



Bendrai finansuojama pagal
Europos Sąjungos programą
„Erasmus+“

Projekto "Šiuolaikinio senjoro akademija - kritinis mąstymas senjorams" geroji patirtis (CriThink)



*Šis leidinys atspindi tik autoriaus nuomonę,
todėl Nacionalinė agentūra ir Europos
Komisija negali būti laikomos atsakingomis
už jame pateiktą informaciją.*

Partneriai

Šis projektas pradėtas įgyvendinti 2019 m. kaip strateginė 6 organizacijų, atstovaujančių skirtingiems Europos regionams, partnerystė:



Prave ted! o.p.s. (Čekija, projekto koordinatore) yra Prahoje įsikūrusi ne pelno siekianti organizacija, įkurta 2012 m. Organizacija skirta aktyviems senjorams, tiems, kurie gyvena savo namuose ir kuriems, regis, nieko nereikia. Tačiau "iš pažiūros nieko" yra labai svarbu atsižvelgiant į tai, kad mūsų visuomenė amžėja ir gana dažnai pagyvenę asmenys nejaučia pilnatvės, prasmės ar tikslo. Prave ted! o.p.s. organizuoja jiems edukacines, fizines ir socialines veiklas. Didžiausias edukacinis projektas yra Šiuolaikinių senjorų akademija (AMOS), kuri atspindi dabartinius senjorų poreikius, inicijuoja fizines veiklas, tokias kaip šiaurietiškas ėjimas, Molkky, plaukimas ir daug daugiau. Viena iš pagrindinių veiklų yra atminties lavinimas ir derinimas su fizine veikla.

Interneto svetainė: <https://pravetedops.cz/>



Ljudska univerza Rogaška Slatina (Slovėnija) nuo 1959 m. vykdo edukacines programas ir kitą veiklą Obsotelio ir Kozjansko vietovėse. Visus šiuos metus įgyvendiname idėją, kad mokymasis visą gyvenimą būtų prieinamas įvairių kartų žmonėms. Programas įgyvendiname daugelyje vietų visoje šalyje. Sėkmingai dalyvaudami konkursuose, gauname nacionalinių ir europinių lėšų ir taip suteikiame gyventojams nemokamą švietimą. Ljudska Univerza Rogaška Slatina tapo Kalbų centru, siūlo slovėnų kalbos įgūdžių mokymus užsieniečiams. Mes palaikome ryšius su partneriais, esame atviri naujoms idėjoms ir bendradarbiavimui. Piliečiams siūlome ne tik galimybę prisijungti prie švietimo programų, bet ir teikiame

nemokamą informaciją ir konsultacijas, organizuojame savarankišką mokymąsi ir pagalbą mokantis.

Interneto svetainė: www.lu-rogaska.si



Fundacja Pro Scientia Publica (Lenkija) nuo 2010 m. vykdo veiklą suaugusiųjų švietimo srityje, skatindama keletą iniciatyvų, kuriose daugiausia dėmesio skiriama vyresnio amžiaus asmenims ir jų socialinei integracijai. Mūsų darbuotojai turi patirties mokant suaugusiuosius ir pagyvenusius žmones, todėl rengiame seminarus ir praktinius užsiėmimus, susijusius su: vyresnių žmonių mokymo metodais ir būdais, edukacija, senjorų bendrųjų kompetencijų ugdymu, pagyvenusių žmonių įtraukimu į IRT ir socialinę žiniasklaidą, pagyvenusių žmonių saugumu internete, kritiniu mąstymu. Fondas "Pro Scientia Publica" taip pat turi labai daug patirties suaugusiųjų švietimo tyrimų srityje. Koordinavome, vadovavome ar rėmėme daugelį tarptautinių programų, susijusių su suaugusiųjų švietimo mokymo programomis, bendrųjų kompetencijų apibrėžimu, seminarų, paskaitų ir seminarų rengimu.

Interneto svetainė: <https://proscientiapublica.pl>



Institut für Interdisziplinäre Bildung (IIB, Austrija) save laiko idėjų ir koncepcijų švietimo ir mokymo srityje kūrėja, siekiančia didinti švietimo ir darbo rinkos galimybes. Veiklos sritys - nuo skaitmeninių mokyklų kūrimo iki tarptautinių švietimo ir darbo rinkos politikos projektų bei individualios mokslinių tyrimų veiklos.

Interneto svetainė: www.i-i-b.eu



COFAC (Portugalija) yra pelno nesiekiantis kooperatyvas, atsakingas už Lusofonos universiteto, didžiausio privataus universiteto Portugalijoje, valdymą. Universiteto pavadinimas kildinamas iš posakio "Lusofonia", kuriuo įvardijama bendra kultūrinė ir kalbinė erdvė, kurią skiria portugalų kalbos vartojimas. Tai institucija, atsakinga už šios geografinės ir kalbinės erdvės, kurioje gyvena daugiau kaip 200 mln. gyventojų, mokslinį, kultūrinį, socialinį ir ekonominį vystymąsi.

Jos tikslai yra mokymas, moksliniai tyrimai įvairiose mokslo, kultūros ir technologijų srityse, atsižvelgiant į tarpdisciplininę perspektyvą, ir ypač siekiant plėtoti portugališkai kalbančias šalis ir tautas.

Interneto svetainė: www.ulusofona.pt,



JŪSŲ PERSONALO PARTNERIS

UAB "Alfa idėjos ir technologijos" (FITIN, Lithuania) yra žmogiškųjų išteklių specialistų, suaugusiųjų švietimo ir grupės santykių specialistų ekspertų komanda. FITIN yra pirmoji Lietuvoje personalo valdymo įmonė, pradėjusi diegti neuromokslo tyrimais pagrįstą personalo valdymo ir suaugusiųjų mokymo praktiką. Kaip rodo FITIN klientų patirtis, neuromokslu pagrįsti žmogiškųjų išteklių valdymo sprendimai padeda identifikuoti esmines priežastis, susijusias su darbuotojų įsitraukimu, motyvacija ir bendradarbiavimu, ir pateikia būdą, kaip tikslingai investuoti ir paskirstyti įsitraukimui, motyvacijai ir komandiniam darbui skirtus išteklius.

Kita FITIN veiklos sritis - švietimo ir savanoriška veikla. Intensyviai dirbame siekdami ugdyti visuomenės emocinį intelektą ir kritinio mąstymo įgūdžius, dalyvaujame įvairiuose švietimo projektuose ir iniciatyvose. 2015 m. FITIN buvo apdovanotas Švietimo mainų paramos fondo Kokybės prizu už švietėjišką veiklą ir edukacinius projektus.

Interneto svetainė: <http://www.fitin.lt>.

Projekto partneriai atstovauja įvairiems sektoriams (universitetams, nevyriausybinėms organizacijoms ir privačioms organizacijoms), vykdančioms suaugusiųjų švietimą. Dauguma

jų užsiima senjorų švietimu ir yra sukaupę didelę patirtį. Toks įgūdžių, patirties ir metodų derinys garantavo naujų praktinių žinių įgijimą, kurias buvo galima išbandyti kitose konsorciumo partnerių organizacijose.

Tikslas

Pagrindinis projekto tikslas buvo nustatyti, kaip dirbti su vyresnio amžiaus suaugusiaisiais (55+) ugdant kritinį mąstymą. Partnerių atstovaujamos organizacijos, dirbančios įvairiomis temomis minėtoje srityje, įvairiais būdais įkvėpė viena kitą. Organizacinės sinergijos dėka galiausiai sudarėme sąvokos "kritinis mąstymas" apibrėžimo ugdymo tikslais sistemą ir sukūrėme ugdomosios veiklos, kuri galėtų pagerinti vyresnio amžiaus suaugusiųjų kritinio mąstymo gebėjimus, koncepcijas.

Projekto įkvėpimo šaltinis buvo koordinatorės - Právě ted'! o.p.s. patirtis po kursų senjorams vedimo. Prahoje senjorams organizuoti kursai, skirti informacijai ir dezinformacijai, atskleidė, kad vyresnio amžiaus dalyviams trūksta kritinio mąstymo gebėjimų. Tai buvo atspirties taškas atkreipiant dėmesį į platesnės bendruomenės - senjorų šeimų, anūkų ir kt. poreikius. Galiausiai priėjome prie išvados, kad projekto poveikiu turėtų domėtis beveik visi, nes kritinis mąstymas turėtų būti laikomas vienu iš pagrindinių gebėjimų šiuolaikiniame pasaulyje, kuriame dominuoja prieštaringa ir įvairi informacija bei jos gausa. Gebėjimas atpažinti informaciją kaip teisingą ar klaidingą yra labai svarbus veiksmingam darbui ir sprendimų priėmimo procesams.

Ka mes visi nuveikėme?

Pirmajame projekto susitikime Lisabonoje buvo susitarta dėl pagrindinių projekto darbų. Su senjorais susijusių tyrimų pristatymas buvo gera pradžia permąstant projekto perspektyvą. Kiti žingsniai buvo susiję su įkvepiančiomis knygomis. Partneriai sutarė pasidalyti nuomonėmis apie įvairias kritinio mąstymo sąvokas, aprašytas arba tik paliestas autorių knygose ir straipsniuose, ir pateiktas tyrimų rezultatuose, pasidalino knygų, galinčių padėti ugdyti kritinį mąstymą, sąrašu:

- Stella Cottrell, *Critical thinking skills*,

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

Taip pat partneriai dalijosi patirtimi apie teigiamus ir neigiamus kritinio mąstymo pavyzdžius; tai taip pat padėjo geriau išryškinti kritinio mąstymo svarbą.

Pandemija ir melagienos

Dėl COVID-19 pandemijos atsirado nauja galimybė skleisti melagingą informaciją, dezinformaciją ir sukčiauti. Projekto partneriai aprašė reikšmingiausius arba labiausiai išsiskiriančius melagingų naujienų pavyzdžius.

Austrija

Covid-19 pandemijos metu "Facebook" naudotojus, interneto vartotojus ir "WhatsApp" grupes užplūdo tokio masto netikrų naujienų srautas, kokio dar niekada nebuvo matę. Sąmoningai ir nesąmoningai buvo skleidžiamos melagingos žinios, kurios plačiai cirkuliavo įvairiose socialinės žiniasklaidos ar žinučių siuntimo tarnybose.

Pavyzdys: "WhatsApp" programa buvo išplatinta balso žinutė, kurioje aiškinamos tariamos Vienos universiteto išvados ir patariama nevertoti tam tikrų nuskausminamųjų vaistų. Tuomet Medicinos universitetas griežtai paneigė žinutėje pateiktą informaciją ir pavadino ją netikra naujiena - tačiau iki to laiko balso žinutė jau buvo pasidalinta nesuskaičiuojamą daugybę kartų". (prieiga per internetą: <https://www.news.at/a/fake-news-coronavirus-11395467>, paskutinį kartą žiūrėta 2020 m. birželio 11 d.).

Melagingų naujienų sklaida Austrijoje įgavo tokį neįprastą mastą, kad vyriausybė buvo priversta įsteigti "skaitmeninių krizių valdymo grupę", kuriai buvo pavesta nustatyti ir pažymėti melagingus pranešimus apie koronavirusą. Vien per pirmąją savaitę aptikta apie 150 netikrų naujienų. Daugiausia internete buvo platinamos sąmokslų teorijos, koronaviruso banalizavimas, pasiūlymai dėl gydymo ir saviagnostikos, taip pat neva rengiamos taisyklės ir apribojimai gyventojams, skleidžiantys baimę ir siaubą. (prieiga per internetą: <https://orf.at/stories/3159533/> , paskutinį kartą žiūrėta 2020 06 11).

Austrijoje nuo 2011 m. veikia švietimo apie piktnaudžiavimą internetu asociacija (Mimikama). Ši asociacija atskleidžia netikras naujienas, piktnaudžiavimą internetu, sukčiavimą internetu ir melagingus pranešimus ir su jais kovoja. Kiekvienas socialinės žiniasklaidos naudotojas gali kreiptis į šią asociaciją ir, kilus įtarimui, paprašyti, kad netikros naujienos būtų identifikuotos. Be to, asociacija rengia daugybę seminarų žiniasklaidos kompetencijos srityje "Mokomės atpažinti netikras naujienas". (prieiga per internetą: <https://www.vererein-mimikama.at/>, paskutinį kartą žiūrėta 2020 06 11). Visus puslapius, kurie jau buvo pripažinti netikromis naujienomis, galima rasti adresu <http://www.hoaxsearch.com/>.

Čekija

Per Covid pandemiją 2020 m. kovo-gegužės mėn. Čekijoje pasirodė daug melagingos arba nepatikrintos informacijos.

Ši informacija dažnai sukeldavo nežinomybės baimę, o žmonės, apimti baimės ir panikos, būdavo mažiau atsargūs ir apdairūs. Todėl telefonų su Android operacine sistema naudotojai (ne tik Čekijoje) sugebėjo parsisiųsti programėlę, kuri atrodė kaip koronaviruso plitimo žemėlapis, paskelbtas sertifikuoto Džono Hopkinso universiteto (Baltimorė, JAV). Programa veikė su šio universiteto duomenimis, tačiau joje buvo virusas, kuris blokavo telefono sistemą ir reikalavo sumokėti išpirką bitkoinais, kad būtų atkurta prieiga.

Elektroninio pašto vartotojai gavo "garantuotus" Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) el. laiškus, kuriuose buvo siūloma vakcina nuo COVID19 arba įvairūs vaistai nuo šios ligos, nors nei vakcinos, nei konkretaus vaisto dar nebuvo. Patikrinti el. laiško autentiškumą nebuvo sunku, tačiau žmonės vis tiek atsakydavo į laišką ir užsisakydavo vakciną ar vaistą.

Viena didžiausių netikrų naujienų buvo ta, kad Ibuprofenas (vaistas nuo skausmo) blogina ligos eigą. Šią informaciją kelis kartus paneigė Čekijos Respublikos valstybinė vaistų

kontrolės tarnyba (State Office for Drug Control of the Czech Republic - SUKL) ir Sveikatos apsaugos ministerija. SUKL teigė, kad tokiu atveju šis vaistas turėtų būti pavojingas, net jei susirgimas būtų tik paprastas gripas.

Lithuania

Karantino pradžioje tarp mūsų žmonių buvo daug streso ir nerimo, taip pat daug klaidinančios informacijos apie viruso plitimą, kaukės dėvėjimo efektyvumą, kontaktą su kitais žmonėmis ir pan. Iš įvairių šaltinių gaudavome prieštaringos informacijos, pavyzdžiui, ar kaukės yra veiksmingos, ar ne. Covid pandemijos pradžioje mūsų šalyje trūko kaukių, o iš oficialių vyriausybės šaltinių daugiausia buvo informuojama apie tai, kaip svarbu plauti rankas. Vėliau komunikacija pasikeitė ir kaukes dėvėti buvo privaloma visiems, tačiau daugeliui žmonių buvo sunku prisitaikyti prie šios situacijos, nes anksčiau jie buvo įsitikinę visiškai kitokiu požiūriu.

Lenkija

Šiuo metu visas pasaulis susiduria su didele krize dėl Covid-19 viruso pandemijos. Tokio masto viruso plitimo pasaulis nematė jau daugelį metų, todėl nenuostabu, kad jis kelia vis didesnę baimę visuomenėje. Taip pat sklando mitai, pusiau tiesa ir dezinformacija apie ligos plitimą. Daugelis internete plintančių įsitikinimų neturi nieko bendra su tiesa, o dezinformacija gali sukelti chaosą. Tokiu atveju geriausia kreiptis patarimo į šios mokslo srities specialistus.

Vienas iš jų - Dr. Paweł Grzesiowski, Infekcijų prevencijos instituto fondo valdybos pirmininkas, imunologijos ir infekcijų terapijos ekspertas, kuris viename iš savo interviu pateikė svarbios informacijos apie vieną iš mitų, sklindžiusių pradinėje ligos stadijoje Lenkijoje ir sukėlusią daug diskusijų, t. y. apie siuntinių rinkimą iš kurjerių. Kai kurios pirmaujančios kurjerių bendrovės kitoms bendrovėms pristato 370-400 mln. siuntų [per metus?], todėl buvo daug spėliojama, kiek laiko virusas išlieka ant siuntinio ir ar siunta nebuvo kaip nors užkrėsta pakavimo metu. Kaip paaiškėjo, tai mažai tikėtina, nes nors virusas ant kartono gali išlikti iki 24 valandų, tai nėra pagrindinis infekcijos plitimo kelias. Be to, su šiuo pavojumi nesunku susidoroti, nes išpakavus pakuotę pakanka nusiplauti ar dezinfekuoti rankas, nes virusas neprasiskverbia per odą.

2020 m. balandžio pradžioje Lenkijoje kilo didelė panika dėl naminių gyvūnėlių, o internetą užplūdo kačių ir šunų, kuriuos paliko jų šeimininkai, bijodami per juos užsikrėsti Covid-19, nuotraukos. Tai dar vienas mitas. Pasaulio sveikatos organizacija pranešė, kad iki šiol nerasta jokių mokslinių įrodymų, kad naminiai gyvūnai, pavyzdžiui, katės ir šunys, galėtų užsikrėsti šiuo virusu, o tai reiškia, kad jie negalėtų jo perduoti žmonėms. Tai taikoma ir paukščiams, laukiniams gyvūnams bei vabzdžiams. Tačiau po kontakto su gyvūnu pravartu nusiplauti rankas.

Viena iš juokingiausių pusiau tiesų, paskleistų per Covid-19 sukeltą krizę, buvo ta, kad virusą galima sunaikinti geriant gryną alkoholį. Atrodo, kad tai labiau panašu į kvietimą į vakarėlį nei į patikimą būdą apsisaugoti nuo žudančio viruso. Tokį alkoholį reikėtų naudoti tik ant odos, bet saikingai, nes per didelis jo kiekis gali pažeisti epidermį.

Reikėtų nepamiršti, kad ne viskas, kas pasirodo internete ar žiniasklaidoje, yra tiesa. Šiuo metu dažna problema yra kritinio mąstymo stoka analizuojant turinį, todėl būtina kiek įmanoma patikrinti visą informaciją, nes lengva tapti melagingos informacijos, kuri gali padaryti daugiau žalos nei naudos, auka.

Portugalija

Kalbant apie COVID-19 situaciją Portugalijoje, 2020 m. birželio 22 d. buvo pranešta apie 12 310 aktyvių atvejų, 39 392 patvirtintus, 25 548 pasveikusius ir 1 534 mirties atvejus.

Sveikatos apsaugos valstybės sekretoriaus teigimu, Portugalijoje mirtingumo nuo COVID-19 rodiklis yra 5,5 atvejo 100 000 gyventojų, taigi "prastesnis nei daugumoje Europos šalių".

Šiuo pandemijos laikotarpiu netikrų naujienų klausimas tampa dar aktualesnis. Tai sąvoka, kuri pati savaime reiškia tam tikrą netikslumą, nes "naujiena pagal apibrėžimą nėra melaginga" (Mesquita et al, 2019, p. 1), nors jos naratyvai gali būti susiję su mažiau tikslią informacija. Tuomet kalbame apie dezinformaciją, dezinformaciją arba klaidingą informaciją (Posetti et al, 2019, p. 47).

Portugalijoje, ypač šiuo pandemijos laikotarpiu, labai svarbu skatinti kritinį mąstymą, naudojantis patikimais tinklalapiais ir Generaline sveikatos apsaugos direkcija (DGS). Šioje kovoje su netikromis naujienomis Portugalijoje pabrėžiame DGS ir "Polígrafo-SIC" naujienų skyriaus sukurta partnerystę. Jos pagrindinis tikslas - analizuoti faktus ir įsitikinti tarp

gyventojų plintančios informacijos tikrumu, remiantis patikima mokslinė informacija ir žurnalistiniais archyvais.

Konsultuodamiesi su "Polígrafo", susidūrėme su šiais neteisingų sampratų pavyzdžiais, kurie kasdien cirkuliuoja socialiniuose tinkluose ir yra platinami:

- 1 - Namų receptas aspirino, antibiotikų ir eukalipto garinimas yra veiksmingas gydymas;
- 2 - kaukės iš Kinijos ir Indijos gali būti užterštos;
- 3 - Gydymas terminiais vandenimis;
- 4 - Besimptomiai užsikrėtę žmonės neužkrečia kitų.

Visi minėti teiginiai pasirodė esantys nepagrįsti ir melagingi:

Pirmuoju atveju nėra jokio stebuklingo recepto, kaip kovoti su virusu, vaistai, tokie kaip antibiotikai, nėra veiksmingi COVID-19 gydymo būdai, taip pat eukalipto garinimas ar net tam tikrų maisto produktų, pavyzdžiui, citrinų, vartojimas.

Kalbant apie antrąjį atvejį, ypač gegužės mėnesį vaizdo įrašė YouTube platformoje pasirodė informacija apie importuotas kaukes, kurios gali būti užkrėstos; tai buvo manipuliacijos rezultatas, padarytas taip, kad atrodytų kaip teisėtas PSO įspėjimas.

Trečiuoju atveju nėra mokslinių įrodymų, kad gydymas terminiais vandenimis yra veiksmingas; įrodyta, kad maisto pH neturi įtakos šiuo virusu užsikrėtusių pacientų būklei.

Ketvirtuoju atveju, nors ir įrodyta, kad kai kurių besimptominių pacientų gebėjimas perduoti virusą kitiems žmonėms yra mažesnis, tačiau realybė rodo, kad to negalima apibendrinti visai populiacijai.

Tokių situacijų, kaip minėtosios, kuriose reikia kritiškai mąstyti, bus daug daugiau. Pasak Dominguezo (2019, p. 137), "dar niekada anksčiau nebuvo taip aktualu kritiškai mąstyti dabartiniais kontroversiškais klausimais, kurie meta iššūkį mums, XXI a. individams, specialistams ir piliečiams". Iš tiesų, sunkumai "vertinant netikras naujienas, žinių apie mūsų euristiką ir kognityvinius šališkumus trūkumas, be kita ko, kritinio mąstymo ugdymą paverčia prioritetiniu tikslu, apimančiu visas aukštojo mokslo įstaigas".

Slovėnija

Kaip ir kitose pasaulio šalyse, Slovėnijoje Covid-19 pandemijos metu buvo gausu melagingų naujienų. Uždarymo ir karantino metu žmonės dar reguliariau sekė naujienas ir gaudė bet kokią naują informaciją apie virusą, jo šaltinį ir įvairius patarimus, kaip apsisaugoti nuo viruso.

Paminėsimė tik keletą melagingų naujienų, dažniausiai sklidančių populiariausiame socialiniame tinkle. Daugelį slovėnų šokiravo melaginga žinia, kad JAV kariuomenė ruošiasi įsiveržti į visą nuo viruso nusilpusią Europą. Tiesa buvo ta, kad NATO vykdė plataus masto karines pratybas, apie kurias buvo paskelbta praėjusių metų spalį.

Kita žinia, kuri pasirodė esanti melaginga, buvo nuotrauka, kurioje buvo pavaizduotas traukinio vagonas su užrašu "CORONA". Paaiškėjo, kad tai buvo fotomontažas.

Per patį pandemijos įkarštį socialinės žiniasklaidos vartotojai pradėjo dalytis klaidinga informacija apie tai, kaip apsisaugoti nuo viruso. Įrašė buvo teigiama, kad Covid-19 simptomus galima pašalinti per vieną naktį tiesiog išgėrus puodelį virto česnako. Įrašu pasidalijo daugiau kaip 1600 Facebook naudotojų Slovėnijoje. Vėliau šią žinią paneigė Slovėnijos nacionalinis visuomenės sveikatos institutas. Jie pareiškė, kad nors česnaką sveika vartoti, nėra absoliučiai jokių įrodymų, kad jis gali padėti kovoti su virusu. Panašiai buvo pasirodžiusi netikra žinia, kad kas 15 minučių geriant vandenį virusas iš gerklės bus nuplautas į skrandį, kur jį sunaikins skrandžio rūgštis. Žinoma, netrukus tai buvo išsklaidyta kaip melaginga naujiena.

Buvo daug netikrų naujienų, susijusių su gyvūnais ir viruso perdavimu iš gyvūnų žmonėms. Vienas Slovėnijos portalas paskelbė netikras naujienas apie tai, kad pandemijos metu Slovėnijoje buvo palikta daugybė šunų, nes žmonės bijojo, kad šunys gali perduoti virusą žmonėms. Paaiškėjo, kad tai netiesa. Netrukus po šios žinios buvo paskelbta nauja netikra naujiena, paimta po užsienio žiniasklaidos pranešimo apie tai, kad katės perduoda Covid-19 žmonėms. Liubianos universiteto Veterinarijos fakultetas nedelsdamas ėmėsi veiksmų ir paskelbė pareiškimą, kad nėra absoliučiai jokių įrodymų, jog katės gali perduoti virusą žmonėms.

Prasidėjus vasaros atostogoms įsilaužėliai paskelbė dar vieną suklastotą straipsnį, prisistatydami vienu iš Slovėnijos žurnalų. Daug Slovėnijos gyventojų atostogauja kaimyninėje Kroatijoje, todėl daugelis jų sunerimo, kai žiniasklaidoje ėmė plisti netikros žinios apie tai, kad Kroatija uždarė sienas su Slovėnija. Slovėnijos spaudos agentūra (STA)

netrukus pareiškė, kad šios žinios yra melagingos, ir daugelis Slovėnijos gyventojų, kurie jau buvo išvykę atostogauti į Kroatiją, galėjo vėl atsipūsti.

Atrodo, kad šiuo metu situacija dėl netikrų naujienų šiek tiek gerėja, nes atsirado keletas organizacijų ir straipsnių, kuriuose žmonės įspėjami patikrinti, ką skaito, prieš viskuo tikint ir dalijantis toliau.

Kritinis mąstymas ir senjorų mokymo ypatumai

Žmogaus intelekto vystymąsi vėlesniame amžiuje lemia dvi pagrindinės kryptys. Viena iš jų susijusi su gyvenimo patirtimi. Žmonės, patyrę daug intelektinių iššūkių ir susidūrę su sudėtingomis problemomis, paprastai patiria kokybišką senėjimą. Ir atvirkščiai - žmonės, kurie buvo tik paprasti darbininkai, gyvenime nepatyrę didelių intelektinių iššūkių, susiduria su juos supančio pasaulio supratimo problemomis. Žinoma, tokiais atvejais problemos pradžia slypi giliai praeityje. Šiais laikais situacija darosi vis blogesnė. Šiuo atveju negalime daug nuveikti, nes turime susitaikyti su tuo, kad žmonės, neišmokę intelektinės veiklos, nebus pasirengę permąstyti, analizuoti, lyginti ir išvesti. Taisyklė labai paprasta: kaip vyresnio amžiaus asmeniui, žmogui, kuris nėra vyksdęs aktyvios intelektinės veiklos, reikia daug daugiau pastangų, kad sėkmingai mokytųsi, nei anksčiau.

Kita problema priklauso nuo visuomenės, civilizacijos ir technikos raidos. Pensininkai taip pat susiduria su senėjimo proceso sukeltų praradimų problemomis (įskaitant socialinių ryšių, kurie, remiantis konstruktyvizmo teorija, yra tam tikras patikrintos informacijos šaltinis, praradimą). Taigi pagyvenusius žmones spaudžia dvi skirtingos jėgos: senėjimo proceso sukelti praradimai ir sparti visuomenės raida. Galiausiai, ieškodami patikrintos informacijos apie pasaulį, visuomenę, žmogaus raidą ir kasdienius reiškinius, pensininkai gali pasikliauti tik savimi. Jie neturi daug galimybių patikrinti tiesą, ypač jei nėra socialiai aktyvūs. Pamažu naujų reiškinių kiekis taip išauga, kad pasaulis atrodo keistas, nesuprantamas ir tolimas.

Vienas iš sprendimo būdų, kaip kompensuoti ryšių praradimo ir informacijos trūkumo problemą, būtų gerai parengtas senjorų švietimas. Pirmiau minėtomis aplinkybėmis darbas su informacija yra labai svarbus priimant sprendimus kasdieniame gyvenime. Ji turi būti labai kruopščiai organizuota specialiu būdu, kad įveiktų stereotipus ir padėtų žmonėms keisti pasaulėžiūrą, kuri labai dažnai būna pasenusi. Tokiu atveju mokytis kritinio mąstymo reiškia parodyti, ką galime daryti su nauja informacija, kaip atnaujinti savo žinias, kaip atpažinti faktus, nuomones, netikras naujienas ir dezinformaciją. Visa tai galėtų padėti senjorams išlikti saugiams ir neleisti jiems tapti apgavikų, sukčių ar politinių populistų aukomis. Tokiam tikslui reikia mokytojų ir organizacijų, kurios jau turi senjorų mokymo patirties; naujų organizacijų, pasirengusių spręsti šią problemą, gerai parengtų instruktorių, gerontologų, andragogų ir suaugusiųjų švietimo specialistų, galiausiai tinkamos mokymo programos arba didaktinio pasiūlymo. Projekto metu partnerių organizacijų pasiūlytos idėjos ir koncepcijos buvo pirmieji žingsniai sudarant tinkamą kritinio mąstymo ugdymo medžiagą.

Best educational practices related to teaching seniors ‘critical thinking’



Šalis	Lenkija
1.	Kalba: Lenkų / anglų k.
2.	Pavadinimas: "Būkite faktų tikrintoju ir būkite arčiau tiesos"
3.	Veiklos tipas: seminaras su praktikos elementais
4.	Tikslai: Gyvename informacinėje visuomenėje, kurioje kiekvienas iš mūsų gauna daugybę įvairaus turinio, kurį neabejotinai laiko tiesa. Mūsų kursas atsirado tam, kad padėtume visiems besidomintiems ir pristatytume, kaip elgtis su šiuo visur esančiu informaciniu chaosu. Projekto prielaida - pabrėžti kritinio mąstymo esmę ir atmesti besąlygišką gautų pranešimų įsisavinimą. Siekiame pateikti būdą, kaip nuodugniai patikrinti pateiktos informacijos pagrįstumą, ir nurodyti, į ką reikėtų atkreipti dėmesį analizuojant informaciją. Pagrindinis mūsų siūlomo kurso tikslas - supažindinti dalyvius su internete pateikiamos informacijos tikrinimo svarba ir pateikti jiems nesudėtingą receptą, kaip tai padaryti. Uždaviniai:

	• Parodyti, kaip atskirti patikrintą, teisingą ir tikrą informaciją. • Pristatyti savybes, kurios gali pakenkti informacijos tikslumui. • Parodyti patikimus interneto šaltinius. • Atkreipti dėmesį į skaitymo supratimo ir atidžios sakinių analizės svarbą. • Apžvelgti netikrų naujienų, melagingo turinio, pseudomokslinių šaltinių pavyzdžius.
5.	Autoriai: Aleksandra Kudźma, Sylwia Kawa
6.	Tikslinė grupė Naršydami naujienas, socialinę žiniasklaidą, internetinius laikraščius, žurnalus ir mokslo populiarinimo portalus senjorai gali jaustis dezinformuoti. Mūsų sukurtas kursas skirtas senjorams, kurie nori pagilinti savo žinias internete skelbiamos informacijos tikrinimo srityje ir nori sužinoti, kaip išvengti dažnai žiniasklaidoje skelbiamo melagingo turinio. Grupės charakteristikos: • Amžius: 60 m. ir vyresni; • Lytis – kursas skirtas visiems; • Specialieji reikalavimai - senjorams, turintiems pagrindinius interneto naudojimo įgūdžius ir dirbantiems kompiuterinio raštingumo srityje; Didžiausias dalyvių skaičius - 20;
7.	Veiklos aprašymas: Kursų tikslinė grupė yra suaugę žmonės, tiksliau - senjorai. Ši grupė yra ypač pažeidžiama dėl tam tikros informacijos nesupratimo. Itin svarbu senjorams išdėstyti, kaip būtina tikrinti visą gaunamą informaciją. Vienas iš pagrindinių tikslų - parodyti jiems, kiek daug klaidingos informacijos yra aplinkui ir kaip teisingai ją patikrinti, kad ji nesidubliuotų, taip pat išvengti nereikalingo su melaginga informacija susijusio streso.
8.	Kursų trukmė ir tolesnė veikla: Apytikslė kurso trukmė - 3 valandos. Kursas suskirstytas į 2 dalis. Abiejų dalių trukmė

	ne ilgesnė kaip 1 val. 15 min. Tarp jų numatyta pertrauka dalyviams.
9.	Poveikis: 1. Dalyviai moka patikrinti, ar informacija yra melaginga. 2. Jie žino patikimus informacijos šaltinius. 3. Jie gali įvertinti tokios informacijos perdavimo riziką.



Šalis	Čekija
1.	Kalba: čekų
2.	Pavadinimas: "Kaip mūsų smegenys mus klaidina ir kaip neapsigauti"
3.	Tikslai: - informuoti dalyvius apie kognityvinius šališkumus ir smegenų veikimą (euristika). - pademonstruoti akivaizdžius šališkumus, kurie pasitaiko - informuoti, kaip pasaulis daugeliu atžvilgių patobulėjo - paaiškinti, kas yra kritinis mąstymas, ir pateikti keletą pratimų
4.	Veiklos tipas: <i>seminaras</i>
5.	Iniciatorius: <i>Denisa Zábranská</i>
6.	Tikslinės grupės: suaugusieji, gali būti 15-101+ m. amžiaus

7.

Ką dalyviai daro? Kaip? Kam?

- Seminarą sudaro trys teminės dalys.

1. Kognityvinių šališkumų ir greito bei lėto mąstymo apibūdinimas

a) paaiškinama, ką reiškia greitas ir lėtas mąstymas → greitas mąstymas linkęs turėti klaidų (kognityvinių šališkumų)

b) kognityvinių šališkumų demonstravimas, ir jų apibūdinimas (idealiu atveju suma 7 +/- 2) - pavyzdžiui, optimizmo šališkumas - kai žmonės projektavo Sidnėjaus operos pastatą, kiek laiko ir pinigų jie tikėjosi, kad tam prireiks → Ir kiek laiko tai užtruko? Kiek pinigų tai kainavo? Leiskite jiems spėlioti. Tai buvo daug daugiau!

2. Testo vertinimas pagal "Faktiškumas" (Hans Rosling)

a) testo iš knygos "Faktiškumas" (Hans Roslings) vertinimas

b) paaiškinti šio testo tikslą ir tai, kad beveik visi, net ir gerai išsilavinę žmonės, gauna žemus balus. Taip pat, kad yra vienas šališkumas, kuris tikriausiai iškreipia mūsų mąstymą, tegul jie atspėja, kuris

c) atskleisti teisingus atsakymus ir paklausti apie balus

d) aptarti atsakymus ir išsamiai paaiškinti apie pavienius atvejus (paaiškinti, kuo skiriasi kraštutinis skurdas nuo skurdo ir kad mums gali atrodyti, jog tai tas pats, bet tokiomis sąlygomis gyvenantys žmonės pastebimai skiriasi

3. Paaiškinti, kas yra kritinis mąstymas

a) paaiškinti, kas yra kritinis mąstymas ir atskirti jį nuo kritikos (neigiamo požiūrio ir klaidų bei klaidų ieškojimo).

b) diskusija apie tai, ko reikia žmonėms, kad jie mąstyty kritiškiau.

c) klausimų (net ir kvailų) uždavinėjimo svarbos pabrėžimas → taip mes mokomės → tai skatina mus kelti daugiau klausimų → tai yra procesas.

d) rasti prieštarų situacijų ar teiginių ir **praktikuoti formuluoti klausimus bei siūlyti daugiau alternatyvių variantų** → pavyzdžiui, klaidingas priešastingumas (nes valgant ledus skęsta žmonės, o [čia](#) yra tai rodantis grafikas).

SVARBI PASTABA: Kadangi kai kurie žmonės šiame kurse gali jaustis neadekvatūs ir neišsilavinę, svarbu pasakyti, kad **tai yra normalu**, taip funkcionuoja mūsų smegenys.

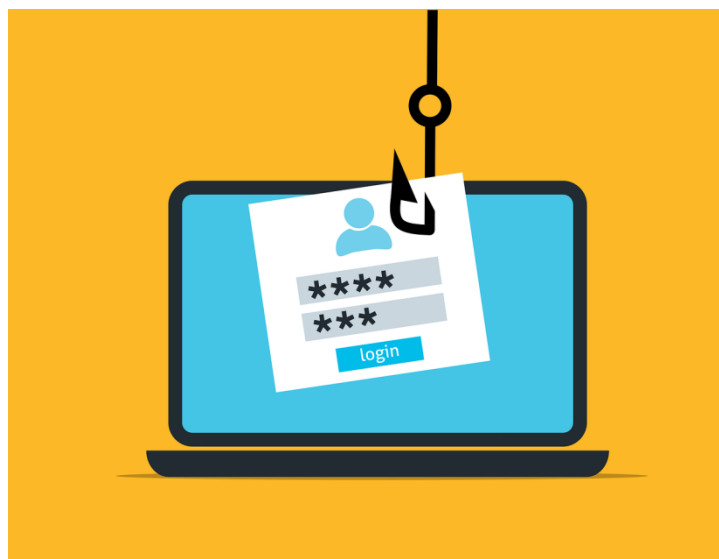
Kiekvienam žmogui taip yra, ir tai, kad priimant nesvarbius sprendimus šališkumas yra

	normalu. Priežastis, kodėl apie tai kalbame yra ta, kad svarbūs sprendimai nebūtų įtakojami šių šališkumų. ○ Kam to reikia? (poreikiai) - smalsumas: žmonės dažnai nori jaustis teisūs, o jei supranta, kad kažkas negerai, tai gali paskatinti atvirumą ir norą mokytis ○ Kurso trukmė ir tolesnė veikla, jei tokia yra: → vienos dienos seminaras arba du trumpesni (3 val. + 3 val.)
8.	Būtinios priemonės ir ištekliai - Knygos: <i>Thinking fast and slow</i> - D. Kahneman, <i>Factfulness</i> - H. Rosling - Interneto svetainės: - https://www.gapminder.org/ - https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_cognitive_biases - http://podcasts.ox.ac.uk/series/critical-reasoning-beginners
9.	Poveikis: - įgyti žinių ir patirties apie kognityvinius šališkumus. - patirti, kokią įtaką mūsų įsitikinimai daro mūsų spėjimo ir prognozavimo įgūdžiams. - suprasti kritinio mąstymo vaidmenį žmogaus gyvenime.



Šalis	Austrija
1.	Pavadinimas: Verslumo ir kritinio mąstymo įgūdžiai mokantis anglų kalbos
2.	Veiklos pobūdis: Anglų k. kursai
3.	Tikslai: Kalbų mokymasis atsižvelgiant į šias kompetencijas: verslumo ir kritinio mąstymo.
4.	Aprašymas: Iš esmės mokymosi veiklos struktūruojamos pagal Bloomo taksonomiją. Prisiminti, suprasti, taikyti, analizuoti, vertinti, kurti Rekomenduojame laikytis šių taisyklių: • Diskusijas pradėkite nuo atviro klausimo • suteikite besimokantiems laiko pagalvoti • Paprašykite, kad jie sukurtų dviejų visiškai priešingų idėjų argumentų sąrašą • Padėkite besimokantiems padaryti išvadas ir nustatyti sąsajas • Analizuokite teiginius, vėliau dažniau klausdami kodėl • Padėkite besimokantiems išsiugdyti patikimos informacijos pojūtį • Leiskite pareikšti ir kitokią nuomonę Metodologija Kritinio mąstymo galima mokyti įvairiais būdais: Nėra svarbu, ar jis mokomas konkrečiai tam skirtose specialiose pamokose ir abstrakčių principų forma, ar derinant su konkrečaus dalyko turiniu. Mokymasis yra veiksmingiausias, kai abstrakčių principų aiškiai mokoma, o vėliau jie iliustruojami, pritaikomi ir gilinami pasitelkiant konkrečias

	temas. Nuo (vadovaujamų) dalyvių diskusijų iki vaidmenų žaidimų; nuo aiškaus bendrųjų kritinio mąstymo principų dėstymo iki glaudaus sujungimo su konkrečiu dalyko turiniu.
5.	Tikslinė grupė: suaugusieji
6.	Trukmė: atsižvelgiant į poreikį
7.	Būtinės priemonės ir ištekliai: Rašymo lenta Rašymo lentos rašikliai Užrašų lapai Kompiuteris Projektorius
8.	Poveikis: Besimokantieji gali išmokti ne tik pažinimo priemonių, bet ir kritinio mąstymo. Iki šiol didžioji dalis turimų tyrimų apie kritinį mąstymą buvo atlikta anglakalbėse šalyse. Tačiau vokiškai kalbančių mokyklų kontekstui pateikiama patikimų įrodymų, kaip mokytojai gali padėti besimokantiesiems kvestionuoti klausimus ir kurti savarankiškus argumentus klasėje.
9.	Iniciatorius / lektorius Organizacija: Akademie für Politische Bildung und demokratiefördernde Maßnahmen Facilitatorius: Hauser Petra
10.	Interneto svetainė: ECT Skills & English Language Learning - Akademie für Politische Bildung und demokratiefördernde Maßnahmen (pb-akademie.at)
11.	Socialinių tinklų nuoroda: Erasmus+ ECT Skills & English Language Learning Facebook



Šalis / organizacija	Lenkija / Fundacja Pro Scientia Publica
1.	Pavadinimas: Sukčiavimas (“phishing”) - Ispanų kalinys / nigeriečių sukčiai - El.pašto laiškai - Socialiniai tinklai (netikri profiliai) - Asmens ar institucijos tapatybės vagystė
2.	Veiklos tipas: seminaras
3.	Tikslai: Pagrindinis tikslas - pristatyti tam tikrą problemą pasirinktai tikslinei grupei, t. y. senjorams, kurie gali būti jautriausia interneto vartotojų grupė, susijusių su tam tikru sukčiavimo būdu. Uždaviniai: - Didinti informuotumą apie esamus procesus ir galimas grėsmes naršant virtualiame tinkle. - Paaiškinti dalyviams sukčiavimo schemas, parodyti, kaip jos veikia. - Pristatyti sukčiavimo būdus. - Sukčiavimo prevencijos būdų pristatymas.
4.	Veiklos aprašymas: Kursas skirtas suaugusiesiems. Pradžioje dalyviai supažindinami su kurso turiniu, vėliau

	pateikiama svarbi informacija pagrindine tema. Po teorinės dalies dalyviai dalyvauja grupiniame darbe, kuriame gali pasitikrinti ir panaudoti įgytas žinias. Pabaigoje skiriamas laikas diskusijoms ir kurso apibendrinimui.
5.	Tikslinė grupė: Senjorai
6.	Trukmė: Visa vieno užsiėmimo trukmė - 90 minučių: - Organizacinė ir parengiamoji veikla - 5 min. - Integracija - 5 min. - Supažindinimas su seminaro turiniu - 10 min. - Įvadas į užsiėmimo temą ir problemos apibrėžimas - 10 min. - Darbas grupėse - 15 min. - Pasirinktų sukčiavimo tipų pristatymas - 10 min. - Darbas grupėse - 10 min. - Apsaugos nuo sukčiavimo metodų pristatymas - 15 min. - Apibendrinimas - 10 min.
7.	Būtinės priemonės / ištekliai: • kompiuteris su interneto ryšiu, projektorius. - rašymo lenta, žymekliai - plakatai, užrašų knygtės, rašymo priemonės
8.	Poveikis: Baigę kursą dalyviai įgis reikiamų žinių, kad galėtų aptikti sukčiavimo atakas ir jų išvengti.
9.	Iniciatorius / lektorius: Magdalena Jaworska (Pro Scientia Publica Foundation).
10.	Interneto svetainė: http://www.cybernetsecurityforseniors.eu
11.	Socialiniai tinklai: https://www.facebook.com/pg/nmfcss/



Šalis / organizacija		Portugalija / COFAC Unisseixal
1.	Pavadinimas: Psichologinės veiklos pandemijos metu	
2.	Veiklos pobūdis: Trečiojo amžiaus universiteto užsiėmimai	
3.	Tikslai: Pandemijos metu "Casa do Educador & Unisseixal" psichologinė tarnyba ir toliau vykdo nuotolinio darbo funkcijas, aptarnaudama "Unisseixal" studentus ir "Cesviver" narius. Šiuo metu aktyvios 5 studentų grupės, kurioms talkina psichologai Dr. Vítor Vitorino ir Fiona Sofia, pirmadieniais, trečiadieniais ir penktadieniais per Messenger programėlę vykdančios vaizdo konferencijas, kurių turinys skelbiamas Facebook puslapyje: "Unisseixal - Psicologia para A healthy life". Šiomis veiklomis siekiama skatinti gerą savijautą ir draugiškumą dalijantis; stiprinti tarpasmeninius santykius; stimuliuoti kognityvines funkcijas - dėmesį ir trumpalaikę bei ilgalaikę atmintį; stiprinti integraciją, suteikiant dalyviams aktyvesnį ir savarankiškesnį vaidmenį; visa tai daro įtaką gyvenimo kokybės gerėjimui, taip pat sveikesniam ir aktyvesniam senėjimo procesui.	
4.	Veiklos aprašymas: Konsultacijos dėl paramos ir psichologinio stebėjimo vyksta telefonu arba vaizdo skambučiu per Messenger ar WhatsApp programėles. Telefonu buvo bendraujama su Unisseixal psichologijos kursų studentais ir Cesviver nariais, kad prireikus būtų suteikta psichologinė pagalba ir, jei įmanoma, patenkinti studentų išreikšti poreikiai. Verta paminėti, kad tyrimai rodo, jog kognityvinės intervencijos programos yra	

	veiksmingos stabilizuojant arba gerinant pažinimo deficitą ir kad tokiu būdu jos skatina išlaikyti arba didinti asmens pažinimo veiklą ir savarankiškumą, atsižvelgiant į kiekvieno savybes ir, jei yra, atsižvelgiant į traumą. Ši programa yra priemonė, leidžianti internetu įgyvendinti kognityvinio mokymo planus, kuriuos prižiūri ir skiria psichologas; ir kurie vykdomi atsižvelgiant į žmonių individualius poreikius. Šiuo atžvilgiu svarbu paminėti, kad yra keletas užduočių tipų ir kad jie yra suskirstyti pagal kognityvines funkcijas (dėmesys, atmintis, vykdomosios funkcijos, kalba, konstruktyvūs gebėjimai ir skaičiavimas, taip pat užduočių pobūdis leidžia didinti arba mažinti sudėtingumo lygį, priklausomai nuo individualių besimokančiojo veiklos rezultatų). Pateikiame keletą konkrečių pavyzdžių iš įvairių veiklos sesijų, padarytų vaizdo įrašais: p. Adélia Serralha pasidalijo ištrauka iš Helenos Sacadura Cabral knygos: S. Cadadros Sacadros ištrauką iš knygos "Mano pasirinkimai", kurioje kalbama apie laimę, ir kiekvienas dalyvis papasakojo apie sakinį ar žodį, kuris įsiminė, taip pagilindami šios ištraukos poveikį kiekvienam grupės nariui. P. Maria Alexandrina pasidalijo Manuelio Alegre eilėraščiu "Lisboa still", ir šis eilėraštis buvo aptartas grupėje. Užsiėmimai prasidėjo dalijantis dalyvių atsineštomis knygų ir poezijos ištraukomis, nagrinėjant kiekvieną iš jų ir paliečiant kai kurias aktualias temas. P. Adélia Serralha perskaitė iš knygos paimtą tekstą, kuriame kalbama apie pokyčius: "Kaip sukurti naują save". P. Emília Cruz pasidalijo ištrauka, paimta iš Biblijos, o Maria Justo perskaitė Fernando Pessoa eilėraštį: "perėjimo laikas". Toliau buvo nagrinėjama tema, susijusi su baime išeiti iš namų ir poreikiu išeiti iš namų net 5 minutėms; aptartos strategijos, kaip išeiti iš namų saugiai, kad nekiltų panikos priepuolis, ir būdai, kaip kovoti su nerimo ir depresijos simptomatika, kylančia dėl karantino. Grupėje buvo aptarti karantino privalumai, siekiant nukreipti mąstymo pozityvaus mąstymo linkme. Dalyviai paminėjo šiuos privalumus: daugiau solidarumo, galimybė užsiimti malonia veikla, pavyzdžiui, skaityti knygą ir gaminti maistą su partneriu,
--	--

	mitybos pagerėjimas, šeimos ir socialinių santykių stiprinimas namuose ir vaizdo skambučiais, papildoma motyvacija naudotis naujomis technologijomis, sutelkiant dėmesį į sunkumų įveikimą, mokymąsi ir nešiojamojo kompiuterio naudojimo įgūdžių tobulinimą, taip pat šeimos reorganizacija, susijusi su vaikų nuotoliniu darbu. P. Adélia Serralha, kaip buvo sutarta, perskaitė tekstą: "Kaip pasitikti pokyčius" kolegoms, kurie nedalyvavo praeitame 4-17-20 susitikime. P. Maria Justo pristatė nuostabią ištrauką, paimtą iš knygos: "Mažasis princas", kurioje pasakojama apie tai, kaip mes visi paliekame dalelę savęs kituose ir atvirkščiai. P. Lurdes C. Neves Moreira padėklamavo Machado de Assis eilėraštį apie draugystę. P. Maria Alexandrina deklamavo Manuelio Alegre eilėraštį: "Lisboa vis dar". P. Sebastiana Romana atnešė ištrauką iš knygos. P. Ana Maria Farinha perskaitė ištrauką iš knygos "Dvasios dieta", kurioje kalbama apie geros savijautos siekimo svarbą. P. Ana Maria Farinha perskaitė ištrauką iš knygos "Deivė lieka", kurioje kalbama apie gebėjimo mylėti svarbą. Grupė gilinasi į kiekvieną perskaitytą tekstą ir atidžiai klausėsi, o kiekvienas dalyvis išsakė savo nuomonę. P. Isabel Lopes papasakojo, kaip jai pavyko įveikti baimę, kurią jautė išeidama iš namų, pažymėdama, kad buvo svarbu praktiškai įgyvendinti vaizdo konferencijoje aptartas 2004-17 d. strategijas, nes taip ji jautėsi saugi ir galėjo pasimėgauti tuo trumpu laiku, kai saugiai išėjo į gatvę, bendraudama su grupe, kuri dar prieš balandžio 17 d. bandė išeiti iš namų, tačiau namuose patyrė panikos priepuolį ir negalėjo išeiti.
5.	Tikslinė grupė: 55 m. ir vyresni
6.	Trukmė: tęstinės grupės, vienerių metų trukmės ar ilgesnės, jei yra poreikis.
7.	Priemonės ir ištekliai: kompiuteris ir internetas
8.	Poveikis: Didelis privalumas, kurį dalyviai turi dalyvaudami šiuose užsiėmimuose – galimybė būti namuose, nes dėl Covid-19 pandemijos mūsų visų gyvenime atsirado apribojimų. Taip pat jie gali atlikti pažintinio mokymo užsiėmimus kada nori, kasdien, vieni ir (arba) šeimoje, o pasibaigus užsiėmimui gali palyginti savo rezultatus. Šiuo metu kognityvinių mokymų sesijas per Cogweb vykdo kai kurie Unisseixal studentai ir Cesviver nariai, kurie paprašė tokios paslaugos, kuri padeda įveikti

sunkumus, kylančius dėl įvairių blokuojančių įsitikinimų, susijusių su technologijomis; taip skatinamas pasitikėjimo savimi, gerovės, savarankiškumo, motyvacijos ir savigarbos jausmas.

Tai skatina žmones toliau gyventi, atkreipti dėmesį į aplinką ir ugdyti kritinį mąstymą pandemijos metu.

Praktikos poveikis remiantis dalyvių atsiliepimais:

Tai skatina žmones toliau gyventi, atkreipti dėmesį į aplinką ir ugdyti kritinį mąstymą pandemijos metu.

Padedą stiprinti kritinį mąstymą apie pandemijos pasekmes, susijusias su pagyvenusių žmonių psichine sveikata.

Ši pasaulinė pandemija pribloškė visą pasaulį.

Tapo aišku, kad daug kas pasikeis, ypač mentalitetas.

Netrukus buvo suvokta, kad vyresnio amžiaus žmonės bus vieni iš labiausiai nukentėjusiųjų dėl jų galimybių ribotumo, susijusio su psichine ir fizine sveikata.

Šių grupių pažeidžiamumą didino socialinė izoliacija, laisvės atėmimas, meilės trūkumas. Mums neleido apkabinti, pabučiuoti, aplankyti, palydėti ligonius ir mirusiuosius, ir tai privertė mus susimąstyti: kas mes esame? Kas vyksta? Kur tai mus nuves?

Pirmajame etape - nežinomybėje, kaip gausime atsakymus, kaip rasti sprendimą, kuris grąžintų mums viską, ką buvome praradę: tikėjimas ir viltis, - buvo mūsų palydovai, kurie padėjo mums susitaikyti su nauja tikrove, kad nieko nebebus taip, kaip anksčiau. Išmokome būti atsparūs ir prisitaikyti prie sudėtingų situacijų, pavyzdžiui, naujų technologijų, kurios buvo dar vienas įrodymas, kaip galima lengviau įveikti sunkumus.

Kaip prisitaikyti prie naujos realybės

Ieškoma naujų būdų, kaip gyventi kartu pilno karantino ir griežtų apribojimų metu.

Vaizdo konferencijos tampa jungtimi tarp šeimų, draugų ir darbo ar socialinių grupių, kaip priemonė kovoti su izoliacija ir taip pat palaikyti smegenų aktyvumą.

Integruotos į Seixal vyresniojo universiteto akademinius metus, buvo sukurtos kelios vaizdo konferencijų grupės, kurios vyko per 3 karantino mėnesius, nuo 2020 m.

balandžio iki birželio, studentams nuo 60 iki 80 m. Šios sesijos, kuriose dalyvavau ir aš, veikė kaip būdas sumažinti izoliaciją, turiningai praleisti laiką, aktyvinti kritinį mąstymą, keistis idėjomis ir dalytis gyvenimo istorijomis, eilėraščiais, kur kiekvienas buvo kviečiamas prisidėti. Buvo naudojami keli kognityvinio lavinimo metodai, atliekant pratimus atminčiai lavinti, taip pat portugalų gestų kalbos, kaip pažintinių funkcijų skatinimo būdo, susijusio su rankų lankstumu, naudojimas, taigi fiziniai pratimai taip pat buvo šio mokymo dalis.

Visi šiose iniciatyvose dalyvavę mokiniai pabrėžė šių užsiėmimų svarbą tokiu neramiu jų gyvenimo laikotarpiu ir tai, kaip ši psichologinė parama padėjo sumažinti pandemijos padarytą žalą.

Kritinis mąstymas yra labai svarbus, jis leidžia mums tobulėti ir pasiekti tai, kas iš tiesų svarbu.

Įveikdami visas negandas, išmokstame, kad fizinė ir psichinė sveikata yra didžiausias mūsų turtas, kurį reikia saugoti.

Adelija Serralha Unisseixal studentė Nr. 1881

Patirtis - išgyventas karantino laikotarpis būnant Unisseixal studente "Psichologijos sveikam gyvenimui" programoje.

Baimių, abejonų ir draudimų kupinu laikotarpiu buvome uždaryti namuose, be įprastų veiklų, be bendravimo ir meilės. Sparčiai plintantis virusas užvaldė pasaulį ir privertė uždaryti viską ir visus, kol bus rastas sprendimas, kaip jį suvaldyti. Jokios šeimos, jokių draugų, jokių viešųjų paslaugų... tik įsakymas likti namuose. Gyvybei grėsė pavojus, o mūsų sveikas protas buvo gerokai susilpnėjęs.

Šiomis aplinkybėmis psichologijos profesoriai pasiūlė sprendimą, pagrįstą vienintele įmanoma alternatyva - naudotis internetu ir "susitikti" virtualiai.

Organizuoti ir koordinuoti bendravimą per Messenger programėlę galėjo profesoriaus Vitoriaus Vitorino vadovaujama stažuotoja Sofija. Supratome, kad tai būtų puikus būdas įveikti izoliaciją, dalytis idėjomis, mokytis grupėje, išvengti nusivylimo, baimės ir nejudrumo.

Taip ir nutiko:

- Mes pamatėme vienas kitą, išgirdome vienas kitą ir nusišypsojome;

	- dalijomės strategijomis, kaip išgyventi šią fizinę ir psichologinę pandemiją; - neleidome depresijai įsiviešpatauti; - su Adélia mokėmės gestų kalbos; - Rašėme ir skaitėme poeziją; - dalijomės skaitomais kūriniais; - Kalbėjomės apie knygas ir pristatėme jų turinį grupei; - Keitėmės receptais; - Pateikėme pasiūlymų, kaip pasigaminti kaukes; - Kalbėjomės apie atsparumą, dėkingumą, sveiką mitybą ir proto galią įgyvendinant taikaus ir sveiko gyvenimo strategijas. - Ugdėme kritinį mąstymą ir gebėjimą reflektuoti save kaip priemonę tobulinti savo gyvenimo būdą. - Atlikome kognityvinių gebėjimų stiprinimo užduotis pagal programą, kuri stiprina pojūčius ir gebėjimą susikaupti. Išvados: Buvo labai malonu dalyvauti šioje programoje, kuri leido mums apmąstyti esminius gyvenimo klausimus ir išsakyti savo idėjas, sąvokas ir jausmus. Įvairialypis indėlis leido mums išlaikyti dėmesį pozityviai, asertyviai ir asmeninio augimo praktikai. Mokantis gestų kalbos buvo mankštinamos rankos, suaktyvėjo susikaupimas, nes buvome pasiryžę mokytis ir tai daryti gerai. Dinamiškai keisdamiesi žiniomis ir mintimis įgijome daugiau pasitikėjimo savimi, pagerėjo savijauta ir gyvenimo kokybė. Ši novatoriška patirtis privertė mus išlįsti iš vienatvės kokono ir leido suprasti, kad išėjimas iš savęs ir susitikimas su kitais yra geriausias ugdymas, padedantis išlaikyti aktyvų, organizuotą ir kryptingą mąstymą. Maria Sebastiana Miguel Romana atsiliepiamas
9.	Iniciatorius / lektorius Organizacija: UNISEIXAL Facilitatorius: Vitor Vitorino and Fiona Sofia
C	Interneto svetainė:

	• https://psisaudavel.blogs.unisseixal.org/2020/05/ • https://www.cogweb.pt/
11.	Socialinių tinklų nuorodos: https://www.facebook.com/unisseixal.senior

Šalis, organizacija	UAB "Alfa idėjos ir technologijos", Lietuva
1.	Pavadinimas: COVID fakai ir melagienos
2.	Veiklos pobūdis: Seminaras
3.	Tikslai: Analizuoti situaciją iš įvairių perspektyvų, ugdyti kritinio mąstymo įgūdžius.
4.	Veiklos aprašymas: <u>Metodologija</u> Veiklą sudaro 3 etapai: A (numatymas), B (žinių konstravimas), C (įtvirtinimas). A (numatymas). Tai pradinis seminaro etapas. Pasitelkite dalyvių jau turimas žinias apie pandemiją. Neformaliai įvertinkite, ką jie jau žino, įskaitant klaidingus įsivaizdavimus. Sutelkite grupės dėmesį į temą. Pagrindinius teiginius galite užrašyti ant rašymo lentos arba lapuose, kad jie būtų prieinami vizualiai ir raštu. Išsirinkite ne daugiau kaip 2-3 teiginius, kurie grupei yra bendriausi, tolesnei diskusijai. B (žinių konstravimas). Activity and discussion part of the seminar. Suskirstykite dalyvius į mažas grupes po 4-5 žmones. Kiekvienos mažos grupės užduotis - peržiūrėti pasirinktus teiginius ir nustatyti kiekvieno teiginio privalumus ir trūkumus, pabandyti įsigilinti ir rasti įrodymų, tyrimų, nuorodų, faktų, kuriais grindžiamas konkretus teiginys. Kiekviena grupė vėliau pristato savo išvadas ir argumentus. Kiekvienai grupei pristačius

	savo grupės darbą, surenkite diskusiją tarp grupių. C (įtvirtinims). Seminaro pabaigoje pasidalykite nuomonėmis ir pateikite asmeninius atsakymus: kaip pasikeitė asmeninis požiūris proceso metu, kokios yra dalyvių mintys, jausmai ir apmąstymai.
5.	Tikslinė grupė: 55+
6.	Trukmė : 2 valandos
7.	Būtinės priemonės ir ištekliai: Internetas, kompiuteris ir (arba) mobilieji įrenginiai, rašymo lenta, rašymo lentos rašikliai, multimedia
8.	Poveikis: Gebėjimas kritiškiau vertinti informaciją, motyvacija ieškoti faktų, įrodymų ir kitų įrodymų, taikyti įgūdžius kasdieniame gyvenime.
9.	Iniciatorius / lektorius Organizacija: UAB "Alfa idėjos ir technologijos" Facilitatorius: Dr. Rūta Klimašauskienė
C	Interneto svetainė:
11.	Socialinių tinklų nuoroda:

Šalis / organizacija	UAB "Alfa idėjos ir technologijos", Lietuva						
1.	Pavadinimas: Idėjų vystymo ciklas: idėjų atranka						
2.	Veiklos pobūdis: seminaras						
3.	Tikslai: Analizuoti ir atrinkti idėjas, ugdyti kritinio mąstymo įgūdžius.						
4.	Veiklos aprašymas: <u>Metodologija</u> Seminaro idėja pagrįsta trijų žingsnių modeliu: dizainas - praturtinimas - vertinimas. Šis modelis gali būti taikomas vieną ar daugiau kartų kuriant idėjas - jis leidžia sukurti stipresnes idėjas. Modelį sudaro trys žingsniai: Kūrimas (design). Kruopščiai suprojektuokite savo idėją. Vertinimas (judge). Įvertinkite ją. Ko ji verta? Praturtinimas (enrich). Patobulinkite idėją ir dar kartą ją aprašykite patobulinta forma. 1 žingsnis. Kūrimas (design). Idėjai apibūdinti naudokite idėjų aprašymo formą. Prieš aprašydami galite pakviesti dalyvius kuo tiksliau įsivaizduoti idėją, ją vizualizuoti. Po to pakvieskite dalyvius aprašymą įrašyti į šią formą: <table border="1" data-bbox="268 1657 1406 1881"> <tr> <td data-bbox="268 1657 837 1731">Sritis</td> <td data-bbox="837 1657 1406 1731"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="268 1731 837 1805">Idėjos pavadinimas</td> <td data-bbox="837 1731 1406 1805"></td> </tr> <tr> <td data-bbox="268 1805 837 1881">Aprašymas</td> <td data-bbox="837 1805 1406 1881"></td> </tr> </table> 2 žingsnis. Vertinimas (judge).	Sritis		Idėjos pavadinimas		Aprašymas	
Sritis							
Idėjos pavadinimas							
Aprašymas							

	Naudokite SePoNe (sense, positive, negative - jausmas, teigiamas, neigiamas) techniką. Visada pradėkite nuo jausmo: leiskite jausmams laisvai reikštis. Nesistenkite racionalizuoti ar pagrįsti jausmų. Tai labai svarbi pastaba vedėjui - vedėjo užduotis yra paskatinti dalyvius įvardyti su idėja susijusius jausmus be jokių paaiškinimų, tiesiog įvardyti, apibūdinti jausmą. Kai visi dalyviai nustatė ir įvardijo jausmus, pakvieskite grupę prie kito žingsnio – teigiamų savybių (privalumų). Šiame etape grupės užduotis - rasti atsakymą į klausimą: kokios yra stipriosios idėjos pusės / aspektai. Jei reikia, pateikite komentarus. Jei grupė didesnė nei 8-10 dalyvių, suskirstykite juos į mažas grupėles. Galiausiai pakvieskite grupę dar kartą apsvarstyti idėją pesimistiškai nusiteikus: neigiamos savybės (trūkumai). Pakvieskite dalyvius pažvelgti į silpnąsias idėjos vietas: kas gali nepavykti? Ko trūksta šiai idėjai? Svarbiausias 2 žingsnio klausimas - minėtus veiksmus nagrinėti atskirai, nemaišykite jų toje pačioje diskusijoje. Kiekvienas iš šių aspektų turi savo vertę. 3 žingsnis. Praturtinimas (enrich). Šis etapas skirtas pradinei idėjai patobulinti. Tačiau vedėjas turi būti atsargus ir nepamiršti, kad po antrojo žingsnio kai kurios idėjos gali pasirodyti ne tokios stiprios, kaip tikėjosi dalyviai. Šis žingsnis skirtas pirminėms idėjoms sustiprinti arba anksti jų atsisakyti prieš pradedant įgyvendinti. Pakvieskite dalyvius naudoti PMD techniką. PMD (plus-minus-develop: plus minus tobulink) leidžia gana greitai įvertinti ir praturtinti bet kokią idėją. Pliusai: kokie yra 2-3 svarbiausi šios idėjos plusai? Minusas: kokie yra 2-3 svarbiausi šios idėjos minusai? Plėtoti: sugalvokite, kaip būtų galima pašalinti minusus, kad idėja taptų stipresnė. Po to grįžkite prie aprašymo matricos ir pakeiskite idėjos aprašymą. <table><tr><td>Sritis</td><td>Subject/field</td></tr><tr><td>Idėjos pavadinimas</td><td>Idea title</td></tr><tr><td>Aprašymas</td><td>Description</td></tr></table>	Sritis	Subject/field	Idėjos pavadinimas	Idea title	Aprašymas	Description
Sritis	Subject/field						
Idėjos pavadinimas	Idea title						
Aprašymas	Description						
5.	Tikslinė grupė:						

	Suaugusieji
6.	Trukmė: 3 valandos
7.	Būtinios priemonės ir ištekliai: Internetas, kompiuteris ir (arba) mobilieji įrenginiai, rašymo lenta, rašymo lentos rašikliai, multimedia, lipnūs lapeliai
8.	Poveikis: Gebėjimas atsirinkti ir tobulinti idėjas, kritiškai vertinti
9.	Iniciatorius, lektorius Organizacija: UAB "Alfa idėjos ir technologijos" Facilitatorius: Dr. Rūta Klimašauskienė
C	Interneto svetainė:
11.	Socialinių tinklų nuorodos:

Lietuva

Atvejo analizė: Žurnalas 60+

Nemokamas žurnalas senjorams "60 plus"

Žurnale analizuojamas labai platus vyresnio amžiaus žmonėms aktualių temų ratas: sveikata, laisvalaikis, mada, pokalbiai su įdomiais žmonėmis, maistas ir kt. "Noriu įtikinti ir įkvėpti visus vyresnio amžiaus žmones, kad vyresnis amžius - tai ne tik sėdėjimas namuose ir

žiūrėjimas pro langą. Tai antroji jaunystė, o gal net paauglystė ar vaikystė!" - sako žurnalo sumanytoja ir įkūrėja Laura Balčiūtė.

Žurnalas siekia supažindinti senjorus su įvairiomis veiklomis ir užsiėmimais, kurie galėtų praskaidrinti jų gyvenimą. Jame aprašomos kelionės po Lietuvą, supažindinama su naudinga informacija apie įvairius sveikatos sutrikimus. Yra informacinių straipsnių, kuriuose į klausimus atsako savo žinias turintys specialistai: gydytojai, lektoriai, treneriai ir kt. Juo siekiama įkvėpti senjorus išbandyti kažką naujo ir sužinoti naudingos informacijos tiesiogiai iš specialistų.

2017 m. pradėtas leisti žurnalas sulaukė didelio pasisekimo. Tai pirmasis žurnalas Lietuvoje, skirtas būtent šiai auditorijai.

Žurnalo įkūrėja sako, kad šio projekto idėja gimė ne iš komercinių sumetimų, o iš didelės meilės ir pagarbos seneliams Jadvygai ir Jonui. Jų dėka ji teigia supratusi, kad ne daiktus reikia gerbti ir vertinti, o žmogų. Pradėjusi judėti šia linkme - bendrauti su kitais pagyvenusiais žmonėmis, aiškintis, ko jiems trūksta, ko reikia, Laura sako pajutusi didelę gyvenimo pilnatvę. Bendravimas pamažu įkvėpė išleisti nemokamą žurnalą, skirtą būtent senjorams. Žurnalas "60+" skirtas motyvuoti senjorus toliau aktyviai gyventi ir nuolat džiaugtis gyvenimu. Juk išėjus į pensiją gyvenimas nesibaigia, tai pats gražiausias laikas, kai jį galima skirti tik sau. Ji taip pat labai nori pakeisti žmonių nuomonę, kad vyresnio amžiaus žmonėms rūpi tik sveikata, nes jie lygiai taip pat domisi naujovėmis ir yra labai smalsūs.

Kurdama projektą "60+" ir galvodama apie žurnalo leidybą Laura sako, kad nekėlė sau labai didelių uždavinių - šią veiklą tiesiog įkvėpė didelė meilė ir dėkingumas seneliams, kurių, deja, ji jau nebeturi. "Už viską, ką iš jų gavau: už meilę, gyvenimo vertybių supratimą, norėjau sukurti kažką naudingo, kaip padėką seneliams. Pagalvojau, kad būtų įdomu vienoje vietoje surinkti įvairių žmonių pasiūlymus, jiems teikiamas nuolaidas ir lengvatas", - prisimena L. Balčiūtė.

Pagyvenusių žmonių auditorija yra labai skirtinga. "Kai kurie dar gana stiprūs, sveiki, darbštūs, ilgai atidėliojantys išėjimą į užtarnautą poilsį, kupini entuziazmo ir idėjų. Kiti jau pastebimai pavargę, nors ir dirbantys, bet dėl pailgėjusio pensinio amžiaus priversti laukti vadinamojo užtarnauto komforto, nusivylę, praradę gyvenimo džiaugsmą. O jei dar pridėsime tą "pliusiuką"... dar didesnė įvairovė. Dažnai tokio garbingo amžiaus žmogus gyvena vienas, jau netekęs gyvenimo partnerio, artimųjų. Taigi, tikėtina, kad jaučiasi vienišas", - sako leidėja.

Kaip žurnalas prisideda prie kritinio mąstymo ir stereotipų mažinimo?

Žurnalo turinys skirtas būtent vyresnio amžiaus žmonėms. Leidėja siekia išsklaidyti stereotipus ir parodyti, kad šiuo gyvenimo etapu kiekvienas gali gyventi visavertį gyvenimą, kupiną įvairios veiklos, bendravimo su kitais žmonėmis ir gyvenimo džiaugsmo. Žurnalo straipsnių autoriai siekia parodyti, kad gyvenimas yra gražus ir kupinas įvairių spalvų, kad gyvenimo džiaugsmas yra ne tik jaunystėje, bet ir vyresniame amžiuje.

"Susitikimai, pokalbiai, laiškai įvairiais šio amžiaus žmonėms aktualiais klausimais atskleidė dar vieną problemą - pernelyg didelis dėmesys jaunimui (sakytume, jaunystės kultas) mūsų šalyje nustūmė į šalį daugelį vyresniajai kartai aktualių dalykų. O realybė visai kitokia: mūsų visuomenė yra ganėtinai pasenusi, galbūt dėl pernelyg didelės jaunų ir vidutinio amžiaus žmonių emigracijos. Todėl temos, susijusios su gyvenimu, šiandien yra orientuotos į vyresniąją, o ne į jaunąją kartą", - sako žurnalo autorė ir leidėja Laura Balčiūtė. "Sveikintinos visos privačios iniciatyvos, kuriomis bandoma užpildyti požiūrio į vyresniąją kartą spragas, burti bendraminčius, ieškoti vis patrauklesnių idėjų, padedančių nuspalvinti mūsų senjorų gyvenimą naujomis spalvomis, suteikti jų kasdienybei pilnatvės, mokytis iš jų gyvenimo išminties. Tai neįkainojama", - sako L. Balčiūtė.

Žurnalo leidėja taip pat teigia, kad organizuodama įvairių senjorams skirtą veiklą (pvz., "Kinas 60 plus" ir kt.) ji prisideda prie kitų stereotipų apie vyresnio amžiaus žmones mažinimo. Tokie žmonės tradiciškai įsivaizduojami kaip kupini ligų, nuolat blogos nuotaikos, nepatenkinti, nelaimingi ir "neturintys stiliaus".

Tačiau pažvelgus į tai, kiek daug įvairių organizacijų, klubų ir bendruomenių jie yra sukūrę, toks neveiklumas tėra mitas. Priešingai, jie yra aktyvūs ir domisi daugybe įvairių dalykų. O toks specializuotas šiai auditorijai skirtas leidinys padeda skleisti žinią apie šios amžiaus grupės gyvybingumą, norą džiaugtis gyvenimu ir užsiimti įvairia juos dominančia veikla.

Šaltiniai:

<https://www.delfi.lt/m360/naujausi-straipsniai/zurnalas-nusitaikes-i-daugelio-pamirsta-seneliu->

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

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

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

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

Parengė dr. Rūta Klimašauskienė, UAB Alfa idėjos ir technologijos.

Išvados

Papildomą vertę projektui suteikė skirtingų ugdomojo darbo koncepcijų pristatymas ir palyginimas dirbant su senjorais bei jų kritinio mąstymo gebėjimų ugdymas. Projekto partneriai iš Austrijos, Čekijos ir Lenkijos tiesiogiai orientuojasi į kritinio mąstymo kursų. Yra aiškiai apibrėžta sąvoka "kritinis mąstymas" tiesiogiai mokymo turinyje. Kursai iš Lietuvos ir Portugalijos labiau susiję su kūrybiškumu, kuris yra gebėjimas, išskirtinai susijęs su kritiniu mąstymu. Tai reiškia, kad kiekvienas į kūrybiškumą orientuotas kursas kartu turėtų ugdyti ir kritinio mąstymo gebėjimus.

Skirtingų pasiūlytų kursų, kuriuos parengė didžiulę patirtį turinčios organizacijos, deka pasiekėme šių tikslų

- atskleidėme daugybę perspektyvų, kaip ugdyti senjorų kritinį mąstymą,
- pateikėme konkrečias mokomųjų, edukacinių užsiėmimų koncepcijas,
- sukūrėme mokymo medžiagą, kuria gali naudotis mokytojai dirbantys su senjorais įvairiose šalyse.

Nuorodos ir šaltiniai:

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

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

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

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

Available at *file:///C:/Users/Antonio%20Fonseca/Downloads/6866-Texto%20do%20artigo-20108-1-10-20190819%20(2).pdf*, accessed on 20 June 2020.

Mesquita, M., Carvalho, M., Pereira, E., Puga, P., Azevedo, F. (2019). A Desinformação - Contexto Europeu e Nacional. *ERC—Entidade Reguladora para a Comunicação Social* Available at https://www.parlamento.pt/Documents/2019/abril/desinformacao_contextoeuroeunacional-ERC-abril2019.pdf, accessed on 20 June 2020

Posetti, J., Ireton, C., Wardle C., Derakhshan, H., Matthews, A., Abu-Fadil, M., Mantzarlis, A. (2019). Journalism, 'Fake News' and Disinformation: A Handbook for Journalism Education and Training. UNESCO: United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, Available at <https://en.unesco.org/fightfakenews>, accessed on 20 June 2020

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

Priedai

Denisa Zábranská

Kritinis mąstymas - svarbus šių laikų įgūdis

(publikuotas EPAL platformoje 2020 m. vasario 3 d.)

Kas yra kritinis mąstymas?

Daug žmonių galvoja, kad kritinis mąstymas yra susijęs su kritika, t.y. žodžiu, kuriuo išreiškiamas nepritikimas kam nors ar kam nors, tačiau tai yra visai kas kita. Žodis "kritiškas" yra susijęs su graikišku žodžiu κριτικός (kritikós, "iš arba skirtas vertinti, gebantis įžvelgti"). Kritinis mąstymas yra mąstymo ir samprotavimo įgūdis, kai mintys vertinamos dėl jų aiškumo, tikslumo, tinkamumo ir logiškumo. Jis neapima visų galimų argumentų ir išvadų priėmimo. Šio proceso metu svarbu ieškoti daugiau informacijos, abejoti jos šaltiniu ir savo įsitikinimais, būti atviri alternatyvioms galimybėms ir įrodymams, kurie nepatvirtina mūsų pageidaujamos nuomonės.

Nors žodžių junginys "kritinis mąstymas" atsirado XX a. viduryje ir pabaigoje, ši sąvoka ir jos idėja siekia Senovės Graikiją maždaug prieš 2500 metų. Vienas žymiausių kritinio mąstymo atstovų buvo Sokratas. Daugelis žino jo klausinėjimo metodą, kartais vadinamą "Sokrato metodu", kuris iki šiol vertinamas kaip viena geriausių kritinio mąstymo mokymo strategijų. Jis taip pat propagavo įrodymų ieškojimo svarbą, argumentų ir prielaidų nagrinėjimą, analizavo ne tik tai, kas pasakyta, bet ir tai, kas tai pasakė, ir kaip tai atitinka tikrovę.

Trumpai tariant, kritinis mąstymas - tai savarankiškas racionalus mąstymas, kuriuo stengiamasi samprotauti aukščiausiu kokybės lygiu. Jis apima savo nuomonės tikrinimą ir jos "apvalymą" nuo egocentriškų tendencijų. Svarbu stengtis išvengti samprotavimo klaidų, išankstinio nusistatymo, šališkumo, iškraipymo ir kitų klaidų, kurias sukelia žmogaus iracionalumas.

O kokios yra žinomos klaidingos nuomonės? Jų yra daug ir jos bendrai vadinamos kognityviniu šališkumu. Kai kurios yra bendros, labiau paplitusios, kaip patvirtinimo šališkumas - tendencija apdoroti ir teikti pirmenybę informacijai, atitinkančiai turimus

įsitikinimus. Kiti yra specifiniai, pavyzdžiui, Forerio efektas, kuris reiškia, kad miglotus ir labai bendrus asmenybės apibūdinimus priimame kaip unikalius ir puikiai tinkančius. Be to, verta prisiminti, kad yra ir argumentavimo klaidų, kurios gali atrodyti logiškos, bet iš tikrųjų tokios nėra.

Erasmus+ projektas CriThink

2020 m. lapkritį Portugalijoje įvyko pirmasis šio tarptautinio Erasmus+ projekto CriThink (www.crithink.eu) susitikimas, kuriame dalijomės gerąja patirtimi ir aptarėme kitus kritinio mąstymo mokymo būdus suaugusiems besimokantiejiems. Šiame projekte dalyvauja partneriai iš šešių skirtingų Europos šalių; jis trunka dvejus metus. Švietimo ekspertai iš Čekijos, Lenkijos, Austrijos, Lietuvos, Slovėnijos ir Portugalijos bendradarbiaus tyrinėdami naują požiūrį į kritinį mąstymą.

Tikimės aptarti ir pasidalyti savo šalių supratimu apie kritinį mąstymą, taip pat istorijos, visuomenės ir kt. vaidmeniu formuojant šį požiūrį. Gilinsimės į šią temą, kad atskleistume naujos įdomios informacijos, ir dalinsimės įgytomis žiniomis savo interneto svetainėje crithink.eu. Todėl kviečiame jus visus susipažinti su mūsų projekto rezultatais.

Pagrindinė projekto tikslinė grupė - vyresni nei 55 metų asmenys, kuriems sudėtinga tinkamai apdoroti didelį kiekį informacijos, gaunamos internete. Antrinė tikslinė grupė - senjorų šeimos, ypač anūkai (mažamečiai vaikai), kurie taip pat yra labai pažeidžiama grupė dėl visuomenės požiūrio.

Kodėl svarbu suaugusius mokyti kritinio mąstymo?

Kai kurie žmonės yra įsitikinę, kad jau moka "kritiškai mąstyti", nes turi sveiką protą. Galima sakyti, kad sveikas protas yra pirmoji pakopa įsivaizduojamuose laiptuose, todėl svarbu nesustoti ir toliau ugdyti kritinį mąstymą. Manome, kad šiais laikais tai svarbu, nes turime prieigą prie didžiulio kiekio informacijos ir turime pasirinkti tinkamus šaltinius.

(Šaltinis: EPAL https://epale.ec.europa.eu/en/content/critical-thinking-important-skill-our-time?fbclid=IwAR02UMI4GDuajWtiAh3NWMqiTENg-Wi_2YK8wZoqWe4-KMEgAiMXHprYY0)

Mojca VUKOVIČ

ERASMUS + PROJEKTAS CRITHINK: MELAGINGOS NAUJIENOS
COVID-19 PANDEMIJOS METU

(publikuotas EPAL platformoje 2020 m. vasario 3 d.)

Erasmus+ programos projektas CriThink, kuriame dalyvauja partneriai iš Čekijos, Portugalijos, Lenkijos, Austrijos, Lietuvos ir Slovėnijos, skirtas kritinio mąstymo ugdymo temai, todėl, pastebėję, kad per Covid-19 pandemiją žiniasklaidoje pasirodė daug netikrų naujienų, partneriai nusprendė atlikti tyrimą šia tema ir palyginti įvairiose šalyse partnerėse gautus rezultatus. Rezultatai parodė, kad visose projekto partnerių šalyse labai padaugėjo netikrų naujienų, kai kurias iš jų pristatysime šiame straipsnyje. Pavyzdžiui, Austrijoje įvairiose Whatsapp grupėse plito daug netikrų naujienų, viena iš jų - balso žinutė, kurioje buvo teigiama, kad Vienos universitetas pataria žmonėms nevartoti tam tikrų vaistų nuo skausmo. Universitetas labai greitai paneigė šį teiginį, tačiau iki tol žinia jau buvo daugybę kartų pasidalinta. Čekijoje viena didžiausių netikrų naujienų buvo apie tai, kad IBUPROFEN (vaistas nuo skausmo) blogina ligos eigą. Šią informaciją kelis kartus paneigė Čekijos Respublikos valstybinė vaistų kontrolės tarnyba (State Office for Drug Control of the Czech Republic - SUKL) ir Sveikatos apsaugos ministerija. Lietuvoje tarp žmonių kilo daug streso ir nerimo, taip pat sklido daug klaidinančios informacijos apie viruso plitimą, kaukės dėvėjimo veiksmingumą, kontaktą su žmonėmis ir pan. Iš įvairių šaltinių buvo gauta daug prieštaringos informacijos apie kaukių veiksmingumą, ypač dėl to, kad pandemijos pradžioje šalyje trūko kaukių, o valdžios komunikacija daugiausia buvo apie tai, kaip svarbu plauti rankas. Vėliau kaukių dėvėjimas tapo privalomas, tačiau daugeliui žmonių buvo sunku prisitaikyti prie šios situacijos, nes anksčiau jie buvo įsitikinę visiškai kitokiu požiūriu. Portugalijoje aptikta daug netikrų naujienų atvejų, iš kurių populiariausios buvo apie gydymą terminiais vandenimis, apie tai, kad besimptomiai užsikrėtę žmonės neužkrečia kitų ir kad kaukės iš Kinijos ir Indijos gali būti užkrėstos. Buvo daug netikrų naujienų, kuriose teigiama, kad naminis aspirino, antibiotikų ir eukalpto garinimo receptas yra veiksmingas gydymas. Panašios netikros naujienos pasirodė ir Slovėnijoje, kur buvo teigiama, kad Covid-19 simptomus galima pašalinti per vieną naktį tiesiog išgėrus puodelį virto česnako. Lenkijoje netikra naujiena dėl infekcijos prevencijos buvo gryno alkoholio gėrimas. Visi minėti teiginiai pasirodė esantys nepagrįsti ir melagingi. Pavyzdžiui, Slovėnijoje daugelį žmonių šokiravo melaginga žinia,

kad JAV kariuomenė ruošiasi įsiveržti į visą nuo viruso nusilpusią Europą. Tiesa buvo ta, kad NATO vykdė plataus masto karines pratybas, apie kurias buvo paskelbta praėjusių metų spalį. Lenkijoje buvo daug melagingų naujienų apie naminius gyvūnus atvejų, internete buvo pilna nuotraukų kačių ir šunų, kuriuos paliko jų šeimininkai, bijodami per juos užsikrėsti Covid-19 virusu. Pasaulio sveikatos organizacija pranešė, kad kol kas nerasta mokslinių įrodymų, jog naminiai gyvūnai, pavyzdžiui, katės ir šunys, gali būti užsikrėtę šiuo virusu, t.y. jie negali jo perduoti žmonėms, tačiau rekomenduojama plauti rankas po kontakto su gyvūnu. Šalys, kovodamos su melagingomis naujienomis, reagavo įvairiai. Austrijoje vyriausybė įsteigė "skaitmeninę krizių valdymo grupę", kuri buvo atsakinga už melagingų pranešimų apie virusą "Vorona" identifikavimą ir žymėjimą. Vien per pirmąją savaitę buvo aptikta apie 150 netikrų naujienų. Kai kurios šalys turi asociacijas, kurios užsiima kovą su melagingu naudojimu. Pavyzdžiui, Austrijoje nuo 2011 m. šioje srityje veikia švietimo apie piktnaudžiavimą internetu asociacija "Mimikama". Portugalijoje kovai su melagingų naujienų problema buvo sukurta DGS ir Polígrafo-SIC naujienų skyriaus partnerystė. Pagrindinis jos tikslas - analizuoti faktus ir nustatyti, ar tarp gyventojų sklaidžiama informacija atitinka tikrovę, remiantis patikima moksline informacija ir žurnalistiniais archyvais. Slovėnijoje kai kurie portalai stengėsi panaikinti netikrų naujienų kiekį ir poveikį, tarp jų Adrijos regiono tiriamosios žurnalistikos centras ir interneto svetainė <https://neja.sta.si/>, kurioje žmonės gali rasti straipsnių apie netikras naujienas. Daugelis šalių pripažino, kad svarbu kreiptis patarimų į šios mokslo srities specialistus. Pavyzdžiui, Lenkijoje apie spekuliacijas, susijusias su tuo, kiek laiko virusas išbūna ant pakuotės ir ar ji buvo kaip nors užkrėsta pakavimo metu, pagrindinę informaciją pateikė daktaras Paweł Grzesiowski, Infekcijų prevencijos fondo instituto valdybos pirmininkas, imunologijos ir infekcijų terapijos ekspertas, kuris viename iš savo interviu pateikė svarbios informacijos. Padėtis, susijusi su netikromis naujienomis ir jų prevencija, gerėja, tačiau vis dar reikia daug nuveikti šviečiant ir informuojant žmones apie tai, kaip atpažinti netikras naujienas ir kaip patikrinti, ar skaitomos naujienos yra patikimos, ar ne.

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

Hana Čepová

Crithink knygu apžvalga

(publikuotas EPAL platformoje 2021 m. kovo 11 d.)

1995 m. José Cardoso Piresą ištiko insultas. Tai pakeitė jo gyvenimą, nes jis prarado atmintį. Šį laikotarpį jis įvardijo kaip "baltąją mirtį", kuri paskatino jį būti "tuo kitu, kuris esu". José Cardoso Pireso parašytas liudijimas - "Lėtas valsas" - yra labai svarbus apmąstymas apie tai, kad mums reikia atminties, kad būtume tokie, kokie esame dabar. Atminties praradimas prilygsta kiekvieno iš mūsų savęs praradimui. Užmaršties bedugnė mus išmeta į nebūtį, į santykį su išstumtu pasauliu, kuriame nebėra ko laukti. Lėtas valsas žymi atsigavimo procesą, nurodymas į ilgą ir lėtą procesą, kurio reikia atminčiai susigrąžinti, ir nusiimdamas nuo akių raištį, neleidžiantį suprasti kasdienybės. Tai, kas buvo "aš", padaro "kitą mane" ir neleidžia mums "medžioti" tikrovės suvokimo. Sugrįžimas į gyvenimą priklauso nuo atminties susigrąžinimo. José Cardoso Pireso knyga atkreipia mūsų dėmesį į atminties svarbą.

Pasirodo, kad šiandieninis pašėlęs gyvenimo būdas lemia kitokį atminties praradimo procesą. Ši naujoji patologija mus įstumia į chaotišką atminties praradimo situaciją, kaip nurodė José Cardoso Piresas.

Pasaulis sukasi svaiginančiu greičiu ir reikalauja iš mūsų tokios pat greitos reakcijos. Greita sistema labiau susijusi su automatiniais ir nesąmoningais atsakymais. Greitasis mąstymas nesigręžioja į praeitį, neatsižvelgia į istoriją, neturi laiko juos apmąstyti. Todėl manome, kad Maffei (2018) gali įnešti svarų indėlį. Šia prasme kritinis mąstymas gali būti tikrai kritiškas tik tada, kai jis yra kritiškas laiku. Kritinis mąstymas negali būti abstrahuotas nuo laiko. Kritinio mąstymo suprantamumas turi išsiplėsti į laiko tėkmę. Maffei (2019, p. 122) pasakoja, kad žiūrėjimas yra susijęs su greitu mąstymu. Žiūrėjimas yra lėtas mąstymas. Matoma protu, o ne akimis. Matome istorijos žodžiais, kurie yra mūsų atmintyje. To neturėdami kenčiame nuo prozopagnozijos. Kritinis mąstymas tampa paties proto pareiga.

Greito mąstymo sistema gali klysti. Lėta sistema yra patikimesnė. Maffei (2018, p. 62) pasakoja, kad "lėtoji sistema turi sudėtingus mechanizmus, apimančius ryšius tarp smegenų žievės ir po žieve esančių sričių, mechanizmus, kurie vis dar iš esmės nežinomi, apimančius atmintį, dėmesį, valią...". Kita vertus, lėtoji sistema daro įtaką greitajai sistemai, palyginti su jos greičio moduliavimu ir informacijos projekcija.

Greitasis mąstymas nesigilina į praeitį ar ateitį, neatsižvelgia į istoriją, neturi laiko juos apmąstyti. Lėtasis mąstymas yra sunkus minčių nešimas, kuris tempia atminties našta, abejonių svorį ir samprotavimų netikrumą (Mafesi, 2018, p. 91). Šia prasme manome, kad kritinis mąstymas negali pakliūti į atminties praradimo klaidą, būdingą greitam mąstymui.

Didaktinėje perspektyvoje Peteriu Cokanu remiamasi kaip tuo, kuris pateikia gaires intelektinių įgūdžių ugdymui. Savo darbe P. Cokanas remiasi moderniausiais mokslininkų metodais ir atradimais, taip pat savo paties patirtimi, įgyta per formalųjį ir neformalųjį ugdymą.

Jis naudoja kritinį mąstymą savo asmeniniame ir profesiniame darbe (plati užduočių įvairovė).

Gairėse jaunimui suteikiama galimybė mokytis save ir kitus jaunos žmones, kaip elgtis ir mąstyti kritiškai. Jis padeda skaitytojui susidaryti platų požiūrį kritinio mąstymo srityje ir padeda jam atskirti kritinį mąstymą nuo kritikos.

Gairės padės skaitytojui susipažinti su kritinio mąstymo įgūdžiais. Jos apima tokias sritis kaip informacijos suvokimas, analizė ir vertinimas. Jame pateikiamos pagrindinės sėkmingesnio mokymosi ir kritinio mąstymo strategijos, kurios leidžia mokytis ir mąstyti aukštesniu lygmeniu ir leidžia asmeniui aiškiau mąstyti, kad jis galėtų veiksmingiau spręsti problemas.

Savo ruožtu Robertas Cialdini giria kritinį mąstymą kaip plačiausią mąstymo formą. Jo požiūriu, kiekvienas savarankiškas mąstymas, permąstymas, tarpsisteminis mąstymas, analizė, samprotavimas ir šaltinių lyginimas gali būti kritinio mąstymo forma ir (arba) dalis.

Manoma, kad didelę įtaką kritiniam mąstymui padarė Roberto Cialdini darbai. Ši nuoroda veikia priešinga kryptimi nei Maffei pateikta perspektyva. Kažkodėl giriami trumpieji keliai, nes gyvenime mums reikia priimti labai greitus sprendimus. Manoma, kad daugelyje situacijų toks reagavimas yra labai svarbus, nes taip gauname laiko kitai veiklai. Autorius aprašo 6 pagrindines socialinės įtakos taisykles: abipusiškumas, įsipareigojimas ir nuoseklumas, socialinis įrodymas, skonis, autoritetas, trūkumas. Visos taisyklės apibrėžtos ir aprašytos remiantis mūsų kasdienybės pavyzdžiais ir moksliniais socialinės psichologijos paaiškinimais.

Rekomenduojama knyga - Hans Rosling "Factfulness", nes joje atnaujinamos mūsų žinios ir kovojama su prietarais. Knygoje yra trumpas testas, kuris padėjo daugeliui žmonių. Be to, autorius knygoje giria kritinį mąstymą ir pateikia gerų pavyzdžių iš savo gyvenimo, kurie padėjo susidariusioje situacijoje ar net išgelbėjo gyvybę.

Knyga rekomenduojama, nes ji pakeitė autoriaus gyvenimą. Knyga suteikė jam entuziazmo ir leido pajusti, kad jis stengiasi tobulinti save ir pasaulį.

Kita rekomenduojama knyga - Haris Poteris, įdomi grožinės literatūros knyga. Ji laikoma ypatinga, nes knygoje Haris labai paprastai paaiškina daug mokslo principų ir eksperimentų.

Stelle Cotrell knyga "Kritinio mąstymo įgūdžiai" (Critical Thinking Skills), pripažinta pagrindine mokymosi įgūdžių specialiste, yra būtinas vadovas visų disciplinų ir lygių studentams.

Išsiskiria 6 skyrius "Skaitymas tarp eilučių". Šiame skyriuje suteikiama galimybė atpažinti prielaidas, kuriomis grindžiami argumentai, ir nustatyti paslėptas prielaidas; įvertinti, kada argumentas yra tikėtinas ir grindžiamas klaidingomis prielaidomis; suprasti, ką reiškia "netiesioginis argumentas", ir atpažinti tokius argumentus, kai jų pasitaiko; suprasti, ką reiškia "denotatas ir konotatas" ir gebėti juos atpažinti argumente.

Šioje knygoje pateikiama daug pratimų mokiniams. Kiti įdomūs skyriai: Kas yra kritinis mąstymas ir kritinė refleksija.

(Šią medžiagą apibendrina: Brás José, Carmo António, Neves Maria, Ramilo Teresa, iš Lusofona Universiteto, šaltiniai:

https://epale.ec.europa.eu/cs/node/169489?fbclid=IwAR2fxNx87AJVZoX0PtWnWTznOsjbHjRZrMWaLkDXVX_VfVR-7H6yJvBq74o)

Nuorodos

Cialdini, R. *Influence: Science and Practice*. 4th Edition

Cokan, P. *Manual Kritično razmišljanje: Priročnik za mladinske delavce (Critical thinking: A guide for youth workers)*. Acedido em

https://www.academia.edu/20203564/Kriti%C4%8Dno_razmi%C5%A1ljanje?email_work_card=view-paper em 2020/10/22.

Cottrell, S. *Critical Thinking Skills -Effective analysis, argument and reflection*. Macmillan study skills.

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

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

Panaudoti paveikslėliai:

<https://crithink.eu/>

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

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

Psychology by Nick Youngson CC BY-SA 3.0 via Pix4free

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

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

Dokumentas prieinamas internete, nemokamai ir pagal atvirąsias licencijas..