

# COŚ OPTYMISTYCZNEGO, CZYLI MOJE DOŚWIADCZENIA W PRACY Z SENIORAMI

## Wstęp

W bieżącym roku akademickim mam przyjemność prowadzić w Jagiellońskim Centrum Językowym (JCJ) zajęcia językowe z grupą seniorów w ramach zajęć Uniwersytetu Trzeciego Wieku. W tym artykule chciałabym krótko podzielić się moimi spostrzeżeniami dotyczącymi pracy z takimi grupami i przedstawić zbiór obserwacji zgromadzonych w czasie mojego kilkunastoletniego doświadczenia w zajęciach z takimi grupami.

## Seniorzy i ich motywacje

Być może, dobrym pomysłem byłoby zacząć od definicji słowa „senior”, którym w zależności od źródła określane są osoby od 60. albo 65. roku życia. W grupach seniorów uczą się głównie osoby w takim wieku, ale sporadycznie pojawiają się osoby młodsze w wieku 40+ czy 50+, stąd też bardziej precyzyjne wydawałoby się określenie „grupy dorosłych”. Na potrzeby tego artykułu będę używała obu tych określeń wymiennie.

Pracę z grupami składającymi się wyłącznie z osób dorosłych oraz seniorów rozpoczęłam kilkanaście lat temu w szkołach językowych. Od tego czasu stale prowadzę takie zajęcia w swojej indywidualnej działalności edukacyjnej, a od niedawna również na kursach komercyjnych JCJ w ramach Uniwersytetu Trzeciego Wieku.

Według mnie zainteresowanie kursami językowymi dla seniorów na większą skalę rozpoczęło się wkrótce po wstąpieniu Polski do Unii Europejskiej, kiedy wiele młodych osób wyjechało za granicę i tam założyło rodziny. Wówczas polscy seniorzy, którzy chcieli się porozumieć z nowymi członkami swoich rodzin,

musieli podjąć naukę na przykład języka angielskiego – i w taki sposób moi studenci najczęściej tłumaczyli swoją motywację do rozpoczęcia nauki. Poza tym wskazywali chęć rozwoju własnego i pozostawania w dobrej kondycji umysłowej czy chęć zdobywania nowych umiejętności – zgodnie z koncepcją uczenia się przez całe życie. Kolejnym często przywoływanym powodem było pragnienie podróżowania oraz swobodnego porozumiewania się za granicą. Natomiast motywacja do nauki, która pojawiła się już w ostatnich latach, powodowana jest coraz dłuższą aktywnością osób w wieku senioralnym, w tym aktywnością zawodową osób powyżej 65. roku życia oraz chęcią, a zarazem koniecznością posługiwania się językiem obcym w pracy.

Widać zatem wyraźnie, że studenci w wieku dorosłym i seniorzy cechują się silną motywacją, którą Wawrzyniak i Świdarska (2011) bardziej precyzyjnie dzielą na: społeczną, praktyczną i intelektualną. Mając na uwadze tak silne motywacje oraz pojawienie się oferty kierowanej do tej konkretnej grupy wiekowej, wiele osób ośmieliło się podjąć naukę języka, do czego wcześniej, w mieszanych grupach wiekowych, nie byli przekonani.

Co ciekawe, miałam też możliwość pracy z takimi bardzo zróżnicowanymi wiekowo grupami, które wbrew obawom zazwyczaj świetnie funkcjonowały właśnie dzięki temu, że studenci różniący się wiekiem mogli sobie wiele zaferować i dużo się od siebie nauczyć. Niemniej decyzja o dołączeniu do takiej mieszanej grupy na pewno dla seniora łączy się z większym stresem.

## Obawy a rzeczywistość

W kontekście pracy z grupami seniorów pojawia się wiele obaw dotyczących ograniczeń, jakie praca z taką grupą może nieść. Dość często można się spotkać się z przekonaniem, że praca z osobami starszymi będzie przebiegać w wolnym tempie. Stereotypowo spodziewamy się niewielkiej liczby tematów, najczęściej dotyczących zdrowia i rodziny, oraz ograniczonych funkcji kognitywnych studentów, trudności w uczeniu się i zapamiętywaniu. Pojawia się też problem korzystania z nowoczesnych technologii oraz obawa, że grupa seniorów nie będzie chciała czy umiała korzystać z takich metod.

Tymczasem okazuje się, że większość z tych przekonań może być do pewnego stopnia błędna bądź nie będą one stanowić większej przeszkody w planowaniu i przeprowadzaniu efektywnych i satysfakcjonujących zajęć. Na pewno warto również zaznaczyć, że seniorzy dzisiaj stanowią zupełnie inną grupę społeczną niż 10–15 lat temu, siłą rzeczy więc pewne przekonania na ich temat z tamtego okresu nie są już aktualne.

Jak zatem pracuje się z grupami seniorów? Seniorzy, których miałam przyjemność spotkać na zajęciach, są aktywnymi i otwartymi ludźmi, wiodącymi najczęściej bardzo urozmaicone i atrakcyjne życie. Ze względu na doświadczenie i moment w życiu mają możliwość korzystać z życia towarzyskiego, kulturalnego

oraz poświęcać czas na swoje zainteresowania, na przykład naukę języka obcego. Znam też przypadki osób, które po emeryturze podjęły nowy zawód i z powodzeniem realizowały się jako sportowcy-amatorzy czy artyści, a mając wsparcie w grupie nowo poznanych znajomych, robili to z większą ochotą i zaangażowaniem. Wielkimi atutami tej grupy wiekowej są otwartość i ich życiowe doświadczenie, którym chętnie się dzielą.

Co jeszcze wyróżnia seniorów jako grupę uczącą się? Przede wszystkim niezwykle entuzjazm i radość z uczenia się, nieczęsto spotykane wśród grup młodszych studentów. Seniorzy uczą się chętnie i pilnie, rzadko opuszczają zajęcia i zawsze chętnie nadrabiają zaległości. Nie lubią być nieprzygotowani do zajęć, więc praca przebiega sprawnie i w zorganizowany sposób. Ponieważ uczą się dobrowolnie, są ciekawi i zadają wiele pytań, żeby dokładnie zrozumieć dane zagadnienie.

Jeśli chodzi o tempo zajęć, to z jednej strony rzeczywiście zajęcia mogą przebiegać wolniej niż w grupie dwudziestolatków, co może częściowo wynikać z ograniczonych możliwości zapamiętywania, ale – jak pisałam wcześniej – także z chęci dogłębnego zrozumienia i opanowania nauczanych treści. Z drugiej jednak strony w takiej grupie najczęściej nie ma potrzeby przygotowania się do konkretnego egzaminu czy zrealizowania materiału w określonym tempie, a co za tym idzie – nie ma presji czasu, która mogłaby być stresująca zarówno dla studenta, jak i nauczyciela. Studenci uczą się dla siebie i chcą rzeczywiście nabyć nowe umiejętności, więc nie powinno być problemem, aby dostosować tempo pracy do aktualnej potrzeby grupy.

Seniorzy jako studenci bardzo odpowiedzialnie podchodzą do swoich możliwości oraz do procesu nauki. Ponieważ uczyli się wcześniej, to wiedzą, jakie metody i strategie będą dla nich najbardziej efektywne. Są też gotowi poświęcić dodatkowy czas na naukę w domu. Są nadto zdeterminowani, aby osiągnąć wyznaczony cel.

Kolejne atuty pracy z seniorami to ich własna organizacja pracy oraz aktywność poza kursem. Studenci chętnie zakładają grupy na Facebooku, WhatsAppie, wymieniają się kontaktami, aby móc się wspierać i pomagać sobie poza zajęciami, co niejednokrotnie zmienia się w bliższe przyjaźnie, a tym samym wspiera proces nauki i trwałość grupy. Często grupa w niemal niezmiennym składzie kontynuuje naukę przez kilka lat.

## Jak pracować z grupą seniorów?

Aby osiągnąć satysfakcjonujące rezultaty pracy z grupami seniorów, prowadzący zajęcia powinien oczywiście szczególnie zadbać o pewne aspekty współpracy, by uczynić naukę przyjemną i efektywną dla takich studentów.

Najważniejszym takim elementem wydaje się odpowiednia atmosfera. Stworzenie przyjaznego, bezpiecznego i otwartego klimatu zajęć to niezwykle istotny

czynnik, zapewniający, że studenci chętnie będą w nich uczestniczyć. Często już sama decyzja o zapisaniu się na zajęcia oraz wejście w nowe środowisko jest dla seniora stresującym doświadczeniem. Dlatego warto jest utwierdzić studentów w przekonaniu, że decyzja ta była słuszną, a proces nauki będzie przyjemnym doświadczeniem (por. Kilian, 2015).

Kolejnymi składnikami sukcesu są otwarte podejście prowadzącego i elastyczność, jeśli chodzi o planowanie i realizację zajęć. Często bowiem pojawiają się pytania czy sugestie ze strony studentów, które pokierują nasze zajęcia na nieco inne niż pierwotnie planowane tory. Warto, w miarę możliwości, za takimi sugestiami podążać, bo dzięki temu seniorzy mają poczucie sprawczości oraz wpływu na proces edukacyjny (por. Chabros, 2019).

Jeśli chodzi o ocenianie, seniorzy cenią sobie informację zwrotną na temat swoich osiągnięć. Należy więc pokazywać i przypominać, czego już się nauczyli i jak realnie mogą tę wiedzę wykorzystać, także używając testów. Warto chwalić ich postępy – byle nie na wyrost, bo seniorzy bardzo realnie patrzą na swoje możliwości i umiejętności – oraz stale podkreślać, że niezależnie od wieku, są one możliwe.

Trzeba też pamiętać, że o ile kilka lat temu przeszkodą bywała praca z wykorzystaniem IT, o tyle obecnie studenci sami dopytują o możliwość korzystania z platform online będących częścią kursu oraz o ich funkcjonalności. Co więcej, narzędzia multimedialne pozwalają studentom pracować w ich własnym tempie i według własnych potrzeb (por. Karawajczyk, 2009).

Poniżej zestawiam praktyczne aspekty, które sprawdzają się na moich zajęciach:

- Na samym początku ustaliam zasady: opisuję sposób, w jaki będę prowadzić zajęcia, opowiadam o podręczniku i dokładnie go pokazuję, przedstawiam poziomy zaawansowania językowego, proponuję zwracanie się do siebie po imieniu oraz upewniam się, czy wszystkim uczestnikom taka forma współpracy odpowiada.
- Pracuję z grupami seniorów z wykorzystaniem podręcznika, gdyż to daje studentom poczucie porządku i bezpieczeństwa, bardzo ułatwię pracę.
- Zwracam szczególną uwagę na klarowność instrukcji, upewniam się, że każdy student wie, jakie zadanie i na jakiej stronie i w jaki sposób powinien wykonać; stale monitoruję, czy nikt się nie pogubił.
- Korzystam chętnie ze wspomnianego wyżej bogatego i różnorodnego doświadczenia seniorów: wykorzystuję je, organizując dyskusje, scenki, ćwiczenia z luką informacyjną itp. – to się świetnie sprawdza.
- Nie zapominam o poprawnej wymowie – dla seniorów jest to ważne i ciekawe zagadnienie i, co istotne, można dzięki temu wprowadzić element zabawy i pośmiać się, ćwicząc wymowę różnych dźwięków – zawsze działa.
- Daję studentom czas i możliwość na przeanalizowanie swoich błędów, zaobserwowanie prawidłowości gramatycznych, wyciągnięcie wniosków z wykonanych zadań – jest to bardzo dobry pomysł na podsumowanie danego

zagadnienie i pracę w grupach i parach, upewnienie się, że dany temat został opanowany – seniorzy niechętnie przejdą do dalszej nauki, jeśli nie będą przekonani, że wszystko zrozumieli.

- Proponuję i zapewniam możliwość dodatkowej pracy w domu. Tu najlepiej sprawdzą się tradycyjne metody, czyli czytanie i pisanie. Zwykle proponuję różne przykłady *readers* i artykuły dostosowane do poziomu słuchaczy. Możliwość przeczytania całej „książki” w języku obcym i jej zrozumienia czy napisania dłuższej wypowiedzi w języku obcym daje dorosłym studentom ogromne poczucie satysfakcji i sukcesu. Takie aktywności każdy może wykonywać we własnym tempie, są one przyjemne i mało stresujące.
- Można też przygotować i zaproponować powtórki słownictwa, używając na przykład aplikacji Quizlet, uprzednio prezentując działanie takiej aplikacji.

Staram się unikać:

- Zbyt szybkiego tempa i zbyt dużej ilości materiału – jak wspomniałam wcześniej, nauka dla seniorów powinna być przyjemna, a nie stresująca.
- Listeningów, podcastów, filmów itp. jako zadań domowych czy dodatkowych – ćwiczenie umiejętności słuchania jest dla seniorów zawsze trudne i problematyczne, bo są oni nastawieni na zrozumienie „wszystkiego”. Ponieważ nie jest to możliwe, to – niestety – takie zadanie najprawdopodobniej zadziała niezwykle demotywująco i spowoduje frustracje. Dlatego precyzyjnie planuję, że by wszystkie „słuchanki”, opatrzone odpowiednimi instrukcjami i komentarzem, były wykonywane podczas zajęć.

## Podsumowanie

Na prowadzenie zajęć z grupami seniorów zdecydowałam się kiedyś zupełnie przypadkiem i jak się okazało, nigdy z ich prowadzenia nie zrezygnowałam. Dlaczego? Bo praca z nimi daje niezwykłą satysfakcję. Studenci aktywnie uczestniczą w procesie nauki, entuzjastycznie podchodzą do zajęć, mają dużo do powiedzenia i sporo dystansu do siebie. Nie oznacza to oczywiście, że nie napotkamy żadnych trudności w pracy z taką grupą, takie się naturalnie zdarzają, ale z łatwością można sobie z nimi poradzić, dostosowując nieco metody pracy.

Pamiętajmy także, że biorąc pod uwagę demografię i postępującą aktywizację osób starszych, będą oni stanowili coraz liczniejszą grupę uczestników wszelkich szkoleń. Takich kursów i możliwości ich prowadzenia będzie coraz więcej, warto więc się na nie otworzyć.

## Bibliografia

- Chabros, E. (2019). Senior w grupie nierówieśniczej – jak go wspierać i motywować. *Języki Obce w Szkole*, 75–80.
- Karawajczyk, W. (2009). Kształcenie dorosłych w ujęciu andragogicznym. *Colloquium*, 1, 95–108.
- Kilian, M. (2015). Metodyka edukacji osób w starszym wieku: podstawowe wskazówki i zasady. *Forum Pedagogiczne*, 1, 171–185.
- Wawrzyniak, J.K., Świdarska, M.M. (2011). Motywacje edukacyjne uczniów dorosłych. W: E. Przygońska (red.). *Motywacja w edukacji*. Toruń, 53–66.