. Wtedy nie będą zostawać w tyle, ani nie będą się denerwować.
- Gdy sprawdzisz już kompetencje rodziców w zakresie korzystania z technologii cyfrowych, poproś ich o korzystanie z tych technologii w celu kontaktowania się z tobą według ich możliwości (np. za pomocą poczty elektronicznej, Whatsapp ©, portali społecznościowych, SMS-ów itp.). Pomoże to w powiększeniu zasięgu nauki również poza sesję i może dać rodzicom nowe pomysły na zajęcia domowe z dziećmi z wykorzystaniem technologii cyfrowych.
- Nie zapominaj, że sesje online zwykle nie są tak dynamiczne jak te na żywo, więc musisz bardziej przygotować się przed spotkaniem i ćwiczenia mogą trwać dłużej, niż zaplanowano.
- Jak najczęściej korzystaj z kamerei. Gdy rodzice widzą wzajemnie swoje twarze, o wiele łatwiej jest im używać mowy ciała. Unikniecie tym samym nieporozumień, a uczestnicy podczas dyskusji będą pewniejsi siebie. Dzięki temu będziesz w stanie wykryć reakcje i lepiej zrozumieć uczucia rodziców. Jednocześnie uszanuj prywatność rodziców, jeśli nie chcą włączać kamerki podczas spotkania.
- Zwróć uwagę na to, jak ważna jest społeczność w szkołach i dla rodziców. Sesje partnerskie online mogą sprawić, że poczują się oni pominięci. Dlatego warto skorzystać z grup na Whatsappie © czy Facebooku ©, z maili, newsletterów itp., które pozwolą rodzicom być na bieżąco i kontaktować się z tobą podczas pracy z kilkoma osobami.
- Korzystaj z różnych stron internetowych i narzędzi do interakcji z rodzicami, nawet gdy wasze spotkania odbywają się online. Możesz zacząć od używania czegoś prostego i z czasem wykorzystywać inne narzędzia, zgodnie z umiejętnościami rodziców. Wprowadzaj je po kolei, by rodzice mogli się z nimi zapoznać i nie czuć się obciążeni. Będą bardziej aktywni i tym samym poprawią umiejętności korzystania z technologii oraz zrozumieją jak mogą być dla nich użyteczne. Oto przykładowe narzędzia do pracy z rodzicami: [Wooclap](#) © [Padlet](#) © [Mentimeter](#) © [Jamboard](#) © [Framapad](#) © and [Trello](#) ©



Rozwijanie kreatywności i krytycznego myślenia rodziców

Jak opisano w Module 4, aby zapewnić rodzicom odpowiednie warunki do uczenia się i refleksji, bez narzucania im gotowych rozwiązań i traktowania jak biernych odbiorców, trener musi najpierw być dla nich „Facylitorem”. Oznacza to, że rodzice powinni stać się aktywną częścią procesu uczenia się nadzorując go momentami i wzbogacając własnym udziałem. Trener jest wtedy odpowiedzialny za tworzenie dobrej i bezpiecznej atmosfery tak, aby rodzice czuli się komfortowo, a ich wkład był przydatny i doceniony. Aby to umożliwić, należy zwrócić uwagę na dwie strony medalu: **postawę trenera i aktywny udział rodziców** (Public Health Agency of Canada, 2019).

Siła asertywności

Zainteresowania, umiejętności i potrzeby rodziców mogą się zmieniać, dlatego ważne jest, by odpowiednio przekazywać im informacje i przedstawiać argumenty w skuteczny sposób w celu naprowadzania ich i szukania z nimi rozwiązań. Aby osiągnąć ten cel, zarówno trener jak i rodzice powinni przyjąć postawę asertywną. Pomoże Ci to prowadzić szkolenia i jednocześnie wesprze rodziców w rozwiązywaniu problemów związanych z mediacją i konfliktami w domu.

Bycie asertywnym oznacza umiejętność obrony siebie i swoich poglądów w spokojny i pozytywny sposób, z poszanowaniem myśli i uczuć innych. Asertywność nie tylko zajmuje się przekazywaniem informacji, ale także typami zachowań innych osób i ich sposobu zachowania podczas rozmowy. Trudno jest postępować z osobami pasywnymi i agresywnymi. Twoim zadaniem będzie naprowadzenie ich do złotego środka – asertywności (tj. zachowanie, które nie jest ani agresywne ani zbyt pasywne). Pozwoli to rodzicom dzielić się celami, które pragną osiągnąć, jednocześnie uwzględniając potrzeby innych i nie naruszając ich praw.



Poniższa tabelka przedstawia jak można rozróżnić osoby asertywne w porównaniu do tych pasywnych i agresywnych:

PASYWNY	ASERTYWNY	AGRESYWNY
Mówi cicho i nie jest ekspresyjny/a	Wypowiada się w sposób stanowczy, otwarty i bezpośredni	Mówi bardzo głośno
Boi się mówić głośno	Przekazuje jasne komunikaty	Przerywa innym
„Zbyt” miły/a	Mówi spokojnie, w swobodny sposób	Przegaduje innych
Zgarbiony/a	Odprężony/a	Narusza przestrzeń osobistą innych osób
Postawa zamknięta	Postawa otwarta	Postawa sztywna, spięta
Unika kontaktu wzrokowego	Utrzymuje kontakt wzrokowy	Wpatruje się w innych
Bezsilny/a	Silny/a	Wzbudzający/a poczucie zagrożenia
Pasywny/a	Aktywny/a	Atakujący/a
Luźne granice osobiste lub ich brak	Zdrowe granice osobiste	Sztywne granice osobiste
Niska samoocena	Pewność siebie	Niewielki szacunek dla innych
Izoluje się od grup	Aktywny członek grupy	Kontroluje grupę
Nerwowo rusza dłońmi	Dłonie są zrelaksowane	Dłonie zaciśnięte w pięści

Źródło: Centre for Parenting Education (b.d.).

Aby budować asertywność, przejdź z rodzicami przez następujące kroki:

1. Poproś rodziców, aby opisali problem, którym zajmujecie się podczas szkolenia, wykorzystując fakty i obiektywne sformułowania (np. podjęte działania, zachowania itp.) bez wyrażania opinii. Na przykład, jeśli rodzic opisuje sytuację używając słów: „On/ona źle się zachowuje” – formułuje wypowiedź w sposób subiektywny. Co mamy na myśli, mówiąc „źle”? Rodzice muszą przede wszystkim zrozumieć, jaki był początek danej sytuacji: Co się stało? Kto brał w tym udział? Co robiły te osoby? Gdzie to się wydarzyło?
2. Poproś rodziców również o podzielenie się swoimi uczuciami i myślami w sposób otwarty i jasny, odnosząc się do konfliktu. Na przykład, zapytaj ich: „Co czułeś/łaś w tym momencie? I co dalej? Czy podzieliłeś/łaś się swoimi przemyśleniami z uczestnikami sytuacji?”
3. Zachęć rodziców do odkrywania kreatywnych rozwiązań, które poprawią daną sytuację. Zmobilizuj ich do odnalezienia właściwych i konkretnych sposobów działania: „Mógłbym/mogłabym...”, „Powiedz mu/jej, że...” itd.

4. Poproś ich, aby powtórzyli swoimi słowami poprzednie kroki. Dzięki temu będą potrafili być asertywnymi w stosunku do innych osób, w tym do swoich dzieci. Powiedz im, by na głos powtórzyli, w jaki sposób udało im się rozwiązać sytuację, wcielając się w role. Na przykład:

„Grzesiu, dziś rano wzięłeś mój komputer bez pozwolenia. (1) Myślałem/łam, że go zgubiłem/łam i się przestraszyłem/łam. (2) Następnym razem najpierw zapytaj, czy możesz go wziąć, żebym wiedział/a gdzie on jest i żebym mógł/mogła Ci powiedzieć, kiedy go będę potrzebować. W międzyczasie będziesz go mógł używać. (3) Wtedy będziemy mogli razem korzystać z komputera, wykonywać na nim zadania i oszczędzimy pieniądze na zakup sprzętu do szkoły. (4)

5. Przypomnij rodzicom, aby ćwiczyli i stosowali ten proces w domu ze swoimi dziećmi (im więcej będą ćwiczyć, tym lepiej będą sobie radzić).

Nawet jeśli trener potrafi z łatwością odróżnić rodziców asertywnych od agresywnych i pasywnych, problem może polegać na tym, że nawet asertywni rodzice mają trudności ze znalezieniem rozwiązań do problemów z dziećmi. **Do tego potrzebni są im kreatywni trenerzy.**

Kreatywność i krytyczne myślenie

Aby znaleźć właściwe rozwiązania i przyjąć asertywne podejście, rodzice muszą być w stanie zrozumieć sytuację i przyjąć odpowiednie strategie postępowania. Będzie to stanowiło dodatkową korzyść dla opracowanych już rozwiązań i spowoduje zmiany i innowacje w życiu codziennym rodziny (Aula Planeta, b.d.; Dewar, 2009-2012; Taneri, 2012).

Jaki powinien być trener, aby wprowadzić te zmiany?

- **Wrażliwy i empatyczny.** Zadawaj pytania uczestnikom spotkania, aby dowiedzieć się więcej o ich potrzebach, oczekiwaniach i umiejętnościach. Zwróć szczególną uwagę na przedstawicieli mniejszości lub innych grup etnicznych i przeanalizuj ich potrzeby.
- **Potrafi wyciągać wnioski ze swoich działań, prowadzić sesje podsumowujące i oceniać postępy w nauce rodziców angażując ich w ocenę samych siebie.** Bądź cierpliwy/a, obserwuj reakcje uczestników i wykorzystuj swoje obserwacje w praktyce.
- **Otwarty, przyjazny i – jeśli to możliwe – zabawny.** Poczucie humoru podczas sesji może sprawić, że spotkanie przebiegnie w mielszej atmosferze, ale pamiętaj, żeby nie starać się przesadnie i zachowywać poważnie przy omawianiu drażliwych tematów i problemów.

- **Tłumaczy, czego oczekuje od rodziców:** wyjaśnij rodzicom, że oczekujesz od nich aktywnego udziału w szkoleniu, ponieważ jest to niezbędne dla pomyślnego przebiegu szkolenia. Rodzice powinni czynnie uczestniczyć w spotkaniach w miarę możliwości.
- **Aktywnie słucha i wypowiada się w sposób efektywny – taki, który pasuje do stylu wypowiedzi rodziców.**
- **Nie zmusza do niczego rodziców, ale upewnia się, że mają odpowiednie warunki do udziału w sesji.** Zachęć ich, żeby przedstawiali własne propozycje. W ten sposób pokazujesz im, że są niezależni i sami stanowią o sobie.
- **Wie, że wypowiedzi i opinie rodziców oraz momenty, w których dzielą się swoimi odczuciami, mogą powodować konflikty z powodu niezgodności różnych punktów widzenia.** Staraj się zachowywać asertywnie i z szacunkiem, przedstawiając swoje poglądy i pozwalając rodzicom dzielić się ich opinią, bez naruszania praw innych. Zostaw przestrzeń na porównywanie i konfrontowanie opinii, nie przekonuj innych do własnych poglądów, ani nie narzucaj własnych pomysłów.
- **Opowiada o swoich doświadczeniach i daje przykłady, opowiadając historie,** ale jednocześnie bierze pod uwagę potrzeby rodziców. Jeśli korzystasz z technologii cyfrowych podczas szkolenia, wykorzystaj opowiadania cyfrowe – mogą okazać się bardzo przydatne.
- **Przypomina rodzicom o docenianiu własnych osiągnięć,** nawet tych małych. Każdy osiągnięty cel należy uczcić!

W ramach przypomnienia: zawsze powinienes/powinnaś być gotowy/a do wspierania rodziców, gdy czują się niepewnie w danej sytuacji poprzez zachęcenie ich do zastanowienia się nad tą sytuacją, wyjaśnienie im, z jakich rozwiązań mogą skorzystać. Rodzice są dla ciebie źródłem wiedzy, dlatego pozwól im uczyć się na własnych błędach i wyciągać z nich wnioski.



Aby osiągnąć sukces, należy korzystać z różnych podejść i metod, które pomogą określić, jakie informacje i treści będą skuteczne w pracy z rodzicami. Pamiętaj, że nieistotne informacje tylko odciągną ich uwagę od ważnych kwestii. **Poniżej znajduje się kilka wskazówek dotyczących kreatywnego podejścia do rozwiązywania problemów (zaczepnięte z Dilip, b.d.):**

- **MYŚLENIE LATERALNE.** Zmobilizuj rodziców do rozwiązywania problemów w sposób nieszablonowy, stosując przeróżne podejścia, również te nieoczywiste.
- **UPROSZCZENIE.** Przedstaw rodzicom problem i powiedz im, żeby wyobrazili sobie, że wyjaśniają go swoim dzieciom. Powtórz polecenie jeszcze raz, ale tym razem poproś ich, żeby wyjaśnili problem w skrócie, aż dojdą do momentu, w którym będą mogli opowiedzieć go dzieciom w jak najprostszy sposób.
- **CEL OSIĄGNIĘTY?** Spraw, by rodzice myśleli, że osiągnęli już cel. Zapytaj ich: „Jak to zrobiteś/łaś? Jakie podjąłeś/podjęłaś kroki?” Przejście przez problem wstecz pomoże w zauważeniu, jak należy postępować.
- **POWIEDZ MI, DLACZEGO...?** Niech rodzice zadadzą sobie pytanie „Dlaczego?” coś się wydarzyło, a gdy odpowiedzą, niech powtarzają to samo pytanie, aż dojdą do sedna problemu. Inne bezpośrednie pytania, które mogą pomóc w tym procesie to: „Kto...?” (także jest zaangażowany), „Jaki...?” (problem lub wyzwanie trzeba pokonać), „Kiedy...?” (to się zaczęło i czy powinienem/powinnam tak postępować), „Jak...?” (zamierzam postąpić i ile jest możliwości działania, aby dojść do tego samego punktu).
- **BURZA MÓZGÓW.** Poproś rodziców, aby napisali jak najwięcej pomysłów i rozwiązań problemu. Zachęci ich to do odkrywania nowych sposobów na rozwiązanie problemu i określenia najlepszej metody działania.
- **„CO BY BYŁO GDYBY...”.** Postaw rodziców w sytuacji innych osób, które szanują i które są w podobnej sytuacji. Niech zastanowią się: „Co w tej sytuacji zrobiłby/zrobiłaby X?”

Na koniec przypomnij rodzicom, że czasami innowacyjność wynika z powtarzania. Niech nie boją się zatem naśladować zachowań innych. Zachęć ich do badania własnego otoczenia i sytuacji, w których pojawił się ten sam problem – jak został on rozwiązany przez inne osoby.

Ucz rodziców, aby nie bali się próbować nowych metod działania!

Sposoby zwracania się do rodziców o różnych potrzebach edukacyjnych, profilach, oczekiwaniach i umiejętnościach

Kluczowym czynnikiem dla każdego trenera, nauczyciela czy mediatora, który należy wziąć pod uwagę, jest fakt, że ludzie różnią się sposobem przyswajania wiedzy.

Zwracanie się do rodziców, którzy mają różne potrzeby, profile i oczekiwania, należy do trudnych zadań. To, co działa w przypadku jednego rodzica, może nie zadziałać z innymi i odwrotnie. Ludzie rozumują w przeróżny sposób, dlatego konieczne jest rozróżnianie ich stylów uczenia się i proponowanie im różnych metod nauki w oparciu o ich upodobania. Umiejętność kategoryzacji rodziców, z którymi pracujesz, pomoże Ci wybrać najlepszą metodę nauczania i jednocześnie zachęci do samokształcenia (Estilos de aprendizaje, b.d.).

Istnieje wiele typów klasyfikacji uczniów, np. model Davida Kolba, Petera Honey i Alana Mumforda, czy podejście Anthony'ego Gregorca. Wszystkie te modele można uprościć, stosując system klasyfikacji VAK (ang. visual-auditory-kinaesthetic) stworzony przez Waltera Burke Barbe'a, a następnie opracowany przez Neila Fleminga (Gende, 2017; Literacy Planet, 2017; Ruiz Ahmed, 2010):

WZROKOWCY	SŁUCHOWCY	KINESTETYCY
Uczą się skuteczniej poprzez czytanie tekstu lub korzystanie z innych elementów graficznych. Lepiej przyswajają wiedzę tworząc wizualne powiązania między informacjami, które widzą, porównując je, zapamiętując i odtwarzając (np. poprzez pisanie, malowanie, rysowanie itp.)	Uczą się skuteczniej poprzez słuchanie i mówienie. Dźwięki i głos (ustne wyjaśnienia, instrukcje głosowe) pomagają im zrozumieć pojęcia i abstrakcyjne idee. Lubią czytać na głos lub powtarzać treść własnymi słowami	Uczą się skuteczniej poprzez ruch, działania, doznania oraz kontakt. Warto zaproponować im konkretne eksperymenty lub ćwiczenia, aby ustalić powiązania z abstrakcyjnymi pojęciami. Łatwiej jest im powiązać nową wiedzę z tą, którą już zdobyli

1. JAK ZAANGAŻOWAĆ WZROKOWCÓW:

- Korzystaj z wykresów, ilustracji, map, obrazków, listów, e-maili i SMS-ów.
- Zachęć ich do robienia notatek i pisania komentarzy na marginesie. Przydatne okażą się również mapy myśli i rysunki.
- Używaj kolorów, aby zaznaczyć wybrane części tekstu lub dokumenty.
- Popieraj swoje argumenty używając kategorii, klasyfikacji i systematyki.
- Zachęcaj uczniów do czytania książek, artykułów, stron internetowych i innych źródeł zawierających tekst na temat problemu, który poruszacie; przyniesie to korzyści „samotnym” i samodzielny uczniom.

2. JAK ZAANGAŻOWAĆ SŁUCHOWCÓW:

- Rozmawiaj z nimi, opowiadaj im, przekazuj informacje. Zadawaj pytania i zachęcaj rodziców do odpowiadania na nie.
- Korzystaj z materiałów audiowizualnych: filmów wideo, nagrań z telefonu, podcastów, konferencji, piosenek itd.
- Zachęcaj ich do czytania na głos materiałów, które im przygotowałeś/łaś, powtarzania wskazówek lub wniosków z sesji szkoleniowej.
- Zauważ, że niektórzy lubią mówić, inni słuchać, a jeszcze inni wolą interakcje słowne. Wprowadź te podejścia w sesję, które przygotowujesz, ale jednocześnie zapewnij rodzicom swobodę wyrażania swoich myśli i poglądów.

3. JAK ZAANGAŻOWAĆ KINESTETYKÓW:

- Korzystaj z rękodzieł, modelarstwa, puzzli, gier planszowych, klocków itp., aby przedstawić daną ideę lub rozwiązanie. Przydatna może okazać się również aktywność fizyczna (np. rozmowa podczas spaceru, wyjście na drinka czy odgrywanie ról).
- Pozwól im się ruszać i korzystać z przestrzeni, w której są. Upewnij się, że pomieszczenie jest czyste, żeby nic ich nie rozpraszało.
- Staraj się skoncentrować ich energię na wykonywaniu konkretnych zadań.
- Daj im coś, co mogą trzymać w rękach, aby prowadzić rozmowę (np. piłkę lub inny przedmiot).

Pomimo tej klasyfikacji rodzice często łączą w sobie różne podejścia podczas nauki, dlatego spróbuj eksperymentować z różnymi metodami podczas szkolenia. Stopniowo zauważysz, co działa lepiej u każdej osoby. Jedno podejście nie wyklucza innych. Jeśli to możliwe, połącz metody, aby zmotywować rodziców do interakcji i osiągnąć jak najlepsze rezultaty.

Typy rodziców w zależności od wieku, pochodzenia i posiadanych umiejętności

Poza sposobem przyswajania wiedzy, ważne jest również zrozumienie różnych czynników wpływających na zachowanie rodziców podczas sesji szkoleniowej i na ich sposób działania. Czynniki te to m.in. **pochodzenie kulturowe, umiejętność czytania i pisanie** czy **pochodzenie społeczne**. Z tego względu należy zebrać jak najwięcej wiarygodnych informacji o rodzicach, z którymi będziesz przeprowadzać zajęcia, zanim zaczniesz szkolenie. Dowiedz się więcej o rodzicach od tych trenerów ze szkoły, którzy dobrze ich znają lub zapytaj samych rodziców w czasie rekrutacji.

Podczas pracy jako trener, będziesz pracować z wieloma grupami rodziców, różniącymi się wiekiem pochodzeniem kulturowym i umiejętnościami. Każda grupa ma określone cechy i należy stosować do niej właściwe metody. **Zajmijmy się teraz czterema głównymi przykładami grup osób uczących się:**

1. MŁODZI RODZICE

Rodzice ci przechodzą proces dorastania podwójnie: po pierwsze jest to dorastanie ich dzieci, a po drugie oni sami uczą się „jak być dorosłymi”. Skupiają się bardziej „na chwili”, więc lepiej pracują poprzez emocje i symulacje związane z prawdziwymi doświadczeniami. Pomimo młodego wieku są postawieni w trudnych sytuacjach życiowych, które mogą wynikać z konfliktów emocjonalnych, dlatego docień to, że wkładają tak dużo wysiłku, by pokonać wszelkie trudności.

Podczas pracy z młodymi rodzicami:

- Nie używaj formalnych zwrotów, zamiast tego dostosuj słownictwo do nich. Bądź zabawny/a, ale nie na siłę, żeby ich nie urazić nieodpowiednimi żartami.
- Zachęcaj ich do mówienia i wyrażania siebie. Daj im pole do wypowiedzenia się.
- Angażuj ich w zadania wymagające interakcji jak np. odgrywanie ról, ćwiczenia na empatię, oglądanie wzruszających filmików. Takie ćwiczenia będą stanowić dla nich możliwość aktywnego udziału.
- Przedstawiaj zachowania innych jako wzór do naśladowania lub analizowania własnego rozwoju osobistego.
- Ćwicz asertywną komunikację i pozytywne wzmocnienie.



2. RODZICE POCHODZĄCY Z RÓŻNYCH KULTUR

Rodzice pochodzący z różnych kultur wymagają od trenerów więcej wiedzy i empatii (w następnej sekcji dowiesz się więcej o empatii). Poznaj lepiej kulturę, do której należą ci rodzice, lub przynajmniej bądź otwarty/a, obserwuj i staraj się zrozumieć tę kulturę bez wprowadzania uprzedzeń czy stereotypów. Różne wartości kulturowe wiążą się z różnymi rodzajami „zasad” w rodzinie i innym sposobem wychowywania dzieci czy pojmowaniem koncepcji takich jak szacunek lub posłuszeństwo. Dlatego też należy zapoznać się z różnicami kulturowymi, aby właściwie pomagać rodzicom.

Co więcej, praca i rozmowy z rodzicami pochodzącymi z innych kultur, mogą zejść na delikatne tematy takie jak rasizm, ksenofobia, czy szok kulturowy i zderzenie kulturowe. Możesz spotkać się z takimi problemami, więc przygotuj się, by móc je rozwiązać.

Podczas pracy z rodzicami pochodzącymi z różnych kultur:

- Dowiedz się o pochodzeniu kulturowym rodziców, o ich wartościach i rolach rodzicielskich, jakie pełnią w domu. Używaj właściwego słownictwa, unikaj uprzedzeń i jeśli masz taką możliwość – porozmawiaj z przedstawicielem tej społeczności, aby uzyskać więcej informacji.
- W zależności od ich pochodzenia (np. nowo przybyli migranci) niektórzy rodzice mogą nadal nie rozumieć w pełni lokalnego języka. Dlatego bądź cierpliwy/a, używaj prostego języka, nie pospieszaj ich i ilustruj swoje spostrzeżenia za pomocą obrazków i mowy ciała.
- Upewnij się, że rozumieją, co im przekazujesz. Zadawaj pytania i powtarzaj swoje argumenty tyle razy, ile potrzeba, stosując różne sposoby powtarzania.
- Zbadaj ich rolę i poziom integracji w społeczeństwie, ponieważ może się to wiązać z problemem, który omawiasz (ale pamiętaj o uszanowaniu ich prywatności).



3. RODZICE Z NISKIMI UMIEJĘTNOŚCIAMI CZYTANIA I PISANIA

Rodzice posiadający niskie umiejętności czytania i pisanie mają problemy w czytaniu i rozumieniu czytanego tekstu. Przez to nie pojmują wszystkich informacji, ich krytyczne myślenie jest ograniczone i nie są w stanie dostrzec znaczenia tonu głosu, co mogłoby im pomóc w rozumieniu wypowiedzi innych. Pomimo tych trudności są w stanie uczyć się w sposób efektywny, więc doceniaj ich wysiłki i umiejętności.

Podczas pracy z rodzicami posiadającymi niskie umiejętności czytania i pisania:

- Wykorzystaj ich mocne strony i korzystaj z ich doświadczenia życiowego w trakcie omawiania tematów podczas sesji szkoleniowych.
- Użyj obrazków lub ilustracji i połącz je z pomysłami i poglądami rodziców.
- Staraj się zrozumieć ich, bądź empatyczny/a i stawiaj się na równi z nimi. Spraw, aby czuli, że ich szanujesz i bierzesz pod uwagę ich zdanie.
- Korzystaj z ćwiczeń praktycznych i zachęcaj rodziców do powtarzania ich w domu w formie ćwiczenia na samodoskonalenie.



4. RODZICE Z NISKIMI UMIEJĘTNOŚCIAMI CYFROWYMI

Tętypanalfabetyzm dotyczy rodziców nieposiadających lub posiadających jedynie niskie umiejętności cyfrowe. W szkołach, urzędach i ogólnie w społeczeństwie ludzie coraz bardziej ufają i wykorzystują więcej rodzajów technologii cyfrowych podczas wszelkich działań i komunikacji z innymi. Z tego względu rodzice z niskimi umiejętnościami cyfrowymi mogą czuć się wykluczeni z codziennych działań lub czynności, które wykonuje się za pomocą urządzeń cyfrowych (np. nauczyciel w szkole komunikujący się z rodzicami wyłącznie przez e-maile).



Ze względu na niski poziom kompetencji w tym zakresie, cyfrowe uczenie się i mediacja są dla tych rodziców szczególnie trudne i mogą powodować dodatkowe problemy i kłótnie z dziećmi. Przez brak umiejętności cyfrowych rodzice nie są chętni do korzystania z technologii, a tym samym ograniczają używanie technologii przez dzieci i unikają używania ich wspólnie z nimi. W rezultacie rodzice ci często nie są w stanie właściwie kontrolować dzieci korzystających z technologii cyfrowych ani radzić sobie z konsekwencjami dla rodziny, które się z tym wiążą. Ta grupa rodziców nie tylko mierzy się z problemami związanymi z technologiami, ale też sama stwarza te problemy.

Podczas pracy z rodzicami z niskimi umiejętnościami cyfrowymi:

Address not only the issues related to ICTs, but also explore the benefits technologies can bring to them and their children.

- Zajmij się nie tylko kwestiami związanymi z technologiami cyfrowymi, ale także zbadaj korzyści, jakie te technologie mogą przynieść dzieciom.
- Nie używaj technologii na samym początku pracy z rodzicami. Zamiast tego zapoznaj ich z kilkoma urządzeniami technologicznymi, aby mogli zobaczyć, na czym polega korzystanie z nich. Zaczynaj od prostych urządzeń, które potrafią używać samodzielnie (np. smartfon) i stopniowo wprowadzaj bardziej zaawansowane technologie, zgodnie z umiejętnościami, potrzebami i predyspozycjami rodziców.
- Spraw, żeby zobaczyli, że mogą się uczyć również od swoich dzieci. Wspólne korzystanie z urządzeń może zwiększyć umiejętności rodziców podczas współpracy z dziećmi (i jest źródłem dobrej zabawy!).
- Pomóż im określić, w jaki sposób i kiedy technologie cyfrowe mogą pomóc im w wykonywaniu codziennych zadań i zachęć ich do korzystania z nich. Podkreśl rolę i znaczenie technologii w życiu dzieci i we współczesnym społeczeństwie.

Pomimo tego, że możesz spotkać się z różnymi grupami i rodzajami rodziców, jako trener musisz zawsze serdecznie i ciepło przywitać ich na pierwszym spotkaniu. Podejdź do rozmowy z nimi obiektywnie, bez uprzedzeń, aby nie czuli się oceniani. Daj im możliwość „otwarcia się” i opowiedzenia czegoś o sobie.

Rozwijanie empatii

W tym module należy wspomnieć o ostatniej istotnej rzeczy, mianowicie o tym, że trener również powinien praktykować empatię podczas interakcji z rodzicami. Empatia jest pojęciem cieszącym się szerokim zainteresowaniem naukowców, pedagogów i innych ekspertów, ponieważ udowodniono, że umożliwia ona tworzenie lepszych relacji międzyludzkich i społecznych (Riess, 2017).

Mówiąc prościej, bycie empatycznym oznacza umiejętność postawienia się w sytuacji innych osób, zrozumienie punktu widzenia i emocji rodziców, dlaczego odczuwają dane emocje, oraz pokazanie im obiektywnego punktu widzenia osoby z zewnątrz, a jednocześnie zrozumienia tego, jak dana sytuacja na nich wpływa. Umiejętność ta jest szczególnie ważna przy kontaktach z rodzicami o różnym pochodzeniu.

Jak okazać empatię podczas sesji szkoleniowej (Brown, 2018):

- **Wczuj się** w sytuację i emocje rodziców, niekoniecznie doświadczając tego, co oni.
- **Słuchaj** rodziców i staraj się **zrozumieć**, co czują – celem nie jest znalezienie rozwiązania, ale raczej pokazanie im, że ich wspierasz i wysłuchujesz
- Pokaż, że jesteś **wdzięczny/a**, że rodzice dzielą się z Tobą swoją sytuacją
- **Okazuj** drobne gesty – przytulenie, poklepanie po ramieniu, lub nawet zwykłe skinienie głową pokażą rodzicom, że aktywnie ich słuchasz i rozumiesz, co próbują przekazać.

Czy wiesz, że...?

Projekt "Apricot for parents"

Jak opisano w tym module, krytyczne myślenie jest niezbędne podczas szkolenia rodziców, ale jest również dodatkową umiejętnością, która pomaga im w korzystaniu z mediów i w poprawie relacji z dziećmi. Aby promować kompetencje rodziców w zakresie korzystania z mediów i zarządzania nimi, w ramach projektu Erasmus+ „Apricot for parents” opracowywane są różnorodne materiały edukacyjne, które można wykorzystać do wspierania krytycznego myślenia i umiejętności korzystania z mediów przez rodziców i dziadków w rodzinach.

Na stronie internetowej projektu jest napisane: „Umiejętności korzystania z mediów są kluczowe w dzisiejszym świecie – sprawiają, że rozumiemy to, co widzimy w mediach i krytycznie odbieramy informacje, które są tam prezentowane. Umiejętności te są także narzędziem do wzmacniania pozycji obywateli, uświadamiania ich oraz pomagania w przeciwdziałaniu skutkom fake newsów rozpowszechnianych w mediach. Należy uczyć dzieci korzystania z wszystkich mediów – w tym cyfrowych – w bezpieczny i świadomy sposób, rozwijając i stosując umiejętność krytycznego myślenia. Rodzice i dziadkowie mogą być odpowiednimi mediatorami pomiędzy dziećmi i mediami, jednak wielu z nich nie rozmawia z dziećmi regularnie i właściwie na temat mediów. Aby tak było, należy zaoferować im wsparcie.” (przyp. red.)

Źródło: www.apricot4parents.org

Sześć myślowych kapeluszy

Czasami trudno jest rozwiązać problem, ponieważ stosujemy tylko jeden punkt widzenia. Aby nauczyć swoich kursantów – rodziców – jak myśleć nieszablonowo i oryginalnie, możesz wypróbować metodę **sześciu myślowych kapeluszy**. Metoda ta została opracowana przez Edwarda de Bono jako sposób na przeanalizowanie sześciu różnych punktów widzenia danej sytuacji lub konkretnego problemu.

Instrukcje: Rozdaj rodzicom sześć różnych, kolorowych kapeluszy, z których każdy reprezentuje inną czynność. Możesz wydrukować, narysować lub zaprojektować kapelusze, aby aktywność była bardziej dynamiczna. Poproś rodzica o „założenie kapelusza” i omówienie **tylko** tych kwestii, które są związane z kolorem konkretnego kapelusza, podczas gdy inni uczestnicy próbują przeanalizować sytuację. Rodzic może zakładać pozostałe kapelusze w kolejności, aby sprawdzić, jak wygląda sytuacja z innej perspektywy:

1. **BIAŁY KAPELUSZ:** FAKTY (Na czym polega problem? Jakie zebrałeś/łaś dane i informacje na ten temat? Co się wydarzyło i czy brałeś/łaś w tym udział?)
2. **CZERWONY KAPELUSZ:** EMOCJE (Jakie uczucia rodzi w tobie ten problem? Jak na niego reagujesz?)
3. **CZARNY KAPELUSZ:** OCENA (Jakie zagrożenia i przeszkody niesie za sobą sytuacja? Co może pójść źle?)
4. **ŻÓŁTY KAPELUSZ:** OPTYMIZM (Jakie możliwości niesie za sobą ten problem? Co możemy zyskać, jeśli...? Jakie bezpośrednie/pośrednie korzyści możemy zyskać?)
5. **ZIELONY KAPELUSZ:** MOŻLIWOŚCI (Co jeszcze moglibyśmy zrobić? Co, jeśli spróbujemy...? Czy można to zrobić w inny sposób? Czego jeszcze nie próbowaliśmy zrobić?)
6. **NIEBIESKI KAPELUSZ:** (opcjonalnie): ANALIZA PROCESU (Czy właściwie używamy kapeluszy? Wrócimy do innych kapeluszy? Jakie wnioski wyciągamy w trakcie ćwiczenia? Jakie następne kroki podejmiemy?)

Inna możliwa kolejność: **biały**, **zielony**, **żółty**, **czarny**, **czerwony** i **niebieski**.



Mogę wykorzystać to ćwiczenie: z rodzicami.

Źródło: URBACT (b.d.) De Bono Thinking Hats. Dostępny na stronie: <https://urbact.eu/de-bono-thinking-hats>

Style uczenia się – kwestionariusz samooceny

Poniżej znajdziesz ankietę do rozwiązania wraz z rodzicami, która pomoże Wam zidentyfikować typ uczenia się najbardziej pasujący do każdego z rodziców. Takie rozpoznanie pozwoli Ci zastosować się do wskazówek zawartych w tym module oraz wybrać najbardziej odpowiednie metody nauczania w celu przeprowadzenia szkolenia z daną grupą uczniów. Pomoże to również określić rodzicom, w jaki sposób ich dzieci skuteczniej nabywają wiedzę.

1. Gdy kupuję nowy sprzęt, zwykle:

- a) Czytam instrukcję obsługi
- b) Słucham objaśnień osoby, która już z niego korzystała
- c) Testuję go sam/a – dowiem się jak działa podczas używania

2. Przy wyborze książki najprawdopodobniej zdecydowałbym/zdecydowałabym się na:

- a) Książkę zawierającą zdjęcia i ilustracje
- b) Książkę zawierającą tylko wyrazy
- c) Książkę zawierającą wykreślanki lub krzyżówki

3. Kupując ubrania, zazwyczaj:

- a) Wyobrażam sobie, jak wyglądałyby na mnie
- b) Rozmawiam z obsługą sklepu
- c) Przymierzam je

4. Czekając w kolejce w supermarkecie:

- a) Przyglądam się innym produktom
- b) Rozmawiam z osobą stojącą obok mnie w kolejce
- c) Poruszam się nerwowo z miejsca na miejsce

5. Przy wyborze mebli do mojego domu, kieruję się:

- a) Ładnym wyglądem i tym, że podobają mi się ich kolory
- b) Opisem, który podaje mi obsługa sklepu
- c) Fakturą – muszą być przyjemne w dotyku

6. Gdy jestem w nowym mieście i potrzebuję wskazówek dotyczących drogi, zwykle:

- a) Sprawdzam mapę
- b) Pytam kogoś o drogę
- c) Kieruję się instynktem

7. Podczas wakacji najbardziej lubię:

- a) Chodzić do muzeów i galerii sztuki
- b) Chodzić na koncerty
- c) Samodzielnie zwiedzać miasta

8. Gdy wybieram jedzenie z menu, zazwyczaj:

- a) Wyobrażam sobie jak będzie wyglądał posiłek
- b) Zastanawiam się nad wyborem w myślach lub rozmawiam z kolegą
- c) Wyobrażam sobie smak jedzenia

9. Kiedy poznaję nowych ludzi, zazwyczaj zapamiętuję ich poprzez:

- a) Ich twarze
- b) Ich imiona
- c) Rozmowę, którą odbyliśmy

10. Najlepszym sposobem na zapamiętanie numeru telefonu znajomego jest:

- a) Wyobrażanie sobie w myślach, że wybieram ten numer
- b) Powtarzanie numeru w kółko na głos
- c) Zapisanie numeru na kartce lub na liście kontaktów

11. Zwykle nawiązuję z kimś kontakt, ponieważ:

- a) Podoba mi się wygląd tej osoby
- b) Podoba mi się, co ta osoba powiedziała
- c) Podoba mi się to, w jaki sposób czuję się dzięki tej osobie

12. Jeśli nie jestem pewien/pewna jak przeliterować dane słowo, co najprawdopodobniej zrobię?

- a) Zapiszę je, aby zobaczyć czy wygląda poprawnie
- b) Przeliteruję je na głos, aby sprawdzić czy brzmi poprawnie
- c) Nakreślę to słowo w powietrzu palcem

13. Gdy uczę się nowej umiejętności z trenerem, czuję się najbardziej komfortowo podczas:

- a) Obserwowania, co robi trener
- b) Rozmowy z trenerem o tym, co mam zrobić
- c) Samodzielnej próby i rozgryzienia wszystkiego podczas działania

14. Kiedy uczę kogoś czegoś nowego, zwykle:

- a) Zapisuję poszczególne kroki, które należy wykonać
- b) Wyjaśniam poszczególne kroki słownie
- c) Demonstruję jak coś zrobić, a następnie pozwalam spróbować drugiej osobie

15. Najlepszym sposobem nauki do egzaminu lub testu jest:

- a) Czytanie książki lub moich notatek oraz przeglądanie obrazków i wykresów
- b) Poproszenie drugiej osoby o zadawanie pytań, na które odpowiadam na głos
- c) Tworzenie fiszek, które pomagają w powtarzaniu

16. Kiedy się koncentruję, zwykle:

- a) Skupiam się na słowach lub obrazkach
- b) Omawiam problem oraz jego możliwe rozwiązania w myślach
- c) Dużo się ruszam, bawię się długopisami i dotykam różnych rzeczy

17. Podczas nauki najbardziej rozpraszają mnie:

- a) Przechodzący obok mnie ludzie i rodzina
- b) Hałas z otoczenia
- c) Niewygodna przestrzeń, w której się uczę

18. Moje pierwsze wspomnienie to:

- a) Patrzenie na coś
- b) Rozmawianie z kimś
- c) Robienie czegoś

19. Kiedy jestem zły/a:

- a) Mam wściekłą minę
- b) Krzyczę
- c) Wychodzę zdenerwowany/a z pokoju

20. Czuję się najbardziej zrelaksowany/a, gdy:

- a) Czytam książkę
- b) Słucham muzyki
- c) Spaceruję lub uprawiam sport

Policz swoje odpowiedzi:

- Odpowiedź A: ...
- Odpowiedź B: ...
- Odpowiedź C: ...

Wyniki:

- Jeśli większość Twoich odpowiedzi to A – jesteś WZROKOWCEM
- Jeśli większość Twoich odpowiedzi to B – jesteś SŁUCHOWCEM
- Jeśli większość Twoich odpowiedzi to C – jesteś KINESTETYKIEM

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Dostępność i uczestnictwo są kluczowymi elementami tworzenia efektywnych przestrzeni i procesów uczenia się.
- Dobre planowanie i zarządzanie czasem ułatwią powodzenie w Twojej pracy.
- Asertywność to kluczowe pojęcie, które pomaga trenerom oraz rodzicom w krytycznym myśleniu, aby tworzyć kreatywne rozwiązania.
- Nie każdy uczy się w ten sam sposób; ludzie stosują różne style uczenia się, które różnią się w procesie przyswajania.
- Wyrozumiałość wobec pochodzenia rodziców oraz bycie empatycznym są niezbędne.

Zastanów się...

- Jak zorganizować logistykę szkoleń z rodzicami?
- Czy odpowiednio planuję szkolenia?
- Czy tworzę przestrzeń i atmosferę dla odpowiedniej interakcji z rodzicami?
- Czy używam odpowiednich technik, biorąc pod uwagę style uczenia się rodziców?
- Jak mogę przyczynić się do dyspozycyjności i samodzielności rodziców w radzeniu sobie z konfliktami w twórczy sposób?
- Czy znam rodziców wystarczająco dobrze, biorąc pod uwagę ich pochodzenie kulturowe oraz umiejętności?
- Czy w kontaktach z rodzicami podczas szkoleń praktykuję empatię?



MODUŁ 6:

Jak przygotować szkolenie

W skrócie

Ten moduł ma na celu pomóc trenerom w przygotowaniu zajęć edukacyjnych dla rodziców i innych osób dorosłych. Zajęcia te mają dotyczyć rozwoju dzieci w zakresie cyfryzacji. Moduł 6 obejmuje praktyczne metody opracowywania i przeprowadzania szkolenia oraz przedstawia różnice między typami edukacji i technikami, jakie mogą stosować trenerzy.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Tego, jak ustalić cele, zadania i efekty kształcenia podczas sesji szkoleniowej
- Różnicy między kształceniem formalnym, nieformalnym i pozaformalnym
- Taksonomii Blooma i modelu S.M.A.R.T
- Faz przygotowania szkolenia
- Materiałów potrzebnych do przeprowadzania szkolenia

Czas zacząć!

Ustalenie celów, zadań i efektów kształcenia podczas sesji szkoleniowej

Aby zorganizować skuteczne szkolenie, należy najpierw pomyśleć o CELACH, ZAŁOŻENIACH i EFEKTACH KSZTAŁCENIA. Jak mogliśmy się przekonać w poprzednim Module, trener w trakcie przygotowywania zajęć lub sesji, zawsze powinien wziąć pod uwagę czynniki praktyczne, takie jak **profil i pochodzenie** uczniów, ich **poziom kompetencji cyfrowych**, a także czynniki zewnętrzne, czyli **zaplecze** oraz **dostępność** miejsc do nauki. Te czynniki pomogą Ci określić właściwe cele, założenia i efekty kształcenia.

Chociaż określenia te różnią się znaczeniem, często stosuje się je zamiennie w trakcie przygotowywania szkolenia. Przyjrzyjmy się poszczególnym definicjom i przeanalizujmy przykłady, które mogą pomóc w ich sformułowaniu (zaadaptowane z Międzynarodowej Rady Archiwów, 2005).

1. CELE

Cele uczenia się to krótkie i szczegółowe opisy ogólnego celu szkolenia, które może przyjmować formę 2-godzinnych warsztatów, 5-dniowego kursu i tak dalej. Są to w pewnym sensie „myśli przewodnie”.



Aby określić cel lub cele szkolenia, zastanów się nad następującymi pytaniami:

- Jaki jest cel tego szkolenia z punktu widzenia trenera?
- Jakie korzyści odniosą uczniowie z tego szkolenia?
- Jaki jest przewidywany cel tego szkolenia?

Kilka praktycznych przykładów:

- Celem tego szkolenia jest poprawa kompetencji cyfrowych rodziców w zakresie korzystania z technologii cyfrowych, żeby pomóc im w budowaniu zdrowszych relacji z dziećmi.
- Szkolenie uświadamia rodzicom jakie korzyści płyną z korzystania z technologii cyfrowych przez dzieci oraz jakie grożą im ewentualne niebezpieczeństwa.

2. ZAŁOŻENIA

Założenia kształcenia to krótkie opisy, które tłumaczą, w jaki sposób zostaną osiągnięte cele uczenia się. Są bardziej szczegółowe w porównaniu z celami uczenia się; innymi słowy precyzyjnie tłumaczą, w jaki sposób powinno przebiegać nauczanie i uczenie się. Są one opisane z perspektywy trenera i nie należy ich mylić z efektami kształcenia, które skupiają się głównie na uczniu.

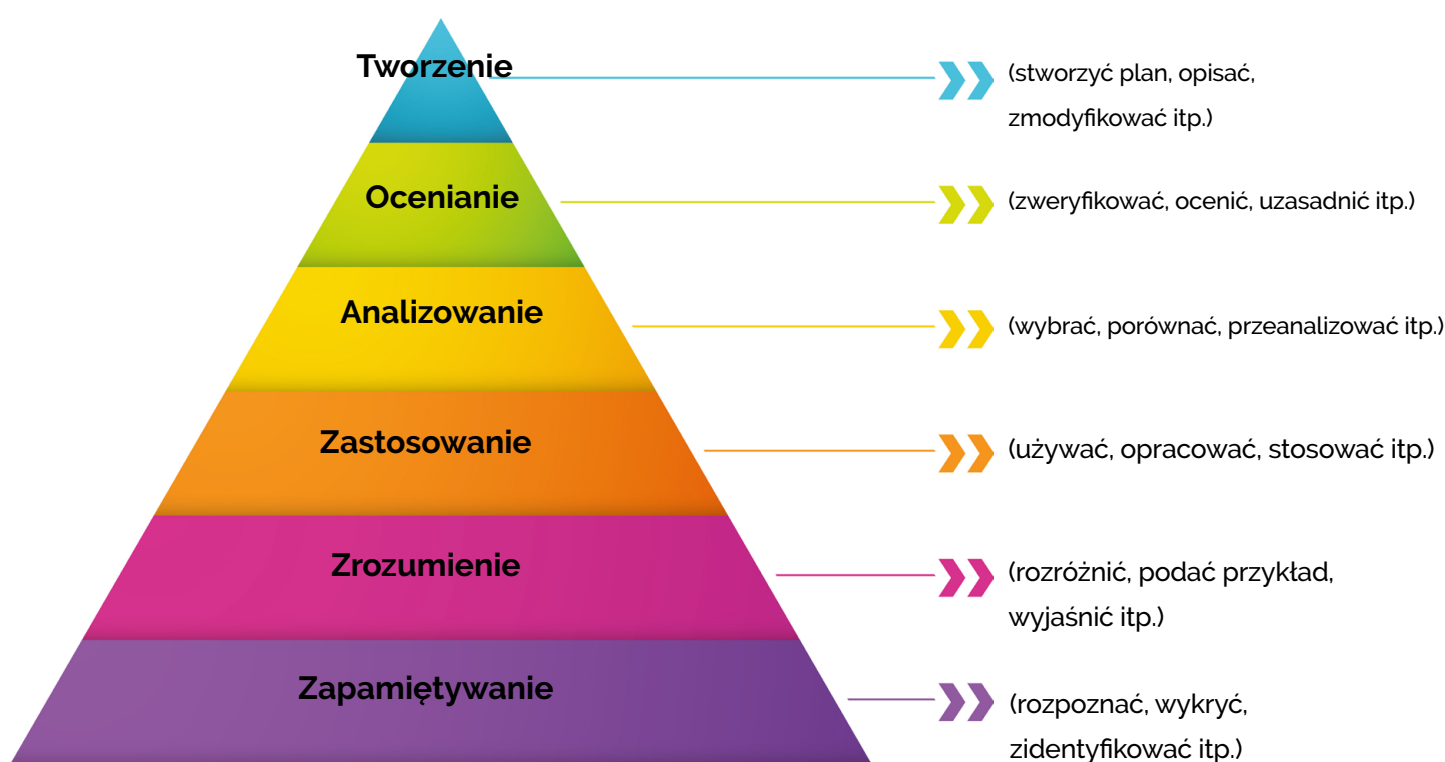
Aby ustalić założenia szkolenia, zastanów się nad następującymi pytaniami:

- Jakie metody zostaną zastosowane?
- W jaki sposób zostaną zaangażowani uczniowie? Jakie zajęcia zostaną przedstawione?
- Jaką nową wiedzę zdobędą uczniowie i jakie umiejętności rozwiną lub poprawią?

Stosowanie właściwych pojęć – taksonomia Blooma

Ważne jest stosowanie właściwych określeń i słów przy opisywaniu założeń kształcenia, ponieważ uświadamia to uczniom, czego się od nich wymaga.

Taksonomia Blooma jest metodą stosowaną na szeroką skalę przez trenerów i nauczycieli, która umożliwia efektywną kategoryzację określonych celów edukacyjnych. Taksonomia wykorzystuje „dynamiczne słowa” do opisu procesów poznawczych, dzięki którym uczniowie zdobywają i wykorzystują wiedzę. Bardzo ważne jest, żeby trenerzy wzięli pod uwagę taksonomię Blooma przy określaniu głównych założeń kształcenia, tym samym wspólnie z uczniami uzgadniają cele kształcenia, realizują wybrany program, a także opracowują zadania i ustalają kryteria oceny oraz gwarantują, że zastosowane techniki i zajęcia są zgodne z określonymi założeniami (Anderson i in., 2001).



Taksonomia Blooma, zaktualizowana wersja (Źródło: Imperial College Londyn, 2021)

Praktyczne przykłady:

Zadania tego modułu to:

- Podkreślenie znaczenia kompetencji cyfrowych u dzieci
- Rozwój wiedzy i umiejętności dla skutecznej kontroli dzieci w zakresie korzystania z technologii cyfrowych.

3. EFEKTY KSZTAŁCENIA:

Cele i założenia kształcenia są rozpatrywane z perspektywy trenera, z kolei efekty dotyczą uczniów oraz tego, nad czym będą pracować.

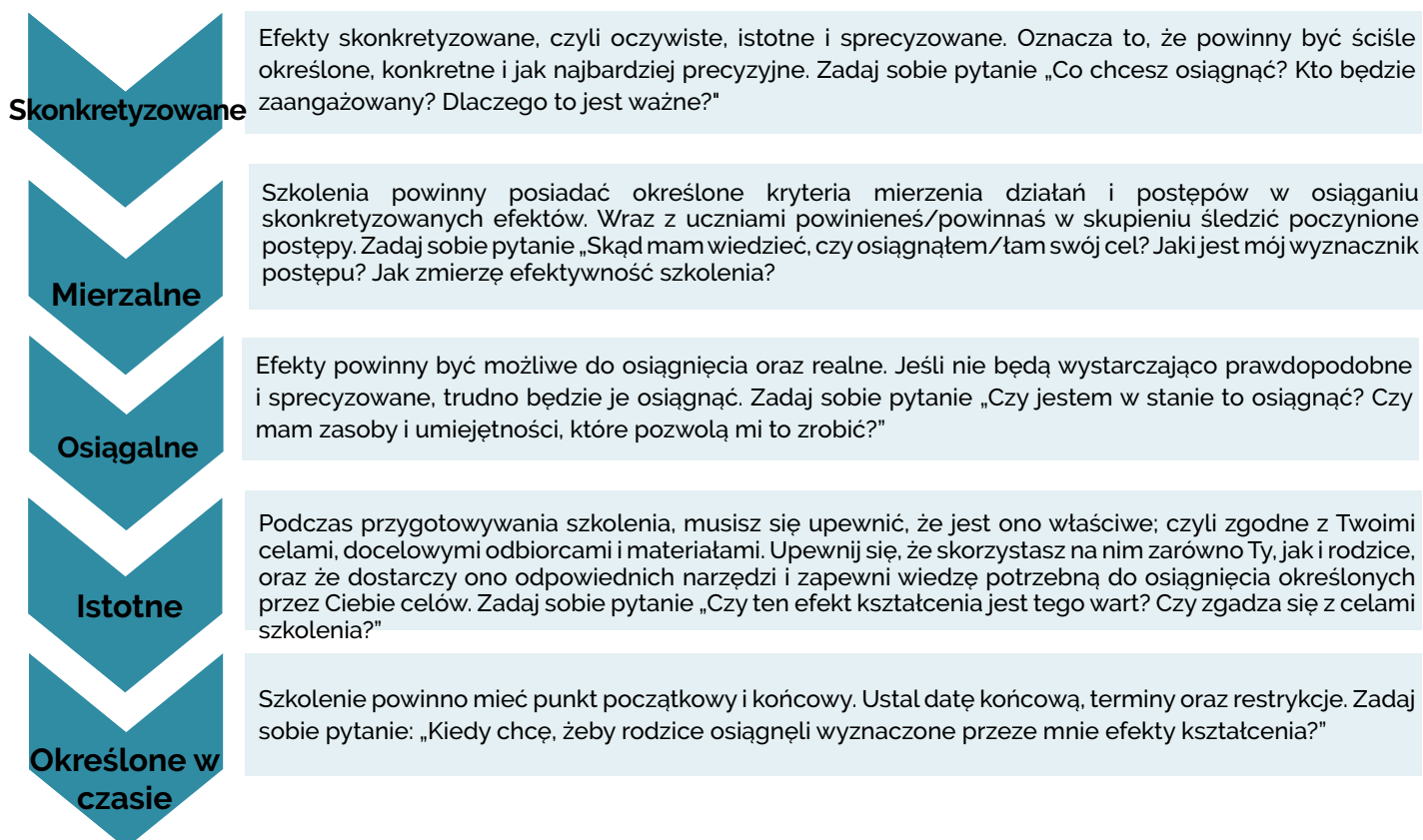
Efekty kształcenia to krótkie stwierdzenia na temat tego, co i na jakim poziomie uczestnicy powinni umieć po pomyślnym ukończeniu szkolenia.

Aby ustalić efekty kształcenia, zastanów się nad następującymi kwestiami:

- Powinny być opisane w czasie przyszłym
- Powinny określać kontekst szkolenia (np.: „Po pomyślnym ukończeniu sesji/warsztatu/modułu uczniowie będą potrafili...”)
- Powinny odnosić się do wiedzy (np. „poznać korzyści płynące z wykorzystywania technologii cyfrowych w edukacji podstawowej”), umiejętności (np. „postępować się poszczególnymi oprogramowaniami”) i nastawienia (np. „pozytywnie postrzegać wykorzystywanie technologii cyfrowych w szkole”).

Model S.M.A.R.T

Ogólną zasadą przy ustalaniu efektów kształcenia (oraz zadań) jest to, że powinny być: **skonkretyzowane (specific), mierzalne (measurable), osiągalne (achievable), istotne (relevant) i określone w czasie (timely) (ang. SMART)**. Ustalanie efektów kształcenia S.M.A.R.T zwiększa szansę opracowania skutecznego szkolenia. Przyjrzyjmy się definicji każdej z cech (z CFI, 2021; MindTools, 2021):



Praktyczny przykład:

Po pomyślnym zakończeniu tej sesji uczniowie powinni umieć:

- Ocenic, czy źródło informacji cyfrowej jest godne zaufania.
- Wytłumaczyć dzieciom, jak odróżnić wiarygodne źródła w Internecie od tych wprowadzających w błąd.

Ważna adnotacja: Pojęcia **celów kształcenia się** i **efektów kształcenia się** są ze sobą ściśle powiązane, dlatego w materiałach dotyczących przygotowywania procesów instruktażowych często pojawiają się wątpliwości wynikające z zamiennego stosowania tych określeń.

Sprecyzowanie właściwej metodologii

Szkolenia przyjmują różne formy w zależności od wybranej przez trenera metodologii. Powszechnie rozróżniamy edukację formalną, pozaformalną oraz nieformalną, których nazwy zależą od odpowiedniej kategoryzacji metod kształcenia.

Edukacja formalna	Edukacja pozaformalna	Edukacja nieformalna
„Zorganizowany system edukacji i kształcenia, który trwa od przedszkola i szkoły podstawowej, przez szkołę średnią, aż po szkołę wyższą. Zasadniczo stosuje się go w placówkach kształcenia ogólnego lub zawodowego i kończy go uzyskanie świadectwa”.	„Každy planowany program edukacyjny oprócz formalnego, ma na celu poprawę szeregu umiejętności i kompetencji, takich jak na przykład praca z młodzieżą. Edukacja pozaformalna jest określana również mianem kształcenia pozaformalnego”.	„Proces trwający całe życie, w którym każda jednostka przyjmuje postawę, wartości, nabiera umiejętności i czerpie wiedzę z codziennych doświadczeń oraz wpływów i zasobów edukacyjnych z własnego otoczenia (rodzina, grupa rówieśnicza, sąsiedzi, rynek, biblioteka, środki masowego przekazu, praca, rozrywka itp.)”.
Edukacja formalna zwykle budzi skojarzenia z dość rygorystycznymi strukturami i tradycyjnymi środkami przekazu (np. wykorzystywanie prezentacji, przeprowadzanie wykładów)	Edukacja pozaformalna może przyjmować formę uporządkowanych szkoleń, które zwykle mają bardziej empiryczny charakter (podobnie jak gry, symulacje czy dyskusje grupowe).	Edukacja nieformalna odbywa się przeważnie okazjonalnie i spontanicznie podczas codziennych czynności lub w ramach innych szkoleń o odmiennej tematyce.
Definicje zaczerpnięte z książki pt. „Kompas. Edukacja o prawach człowieka w pracy z młodzieżą” (Brander, 2021, s. 478)		

Jak opisano poniżej, każda typ kształcenia ma swoje wady i zalety:

	Zalety	Wady
Edukacja formalna	• Idealnie nadaje się do prezentacji nowych materiałów oraz informacji teoretycznych • Przebiega zgodnie z określoną formą rozpowszechniania (systematycznie, krok po kroku) • Zapewnia podstawową wiedzę, którą każdy powinien zdobyć • Szczegółowo zaplanowana i precyzyjna • Chronologiczna i systematyczna	• Mało interaktywna • Wymaga wysoko wykwalifikowanych ekspertów do przeprowadzenia szkolenia • Ukierunkowana tematycznie i ograniczona czasowo • Edukacja kosztowna i rygorystyczna
Edukacja pozaformalna	• System edukacji spersonalizowanej dostępnej w przestrzeni publicznej i prywatnej • Wykorzystuje zdobytą wiedzę teoretyczną w praktyce • Bardzo elastyczna, z możliwością dopasowania do potrzeb • Zachęca uczestników do zgłębiania własnych ścieżek edukacyjnych • Stosuje zarówno teoretyczne, jak i praktyczne podejście do nauki	• Nie zawsze uwzględnia specjalistów lub wykwalifikowanych trenerów • Obecność uczniów nieobowiązkowa • Duże prawdopodobieństwo uzyskania fałszywych świadectw lub dyplomów • Uczniowie nie zyskują takiej samej pewności siebie jak w przypadku edukacji formalnej
Edukacja nieformalna	• Umożliwia naukę w sposób podświadomy • Naturalny i trwający całe życie proces samokształcenia, który można wypracować w dowolnym czasie i miejscu • Brak konkretnego programu nauczania • Stosuje różne techniki • Nieuporządkowana i nieplanowana – nie ma wymagań dotyczących konkretnego przedmiotu czasowego	• Nieuporządkowana forma może skutkować dezinformacją • Brak ścisłego harmonogramu lub przedmiotu czasowego • Brak dyscypliny i właściwego podejścia uczniów • Bardzo trudne do przewidzenia wyniki • Stosowane techniki mogą być nieodpowiednie albo pozbawione sensu

Chociaż wszystkie typy edukacji uwzględniają cenne techniki, niektóre z nich są bardziej przydatne od innych. W celu podjęcia decyzji, który typ oraz zakres szkolenia najbardziej odpowiadają rodzicom, odpowiedz sobie na poniższe pytania:

- Kim są rodzice? Jakie mają wykształcenie? Czy wykazują jakieś cechy wspólne?
- Jaki jest poziom umiejętności cyfrowych uczniów? Jakie urządzenia cyfrowe są im znane, a jakimi posługują się ich dzieci?
- Do czego masz dostęp? (np. przestrzeń, łącze internetowe, rzutnik, materiały biurowe, techniczne itp.)

- Jakiego rodzaju informację chcesz przekazać? Czy przekazujesz wiedzę teoretyczną (np. definicje, zasady itp.) albo czy jesteś zainteresowany/a pomaganiem rodzicom w rozwijaniu określonych umiejętności (np. korzystanie z oprogramowania, zdolności komunikacyjne itp.)
- Ile czasu poświęcisz na proces samokształcenia? Czy szkolenie zakończy się pojedynczą sesją czy serią szkoleń? Jak często odbywają się sesje?

Kilka dodatkowych wskazówek, które pomogą Ci podjąć decyzję...

- Choć nie ma niczego złego w postrzeganiu tych metodologii jako odrębnych, tak naprawdę niczym specjalnie się nie różnią, ponieważ są częścią ciągłego procesu, który obejmuje zarówno edukację formalną jak i nieformalną (Rogers, 2004). Dlatego istnieje duże prawdopodobieństwo, że szkolenie obejmuje wiele elementów zaczerpniętych z różnych metodologii. Na przykład prezentacja informacji teoretycznych (formalnych) może zostać wykonana w sposób bardziej interaktywny bądź empiryczny.
- Niektórzy uczniowie w zależności od indywidualnych potrzeb dotyczących metod nauki oraz cech osobistych, mogą wykazywać preferencje w stosunku do pewnych metodologii. Dobrym sposobem na dotarcie do jak największej liczby uczniów może okazać się uwzględnienie różnego typu zajęć.
- W trakcie szkolenia może pojawić się konieczność dostosowania swojej metodologii do opinii i reakcji grupy.



Przygotowanie szkolenia: Plan krok po kroku

Skuteczne szkolenie, które wywiera duży wpływ na uczniów, wymaga dokładnego planu działania i przygotowania. Model ADDIE (akronim słów „Analysis Design Development Implementation and Evaluation” – „analiza, projektowanie, tworzenie, implementacja i ewaluacja”) wpływa na proces przygotowywania szkolenia. Fazy zdefiniowane przez model ADDIE nie zawsze są uporządkowane, ponieważ często się pokrywają i powinny być systematycznie weryfikowane w oparciu o aktualną ocenę. Ponadto, proces ten powinien wpływać na plan szkolenia na poziomie mikro i makro, czyli przy planowaniu pojedynczej sesji albo serii szkoleń (ELearning Infographics, 2017).

FAZA 1 ANALIZA

Cele szkolenia:

- Jakiej wiedzy i/lub umiejętności potrzebują uczestnicy i co zapewnia szkolenie? (np. „rodzice nie są świadomi potencjalnych zagrożeń związanych z korzystaniem z mediów społecznościowych”)
- Jakie będą następstwa pomyślnego ukończenia kursu? (np. „poprawa kompetencji cyfrowych”, „umiejętności w zakresie wychowania dzieci w związku z edukacją cyfrową” itp.)

Charakterystyka odbiorców

Szkolenie rodziców należy przygotować z uwzględnieniem następujących reguł dotyczących dorosłych uczniów, które zostały przedstawione przez Malcoma Knowlesa, wybitnego teoretyka kształcenia dorosłych.

Ludzie w miarę dojrzewania stają się bardziej samodzielni

Nabierają doświadczenia i uczą się

Chęć zdobywania wiedzy wpływa na kształtowanie poszczególnych ról społecznych.

W trakcie nauki przywiązują większą wagę do rozwiązania problemu niż do przedmiotu (Knowles, 1980)

Jak opisaliśmy w module 5, podczas procesu identyfikacji grupy docelowej należy wziąć pod uwagę następujące pytania:

- Kim są uczestnicy, co już wiedzą na dany temat, jakie mają w nim doświadczenie?
- Jakie mają doświadczenie edukacyjne, społeczno-ekonomiczne i kulturowe?
- Dlaczego biorą udział w szkoleniu? Jaka jest ich motywacja? Czy prosili o to szkolenie? Czy udział jest dobrowolny czy obowiązkowy?

Wymagane materiały:

- Jakie materiały, obiekty, osoby itd. są dostępne ?
- W oparciu o wybraną metodologię i dostępne zasoby, jakie formy przekazu mogą zostać zastosowane? (np. prezentacja, praktyczne ćwiczenia, gry, symulacje, plansze)

FAZA**2****PROJEKTOWANIE****Strategie szkolenia:**

- Jakie konkretne i mierzalne działania umożliwią uczniom osiągnięcie celów szkolenia? (np. „oglądanie 15-minutowego filmu informacyjnego, porównywanie różnych źródeł informacji cyfrowych” itp.)

Założenia kształcenia:

- W jaki sposób założenia kształcenia wpływają na jego przebieg?
- Różne szkolenia powinny być przygotowane w taki sposób, żeby uczniowie mogli zdobywać nową wiedzę i umiejętności (np.: „Gdy rodzice nie są wystarczająco zaznajomieni z technologiami cyfrowymi, pierwsze zajęcia powinny być poświęcone uzupełnieniu ich wiedzy i umiejętności w tym zakresie”)

Strategie badawcze:

- W jaki sposób uczniowie otrzymają informację zwrotną na temat swoich postępów w osiąganiu celów kształcenia? (np. ocena z testu, grupy refleksyjne, opinie innych)

FAZA**3****TWORZENIE****Zasoby edukacyjne:**

- Materiały i ćwiczenia, które zostaną wykorzystane w module szkoleniowym, są opracowywane z uwzględnieniem treści, wybranych strategii i dostępnych środków przekazu (np. prezentacje, dokumenty informacyjne, gry itp.)

Zatwierdzenie i weryfikacja materiałów:

- Materiały i działania są sprawdzane i wdrażane.

FAZA

4

WDROŻENIE

Czynniki przygotowawcze:

- Czy pomoce są dostępne i istnieje możliwość skorzystania z nich? (np. sala komputerowa z dostępem do Internetu; inne urządzenia cyfrowe; biała tablica; głośniki; oprogramowanie itp.)
- Czy otoczenie jest dostosowane do wymogów szkolenia? (np. odpowiednie oświetlenie; aranżacja przestrzeni itp.)

Wdrożenie

- Szkolenie powinno przebiegać zgodnie z planem oraz uwzględniać niezbędne modyfikacje zgodnie z reakcjami i opiniami uczniów.

FAZA

5

EWALUACJA

Ewaluacja to proces, który odbywa się w trakcie całej procedury planowania i implementacji szkolenia. Może być wdrożona przed, w trakcie i/lub po szkoleniu.

Istnieją różne sposoby i metody przeprowadzania ewaluacji, których celem jest ocena:

1. Satysfakcji uczniów. Przykłady: dyskusja grupowa, formularze ewaluacyjne.
2. Wiedzy oraz umiejętności zdobytych przez uczniów. Przykłady: test wiedzy, kwestionariusz samooceny.
3. Wykorzystania przez uczniów nowo zdobytej wiedzy i umiejętności w sytuacjach z życia wziętych. Przykłady: ćwiczenia praktyczne i obserwacje, ćwiczenia symulacyjne.

Jak przygotować szkolenie - przykład

Po omówieniu w teorii głównych etapów przygotowania szkolenia, przyjrzyjmy się przykładowemu pięciodniowemu szkoleniu, które możemy przeprowadzić z rodzicami na podstawie materiałów edukacyjnych zawartych w Podręczniku. Program ten zawiera cele, założenia i efekty kształcenia oraz wstępny program.

PRZYKŁADOWE SZKOLENIE – BYCIE RODZICEM W ŚWIECIE TECHNOLOGII		
CEL	ZAŁOŻENIA	EFEKTY KSZTAŁCENIA
„Szkolenie to ma na celu zwiększenie umiejętności cyfrowych rodziców, aby wspierać ich w tworzeniu zdrowszych relacji z dziećmi w zakresie korzystania z technologii”.	Celem szkolenie jest przede wszystkim: • Podkreślenie znaczenia edukacji cyfrowej. • Rozwijanie wiedzy i umiejętności rodziców, aby mogli skuteczniej kierować dziećmi w korzystaniu z technologii cyfrowych. • Rozwijanie umiejętności rodziców w zakresie edukacji medialnej w rodzinie, aby mogli stosować ją w życiu codziennym.	Po pomyślnym ukończeniu tego szkolenia, rodzice będą potrafili: • Stosować podstawowe zasady netykiety • Rozpoznawać zagrożenia, jakie dzieci mogą napotkać w Internecie • Stosować techniki kontroli rodzicielskiej • Uczyć dzieci, jak rozróżniać źródła wiarygodne od tych wprowadzających w błąd.

PROGRAM SZKOLENIA

Dzień 1		Dzień 2		Dzień 3		Dzień 4		Dzień 5	
Szacowany czas	Temat	Szacowany czas	Temat	Szacowany czas	Temat	Szacowany czas	Temat		Temat
30 min	Poznajmy się: zabawa integracyjna	20 min	Ćwiczenie na rozgrzewkę	20 min	Ćwiczenie na rozgrzewkę	20 min	Ćwiczenie na rozgrzewkę	20 min	Ćwiczenie na rozgrzewkę
30 min	Prezentacja programu szkolenia	2 godz.	Szukanie źródeł w Internecie: Teoria	2 godz.	Promowanie równowagi cyfrowej: Teoria	2 godz.	Wsparcie dla rodziców: Teoria	20 min	Podsumowanie poprzednich dni szkolenia
2 godz.	Zaangażowanie rodziców: Teoria	1 godz.	Szukanie źródeł w Internecie: Ćwiczenia praktyczne	1 godz.	Promowanie równowagi cyfrowej: Ćwiczenia praktyczne	1 godz.	Wsparcie dla rodziców: Ćwiczenia praktyczne	2 godz.	Zastanówmy się: Jak rodzice mogą aktywnie włączyć się w cyfrowe życie swoich dzieci?
Przerwa na lunch (1 godzina)									
1 godz.	Zaangażowanie rodziców: Ćwiczenia praktyczne	1 godz.	Dyskusja i refleksja	1 godz.	Dyskusja i refleksja	1 godz.	Dyskusja i refleksja	1 godz.	Dyskusja i podsumowanie
1 godz.	Dyskusja i refleksja	15 min	Ewaluacja i podsumowanie	15 min	Ewaluacja i podsumowanie	15 min	Ewaluacja i podsumowanie	20 min	Ewaluacja końcowa
15 min	Ewaluacja i podsumowanie	KONIEC W DNIACH 2-4						15 min	Certyfikaty i zakończenie szkolenia

Przejdź do następnego, a zarazem ostatniego modułu tego Podręcznika, żeby dowiedzieć się więcej na temat narzędzi i metod oceny.

Czy wiesz, że...?

#Digital parents – „cyfrowi rodzice”

Dzieci często przerastają swoich rodziców w zakresie umiejętności cyfrowych, a rodzice nie są wystarczająco zorientowani, żeby dać im niezbędne wskazówki umożliwiające bezpieczne korzystanie z dostępnych narzędzi cyfrowych.

Studium przypadku autorstwa Hébert i in. (2020) miało na celu poprawę umiejętności cyfrowych niewielkiej grupy rodziców z mniejszości rasowych, którzy w ramach 10-tygodniowych warsztatów na temat kompetencji cyfrowych, zaznajomili się z przekazanymi cyfrowo praktykami stosowanymi w klasie przez ich dzieci. Badanie wykazało, że rodzice poprawili swoje umiejętności i nabrali większej wprawy w stosowaniu aplikacji, z których korzystają ich dzieci w klasie. Ponadto, wspólne tworzenie cyfrowej historii zachęcało do międzypokoleniowego uczenia się, tworzenia „wspólnych opowiadań, ukazujących życie i zainteresowania rodzin oraz czas spędzony wspólnie w środowisku szkolnym, który wypełnia lukę między szkołą a domem”.

Źródło

Hébert, C., Thumlert, K. i Jenson, J. (2020) '#Digital parents: Intergenerational learning through a digital literacy workshop', Journal of Research on Technology in Education, s. 1-58.



Lista kontrolna podczas Twojego szkolenia.

Poniższe ćwiczenie przedstawia informacje zawarte w modułach 5 i 6.

Przygotowanie stanowi klucz do sukcesu. Poniższy model zawiera listę podstawowych elementów, nad którymi musisz się zastanowić organizując szkolenie. Upewnij się, że wzięłeś/wzięłaś je wszystkie pod uwagę i dostosuj je do osoby, z którą zamierzasz się spotkać oraz do zadań, dostępnych pomocy i możliwości.

- Informacje o uczestnikach: imię i nazwisko, dane kontaktowe oraz powód uczestnictwa. Czy znałeś/łaś wcześniej uczestników? Jakim typem uczniów są uczestnicy? Czy wykazują jakieś znaki szczególne albo zalety, nad którymi należy się zastanowić?
- Cel: zdefiniuj swoją myśl przewodnią – jaki jest ogólny cel realizacji tego szkolenia?
- Cele kształcenia: w jaki sposób zostanie osiągnięty cel Twojego szkolenia? Jakie metody i ćwiczenia należy zastosować?
- Efekty kształcenia: co uczniowie będą w stanie osiągnąć dzięki przekazanej im wiedzy lub umiejętnościom? Jakie korzyści materialne i niematerialne płyną z tego szkolenia?
- Czas: w jaki dzień i o jakiej porze najlepiej spotkać się z uczniami? Ile czasu potrzebujesz na wdrożenie szkolenia?
- Sala szkoleniowa: czy potrzebujesz uniwersalnej przestrzeni czy sala powinna posiadać określone udogodnienia? Jakich środków albo materiałów będziesz potrzebować? Czy pomieszczenie znajduje się w cichej okolicy, z wystarczającą ilością światła i świeżego powietrza? Czy zaoferujesz jedzenie albo napoje?

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie lub z innym trenerem

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Organizacja szkolenia skierowanego do rodziców obejmuje szereg etapów, które należy wziąć pod uwagę.
- Na każdym z tych kroków planowania szkolenia należy wykonać określone zadania.
- Istnieją trzy główne typy edukacji: formalna, nieformalna i pozaformalna. Każdy typ wiąże się z konkretnymi technikami i służy osiągnięciu różnych celów.
- Trenerzy powinni umieć wybrać najwłaściwszą metodologię w trakcie przeprowadzania szkolenia, która będzie zgodna z jego ogólnymi celami oraz cechami uczniów i ich umiejętnościami.

Questions for reflection

- Jakie są główne różnice między edukacją formalną, nieformalną i pozaformalną?
- Co powinienem/powinnam zrobić w przypadku, gdy grupa uczniów będzie wykazywać odmienne poziomy kompetencji cyfrowych albo innych, powiązanych umiejętności?
- W jaki sposób starałbym/starałabym się podtrzymać motywację i zainteresowanie uczniów przed i w trakcie szkolenia?



MODUŁ 7: Ocena

W skrócie

Ostatni moduł tego Podręcznika poświęcony jest różnym procedurom oceny i ewaluacji szkolenia, które trenerzy mogą stosować przed, w trakcie i po sesji szkoleniowej. Prezentuje techniki do przeprowadzenia właściwej ewaluacji, która pozwala trenerom ocenić skuteczność programu szkoleniowego, dostosować swoje metody pracy i udoskonalić strategię.

W tym module trenerzy dowiedzą się na temat:

- Sensu i znaczenia oceny
- Narzędzi i metod oceny szkoleń
- Czterech poziomów oceny efektywności szkolenia według Kirkpatricka
- Narzędzi cyfrowych i metod zbierania informacji zwrotnych

Czas zacząć!

Teraz, gdy wiemy już krok po kroku, jak skutecznie zorganizować szkolenie, warto zastanowić się nad **ewaluacją i oceną** oraz nad tym, jak skutecznie stosować metody monitorowania przed, w trakcie i po zakończeniu procesu kształcenia.

Ale co naprawdę oznacza ta „ewaluacja”?

W skrócie, ocena jakości szkolenia oznacza ustalenie, jak szkolenie jest postrzegane przez jego uczestników, co można w nim zmienić lub poprawić. Dostarcza informacji o poziomie zadowolenia z różnych aspektów szkolenia, w tym metod pracy, trenerów, organizacji i zaspokajania potrzeb uczestników (Łaguna, 2004). W naszym przypadku monitorowanie szkoleń z rodzicami pomoże w:

- stworzeniu bardziej efektywnych ścieżek edukacyjnych i przestrzeni do dyskusji
- zwiększeniu zaangażowania rodziców
- wykryciu potencjalnych słabości, które mogą mieć wpływ na mediację cyfrową z dziećmi

Oznacza to, że ewaluacja ocenia stopień, w jakim:

1. szkolenie spełniło swoje cele oraz,
2. jego uczestnicy podnieśli poziom swoich kompetencji

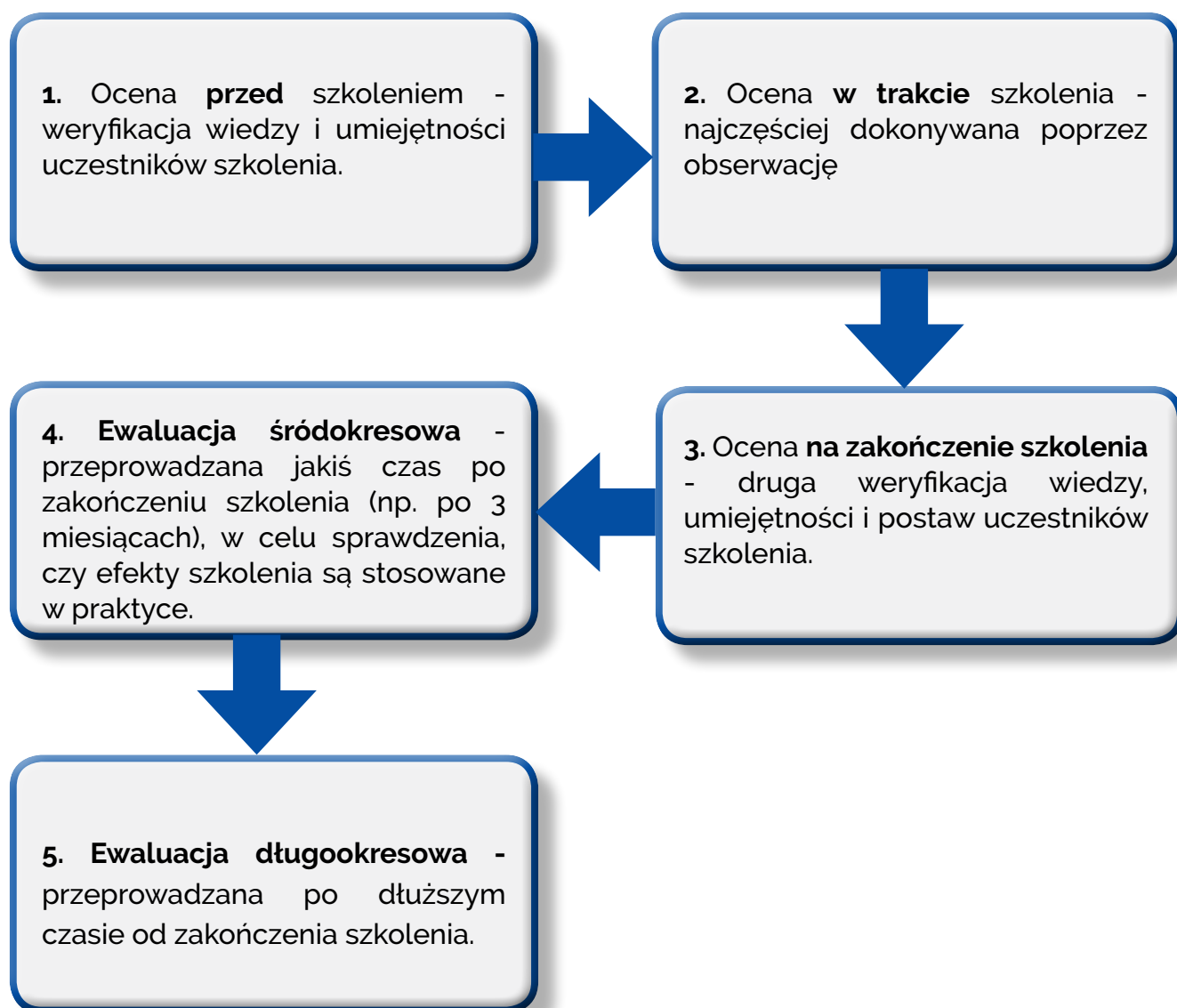
Ocena może być przeprowadzona przez uczestników szkolenia (aby ocenić trenerów), jak również przez trenerów i ich asystentów (aby ocenić uczestników szkolenia). Istnieje wiele narzędzi, które można wykorzystać w celu przeprowadzenia procesu ewaluacji. **Do najpopularniejszych narzędzi służących do ewaluacji szkoleń należą:**

- Ankiety
- Testy
- Kwestionariusze
- Obserwacja (w trakcie szkolenia, po szkoleniu)
- Indywidualne podsumowanie efektów uczenia się
- Wywiad

Ewaluacja może mieć miejsce na wszystkich etapach szkolenia - **PRZED, W TRAKCIE i PO**. Na przykład kwestionariusze/ankiety mogą być dostarczane po zakończeniu szkolenia lub w formie codziennego podsumowania i oceny zadowolenia uczestników (zebranie ich wypowiedzi i opracowanie grafiki do przedstawienia wyników oceny).

Leslie Rae (2006) zaproponował pięcioetapowy model oceny efektywności szkolenia. Na każdym z tych etapów można zastosować różne metody oceny, co przedstawiono poniżej:





Pierwsze trzy etapy można przeprowadzić w odniesieniu do szkolenia, które zostało zakończone lub jest w toku, natomiast dwa ostatnie etapy mają zastosowanie wyłącznie do szkolenia, które zostało zakończone. Ewaluacja **na dwóch ostatnich etapach** jest jednak możliwa również wtedy, gdy trener chce zrealizować działania po zakończeniu szkolenia i/lub nawiązać bieżący kontakt z rodzicami - uczestnikami szkolenia w zakresie korzystania z urządzeń elektronicznych przez ich dzieci (za pomocą np. krótkiej ankiety, wywiadu, rozmowy na temat stopnia wdrożenia umiejętności nabytych podczas szkolenia i ich skuteczności).

Ewaluacja własnych osiągnięć - uczenie się na błędach i doświadczeniach

Zakończenie szkolenia nie powinno oznaczać zakończenia procesu szkoleniowego. Oprócz oceny i analizy zebranych danych, trenerzy muszą analizować swoje metody i techniki. Oznacza to otwartość na otrzymywanie informacji zwrotnej od uczestników szkolenia oraz asystenta trenera lub prowadzącego, a także umiejętność autorefleksji i obiektywnego spojrzenia na siebie.

Pamiętaj: Tylko świadomość własnych ograniczeń pozwala na pracę nad nimi. Uczenie się na doświadczeniach i błędach to jedna z najważniejszych umiejętności trenera.

Istotne jest, aby podsumowanie szkolenia dokonywane przez szkoleniowca opierało się np. na profilu kompetencyjnym szkoleniowca lub wcześniej opracowanym arkuszu samoobserwacji. Uczestnicy szkolenia – rodzice – mogą być pytani o **sposób podejścia trenera do pracy, stosowane metody szkoleniowe**, przekazywane treści, życzliwość itp. Trener powinien zadbać o to, by w kwestionariuszu znalazły się nie tylko pytania zamknięte (np. ze skalą ocen), ale także **pytania otwarte**, pozwalające rodzicom na swobodne wyrażenie opinii o pracy trenera.

PYTANIA OTWARTE VS. PYTANIA ZAMKNIĘTE - PRZYKŁADY	
Pytania otwarte	Pytania zamknięte
Co Ci się podobało w tym szkoleniu?	Czy ogólnie rzecz biorąc, jesteś zadowolony/a z tego szkolenia? (tak/nie)
Co Ci się nie podobało w tym szkoleniu?	Czy to szkolenie spełniło Twoje oczekiwania (tak/nie)
Jak Twoim zdaniem można udoskonalić to szkolenie?	Jak bardzo jesteś zadowolony/a z tego procesu? (pytanie w skali Likerta z możliwością wyboru)
Co chciałbyś/chciałabyś przekazać trenerowi?	Czy poleciałbyś/poleciałabyś to szkolenie komuś innemu? (tak/nie)

A co z mniej doświadczonymi trenerami?

Mniej doświadczonym trenerom zaleca się korzystanie z superwizji - superwizja jest ważnym elementem rozwoju trenera. Jest okazją do doskonalenia kompetencji trenerskich, poszerza zrozumienie sytuacji, która ma miejsce na sali szkoleniowej. Daje również możliwość uwolnienia emocji związanych z trudnymi sytuacjami i zadbania o własną higienę psychiczną. Trener może wykorzystać (Matras i Żak, 2018):

1. **Superwizję partycypacyjną** - opiekun obserwuje pracę trenera
2. **Superwizję pośrednią** (opiekun nie bierze udziału w szkoleniu, trener opisuje, co się działo podczas szkolenia)
3. **Superwizję grupową/partnerską** (spotkanie kilku trenerów omawiających trudności swoich kolegów).

Metody oceny szkoleń

Uważna obserwacja uczestników szkolenia – ich reakcji na proponowane metody szkoleniowe, zaangażowanie w realizację celów szkolenia itp. jest niezwykle ważną umiejętnością trenera. Trener powinien na bieżąco analizować poziom zmęczenia i aktywności uczestników szkolenia oraz atmosferę emocjonalną w grupie (reakcje emocjonalne uczestników, opór wobec zmian, ich tempo pracy). Tego rodzaju umiejętność pozwala na wprowadzanie zmian i podejmowanie odpowiednich działań przez trenera, które mają wpływ na przebieg pracy grupowej lub odnoszą się do metodyki prowadzenia szkolenia.

Ponadto obserwacja powinna zachęcać trenera do elastycznego podejścia do zaplanowanego scenariusza szkoleniowego i jego modyfikacji, aby osiągnąć zaplanowane cele szkoleniowe i dostosować metody szkoleniowe do potrzeb i odczuć uczestników.

Na zakończenie szkolenia trener może poprosić wszystkich uczestników o podsumowanie sesji i udzielenie odpowiedzi na jedno pytanie dotyczące treści szkolenia i drugie dotyczące sposobu jego przeprowadzenia, np.:

- Jakie przemyślenia, refleksje masz po dzisiejszym szkoleniu?
- Jaka jest najważniejsza rzecz, której się nauczyłeś/łaś?
- Jakie jest najważniejsze pytanie, które nasuwa Ci się po dzisiejszym szkoleniu?
- Jaką wiedzę i umiejętności, które dziś zdobyłeś/łaś, wykorzystasz w wychowywaniu dzieci?
- Co pomogło Ci w nauce?
- Czego chciałbyś/chciałabyś się dowiedzieć od trenera w kolejnych dniach szkolenia/na kolejnych zajęciach?
- Jaka oceniasz zaplecze szkoleniowe (np. sala, catering)?

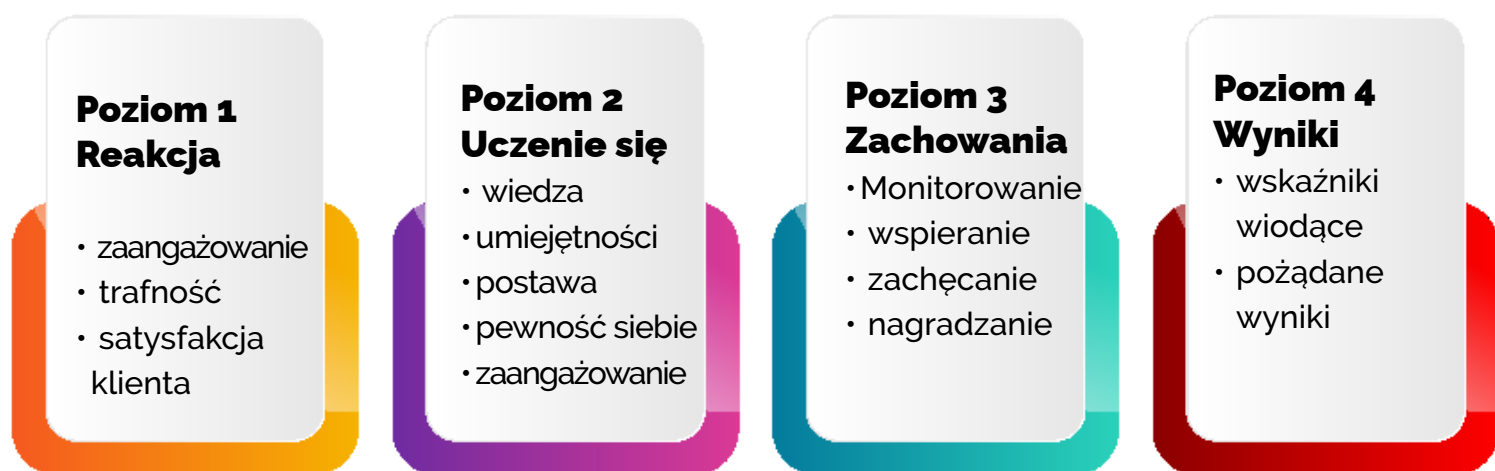
Ocena ta może być również przeprowadzona w **formie graficznej**. Przykładowo, uczestnicy szkolenia zaznaczają na kartkach poziom swojego zadowolenia z danej części szkolenia, wykorzystując obrazek termometru i zamalowując na nim skalę od 0 do 100°C (im więcej stopni, tym większe zadowolenie) oraz podają krótkie uzasadnienie. Każdy uczestnik może powiesić



Nowy Model Kirkpatricka

4 poziomy oceny efektywności szkolenia wg Kirkpatricka

W 1950 roku Donald Kirkpatrick zaproponował 4-poziomowy model oceny efektywności szkolenia (Kirkpatrick, 1994), który został rozwinięty przez jego syna Jima Kirkpatricka i zatytułowany "The New World Kirkpatrick Model" (Nowy Model Kirkpatricka) (Kirkpatrick Partners, 2021). Model ten sprecyzował i zaktualizował pierwotne cztery poziomy oceny szkolenia:



POZIOM 1: REAKCJA

Na pierwszym poziomie oceniamy, w jakim stopniu uczestnicy pozytywnie zareagowali na szkolenie. W procesie ewaluacji pytamy o ich zadowolenie i zaangażowanie w działanie szkoleniowe, a także o trafność szkolenia (w jakim stopniu zastosują to, czego się nauczyli). Ten etap ewaluacji może być przeprowadzony za pomocą kwestionariusza, który uczestnicy anonimowo wypełniają na zakończenie szkolenia.

POZIOM 2: UCZENIE SIĘ

Na drugim poziomie oceniamy, w jakim stopniu uczestnicy dzięki udziałowi w szkoleniu nabyli wiedzę, umiejętności, nastawienie i pewność siebie. Ewaluacja na tym poziomie może być dokonywana za pomocą testów wiedzy lub odgrywania ról przez samych uczestników szkolenia, np. symulacja rozmowy z dzieckiem na temat ograniczenia korzystania z urządzeń elektronicznych.

POZIOM 3: ZACHOWANIA

Trzeci poziom dotyczy pozyskiwania informacji na temat stopnia, w jakim uczestnicy stosują wiedzę/umiejętności nabyte podczas szkolenia, po upływie dłuższego czasu. W ten sposób poziom trzeci pozwala ocenić, czego uczestnicy nauczyli się podczas szkolenia. Ewaluacji na tym poziomie można dokonać przeprowadzając wywiad lub wysyłając ankietę do rodziców np. po 3 miesiącach od zakończenia szkolenia, zadając pytania o wykorzystanie poznanych narzędzi i technik oraz ich skuteczność w edukacji dzieci w zakresie odpowiedzialnego korzystania z urządzeń elektronicznych.

POZIOM 4: WYNIKI

Czwarty, czyli ostatni poziom pozwala ocenić, w jakim stopniu udało się osiągnąć oczekiwane rezultaty szkolenia. Poziom ten obejmuje ocenę zmian w zachowaniu rodziców i sposobie korzystania przez nich z urządzeń cyfrowych. Ten poziom ewaluacji uważany jest za ostatni, realizowany po zakończeniu szkolenia (Kurt, 2016).

Należy podkreślić, że choć ewaluacja na pierwszym i drugim poziomie jest stosunkowo łatwa do przeprowadzenia (odbywa się najczęściej w ostatnich minutach szkolenia), to ewaluacja na trzecim i czwartym poziomie wymaga stałego kontaktu z rodzicami, ich gotowości do rozmowy o podjętych działaniach i obserwacjach w zachowaniu i działaniach dzieci.

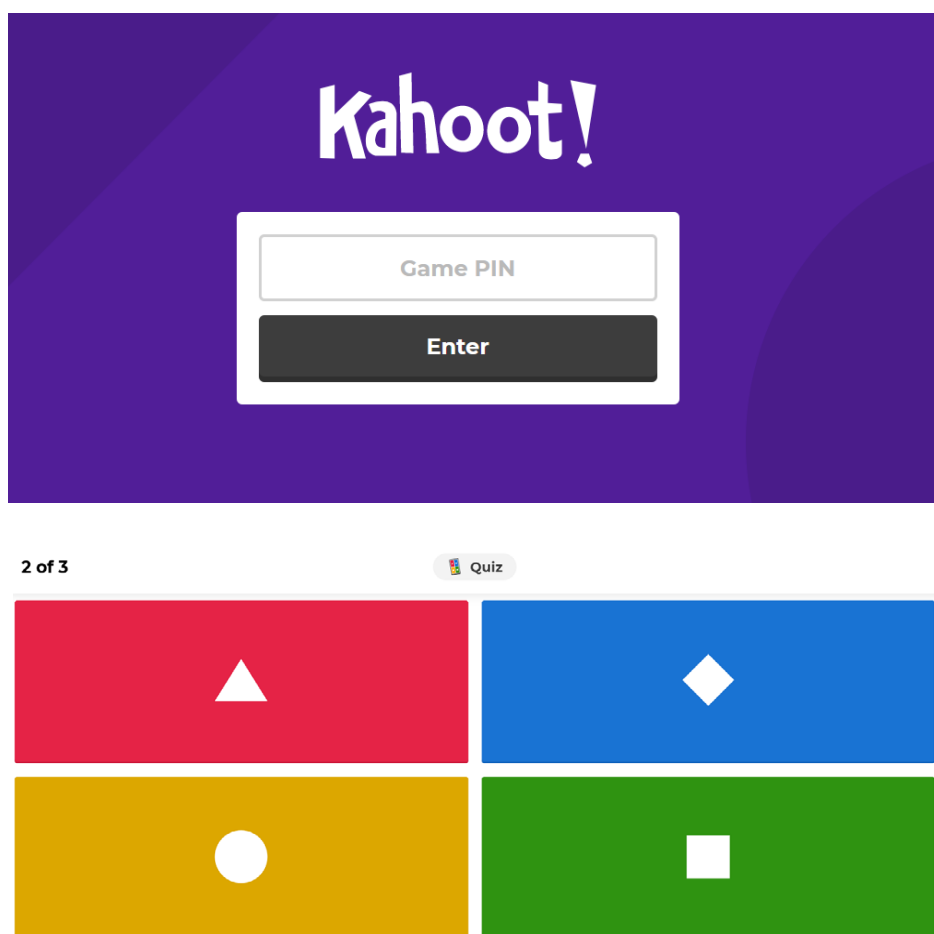
Narzędzia cyfrowe i metody zbierania informacji zwrotnych

Ewaluacja szkolenia może być dokonywana za pomocą różnych metod i narzędzi cyfrowych, z których te ostatnie są obecnie coraz częściej wykorzystywane. Poniżej przedstawiamy cztery darmowe narzędzia cyfrowe, które mogą być wykorzystane podczas szkolenia z rodzicami do ewaluacji procesu szkoleniowego i zebrania ich opinii. Są to bardzo elastyczne aplikacje, ponieważ można z nich łatwo korzystać zarówno w kontakcie bezpośrednim, jak i przez telefon czy Internet.

Przeanalizujmy te pomoce cyfrowe jedno po drugim:

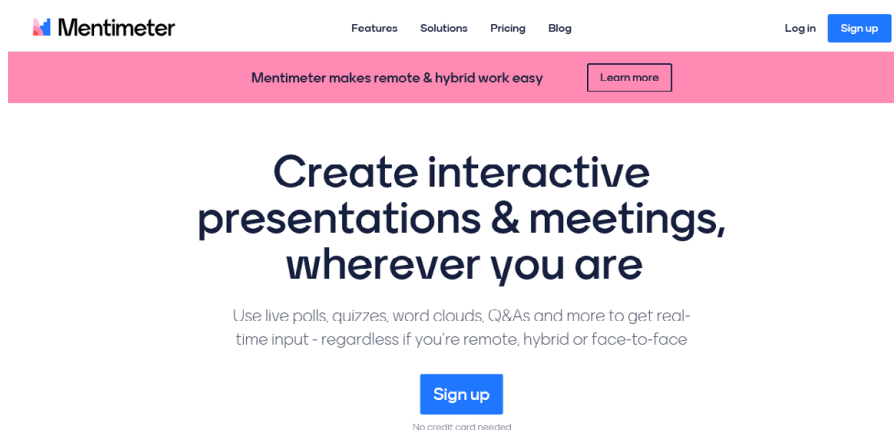
1. Kahoot (www.kahoot.it lub www.kahoot.com)

Jest to platforma internetowa służąca do tworzenia **quizów** i **ankiet**. Po zalogowaniu się na platformie trener może przygotować ankietę ewaluacyjną. W trakcie szkolenia uczestnicy wchodzi na stronę www.kahoot.it i wpisują podany przez trenera kod PIN (przypisany automatycznie do danej ankiety). Po rozpoczęciu quizu lub ankiety uczestnicy muszą odpowiadać na pytania, klikając na ikony z kolorami i kształtami. Im szybciej uczestnicy odpowiedzą, tym więcej dostaną punktów! Odpowiedzi przypisane do ikonki widoczne są na panelu trenera i powinny być wyświetlane na rzutniku.



2. Mentimeter (www.mentimeter.com)

Platforma online, która oferuje kilka rodzajów prezentacji i pozwala na zbieranie informacji zwrotnych od uczestników szkolenia. Po wpisaniu kodu na stronie uczestnicy mogą odpowiadać na swoich smartfonach na pytania przygotowane przez trenera. Platforma umożliwia wprowadzanie tekstu w wielu formach - pytania otwarte, pytania wielokrotnego wyboru, hierarchizację odpowiedzi, ocenę na skali itp. System podsumowuje odpowiedzi uczestników, które trener może następnie im wyświetlać.



3. AnswerGarden (www.answergarden.ch)

Jest to proste narzędzie służące do zbierania odpowiedzi od uczestników, które nie wymaga tworzenia konta. Wystarczy wejść na stronę i wpisać pytanie, określić długość odpowiedzi (20 lub 40 znaków) i kliknąć przycisk „Create” na dole strony. Zostanie utworzone okno, gdzie uczestnicy będą mogli anonimowo wprowadzać swoje odpowiedzi.

Ich odpowiedzi pojawią się w postaci chmurki. Identyczne odpowiedzi są sumowane - im więcej takich samych zdań się pojawi, tym ich czcionka staje się większa.

The image shows a screenshot of the AnswerGarden web interface. At the top, there is a dark blue header with the 'AnswerGarden' logo and four icons: a plus sign, a magnifying glass, a heart, and a question mark. Below the header is a light gray box containing the text 'Training was:'. Underneath this text is a text input field with the placeholder 'Type your answer here...'. To the right of the input field is a 'Submit' button. Below the input field, it says '20 characters remaining'.

4. Formularze Google (<https://www.google.com/forms/about/>)

Kto nie zna Google!? Jest to prosty system ankietowy powiązany z kontem Gmail. Pozwala na tworzenie ankiet online z wieloma formatami odpowiedzi (np. pytania otwarte, pytania w skali Likerta, pytania wielokrotnego wyboru itp.) Odpowiedzi respondentów zapisywane są na koncie administratora (twórcy ankiety), w formie graficznej oraz w arkuszu danych.

Wystarczy wejść na stronę i utworzyć nowy formularz; Google pozwala na stworzenie **pustego formularza**, w którym można opracować pytania od podstaw, lub wybrać z **różnych szablonów** z gotowymi pytaniami, w zależności od okazji i celu (np. ocena, informacja zwrotna na koniec). Po utworzeniu formularza, możesz podzielić się nim z uczestnikami szkolenia poprzez skopiowanie nieedytowalnego adresu URL (kliknij ikonę "Podgląd", aby go wygenerować). *Uważaj, aby nie udostępniać adresu URL do edycji, w przeciwnym razie uczestnicy będą mogli edytować formularz i zobaczyć odpowiedzi innych użytkowników!*

The screenshot displays the Google Forms creation interface. At the top, the title 'Untitled form' is visible along with a status 'All changes saved in Drive'. The main workspace is divided into a header section for the form title and description, and a question editor. The question editor shows a 'Multiple choice' question type with one option, 'Option 1', and a prompt to 'Add option or add "Other"'. A 'Required' toggle switch is located at the bottom right of the question editor. On the right side, there is a vertical toolbar with icons for adding new questions, sections, text, images, videos, and links. The top navigation bar includes tabs for 'Questions' and 'Responses', and a 'Send' button.

Czy wiesz, że...?

Model ewaluacji CIPP

Model CIPP (Context, Input, Process, Product) opracowany przez Daniela Sufflebeama przedstawia ewaluację opartą na 4 wymiarach: **Kontekst** (cele) - **Wkład** (plan osiągnięcia celów) - **Proces** (rezultaty uzyskane dzięki realizacji planów) - **Produkt** (Stufflebeam, 2003). Matthews i Hudson (2001) opisali zasady i przykłady ewaluacji szkoleń z udziałem rodziców w oparciu o model CIPP. Ewaluacja powinna być przeprowadzona **przed, w trakcie i po szkoleniu** z rodzicami. W przypadku szkolenia rodziców ważne są treści programowe warsztatów i skuteczne metody szkoleniowe, a ewaluacja powinna opierać się na wskaźnikach zachowań rodziców i dzieci. Więcej informacji o tym, jak zaadaptować model CIPP do szkolenia rodziców, można znaleźć w artykule Matthews i Hudsona.

Cele

Beneficjenci
Potrzeby
Zasoby
Problemy
Kontekst
Środowisko

Ocena kontekstu

Plany

Zainteresowane strony
Strategie
Budżet
Zasięg
Badania

Ocena wkładu

Ocena produktu

Wyniki

Wpływ
Efektywność
Możliwość transportu
Zrównoważony rozwój
Dostosowanie

Ocena procesu

Działania

Opracowanie
Wdrażanie
Monitorowanie
Informacje zwrotne

Źródło:

Matthews, J. M., & Hudson, A. M. (2001). Guidelines for Evaluating Parent Training Programs. *Family Relations*, 50(1), 77–86.

Źródło zdjęcia:

Sufflebeam, D. L. (2003) 'The CIPP Model for Evaluation', in Kellaghan, T. and Sufflebeam, D. L. (eds.) Springer international handbooks of education: International handbook of educational evaluation. Dordrecht, Boston: Kluwer Academic Publishers.

Czas na praktykę!

Uczę się na własnych błędach

Spróbuj przypomnieć sobie i spisać kilka błędów, które popełniłeś/łaś jako instruktor w przeszłości. Opisz te sytuacje bez wyrażania emocji, z dalszej perspektywy - zapisz dokładnie, co się wydarzyło, co poprzedziło sytuację, jak się zachowałeś/łaś i jak ta sytuacja się zakończyła. Przeanalizuj te sytuacje wspólnie ze swoim superwizorem lub doświadczonym trenerem/przyjacielem i zastanów się, jak mógłbyś/mogłabyś zachować się inaczej w tych sytuacjach i jakie wnioski można wyciągnąć z tych doświadczeń dla swojego warsztatu trenerskiego.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

Bieżąca ocena moich szkoleń

Zastanów się, jakie pytania można zadać rodzicom podczas podsumowania danego modułu szkoleniowego, aby zebrać informacje na temat przydatności programu szkoleniowego i adekwatności zastosowanych przez Ciebie metod szkoleniowych (pomyśl o pytaniach innych niż zaproponowane powyżej). Zastanów się również nad graficzną metodą ewaluacji bieżącej. Podziel się swoimi pomysłami z superwizorem lub innym trenerem. Przedyskutujcie wspólnie, jak formy ewaluacji sprawdzają się podczas szkolenia z rodzicami.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

Implementing the New World Kirkpatrick Model

Zapoznaj się z tym modelem, aby uzyskać więcej informacji na jego temat i przygotuj plan oceny szkolenia dla rodziców w zakresie korzystania przez dzieci z urządzeń elektronicznych dla każdego z 4 poziomów Modelu. Zgodnie z założeniami Modelu przygotuj ankiety ewaluacyjne z poziomu 1 i 2 oraz narzędzie do oceny wiedzy i umiejętności z poziomu 2. Przygotuj narzędzia ewaluacyjne z poziomu 3 i 4 adekwatne do opracowanego planu (ankiety, szablony wywiadów, arkusze obserwacji itp.).

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

Źródła:

Kirkpatric Partners (2021) The Kirkpatrick Methodology - A Brief History. Dostępny na stronie: www.kirkpatrickpartners.com/Our-Philosophy

MindTools (2021) Kirkpatrick's Four-Level Training Evaluation Model. Dostępny na stronie: www.mindtools.com/pages/article/kirkpatrick.htm

Narzędzia cyfrowe do oceny moich szkoleń

Przed zapoznaniem się z poniższymi narzędziami:

- Kahoot
- Mentimeter
- AnswerGarden
- Formularzem Google

sprawdź, jak można wykorzystać wymienione narzędzia cyfrowe. Wybierz jedno z nich i przygotuj kwestionariusz oceny dla uczestników Twojego kolejnego szkolenia.

Mogę wykorzystać to ćwiczenie: samodzielnie

Źródła:

Kahoot: www.kahoot.it

Mentimeter: www.mentimeter.com

AnswerGarden: www.answergarden.ch

Formularze Google: www.google.com/forms/about

Przydatne poradniki (dostępne w języku angielskim)

5-minutowy przewodnik po Kahootcie: <https://www.youtube.com/watch?v=pAfnia7-rMk>

Mentimeter – poradnik: <https://www.youtube.com/watch?v=rTgo-aklzPQ>

Answer Garden - poradnik: <https://www.youtube.com/watch?v=12XKqbMngKc>

Jakkorzystać z Formularzy Google – Poradnik dla początkujących: <https://www.youtube.com/watch?v=BtoOHhA3aPQ>

W tym module dowiedzieliśmy się, że...

- Ocena szkolenia może być przeprowadzana na wielu poziomach z wykorzystaniem różnych narzędzi
- Istnieje wiele różnych modeli ewaluacji szkoleń, jednym z najczęściej stosowanych jest Nowy Model Kirkpatricka.
- Efektem szkolenia dla rodziców w zakresie korzystania z urządzeń elektronicznych przez ich dzieci powinna być widoczna zmiana w stylu wychowania i podejściu dziecka do urządzeń elektronicznych - to powinno podlegać ewaluacji.
- Wnioski z ewaluacji są pomocne w rozwoju warsztatu trenera - ważna jest samoocena pracy, uczenie się na własnych doświadczeniach i błędach.
- Podczas sesji szkoleniowej z udziałem rodziców zajmujących się korzystaniem z urządzeń elektronicznych przez ich dzieci, można przeprowadzić ewaluację z wykorzystaniem narzędzi cyfrowych.

Zastanów się...

1. Jak do tej pory wyglądała ocena mojego szkolenia dla rodziców?
2. Które z opisanych modeli, narzędzi i rozwiązań mogę zastosować do oceny moich działań szkoleniowych?
3. Które z opisanych modeli, narzędzi i rozwiązań mogę zastosować w działaniach szkoleniowych z udziałem rodziców w zakresie korzystania z urządzeń cyfrowych przez ich dzieci?



Literatura uzupełniająca

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 1			
Digital Parenting: Raising and Protecting Children in Media World	Rozdział	Tekst wyjaśnia pojęcie "cyfrowego rodzicielstwa" (ang. digital parenting), odnosząc się do różnych stylów wychowania i strategii edukacji medialnej w rodzinie oraz zachowań, które rodzice powinni wprowadzić w celu kontrolowania zachowania dzieci korzystających z mediów i Internetu.	https://www.intechopen.com/chapters/72249
Family Engagement Resources	Materiał online	Bezpłatne materiały, szablony i narzędzia dla trenerów i rodzin promujące zaangażowanie rodziny w korzystanie z technologii.	https://www.common sense.org/education/toolkit/family-engagement-resources
Parenting In the Digital Age: Positive parenting strategies for different scenarios	Przewodnik	Przewodnik online przedstawiający zrównoważony model cyfrowego rodzicielstwa, który można zastosować w różnych sytuacjach. Ma on na celu wspieranie komunikacji i zaufania między dziećmi i rodzicami.	https://rm.coe.int/publication-parenting-in-the-digital-age-2020-eng/1680a0855a
Promoting Family Engagement: Communicating with Families	Kurs online	Mini kurs online na temat tworzenia silnych relacji rodzinnych i dobrych systemów komunikacji w rodzinie, a także możliwości do dzielenia się informacjami w troskliwy, łatwy do zrozumienia sposób	https://www.virtuallabschool.org/preschool/family-engagement/lesson-3

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 2			
Certificate Resources (CC BY)	Kurs online	Specjalistyczny kurs, w którym możesz zapoznać się z organizacją Creative Commons Resources i poznasz jak wykorzystywać źródła online (jak je wyszukiwać i ponownie wykorzystywać) z poszanowaniem praw autorskich/licencji.	https://certificates.creativecommons.org/about/certificate-resources-cc-by/
Google for Education	Kurs online	Pełny kurs dedykowany edukatorom zajmującym się nauczaniem w formie zdalnej, ze szczególnym uwzględnieniem narzędzi Google Classroom.	https://skillshop.exceedlms.com/student/catalog/list?category_ids=2559-google-for-education
How To Google Like A Pro! Top 10 Google Search Tips & Tricks 2020	Filmik wideo	Filmik, który może usprawnić czytelnikom wyszukiwanie online, dzięki wykorzystaniu technik Google Search.	https://www.youtube.com/watch?v=RoDQfwc72PM
Online news reading behavior: From habitual reading to stumbling upon news	Artykuł naukowy	Badanie naukowe sprawdzające rozumienie i postrzeganie newsów przez ludzi oraz ich nawyki związane z czytaniem wiadomości w Internecie. Badanie wskazuje, że Internauci czytają wiadomości online w sposób rutynowy, bez głębszego zastanowienia się.	https://www.researchgate.net/publication/227828002-Online_news_reading_behavior_From_habitual_reading_to_stumbling_upon_news
Reading News Online: What are the important parts of an online news article?	Kurs online	Krótki bezpłatny kurs online organizowany przez Common Sense Education, mający na celu podniesienie świadomości na temat czytania newsów w Internecie i odnajdywania wiarygodnych informacji.	https://www.commonsense.org/education/digital-citizenship/lesson/reading-news-online
Safe Internet Use	Artykuł	Wskazówki i spostrzeżenia na temat skutecznego unikania ryzyka związanego z przeglądaniem informacji online, a także tego jak zapoznać się z terminologią w wyszukiwaniu online.	https://www.getsafeonline.org/personal/articles/safe-internet-use/
Scrolling news: The changing face of online news consumption	Raport z badania	Badania przeprowadzone przez Ofcom w Wielkiej Brytanii, przedstawiające szybkie tempo zmian w konsumpcji wiadomości online oraz często niewłaściwe wyobrażenia użytkowników na temat tego, jak sami „konsumują” newsy w Internecie.	https://www.ofcom.org.uk/__data/assets/pdf_file/0022/115915/Scrolling-News.pdf

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 3			
23 Great Lesson Plans for Internet Safety	Strona internetowa	Ćwiczenia dla różnych grup wiekowych poświęcone bezpieczeństwu w sieci, do wykorzystania przez nauczycieli w klasie lub dla trenerów podczas pracy z rodzicami.	https://www.commonsense.org/education/articles/23-great-lesson-plans-for-internet-safety
Digital wellbeing for you, your colleagues and students	Dokument informacyjny	Dokument informacyjny dla użytkowników opisujący równowagę cyfrową i jej aspekty, wskazówki dotyczące pozytywnych działań, jakie mogą zostać podjęte oraz dobre praktyki wspierające poszanowanie innych osób w sieci.	https://www.digitalcapability.jisc.ac.uk/what-is-digital-capability/digital-wellbeing/
Educating Parents about their Kid's Media and Technology Use	Filmik wideo	Filmik instruktażowy, w którym trener wyjaśnia rodzicom, w jaki sposób dzieci powinny korzystać z mediów i technologii.	https://www.youtube.com/watch?v=nQf5v45lfxw&t=40s
Enhancing parents' knowledge and practice of online safety	Raport	Raport z badań wskazujący, w jaki sposób młodzi ludzie są świadomi zagrożeń online oraz jakie przydatne kroki rodzice mogą wdrożyć, aby zapewnić bezpieczeństwo sobie i dzieciom.	https://researchdirect.westernsydney.edu.au/islandora/object/uws%3A27352/datastream/PDF/view
eSafety Commissioner	Strona internetowa	Strona internetowa z przydatnymi materiałami, ćwiczeniami, grami i innymi zasobami edukacyjnymi dotyczącymi bezpieczeństwa w Internecie dla trenerów i rodziców.	https://www.esafety.gov.au/watch?v=nQf5v45lfxw&t=40s
Families and screen time: Current advice and emerging research	Policy Brief	Opis polityki medialnej dotyczący rodzin i czasu spędzanego przed ekranem. Zawiera aktualne badania, źródła i zalecenia dla rodziców, rządu, organizacji pozarządowych i innych instytucji.	http://eprints.lse.ac.uk/66927/1/Policy%20Brief%2017-%20Families%20Screen%20Time.pdf
Guidelines for parents and educators on Child Online Protection	Publikacja	skazówki dla rodziców i trenerów w zakresie ochrony cyfrowej dzieci.	https://8a8e-3fff-ace4-4a3a-a495-4ea-51c5b4a3c.filesusr.com/ugd/24bbaa_f8a17ad2a-3b94490add9a586ce4b6db8.pdf

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 3			
Online safety leaflets & Resources	Strona internetowa	E-ulotki i przewodniki online na temat czasu spędzanego przed ekranem, bezpieczeństwa w Internecie i równowagi cyfrowej.	https://www.internetmatters.org/resources/esafety-leaflets-resources/
Online sexual harassment – Peer led Workshop	Pakiet	Zestaw interaktywnych warsztatów teatralnych na temat molestowania seksualnego w sieci.	https://www.childnet.com/ufiles/Peer_Led_Workshop_Step_Up_Speak_Up.pdf
Through the Wild Web Woods – Teachers Guide	Przewodnik	Przewodnik, w którym nauczyciele tłumaczą zasady działania gry internetowej „Through the Wild Web Woods”. W przewodniku opisane są informacje na temat gry i jej funkcji (np. tożsamość w sieci, uzależnienia, prywatność, bezpieczeństwo itp.).	https://rm.coe.int/CoERMPublicCommonSearchServices/DisplayDCTMContent?documentId=090000168046cc09MPublicCommonSearchServices/DisplayDCTMContent?documentId=090000168046cc09
MODUŁ 4			
20 Digital Tools for Classroom for Innovative Teachers & Students	Artykuł	W tym artykule wymienionych zostało 20 innowacyjnych narzędzi cyfrowych do wykorzystania podczas zajęć lekcyjnych, które pielęgnują odpowiedzialność, relacje i szacunek oraz mogą być używane przez trenerów i uczniów.	https://graphicmama.com/blog/digital-tools-for-classroom/
Chasing rainbows: children's well-being in a digital world	Webinarium	Webinarium dotyczące równowagi cyfrowej dzieci w świecie cyfryzacji.	https://core-evidence.eu/chasing-rainbows-childrens-well-being-in-a-digital-world/
Digital Citizenship Education Handbook	Publikacja	Poradnik online przedstawiający zasady aktywności w sieci, równowagi cyfrowej oraz „praw internetowych”	https://rm.coe.int/digital-citizenship-education-handbook/168093586f

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 4			
GOOGLE CLASSROOM TIP #17: HOW TO BOOST PARENTAL INVOLVEMENT	Artykuł	Google Classroom to bezpłatna usługa dla nauczycieli, która ułatwia i wzbogaca nauczanie i uczenie się. W poradzie nr 17 znajdziesz osiemnaście sposobów na zwiększenie zaangażowania rodziców dzięki Google Classroom.	https://www.thetechadvocate.org/google-classroom-tip-17-how-to-boost-parental-involvement/
Keep Learners At The Center Of The Design Process	Publikacja	Ten artykuł przedstawia definicję uczestnictwa sterowanego, opisuje zastosowanie tej metody i wyjaśnia, dlaczego jest skuteczna.	https://www.smartsparrow.com/what-is-active-learning/
MODUŁ 5			
Brené Brown on Empathy	Filmik wideo	Brené Brown wyjaśnia różnicę między empatią a sympatią.	https://youtu.be/1Ewngu-369Jw
Digital Learning Sector	Narzędzia i ćwiczenia	Departament Edukacji NSW opracował platformę internetową zawierającą różne narzędzia edukacyjne i ćwiczenia dla trenerów, aby „wspierać sensowną integrację technologii cyfrowych”. Platforma zawiera bezpłatne szablony i inne materiały, które można pobrać, edytować i udostępniać.	https://app.education.nsw.gov.au/digital-learning-selector/?cache_id=f39d4
Family and Parenting Support: Policy and Provision in a Global Context	Raport	“Rodzina, rodzice i opiekunowie odgrywają kluczową rolę w zapewnieniu dobrostanu i właściwego rozwoju dziecka. [...]” Zgodnie z duchem Konwencji o prawach dziecka, wsparcie rodziny i rodziców jest coraz częściej uznawane za ważną część krajowych polityk społecznych i pakietów dotyczących inwestycji społecznych mających na celu zmniejszenie ubóstwa i nierówności oraz promowanie dobrostanu rodziców i dzieci. Niniejsza publikacja ma na celu opracowanie programu badań na temat wsparcia rodziny i rodziców na całym świecie.	https://www.unicef-irc.org/publications/770-family-and-parenting-support-policy-and-provision-in-a-global-context.html

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 5			
Involving Parents In Digital Citizenship	Filmik wideo	Filmik opisuje wiele możliwości jakie stosuje szkoła, aby zaangażować rodziców w edukację z zakresu obywatelstwa cyfrowego.	https://www.youtube.com/watch?v=DS2mKnqKVHo&t=68s watch?v=DS2mKnqKVHo&t=68s
The Six Thinking Hats	Strona internetowa	Prezentacja na temat techniki sześciu myślowych kapeluszy.	https://www.slideshare.net/ericw01/six-thinking-hats
MODUŁ 6			
Instructional Design Using the Dick and Carey Systems Approach	Artykuł online	Alternatywa dla modelu projektu instruktażowego ADDIE.	https://edis.ifas.ufl.edu/pdffiles/WC/WC29400.pdf
Learning Outcome vs. Learning Objective	Wskazówki przy planowaniu	Dodatkowe informacje i przykłady ułatwiające rozróżnianie tych dwóch terminów.	https://www.uclahealth.org/nursing/workfiles/Education%20Courses/ContinuingEducation/ce-LearningOutcome-v-LearningObjective-052016.pdf
How to Design a Training Workshop	Artykuł	Przewodnik krok po kroku, jak zaprojektować warsztat szkoleniowy.	https://knowhow.ncvo.org.uk/how-to/how-to-design-a-training-workshop
The ADDIE Model Infographic	Strona internetowa	Szczegółowa analiza modelu ADDIE.	https://elearninginfographics.com/the-addie-model-infographic/
Tips For Parents On Using Digital Technology With Kids	Filmik wideo	Filmik przedstawia kilka wskazówek dla rodziców na temat efektywnego korzystania z technologii cyfrowych ze swoimi dziećmi.	https://www.youtube.com/watch?v=bFHI4rdn1XU&t=54s
Using Bloom's Taxonomy to Write Effective Learning Objectives*	Publikacja online	Więcej szczegółów na temat taksonomii Blooma dotyczącej określania efektów uczenia się. *W tej publikacji termin „cele kształcenia” jest używany w odniesieniu do tego, co zdefiniowaliśmy jako „efekty kształcenia”.	https://tips.uark.edu/using-blooms-taxonomy/
Writing SMART learning objectives*	Przewodnik	Więcej szczegółów i przykładów na temat tego, jak rozpisać efekty kształcenia SMART. *W tej publikacji termin „cele kształcenia” jest używany w odniesieniu do tego, co zdefiniowaliśmy jako „efekty kształcenia”.	https://uncw.edu/career/documents/writingsmart-learningobjectives.pdf

TYTUŁ	TYP	KRÓTKI OPIS	LINK
MODUŁ 7			
5 Ways To Turn Your Mistake Into A Valuable Life Lesson	Strona internetowa	Zasady uczenia się na własnych błędach.	https://www.forbes.com/sites/amymorin/2017/07/17/5-ways-to-turn-your-mistake-into-a-valuable-life-lesson/?sh=772923761c01
An Introduction to the New World Kirkpatrick® Model	Artykuł	Szczegółowy opis Nowego Modelu Kirkpatricka®.	https://www.kirkpatrickpartners.com/Portals/0/Resources/White%20Papers/Introduction%20to%20the%20Kirkpatrick%20New%20World%20Model.pdf
How to evaluate a training program: The definitive guide to techniques & tools	Strona internetowa	Informacje na temat różnych modeli ewaluacji szkoleń.	https://www.talentlms.com/blog/evaluate-employee-training-program/
Kirkpatrick Partners	Strona internetowa	Szczegółowy opis Nowego Modelu Kirkpatricka®.	https://www.kirkpatrickpartners.com/
Products of the AAA-StepUp2-ICT project	Strona internetowa	Lista narzędzi cyfrowych dla trenera wraz z opisem.	http://www.stepup2ict.eu/tools/
The Phillips ROI Methodology	Strona internetowa	Opis metody ewaluacji szkoleń w odniesieniu do opłacalności projektu.	https://roiinstituteCanada.com/roi-methodology/

Słowniczek

- **ALFABETYZM CYFROWY:** umiejętność korzystania z technologii w celu wyszukiwania, oceny, tworzenia i przekazywania informacji.
- **CYFROWA DIETA:** czas spędzany „przed ekranem” komputera czy telefonu, grając w gry, oglądając telewizję itp.
- **CYFROWA RÓWNOWAGA:** wpływ technologii i usług cyfrowych na zdrowie psychiczne, fizyczne, społeczne i emocjonalne danej osoby.
- **CYFROWY ŚLAD:** zestaw danych, które można śledzić, stworzonych przez użytkownika podczas korzystania z Internetu; w tym odwiedzane strony internetowe, przesłane informacje, wysłane maile itp.
- **EDUKACJA CYFROWA:** wykorzystanie narzędzi cyfrowych i technologii komunikacyjnych do celów edukacyjnych.
- **FACYLITATOR:** osoba, która pomaga, wspiera i zachęca uczniów do rozwijania własnych umiejętności i potencjału w bezpiecznym, wspólnym środowisku.
- **INTELIGENTE WYSZUKIWANIE:** narzędzia i strategie wykorzystywane w celu efektywnego wyszukiwania baz danych.
- **INTERNET RZECZY:** system powiązanych ze sobą urządzeń, czujników, maszyn i innych rzeczy związanych z siecią, gromadzących i udostępniających dane.
- **MYŚLENIE LATERALNE:** rozwiązywanie problemów w sposób bardziej pośredni i kreatywny niż korzystając z metod tradycyjnych.
- **NETYKIETA:** zasady zachowania użytkownika stosowane podczas komunikacji online.
- **OBYWATEL CYFROWY:** osoba, która potrafi skutecznie korzystać z Internetu i innych technologii cyfrowych, aby odpowiedzialnie uczestniczyć w życiu społecznym i obywatelskim.
- **TRENER:** osoba, która opracowuje i przeprowadza zajęcia i programy dla różnych uczestników.

Bibliografia

Allen, K. and Rainie, L. (2002) Part 3: The Information Parents Seek Online. Dostępny na stronie: www.pewresearch.org/internet/2002/11/17/part-3-the-information-parents-seek-online/

Anderson, L. W. Krathwohl, D. R., Airasian, P. W., Cruikshank, K. A., Mayer, R. E., Pintrich, P. R., Raths, J., i Wittrock, M. C. (2001) Taxonomy for Learning, Teaching, and Assessing, A: A Revision of Bloom's Taxonomy of Educational Objectives, Complete Edition. New York: Longman.

Aula Planeta (n.d) Cómo desarrollar el pensamiento critico de tus hijos [Infografía]. Dostępny na stronie: <https://www.aulaplaneta.com/2015/06/30/en-familia/como-desarrollar-el-pensamiento-critico-de-tus-hijos/>

Brander, P. (2021). COMPASS: A manual on human rights education with young people. S.l: Council of Europe.

Brown, B. (2018) Dare to Lead: Brave Work. Tough Conversation. Whole Hearts. New York: Random House.

Center on the Social and Emotional Foundations for Early Learning (n.d) Facilitator's Guide - Positive Solutions for Families. Dostępny na stronie: http://csefel.vanderbilt.edu/resources/trainings/facilitator_guide.pdf

Centre for Parenting Education (n.d.) THE MOST EFFECTIVE PARENTING STYLE FOR DISCIPLINE THAT WORKS. Dostępny na stronie: <https://centerforparentingeducation.org/library-of-articles/discipline-topics/effective-parenting-style-discipline-works/>

CFI (2021) SMART Goal. Dostępny na stronie: <https://corporatefinanceinstitute.com/resources/knowledge/other/smart-goal/>

CSSP (2010) Growing and Sustaining Parent Engagement: A Toolkit for Parents and Community Partners. Dostępny na stronie: <https://cssp.org/wp-content/uploads/2018/10/growingandsustainingparentengagementtoolkit.pdf>

Dewar, G. (2009-2012) Teaching critical thinking: An evidence-based guide. Dostępny na stronie: <https://www.parentingscience.com/teaching-critical-thinking.html>

Dewey, C. (2015) Always click the first Google result? You might want to stop doing that. Dostępny na stronie: <https://www.washingtonpost.com/news/the-intersect/wp/2015/06/30/always-click-the-first-google-result-you-might-want-to-stop-doing-that/>

Dilip, M. (n.d.) How to be a Creative Parent. Dostępny na stronie: <https://www.parentcircle.com/article/how-to-be-a-creative-parent/>

ELearning Infographics (2017) The ADDIE Model Infographic. Dostępny na stronie: <https://elearninginfographics.com/the-addie-model-infographic/>

Estilos de aprendizaje (n.d.) ¿Qué son los estilos de aprendizaje? Dostępny na stronie: <https://estilosdeaprendizaje.org/>

EUIPO (2019) Online copyright infringement in the European Union. Dostępny na stronie: <https://euipo.europa.eu/ohimportal/en/web/observatory/online-copyright-infringement-in-eu>

European Commission (2021) Creating a better Internet for kids. Dostępny na stronie: <https://digital-strategy.ec.europa.eu/en/policies/better-internet-kids>

Forman, G. E. and Kuschner, D. S. (1983) The Child's Construction of Knowledge: Piaget for Teaching Children (Washington, DC: National Association for the Education of Young Children

Fox News (2021) 10 Principles of Good Parenting & How to Avoid Battles with Your Kids. Dostępny na stronie: <https://okkii.com/parenting/article.htm>

Fuller, C., Lehman, E., Hicks, S. and Novick, M. B. (2017) 'Bedtime Use of Technology and Associated Sleep Problems in Children', Global Pediatric Health, 4, s. 1-8

Gende, M. I. (2017) Estilos de aprendizaje: clasificación sensorial y propuesta de Kolb. Dostępny na stronie: <https://www.unir.net/educacion/revista/estilos-de-aprendizaje-clasificacion-sensorial-y-propuesta-de-kolb/>

Granic, I., Morita, H. and Scholten, H. (2020) 'Beyond Screen Time: Identity Development in the Digital Age', Psychological Inquiry, 31(3), s.195-223.

GUADUSD (2018) Children and Media Tips from the American Academy of Pediatrics. Dostępny na stronie: <https://www.guadusd.org/District/Department/9-Health%20Services/1609-Untitled.html>

Harland T. (2003) Vygotsky's Zone of Proximal Development and Problem-based Learning: Linking a theoretical concept with practice through action research. Dostępny na stronie: https://www.researchgate.net/publication/233309078_Vygotsky%27s_Zone_of_Proximal_Development_and_Problem-based_Learning_Linking_a_theoretical_concept_with_practice_through_action_research

Imperial Collage London (2021) Intended learning outcomes. Dostępny na stronie: <https://www.imperial.ac.uk/staff/educational-development/teaching-toolkit/intended-learning-outcomes>

International Council of Archives (2005) Aims, objectives and learning outcomes. Dostępny na stronie: <http://www.ica-sae.org/trainer/english/p4.htm>

Jago, R., Stamatakis, E., Gama, A., Carvalhal, I. M., Nogueira, V. R. and Padez, C. (2012) 'Parent and child screen-viewing time and home media environment', Am J. Prev Med., 43(2), s. 150-158

Jisc (2019) Digital wellbeing for you, your colleagues and students: Briefing paper for practitioners. Dostępny na stronie: <https://digitalcapability.jisc.ac.uk/what-is-digital-capability/digital-wellbeing/>

Kirkpatrick Partners (2021) The New World Kirkpatrick Model. Dostępny na stronie: <https://www.kirkpatrickpartners.com/Our-Philosophy/The-New-World-Kirkpatrick-Model>

Kirkpatrick, D. (1994) Evaluating Training Programs. San Francisco: Berrett-Koehler.

Knorr (n.d.) 5 Simple Steps to a Healthy Family Media Diet. Dostępny na stronie: <https://www.common sense media.org/blog/5-simple-steps-to-a-healthy-family-media-diet>

Knowles, M. S. (1980) The modern practice of adult education: From pedagogy to andragogy. New York: Cambridge Books.

Knowles, M. S. (1984). The adult learner: A neglected species. Houston: Gulf.

Knowles, M. S. and Associates (1984) Andragogy in action: Applying modern principles of adult learning. San Francisco: Jossey-Bass.

Kurt, S. (2016) Kirkpatrick Model: Four Levels of Learning Evaluation. Dostępny na stronie: <https://educationaltechnology.net/kirkpatrick-model-four-levels-learning-evaluation/>

Łaguna, M. (2004). Szkolenia. Jak je prowadzić, by... Gdańsk: GWP.

Literacy Planet (2017) How to engage the 7 types of learners in your classroom. Dostępny na stronie: <https://www.literacyplanet.com/au/news/engage-7-types-learners-classroom/>

Livingstone, D. (1999) 'Exploring the icebergs of adult learning: Findings of the first Canadian survey of informal learning practices', Canadian Journal for the Study of Adult Education, 13(2), s. 49-72

Livingstone, S. and Helsper, E. (2008) 'Parental mediation and children's internet use', *Journal of Broadcasting & Electronic Media*, 52, s. 581-599

Livingstone, S., Haddon, L., Görzig, A., i Kjartan, Ó. (2011) EU Kids Online: final report 2011. Dostępny na stronie: <https://eprints.lse.ac.uk/45490/1/EU%20Kids%20Online%20final%20report%202011%28lsero%29.pdf>

LSE (2020) Global Kids Online New Zealand. Retrieve from: <http://globalkidsonline.net/new-zealand/>

Lukoff, K. (2019) Digital wellbeing is way more than just reducing screen time. Dostępny na stronie: <https://uxdesign.cc/digital-wellbeing-more-than-just-reducing-screen-time-46223db9f057>

Matras, J., Żak, R. (2018). Trener w rolach głównych. Podręcznik pracy trenera. Warszawa: PWN.

McClain, L. R. (2018) Parent Roles i Facilitation Strategies as Influenced by a Mobile-Based Technology During a Family Nature Hike. Dostępny na stronie: https://www.researchgate.net/publication/332253925_Parent_Roles_and_Facilitation_Strategies_as_Influenced_by_a_Mobile-Based_Technology_During_a_Family_Nature_Hike/citation/download

McDaniel, B. T., i Radesky, J. S. (2017) 'Technoference: Parent Distraction With Technology and Associations With Child Behavior Problems', *Child Development*, 89(1), s. 100–109

Milovidov, E. (2020) Parenting in digital age - Positive parenting strategies for different scenarios. Dostępny na stronie: <https://edoc.coe.int/en/children-and-the-internet/8316-parenting-in-digital-age-positive-parenting-strategies-for-different-scenarios.html>

MindTools (2021) How to Set SMART Goals Video. Dostępny na stronie: <https://www.mindtools.com/pages/videos/smart-transcript.htm>

Nikken, P. i de Haan, J. (2015) 'Guiding young children's internet use at home: Problems that parents experience in their parental mediation and the need for parenting support', *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 9(1), article 3

Norton (2021) 10 netiquette rules to maintain a good online reputation. Dostępny na stronie: <https://us.norton.com/internetsecurity-kids-safety-what-is-netiquette.html>

Office of Educational Technology (n.d.) Guiding Principles for Use of Technology with Early Learners. Dostępny na stronie: <https://tech.ed.gov/earlylearning/principles/>

Olson, C. K. (2010) 'Children's Motivations for Video Game Play in the Context of Normal Development', American Psychological Association, 14(2), s. 180-187

Paradise, R. i Rogoff, B. (2009) 'Side by Side: Learning by Observing and Pitching In' Journal of the Society for Psychological Anthropology, 37(1), s. 102-138

Patrikakou, E. N. (2016) 'Parent Involvement, Technology, and Media: Now What?', The School Community Journal, 26(2), s. 9-24

PEHS (2018) Research Tips & MLA Works Cited. Dostępny na stronie: <http://pehs.psd202.org/documents/swhalum/1515527147.pdf>

Plantin, L. i Daneback, K. (2009) 'Parenthood, information and support on the internet. A literature review of research on parents and professionals online', BMC Family Practice, 10(34), s. 1-12

Pridham, K.F., Scott, A., i Limbo, R. (2018) Guided Participation Theory for Teaching and Learning in Clinical Practice. Dostępny na stronie: https://connect.springerpub.com/binary/sgrworks/a6dfoa1f26ae78c8/15b66990a3c376da9f877e418456db5777832ce7ce6a23d11446bc1c-c326e931/9780826140449_0001.pdf

Public Health Agency of Canada (2019) NOBODY'S PERFECT Parenting Program Viet Nam - Facilitator's Guide First Edition (Pilot). Dostępny na stronie: <https://www.unicef.org/vietnam/media/3441/file/Facilitator's%20Guide.pdf>

Radesky, J. S., Kistin, C. J., Zuckerman, B., Nitzberg, K., Gross, J., Kaplan-Sanoff, M., Augustyn, M. i Silverstein, M. (2014) 'Patterns of mobile device use by caregivers and children during meals in fast food restaurants', Pediatrics, 133(4). Dostępny na stronie: www.pediatrics.org/cgi/content/full/133/4/e843

Rae, L. (2006) Planowanie i projektowanie szkoleń. Kraków: Oficyna Ekonomiczna.

Razet, P. A. (2016) Estrategias para promover la participación de los padres en la educación de sus hijos: el potencial de la visita domiciliaria. Dostępny na stronie: https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-07052016000200026#:~:text=Esto%20se%20puede%20hacer%20a,clases%20o%20en%20otras%20C3%A1reas

Rhodes, J. (2017) Too Much Screen Time? Develop a Summer Family Media Plan. Dostępny na stronie: <https://www.literacyworldwide.org/blog%2Fliteracy-now%2F2017%2F06%2F23%2F-too-much-screen-time-develop-a-summer-family-media-plan>

Riess, H. (2017) 'The Science of Empathy', *Journal of Patient Experience*, 4(2), s. 74-77.

Rogers, A. (2004) 'Looking again at non-formal and informal education – towards a new paradigm'. *The encyclopedia of pedagogy and informal education*. Dostępny na stronie: http://www.infed.org/biblio/non_formal_paradigm.htm

Rogoff, B. (2003) *The cultural nature of human development*. New York: Oxford University Press

Ruiz Ahmed, Y. R. (2010) ESTILOS DE APRENDIZAJE EN EL AULA. Dostępny na stronie: <https://www.feandalucia.ccoo.es/docu/p5sd7234.pdf>

Shea, V. (1994) *The Core Rules of Netiquette*. San Francisco: Albion Books.

Smahel, D., i Machackova, H., Mascheroni, G., Dedkova, L., Staksrud, E., Ólafsson, K., Livingstone, S. and Hasebrink, U. (2020) *EU Kids Online 2020: Survey results from 19 countries*. Dostępny na stronie: <https://www.lse.ac.uk/media-and-communications/assets/documents/research/eu-kids-online/reports/EU-Kids-Online-2020-10Feb2020.pdf>

Smahelova, M., Juhová, D., Cermak, I. i Smahel, D. (2017) 'Mediation of young children's digital technology use: The parents' perspective'. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(3), article 4

Stattin, H. i Kerr, M. (2000) 'Parental monitoring: a reinterpretation', *Child Development*, 71, s. 1072-1085

Steinberg, L. (2005) *The 10 basic principles of good parenting*. New York: Simon & Schuster

Taneri, P. O. (2012) 'Roles of parents in enhancing children's creative thinking skills 1', *Journal of Human Sciences*, 9(2), s. 91-108.

The Next Tech Thing (2017) *The Digital Media Diet: Differing Types of Entertainment Screen Time*. Dostępny na stronie: <http://thenexttechthing.blogspot.com/2017/11/the-digital-media-diet-differing-types.html>

Trilar, J., Zavratnik, V., Čermelj, V., Hrast, B., Kos, A., i Stojmenova Duh, E. (2019) *Rethinking Family-Centred Design Approach Towards Creating Digital Products and Services*. Dostępny na stronie: <https://www.mdpi.com/1424-8220/19/5/1232/htm>

UNED (n.d) *Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza*. Dostępny na stronie: <http://portal.uned.es/Publicaciones/htdocs/pdf.jsp?articulo=2330249MR01A01>



Valcke, M. Bonte, S., Wever, B. D. i Rots, I. (2010) 'Internet parenting styles and the impact on Internet use of primary school children', *Computers & Education*, 55(2), s. 454-464

Voltage Control (2019) What are Facilitation Skills and Why are They Important? Dostępny na stronie: <https://voltagecontrol.com/blog/what-are-facilitation-skills-and-why-are-they-important/>

Zaman, B. i Mifsud, C. L. (2017), Editorial: Young children's use of digital media and parental mediation. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*. Dostępny na stronie: https://www.researchgate.net/publication/321245282_Zaman_B_Mifsud_C_L_2017_Editorial_Young_children's_use_of_digital_media_and_parental_mediation_Cyberpsychology_Journal_of_Psychosocial_Research_on_Cyberspace_113_httpdxdoiorg105817CP2017-3-xx

Znajdź nas!



Website: <http://www.digitalparent.eu>



Facebook: <https://www.facebook.com/digitalparent.eu>



Instagram: <https://www.instagram.com/digitalparents/?hl=en>



LinkedIn: <https://www.linkedin.com/company/digitalparent/>

Skontaktuj się z nami!



info@digitalparent.eu



Projekt współfinansowany w
ramach programu Unii Europejskiej
„Erasmus+”

glad

*Guidance and Learning
App for Adult Digital Education*