

Kilka słów wstępu

Informacje o Unii Europejskiej i o tym, czym ona jest, o fakcie akcesji Polski oraz wszystkim, co się z tym wiąże, a także o argumentach „za” i „przeciw” wchodzeniu do Wspólnoty Europejskiej nie do wszystkich docierają w jednakowym stopniu. Myślimy tu o tych, do których informacja nie dociera w ogóle lub dla których jest niezrozumiała. Przyczynami zróżnicowania są, między innymi, brak niezbędnej wiedzy, umiejętności i orientacji w sprawach geografii, ekonomii, gospodarki i polityki, życie w świecie spraw codziennych i to tylko w kontakcie z najbliższym otoczeniem, swoista izolacja, brak zainteresowania, niemożność zrozumienia i lęk przed czymś nowym i niejasnym, a także natłok (ilość i tempo) przekazu i niezrozumiałość informacji. Osoby takie łatwo ulegają sugestiom osób i grup prezentujących postawę negatywną w stosunku do UE. Są zagubione i brak im możliwości intelektualnych dla ogarnięcia całości spraw, które pozwoliłyby na zweryfikowanie różnych poglądów, wyciągnięcie wniosków i przyjęcie własnego stanowiska.

Mówiąc o osobach z trudnościami w uczeniu się mamy na uwadze te z niepełną sprawnością intelektualną lub mniejszymi możliwościami intelektualnymi, o niskim poziomie wykształcenia, starsze, żyjące w izolacji i ubóstwie.

Dostęp do informacji objęty jest prawami człowieka. Oznacza to, iż każdy obywatel ma prawo otrzymać informację, która spowoduje, iż będzie on zorientowany w określonych sprawach, zwłaszcza w sprawach dotyczących udziału w życiu społecznym. Aby cel został osiągnięty, informacja dla osób, które nie mogą skorzystać z informacji dla ogółu, musi być dostosowana do potrzeb tych osób zarówno pod względem zawartości jak i sposobu przekazu. Można tu przytoczyć specyfikę przekazu informacji wizualnej dla osób niewidzących czy informacji dźwiękowej - dla niesłyszących. Najmniej dotąd dostrzegana jest potrzeba przystosowania informacji do możliwości osób o mniejszych możliwościach zrozumienia i mniej sprawnym posługiwaniu się techniką czytania i pisania. Te osoby są zazwyczaj najbardziej zagubione i najmniej zorientowane.

Niniejsze wskazówki adresujemy do tych, którzy przygotowują i przekazują informacje i wiedzę takim ludziom, a także dają im wsparcie.

Najważniejsze przyczyny trudności w korzystaniu z informacji i w uczeniu się

Zestawienie głównych przyczyn trudności w korzystaniu z informacji oraz w uczeniu się ma na celu wzbudzenie refleksji nad uwarunkowaniami ograniczeń oraz pobudzenie pomysłowości w poszukiwaniu sposobów ich przezwycięzania.

Większość przyczyn znaczących trudności ma podłoże neurofizjologiczne, jako że funkcje poznawcze, tzn. spostrzeganie, uwaga, pamięć i myślenie zależą od funkcjonowania ośrodkowego układu nerwowego czyli mózgu. Ale również trudności związane są ze zdolnościami, a te - z ogólnym dziedziczeniem człowieka.

W przypadku niedojrzałości lub uszkodzenia różnych obszarów ośrodkowego układu nerwowego oraz zmysłów mamy do czynienia z:

- utrudnionym spostrzeganiem (powolnym, mało wyrazistym, mało szczegółowym, fragmentarycznym, przy wykluczeniu zmysłu uszkodzonego itp.)
- trudnościami w skupieniu uwagi, zwłaszcza przy niesprzyjających warunkach, np. hałas, ruch w otoczeniu, zmęczenie, brak zainteresowania, brak motywacji, niedostateczna ekspozycja przedmiotu uwagi, nadmiar przekazu słownego, a brak wrażeń płynących ze zmysłów itp.
- trudnościami w zapamiętywaniu czyli zatrzymywaniu w pamięci i odtwarzaniu, w wymiarze krótko- i długotrwałym. Tutaj m.in. mogą mieć pozytywny wpływ emocje, żywe wrażenia oraz doświadczenia związane z tym, co ma być zapamiętane, powtarzanie (przypominanie) w celu utrwalania oraz kojarzenie tego z faktami, zdarzeniami i warunkami towarzyszącymi (kontekst). Powstaje „bank pamięci”, z którego można czerpać.

Jeżeli rzecz jest niedokładnie spostrzeżona, nieokreślona (niezidentyfikowana, nie związana ze zrozumiałym znaczeniem), nie była na niej dostatecznie długo skupiona uwaga (uloćność), nie zostanie zapamiętana, zatem nie będzie można później sięgnąć po jej obraz w pamięci.

Myślenie jest wysoce skomplikowanym procesem. Odbywa się na różnych poziomach i rozwija wraz z wiekiem człowieka. Początek to etap inteligencji sensoryczno-motorycznej oparty na działaniach konkretnych. Ma charakter praktyczny i konkretny.

Ulega on stopniowym przemianom, przez kształtowanie się i organizację operacji konkretnych aż do okresu operacji formalnych, gdy myślenie odrywa się od operacji konkretnych na przedmiotach i manipulowaniu nimi, dochodząc do sformułowań językowych opartych na pojęciach. Jest to myślenie dedukcyjne, logiczne, związane z abstrahowaniem.

Utrwalenie pojęć jako kategorii myślowej oraz rozumienie słów, zdolność kojarzenia słowa z pojęciem co daje możliwość dekodowania słowa, pozwala rozumieć mowę i porozumiewać się z innymi.

Wiele trudności osób mających kłopoty w uczeniu się i funkcjonowaniu społecznym bierze się właśnie z niedokładnego rozumienia słów i wypowiedzi oraz błędów w posługiwaniu się mową. Gdy dołączymy do tego brak lub bardzo ograniczone możliwości posługiwania się techniką czytania i pisania oraz ubogość doświadczeń społecznych zobaczymy obraz sytuacji łatwo przerażającej się w wyizolowanie, zagubienie, niezorientowanie, niezaradność i wykluczenie.

Jeszcze słowo o wiedzy praktycznej zdobywanej w toku uczestniczenia w życiu społecznym. Może ona stopniowo przerażać się w wiedzę bardziej teoretyczną, gdy jakość tego uczestnictwa jest dobra. Wiele osób z niepełnosprawnością intelektualną jest zależna w życiu od rodziców, opiekunów, personelu placówek, z których korzystają. Ta zależność powoduje, iż ich własne doświadczenia, w tym i rozwiązywanie problemów na ich miarę, są ograniczone, stereotypowe, jednostajne, zawężone do najbliższego środowiska i najprostszych sytuacji. Często uważa się błędnie, że tylko to jest im dostępne a rozszerzanie horyzontów jest zbędne.

Aby sytuację osób niepełnosprawnych intelektualnie zmienić zgodnie ze strategią UE trzeba poprawić ich dostęp do informacji, co spowoduje, że będą one lepiej zorientowane i uzyskają możliwości rzeczywistego wpływu na swoje życie. Poprawa dostępu oznacza dostosowanie informacji i sposobu jej przekazywania do specyficznych potrzeb i możliwości osób niepełnosprawnych.

Niezbędne cechy dobrej informacji i skutecznego uczenia*

Na wstępie warto zwrócić uwagę, że pewne cechy dobrej informacji i skutecznego uczenia są uniwersalne i podlegamy im wszyscy. Jeżeli zdarzy się, że przekaz jest niezgodny z kanonem, ci, którzy mają po temu warunki osobiste, radzą sobie z trudnościami - z nieprawidłowo skonstruowaną informacją, z językiem nieklarownym, brakiem logiki wewnętrznej przekazu. Osoby z trudnościami w myśleniu z takiej informacji nie skorzystają, a przecież mają one szczególną potrzebę zdobycia pomocy w orientowaniu się w otoczeniu.

Na co zwracać uwagę w przekazie informacji

1. Na podstawie „Czy wyrażam się jasno? Jak uprzystępnąć słowo pisane - wytyczne Mencapu”. (Wydanie polskie PSOUU 2001)

Kluczowe zagadnienia

„Wielu osobom czytanie sprawia trudność. Takie osoby wolą otrzymywać informacje na kasetach magnetofonowych albo bezpośrednio od drugiej osoby. Jeśli twoim zadaniem jest dostarczać materiały na piśmie, są sposoby, aby ułatwić ich zrozumienie.

Oto one:

Posługuj się jasnym i prostym językiem, pisz krótkimi zdaniami, nie używaj żargonu i skomplikowanej interpunkcji.

Używaj dużej (co najmniej 12 punktów), przejrzystej i wyraźnej czcionki oraz stosuj wiele odstępów.

Wypunktuj poszczególne sprawy albo ujmij tekst w ramki w celu wyróżnienia najważniejszych informacji.

* Wskazówki dotyczą informacji zarówno pisanej jak i mówionej.

Wzbogacaj tekst obrazkami, zdjęciami, rysunkami albo symbolami. Staraj się, aby to, o czym piszesz, było jasne już na pierwszy rzut oka, nawet dla nie umiejących czytać.

Nie odwołuj się zbyt często do abstrakcyjnych symboli, z wyjątkiem sytuacji, kiedy wiesz, że twoi czytelnicy swobodnie się nimi posługują. Wybierz jeden lub dwa proste symbole obrazkowe i umieść je obok słów.

Wykorzystanie nowoczesnych technologii

Ważne informacje powinny być dostępne na kasetach magnetofonowych lub wideo. Staraj się, aby kasety były krótkie. Trzeba zawsze nagrać informacje o tym, kiedy przełożyć kasetę oraz o tym, że kaseeta się skończyła.

Jeśli wysyłasz e-mail, pamiętaj, że format wiadomości może się „rozjechać” przy przesyłaniu. Informacja będzie wtedy trudniejsza do zrozumienia.

Pierwsze kroki w kierunku uprzystępnienia słowa pisanego, czyli tzw. TEKSTU ŁATWEGO DO CZYTANIA

Poznaj swoich odbiorców

Kluczem do zredagowania przystępnych informacji jest znajomość swoich potencjalnych odbiorców - ich zdolności i potrzeb.

Odpowiednie informacje

Zorientuj się, jakie informacje są istotne dla twoich odbiorców. Wyrzuć wszystkie mylące i niepotrzebne szczegóły, upewnij się, że zasadnicza informacja jest jasna. Zawsze używaj prostego języka.

Pamiętaj, że piszesz dla dorosłych

Jeśli słowa albo obrazki, których używasz, są zbyt dziecinne, nikt nie będzie miał z nich pożytku. Lecz jeśli dobrze wykonasz swoją pracę, przekonasz się, że każdy będzie wołał „przystępną” wersję.

Zaangażuj swoich odbiorców

Jeśli to tylko możliwe, zaangażuj swoich odbiorców w twórczy proces redagowania informacji. Szukaj porad i pomysłów u osób z niepełnosprawnością intelektualną.

Używanie prostego języka

Prosty język sprawia, że tekst jest bardziej zrozumiały dla każdego. Użycie prostego języka jest podstawowym standardem dla wszystkich materiałów Mencapu, przedstawianych w formie pisemnej.

Zaplanuj, co chcesz powiedzieć

Wyruć wszystkie niepotrzebne szczegóły i zaprezentuj najważniejsze informacje w logicznej kolejności, krok po kroku.

Spróbuj pisać tak, jak mówisz

Nie używaj żargonu, niepotrzebnych szczegółów technicznych lub skrótów. Jeśli musisz użyć trudnego słowa, dołącz „słownik” lub „listę użytecznych słów”, aby je wyjaśnić.

Staraj się, aby zdania były krótkie

Przyjdzie to w sposób naturalny, jeśli będziesz pamiętać, aby zawrzeć w zdaniu tylko jedną główną myśl. Sprawdź, czy zdania zawierające przecinki lub spójnik „i”, dadzą się rozdzielić na dwa.

Używaj prostej interpunkcji

Unikaj średników (;), dwukropków (:), myślników (-), oraz zdań podzielonych zbyt wieloma przecinkami.

Używaj żywego i osobistego języka

Mów do swoich czytelników bezpośrednio, używając żywego i osobistego języka. Używanie form „ty” i „my” sprawi, że twój tekst będzie bardziej bezpośredni i łatwiejszy do zrozumienia.

Bądź konsekwentny

W przypadku ważnych pojęć, konsekwentnie używaj tych samych słów i zwrotów, nawet jeśli sprawia to wrażenie powtarzania się. Nie zaczynaj pisać o „delegatach”, jeśli wcześniej użyłeś innych słów, takich jak „słuchacze” czy „uczestnicy”.

Używaj cyfr zamiast słów

Jeśli dużo piszesz dla osób z niepełnosprawnością intelektualną, zawsze używaj cyfr zamiast słów, nawet w przypadku małych liczb. Pisz 3 zamiast „trzy”. Spróbuj nie używać procentów i dużych liczb. Możesz powiedzieć „kilka” zamiast 7% i „dużo” zamiast 1 552.

Rozplanowanie tekstu i rysunków na stronie

To, jak wygląda tekst, jest równie ważne jak jego treść. Gęsto zapisana strona zraza każdego czytelnika.

- Używaj dużej czcionki. Jeśli wśród twoich odbiorców jest znaczna liczba osób z niepełnosprawnością intelektualną, czcionka powinna mieć co najmniej 12 punktów, a w przypadku najważniejszych informacji - 14 punktów.
- Używaj przejrzystej i wyraźnej czcionki, takiej jak Arial albo Univers, a unikaj czcionek ozdobnych. Fantazyjne i ozdobne czcionki są o wiele trudniejsze do przeczytania niż te zwyczajne.
- Upewnij się, czy pomiędzy czcionką i papierem jest dobry kontrast. Jest to szczególnie istotne w przypadku kolorowego papieru. Unikaj żółtej czcionki. Nie pisz białą czcionką na kolorowym tle.
- Używaj matowego papieru dobrej jakości. Tekst na odwrotnej stronie nie będzie wtedy prześwitywał, nie będzie również odbłasku, który utrudnia czytanie.
- Nie pisz nad zdjęciem lub rysunkiem.
- Unikaj większych fragmentów tekstu pisanych wielkimi literami, pochyłym drukiem lub podkreślonych. Wszystko to utrudnia czytanie. Ujmij zdanie w ramkę i zaznacz istotne sprawy pogrubioną czcionką.

- Raczej nie justuj tekstu, pozostaw prawy brzeg nie wyrównany.
- Nie przenoś słów, rozdzielając je myślnikiem na końcu liniiki.
- Rozpocznij i zakończ zdanie zawsze na tej samej stronie.
Nie pozostawiaj przyimka na poprzedniej stronie.
- Podziel tekst na krótkie fragmenty z dużymi odstępami.
- Postaraj się, aby linia tekstu była krótka. Linia tekstu biegnąca w poprzek strony A3 jest za długa.
- Wypunktowanie i ramki. Wyróżnij główne zagadnienia w punktach lub ujmij je w ramkę.
- Zadbaj o to, by tekst miał przejrzysty spis treści i wyraźne nagłówki.
- Wszystkie adresy podaj w takiej formie, w jakiej pisze się je na kopercie, a nie w jednej linii z przecinkami

Jan Kowalski
ul. Bielańska 1 m. 5
00-095 Warszawa

- W przypadku regularnego wydawnictwa, konsekwentnie zachowuj układ tekstu na stronie. Artykuły o podobnej tematyce umieszczaj zawsze w tym samym miejscu, ewentualnie każdemu tematowi poświęć jedną stronę.
- Rozważ użycie większego formatu A3. Sprawia on wrażenie bardziej przyjaznego i pozwoli ci używać większej czcionki i rysunków.
- Tekst wspieraj rysunkami
(więcej informacji na ten temat znajdziesz na następnej stronie)

Wykorzystanie rysunków, zdjęć i symboli

Wzbogacenie rysunkami tekstu napisanego prostym językiem, to jeden z najlepszych sposobów, aby uczynić go zarówno łatwiejszym do zrozumienia, jak i bardziej atrakcyjnym.

Wybierz ilustrację, która najlepiej objaśnia tekst

Może to być zdjęcie, rysunek albo symbol. W tym samym tekście możesz wykorzystać zeskanowane zdjęcie, schematyczne rysunki oraz popularne symbole. (Przez symbole rozumiemy Rebus, PCS i inne stylizowane rysunki dostępne w oprogramowaniu Widgit). Symbole te mogą być kopiowane przez każdego, który ma dostęp do danego oprogramowania).

Połącz ze sobą słowa i ilustracje

Wyraźnie zaznacz, która część tekstu odnosi się do którego rysunku. Zazwyczaj ilustrację umieszcza się obok tekstu. Niektóre osoby lubią zaznaczać rysunkiem każdą główną ideę lub akapit. Istotne jest, by rysunek pomagał wyjaśnić tekst, a nie był tylko po to, aby materiał miał „przystępny wygląd”.

Nie używaj zbyt wielu symboli

Pamiętaj: Nie używaj zbyt wielu symboli, z wyjątkiem sytuacji kiedy wiesz, że twoi czytelnicy swobodnie się nimi posługują.

Dobry rysunek może wnieść więcej informacji niż symbol albo nawet zdjęcie, które czasem zawiera zbyt wiele detali, nie mających nic wspólnego z tematem.

Zdjęcia okazały się najbardziej powszechnym sposobem ilustrowania w odbiorze czytelników...

- 2.** Uwagę słuchaczy zawsze skupia na sobie osoba prowadząca. Ważne jest, aby nie była ona zbyt krzykliwa i ekstrawagancko ubrana, aby jej twarz była dobrze widoczna (np. nie przykryta włosami lub ciemnymi okularami), aby mówiła wyraźnie i niezbyt szybko, nie monotonna ale i bez sztucznej modulacji, aby stosowała małe przerwy, ewentualnie powtarzała sprawy kluczowe. Bardzo ważna jest mimika i wyrazista gestykulacja podkreślająca (ilustrująca) znaczenie głównych słów. Często gesty towarzyszące słowom ułatwiają zapamiętywanie i potem - przypomnienie.
- 3.** Korzystanie z konkretnych ilustrujących przekaz i umożliwiających proste działanie:
 - a) np. niebieski kartonik i wyciętych 15 i 25 gwiazdek - państw członkowskich w UE „przed” i „po” przystąpieniu krajów kandydujących. Zadanie - ułożyć gwiazdki na kartoniku na obwodzie koła,
 - b) mapa Europy i formy puzzlowe państw członkowskich (w jednym kawałku) i Polski.
- 4.** Włączać słuchaczy do aktywnego działania przez proponowanie im prostych zadań (np. wypowiadać połowę słowa lub zdania i oczekiwać zakończenia: np. Unia - Europejska, Bru - ksela. Wybierz flagę polską i flagę europejską spośród posiadanych flag innych państw członkowskich. Powierzyć rolę agitatora za UE wobec eurosceptyków (scenka udratyzowana).
- 5.** Przekazywać informacje - jednoznaczne, rzeczowe, krótkie.
- 6.** Nawiązywać do znanych już zdarzeń, faktów, aby ułatwić zrozumienie na drodze kojarzenia. Powracać do tych samych informacji po kilka razy, w różnych kontekstach.
- 7.** Opisać w sposób zrozumiały, konkretny politykę społeczną UE - opartą o Standardowe Zasady Wyrównywania Szans Osób Niepełnosprawnych. Prawa osób niepełnosprawnych, walka z dyskryminacją, wspieranie w niezależnym życiu. Odwoływać się do osobistych doświadczeń uczestników, operować przykładami.

Budzenie pozytywnego zainteresowania

- 1.** Członkostwo Polski w UE trzeba opisywać na konkretnych sytuacjach z ukazaniem dobrych stron. Również ze wskazaniem trudności ale jako możliwych do przezwyciężenia z czasem. Ważne jest aby mówić emocjonalnie i z przekonaniem. Przykłady powinny nawiązywać do sytuacji samych tych osób, ich grupy, ich miejscowości, ich możliwości.
- 2.** Osoba mówiąca sama musi być przekonana do UE i akcesji Polski.
- 3.** Osoby niepełnosprawne nieubezpieczone będą głosować w referendum akcesyjnym.
Trzeba w rozmowach pobudzić ich świadomość

bycia obywatelem

posiadania prawa wyboru

odpowiedzialności za pójście do głosowania

odpowiedzialności za wybór TAK lub NIE