nr 13(13) ISSN 3071-9666

pomosT
MAGAZYN

Listy z Ukrainy.
Emocje w plecaku ewakuacyjnym
Dr hab. Arkadiusz Modrzejewski, Marta Dietrich
str. 43

Odporność społeczna na co dzień:
historia pani Hanny i pięciu dźwigni, które uratowały więcej niż jedno życie
Lucyna Mach
str. 8

Samodzielność nie musi być samotnością
Magdalena Ilska, Klara Mirecka
str. 20

Pozarządowa nie lekkość bytu:
Kiedy porażki budują odporność
Jarek Łojewski, Magdalena Jabłońska
str. 24

pomostmagazyn.org

Redakcja

FUNDACJA RC

Fundacja RC – Regionalne Centrum Informacji
i Wspomagania Organizacji Pozarządowych
ul. Wita Stwosza 23, 80-312 Gdańsk
pomost@fundacjarc.org.pl

Redaktorka naczelna: Klara Mirecka
Menadżerka medialna: Magda Jabłońska
Redaktorka graficzna: Adrianna Wałdoch

Zespół

Daria Balabai
Karolina Czechowska
Marta Dietrich
Marta Dzięgielewska
Justyna Mirska
Łukasz Samborski
Aleksandra Wasilczuk
Karolina Kordowska

Współpraca

Karolina Chojka-Bartoszko, Kolektyw De Facto, OSP Gniew, Magdalena Ilska, Mariusz Kowalik, Stowarzyszenie poMOCne ŁAPki, Jarek Łojewski, Lucyna Mach, Kamil Mędzikowski, prof. UG, Dr hab. Arkadiusz Modrzejewski, Kinga Szostko, Koło Gospodyń Wiejskich Żukczynianki

Dofinansowanie

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO · NIW · PROO

SFINANSOWANO ZE ŚRODKÓW NARODOWEGO INSTYTUTU WOLNOŚCI – CENTRUM ROZWOJU SPOŁECZEŃSTWA OBYWATELSKIEGO W RAMACH RZĄDOWEGO PROGRAMU ROZWOJU ORGANIZACJI OBYWATELSKICH NA LATA 2018-2030 PROO

KOMITET DO SPRAW POŻYTKU PUBLICZNEGO · NIW · Moc Małych Społeczności

Finansowanie: Rządowy Program Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności

akumulator społeczny

MOC MAŁYCH SPOŁECZNOŚCI

Numer powstał we współpracy z Pomorską Siecią Centrów Organizacji Pozarządowych

POMORSKA SIEĆ COP

pomost
MAGAZYN

SPIS TREŚCI

Razem silniejsi – budowanie odporności przez organizacje pozarządowe 6
Marta Dietrich

Odporność społeczna na co dzień:
historia pani Hanny i pięciu dźwigni, które uratowały więcej niż jedno życie 8
Lucyna Mach

Moc Małych Społeczności: Koło Gospodyń Wiejskich Żukczynianki,
OSP Gniew, Stowarzyszenie poMOCne ŁAPki 11

Liderstwo czy przywództwo. Co buduje odporność organizacji? 17
Magda Jabłońska i goście

Dlaczego pomagamy? 19
Justyna Mirska

Samodzielność nie musi być samotnością 20
Magdalena Ilska, Klara Mirecka

Pozarządowa nie lekkość bytu: Kiedy porażki budują odporność 24
Jarek Łojewski, Magdalena Jabłońska

Dobra Praktyka: głos społeczności w Programie Wojewody 26
Łukasz Samborski

Media społecznościowe i dystrybucja dezinformacji.
Rola organizacji pozarządowych we wzmacnianiu społecznej odporności 28
Kolektyw De Facto

Najpierw relacja, potem edukacja,
czyli jak chronić dzieci przed cyfrowymi zagrożeniami 31
Kinga Szostko, Marta Dzięgielewska

Biały wywiad, cyberbezpieczeństwo i Google na sterydach.
Rozmowa z etycznym hackerem 33
Kamil Mędzikowski, Aleksandra Wasilczuk

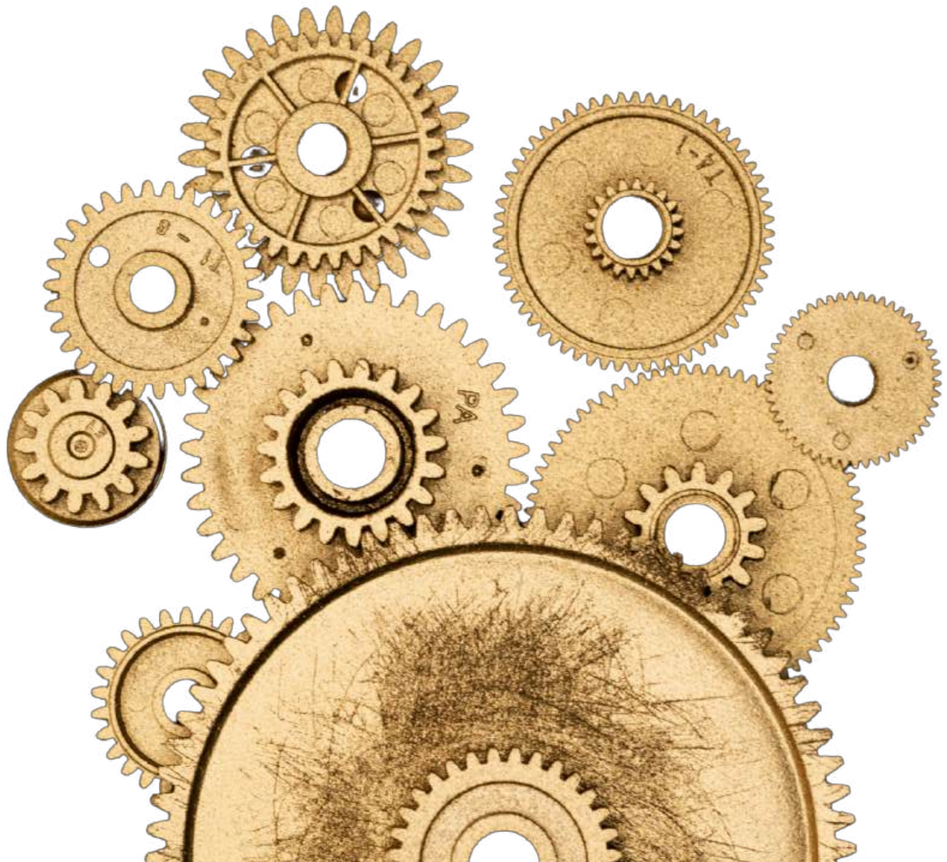
Razem na mapie pomocy — o tym jak budować społeczną odporność w praktyce **36**
Karolina Chojka-Bartoszko, Karolina Kordowska

Niezniszczalny fundament:
Jak Ukraińskie NGO tworzą odporność państwa w czasie wojny **39**
Daria Balabai

Listy z Ukrainy. Emocje w plecaku ewakuacyjnym **43**
Dr hab. Arkadiusz Modrzejewski, prof. UG, Marta Dietrich

Ekospołeczna odporność **46**
Karolina Czechowska

Jak rozpoznać dezinformację oraz fake newsa i nie dać się oszukać w sieci **49**
Mariusz Kowalik



Gdy spotkałyśmy się na kolegium redakcyjnym, żeby omówić ten numer, nie było łatwo. Bo czym właściwie jest odporność społeczna? Zakres skojarzeń jest tak szeroki, że trudno to zebrać nawet na pięćdziesięciu stronach magazynu. Odporność tworzą społeczeństwa, lokalne grupy, strażacy z gminnej ochotniczej straży pożarnej, koła gospodyń wiejskich, lekarze, wojskowi, organizacje pozarządowe, ale tak samo samorządy i biznes. Dziś nie możemy pominąć roli Internetu i bezpieczeństwa w sieci, ani zamykać oczu na to, co dzieje się poza granicami naszego kraju.

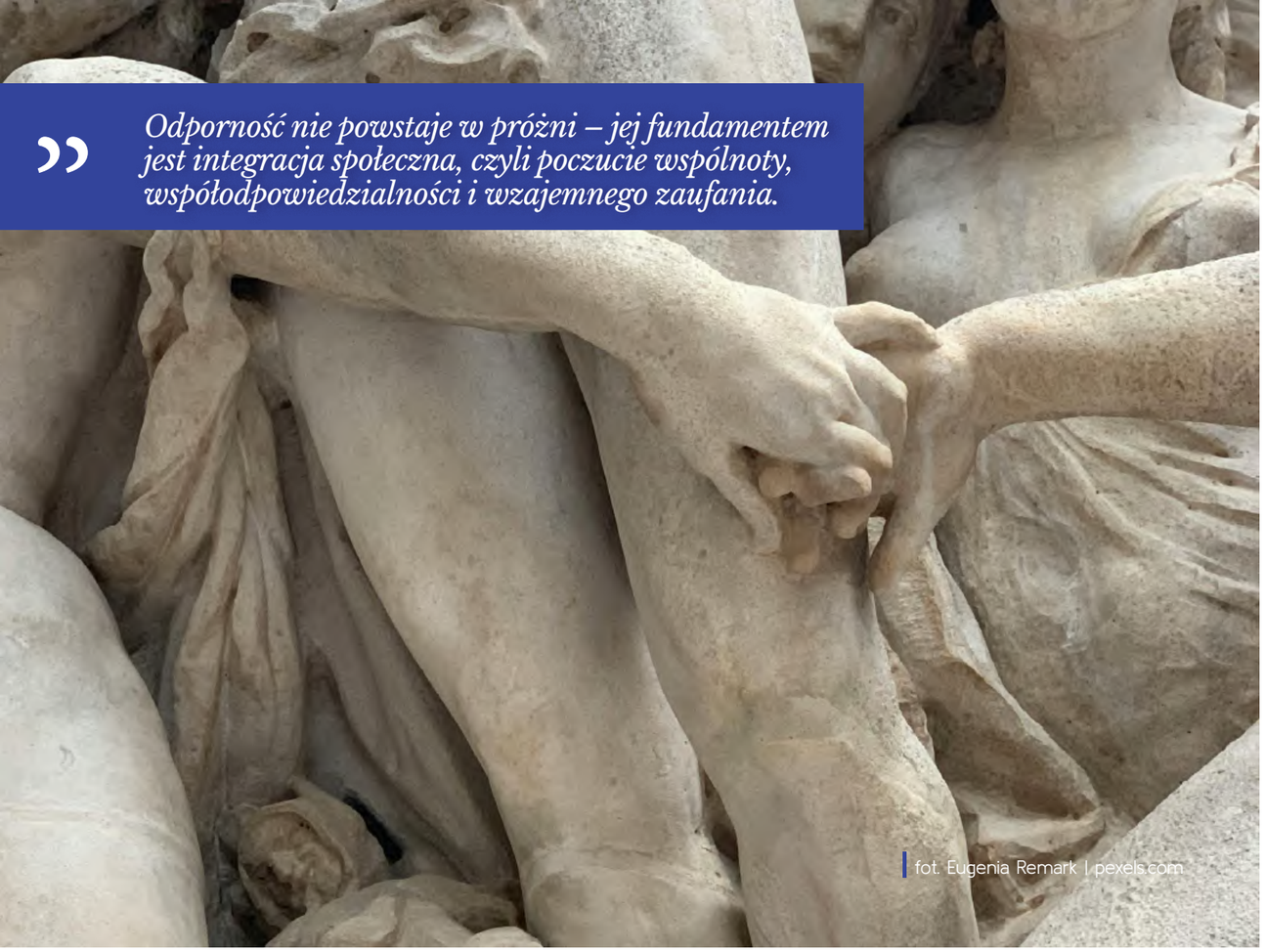
Jak zatem mówić o odporności społecznej, żeby nie wystraszyć, ale jednak uświadamiać? Jak nie doprowadzać do paniki, ale edukować, tłumaczyć i przygotowywać się na różne sytuacje? Aby wszystko działało, kiedy przychodzi kryzys, każdy powinien znać swoją rolę, wiedzieć, co robić, jak uruchomić system reakcji, wręcz łańcuchowej.

Smarem do kół zębatych tej odpornościowej maszyny jest też dobra i partnerska współpraca międzysektorowa. Musimy pamiętać o miękkich relacjach i konkretnych kompetencjach. Trzeba przyglądać się temu, co może się zaciąć, co może zatrzymać płynącą pomoc. Czy to brak komunikacji z dzieckiem i niewiedza, co dzieje się w młodzieżowym Internecie, czy brak otwartości na rozmowę z osobą z innego środowiska. Przeszkodą nie powinna być nieznajomość numerów alarmowych, czy podstawowych pierwszych kroków pierwszej pomocy.

Warto zastanowić się, co warto robić już teraz, zanim ta trudna sytuacja nadejdzie. Nie mamy idealnego rozwiązania, instrukcji obsługi, ale mamy zbiór dobrych przykładów i praktyk, które już działają. Odporność społeczna nie powstaje w gabinetach kryzysowych, lecz w rozmowach przy stole, w szkolnych klasach, na zebraniach wspólnot i w sąsiedzkich gestach.

Wierzę, że w tym Pomoście znajdziecie inspiracje do wzmacniania własnych, małych i dużych, wspólnot.

Redaktorka naczelna
„Pomostu”



fot. Eugenia Remark | pexels.com

Razem silniejsi

budowanie odporności przez organizacje pozarządowe

Współczesne społeczeństwa lokalne funkcjonują w świecie, w którym kryzysy – klimatyczne, migracyjne, ekonomiczne czy społeczne – stały się trwałym elementem codzienności. W takich warunkach coraz większego znaczenia nabiera odporność społeczna, rozumiana nie tylko jako zdolność przetrwania, lecz także adaptacji i rozwoju mimo przeciwności. W procesie tym kluczową rolę odgrywają organizacje pozarządowe – lokalne, zakorzenione w społecznościach, elastyczne i zdolne do reagowania tam, gdzie zawodzą instytucje formalne.

OD INTEGRACJI DO ODPORNOŚCI

Jak pokazuje publikacja „Razem silniejsi", odporność nie powstaje w próżni – jej fundamentem jest **integracja społeczna**, czyli poczucie wspólnoty, współodpowiedzialności i wzajemnego zaufania. Organizacje pozarządowe, działając w bezpośrednim kontakcie z mieszkańcami, są jednym z najważniejszych narzędzi budowania tych więzi. W codziennej praktyce przejmują rolę animatorów życia lokalnego, łącząc funkcje edukacyjne, pomocowe i obywatelskie.

To właśnie NGO-sy tworzą przestrzenie spotkań i współdziałania, które wzmacniają zaufanie i ułatwiają reagowanie w kryzysie. Jak zauważyła jedna z uczestniczek dyskusji w książce – **każdy akt zaangażowania społecznego czyni wspólnotę bardziej odporną**, bo aktywni obywatele uczą się współpracy, odpowiedzialności i solidarności.

WIARYGODNOŚĆ I ZAUFANIE JAKO KAPITAŁ ODPORNOŚCI

Wielu autorów publikacji podkreśla, że **zaufanie społeczne** jest podstawowym zasobem odporności. Organizacje pozarządowe budują je dzięki wiarygodności i transparentności działań. Gdy mieszkańcy widzą realne efekty – pomoc uchodźcom, wsparcie osób starszych, lokalne akcje edukacyjne – wzmacnia się ich przekonanie, że wspólne działanie ma sens.

Maria Środoń ze stowarzyszenia „Ochocianie Sąsiedzi" zwraca uwagę, że prawdziwa siła NGO-sów wynika z ich autentycznego osadzenia w społeczności. W przeciwieństwie do instytucji administracyjnych potrafią one reagować oddolnie, w sposób szybki i empatyczny. Ich przewagą jest bliskość – osobisty kontakt, rozmowa, rozumienie lokalnego kontekstu. To sprawia, że stają się one naturalnymi liderami w momentach kryzysu.

SIECI WSPÓŁPRACY I LOKALNE PRZYWÓDZTWO

Odporność nie jest dziełem pojedynczych podmiotów, lecz efektem współdziałania. NGO-sy pełnią tu rolę łączników między mieszkańcami, samorządem i instytucjami publicznymi. Jak pokazują doświadczenia miast opisane w książce, szczególnie skuteczne okazują się lokalne sieci współpracy – rady organizacji pozarządowych, grupy sąsiedzkie, partnerstwa międzysektorowe. W czasie pandemii, kryzysu migracyjnego czy powodzi właśnie takie struktury umożliwiały szybką mobilizację zasobów i ludzi.

Organizacje pozarządowe nie tylko pomagają w zarządzaniu kryzysem, ale także uczą wspólnoty działania w normalnych warunkach. Wspólne inicjatywy – sprzątanie okolicy, pikniki, akcje charytatywne – kształtują nawyki współpracy, które w sytuacjach nadzwyczajnych stają się bezcenne. Jak zauważyła burmistrzyni Hrubieszowa, „otwarte społeczeństwo, zintegrowane nawet w drobnych sprawach, jest fundamentem tego, by w kryzysie móc działać razem".

EDUKACJA I WALKA Z DEZINFORMACJĄ

Jednym z nowych wymiarów odporności społecznej jest odporność informacyjna. Organizacje społeczne coraz częściej pełnią funkcję „filtrów" i edukatorów w walce z dezinformacją. Poprzez warsztaty, kampanie informacyjne i lokalne media obywatelskie pomagają mieszkańcom krytycznie analizować informacje, rozpoznawać fake newsy i budować świadome postawy obywatelskie.

W książce zwrócono uwagę, że edukacja w działaniu – uczenie przez wspólne doświadczenie – ma szczególną moc. Aktywność społeczna sama w sobie jest formą edukacji, a jednocześnie narzędziem wzmacniania odporności.

PRZESTRZEŃ I SYMBOLIKA WSPÓLNOTY

Organizacje pozarządowe współtworzą również przestrzeń społeczną, sprzyjającą integracji i współuczestnictwu. Centra aktywności społecznej, domy sąsiedzkie, świetlice, kluby młodzieżowe – to nie tylko miejsca spotkań, ale też symboliczny wyraz wspólnoty. Dostępność takich przestrzeni umożliwia spontaniczne inicjatywy i wzmacnia poczucie przynależności.

Jak pokazują przykłady z Białegostoku, Opola czy Ostródy, nawet działania kulturalne i sportowe mogą służyć budowaniu odporności. Wspólne wydarzenia – mecze, festyny, koncerty – stają się okazją do poznania się, rozmowy i przełamywania barier. NGO-sy często są organizatorami lub partnerami tych inicjatyw, a ich rola w budowaniu lokalnej tożsamości jest nie do przecenienia.

OD WSPARCIA DORAŹNEGO DO TRWAŁEJ ZMIANY

Odporność wspólnoty nie polega tylko na reagowaniu na kryzysy, lecz na zdolności do uczenia się z doświadczeń i trwałego wzmacniania struktur społecznych. Organizacje pozarządowe potrafią przekuć spontaniczne odruchy solidarności w długofalowe programy wsparcia: sieci sąsiedzkie, grupy wolontariackie, inicjatywy samopomocowe. Przykładem mogą być „kręgi wsparcia" tworzone przez Stowarzyszenie BORIS czy programy edukacji obywatelskiej Fundacji Civis Polonus, które nie tylko pomagają, ale i uczą, jak pomagać skutecznie.

W kontekście starzenia się społeczeństwa, migracji i nowych form wykluczenia organizacje społeczne pełnią także funkcję łączników międzypokoleniowych i międzykulturowych. Tworzą przestrzeń, w której różnorodność staje się siłą, a nie źródłem podziału.

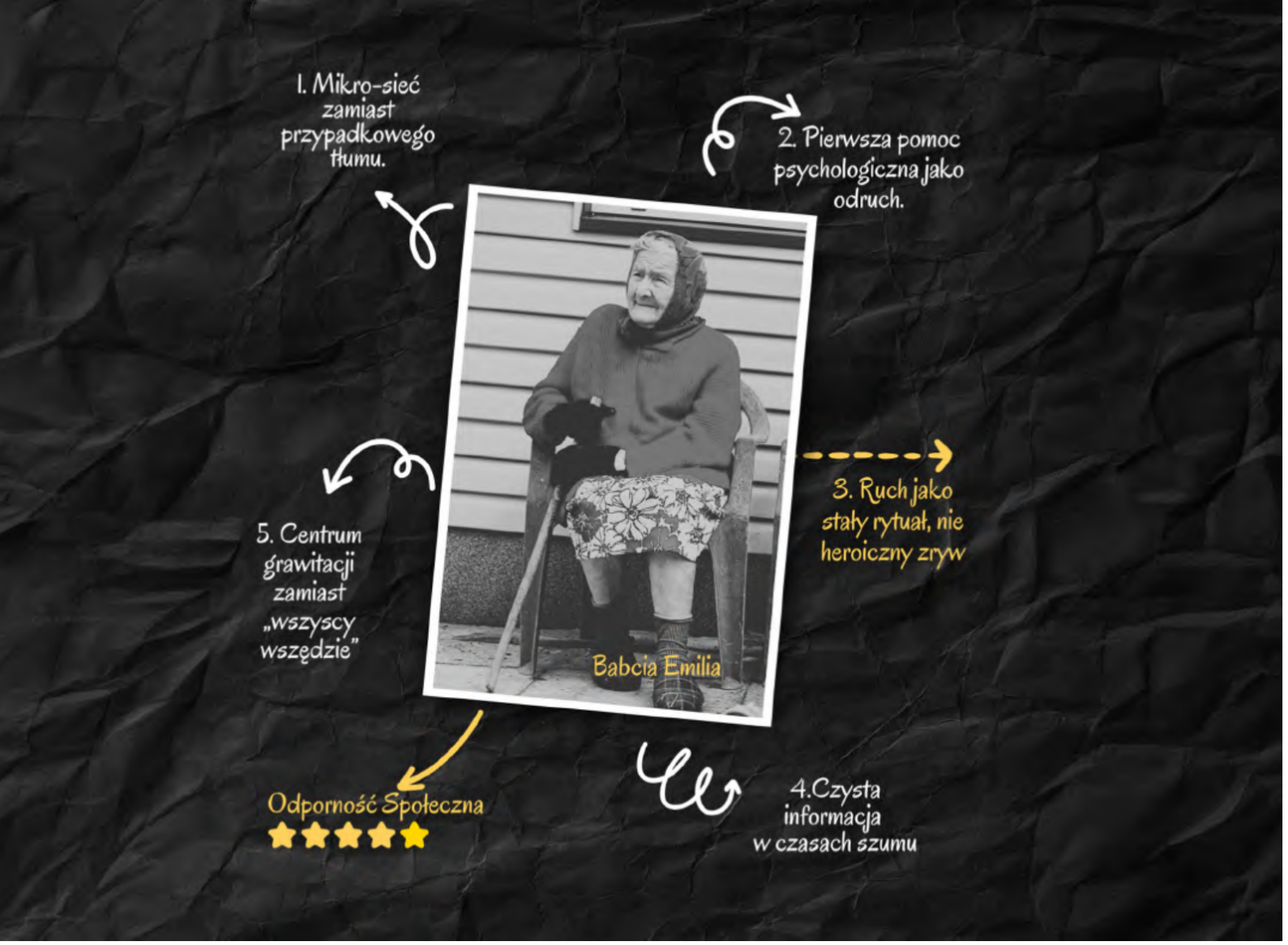
PARTNERSTWO Z SAMORZĄDEM

Wnioski z publikacji są jednoznaczne: odporność lokalnych społeczności powstaje wtedy, gdy władze publiczne i sektor obywatelski **współdziałają na zasadach partnerstwa**. Samorząd powinien tworzyć warunki – udostępniać przestrzeń, zasoby, uproszczać procedury – ale to organizacje społeczne są często tymi, które w praktyce uruchamiają lokalną energię. Ich elastyczność, zdolność do szybkiego reagowania i zaufanie społeczne czynią je niezbędnym elementem systemu bezpieczeństwa społecznego.

Jak pokazuje doświadczenie miast uczestniczących w projekcie „Building Bridges – Civic Capital in Local Communities", budowanie odporności to nie zadanie odgórne, lecz **proces współtworzony przez mieszkańców, organizacje i instytucje publiczne**. Wymaga odwagi, wiarygodności i konsekwencji, ale jego efektem jest społeczność zdolna nie tylko przetrwać kryzys, lecz także wyjść z niego silniejsza.

Tekst oparty na publikacji „Razem silniejsi. Droga do wspólnoty w czasach wyzwań i kryzysów" (red. M. Dudkiewicz, C. Trutkowski, 2025)

Marta Dietrich
Rzecznik Pomorskich NGO. Socjolożka. Ewaluatorka działań społecznych. Trenerka fundraisingu. Badaczka Pomorskiej Pracowni Badań Obywatelskich.



Odporność społeczna na co dzień:

historia pani Hanny i pięciu dźwigni, które uratowały więcej niż jedno życie

Pani Hanna od lat mieszkała sama na trzecim piętrze, w tej klatce, gdzie skrzynki na listy skrzypią jak stara harmonijka. Nauczyła się ciszy: po śmierci męża rozmawiała z roślinami, z kotem z podwórka i z telewizorem, który grał do snu. Sąsiedzi kojarzyli ją z uprzejmym skinieniem głowy i słoikami z ogórkami, które zostawiała w piwnicy „dla chętnych". Nikt nie wiedział, że od kilku miesięcy serce lubiło jej nagle przyspieszyć, a oddech zwalniać tak, jakby ktoś ściszał gałkę w starym radioodbiorniku.

Tamtego dnia w listopadzie w dzielnicy wyłączyli prąd. W oknach zapaliły się latarki z telefonów, a dzieci z klatki obok piszczały, że to „prawie jak biwak". Pani Hanna usiadła na skraju łóżka i nagle poczuła, że świat zacieśnia się jak pętla. Próbowała wstać. Nie wstała. Upadła, tak, że kubek z herbatą stoczył się ze stolika i rozbił o podłogę.

Drzwi otworzyły się dopiero wtedy, gdy Dawid z drugiej klatki przyszedł przełożyć bezpieczniki — miał zapasową latarkę i zwyczaj zaglądać do starszych sąsiadów podczas awarii. „Pani Haniu? — zawołał. — Halo?" Zobaczył ją bledszą niż zwykle, z przyspieszonym oddechem. Nie był ratownikiem. Ale bywał na zajęciach w domu sąsiedzkim i pamiętał trzy kroki, o których mówiono na „pierwszej pomocy psychologicznej dla zwykłych ludzi": zobacz – zadaj – zaproponuj. Najpierw rozejrzał się, czy jest bezpiecznie. Było. Potem uklęknął i zadał pytanie: „Co się dzieje?" - „Nie mogę złapać tchu" — wyszeptała. „To zrobimy trzy rzeczy" — powiedział spokojnie jakby do siebie: „Woda. Usiądziemy wygodniej. I zadzwonię do córki".

W kilka minut w mieszkaniu pojawili się następni. Pani Maria z czwartego przyniosła koce. Dzieci stały cicho, trzymając latarki. Ktoś już wybierał 112, ktoś inny notował na kartce: imię, wiek, leki. Właściwie nikt nie dowodził, a wszystko się

składało. Karetka przyjechała szybko, dzięki temu, że Dawid zszedł przed blok i czekał na ratowników, machając latarką jak sygnałem lotniczym.

Pani Hanna przeżyła. Wróciła po tygodniu ze szpitala, słabsza, ale bardziej obecna spojrzeniem. A na klatce wisiały już dwie kartki: jedna z podziękowaniami od córki, druga z zaproszeniem „na herbatę w sprawie odporności". Bo tej nocy zgasło nie tylko światło. Zgasło złudzenie, że „ktoś" przyjedzie i „ktoś" się zajmie. Włączyło się za to poczucie, że odporność społeczna to nie jest wielkie słowo z raportów. To nawyk miejsca.

JAK TA HISTORIA ZMIENIŁA NASZĄ KLATKĘ (I OKOLICĘ)

Po pierwsze: mikro-sieć zamiast przypadkowego tłumu.
Na spotkaniu w świetlicy narysowaliśmy naszą klatkę jak mapę skarbów. Zaznaczyliśmy, gdzie jest apteczka, gdzie są koce, kto ma zapas powerbanków, a kto zawsze nosi przy sobie insulinę dla mamy. Wybraliśmy punkt zbiórki na wypadek braku internetu (ławka przy altanie) i zrobiliśmy trójkąty kontaktowe: każda osoba ma dwie, do których daje znać wsytuacji X. Dzieci dostały swoją rolę: „latarnicy" i „posłańcy", żeby nie stały obok bezradnie. Seniorzy — „strażnicy herbaty". Wydawało się to śmieszne. A potem przestało, bo wzrosło poczucie bezpieczeństwa, nawet w zwykły dzień.

Po drugie: pierwsza pomoc psychologiczna jako odruch.
To, co zrobił Dawid, stało się scenką, którą potem odgrywaliśmy na warsztatach. Bez diagnoz, bez wielkich słów. „Jestem obok, oddychamy razem. Dwa wdechy nosem, długi wydech ustami." Dzieci łapały to w kilka minut. Dorośli — w piętnaście. Najważniejsze okazało się pozwolenie sobie na bycie „wystarczającym". Nie psychologiem, ale człowiekiem, który widzi, pyta, proponuje trzy małe rzeczy. Pani Hanna, kiedy doszła do siebie, powiedziała: „To, że ktoś siedział i oddychał ze mną, było lepsze niż wszystkie mądre rady świata".

Po trzecie: ruch jako stały rytuał, nie heroiczny zryw.
„Marsz rozmowny" w każdą środę o 18:00 – zaczął się jako pomysł na integrację, a okazał się profilaktyką dla głowy i ciała. Raz w tygodniu — dwadzieścia minut — ta prosta reguła zagościła na tablicy ogłoszeń. Dzieci liczyły kroki, dorośli liczyli oddechy. Pani Hanna dołączyła po miesiącu, z kijkami. „Nie muszę biec — powiedziała — ja tu jestem, to już dużo". Po siedmiu tygodniach mówiła, że śpi lepiej. I że mniej się boi.

Po czwarte: czysta informacja w czasach szumu.
Awarie prądu zaczęły być dla nas treningiem, nie katastrofą. Ustaliliśmy kanał awaryjny (SMS i tablica na korytarzu), regułę dwóch źródeł (zanim coś udostępnimy dalej, sprawdzamy dwa niezależne komunikaty) i minimalizację danych (na listach kontaktowych tylko to, co niezbędne — żadnych PESEL-i, żadnych zdjęć bez zgody). Co miesiąc ktoś inny pełni rolę „oficera informacji": nie szefa, tylko kogoś, kto sprawdza fakty i prostuje plotki. Dzięki temu w kryzysie jest mniej teatralnych gestów, a więcej rzeczowych działań.

Po piąte: centrum grawitacji zamiast „wszyscy wszędzie".
Szkoła po drugiej stronie ulicy, klub sportowy i biblioteka dogadały się, że w sytuacjach szczególnych to one są miejscami zbiórki. Mają czajniki, koce, listy kontaktów i umowy „na gorszą pogodę" z przychodnią i OSP. Dzieci i seniorzy współdecydowali o detalach: większe litery na plakatach, kącik ciszy, wózek z kocami. To drobiazgi, które sprawiają, że „tam" naprawdę chce się iść, kiedy „tu" jest trudno.

CZYM JEST ODPORNOŚĆ SPOŁECZNA — JUŻ BEZ METAFOR

To powtarzalne, małe działania, które skracają czas od „co się dzieje?" do „wiemy, co robić". To role, które można zagrać bez próby generalnej. To miejsca, do których ludzie idą odruchowo. I to język, który nie rani („Jestem obok") i nie łudzi („Zrobimy teraz trzy małe rzeczy"). Odporność nie dzieje się sama. Ale kiedy już jest, staje się przezroczysta — jak tlen. Najlepiej widać ją wtedy, gdy znika.

Pani Hanna mówi, że czuje się teraz mniej samotna, choć nikt się do niej nie wprowadził. Po prostu ktoś co środę puka i pyta: „Idziemy?". Ktoś przynosi baterie do czujnika dymu. Ktoś dzwoni na próbę: „Wyślij mi SMS-a, jakby padł internet". Ta sieć nie szumi. Ona trzyma.

NGO + SZKOŁA + FIRMA: KIEDY ŚWIATY SIĘ SKLEJAJĄ

W naszej dzielnicy to nie była rewolucja, tylko dobra układanka: dom sąsiedzki poprowadził warsztaty 3Z, klub sportowy dał przestrzeń i nawyk ruchu, szkoła użyczyła sali i sprzętu, a lokalna firma dorzuciła powerbanki i wydrukowała instrukcje A4. Bliskość i zaufanie spotkały się z zasobami i procedurami. Efekt uboczny? Mniej telefonów „do pani prezes spółdzielni", więcej „do siebie nawzajem".

EPILOG: TEN SAM KORYTARZ, INNA CISZA

Miesiąc po powrocie pani Hanny znów wysiadł prąd. Dawid zapalił latarkę, jak zawsze. Dzieci uciszyły się na sekundę, jak zawsze. Ale tym razem w ciszy było coś jeszcze: pewność. Ktoś zszedł na dół, ktoś sprawdził bezpieczniki, ktoś dolał wody do czajnika na gazie. Pani Hanna wyszła na korytarz o własnych siłach, oparła się o poręcz i powiedziała: „To nic. Wiemy przecież, co robić".

RAMKA: „ZRÓB TO DZIŚ PO POŁUDNIU" (CHECKLISTA 30–60–90)

Dziś (30 min):
- Przygotuj minilistę kontaktów (5 numerów).
- Zrób zdjęcie apteczki i sprawdź daty ważności.
- Ustal jedno miejsce zbiórki w twojej klatce/szkole/klubie.

W tym tygodniu (60 min):
- Spotkanie mikro-sieci (kawa/herbata): podział ról + dyżury.

- „10 po dzwonku” — uruchom pilotaż krótkiego rozruchu ruchowego.
- Wyznacz „oficera informacji” i przygotuj prostą instrukcję A4 (gdzie sprawdzamy wiadomości, jak dementujemy plotki).

W tym kwartale (90 min × 2):

- Warsztat Pierwsza Pomoc Psychologiczna 3Z (z ćwiczeniami).
- Test „blackout 10-minutowy” w waszej mikro-sieci + wnioski na 1 stronie.

Ta historia nie ma jednego bohatera. Ma ich tylu, ile mieszkań w naszej klatce. I o to właśnie chodzi w odporności społecznej: żeby nikt nie musiał być sam — nawet wtedy, gdy w mieszkaniu gaśnie światło, a w głowie zapala się alarm.
Na zdjęciu nie jest pani Hanna, tylko moja Babcia Emilia. I to naprawdę bez znaczenia. Bo znaczenie ma jedno: odporność społeczna zaczyna się od nas — od prostego 3Z: zobacz — zadaj — zaproponuj.

Lucyna Mach
Od lat łączy świat biznesu i działań społecznych – z jednej strony budując procesy i zespoły, z drugiej – wspierając młodzież, kobiety i osoby w kryzysie. Tworzy projekty, w których sport, psychologia i wspólnota dają ludziom siłę do zmiany. W klubie Brzostek Top Team tworzą przestrzeń, w której można nie tylko trenować ciało, ale też odbudować pewność siebie i relacje z ludźmi. Wierzy, że niemożliwe nie istnieje.

fot. Ochotnicza Straż Pożarna w Gniewie

Najważniejsze okazało się pozwolenie sobie na bycie „wystarczającym”.

Nie psychologiem, ale człowiekiem, który widzi, pyta, proponuje trzy małe rzeczy.

Małe społeczności mają ogromną moc – czasem wystarczy iskra, by powstał projekt, który łączy ludzi, wzmacnia więzi i wzbudza poczucie sprawczości. W ramach programu „Akumulator Społeczny – Moc Małych Społeczności” organizacje z Pomorza otrzymują wsparcie na realizację inicjatyw, które odpowiadają na lokalne potrzeby.

Postanowiliśmy porozmawiać z przedstawicielami różnych organizacji – Kołem Gospodyń Wiejskich, Ochotniczą Strażą Pożarną oraz organizacją pomagającą zwierzętom, aby dowiedzieć się, co skłoniło ich do udziału w programie, jakie projekty realizują i jak udział w nich wpływa na ich społeczność oraz samych uczestników.

Projekty sfinansowano ze środków Narodowego Instytutu Wolności — Centrum Rozwoju Społeczeństwa Obywatelskiego w ramach Rządowego Programu Wsparcia Organizacji Pozarządowych Moc Małych Społeczności.

KOŁO GOSPODYŃ WIEJSKICH ŻUKCZYNIANKI: ŻUKCZYN REAGUJE – BEZPIECZEŃSTWO GWARANTUJE

1. Dlaczego zdecydowaliście się wziąć udział w programie Fundusz Akumulator Społeczny Moc Małych Społeczności?

Do udziału w programie skłoniła nas potrzeba zadbania o bezpieczeństwo naszych mieszkańców i poczucie, że w razie nagłej sytuacji potrafimy sobie wzajemnie pomóc. Między innymi impulsem do działania była dramatyczna sytuacja, jaka wydarzyła się w naszej wsi — jedna z mieszkanek doznała nagłego zatrzymania krążenia. Dzięki szybkiej reakcji sąsiadki, która podjęła reanimację, udało się uratować życie tej kobiety, a na karetkę trzeba było czekać aż 17 minut. To doświadczenie uświadomiło nam, że każdy z nas może stanąć w obliczu podobnej sytuacji i że warto mieć wiedzę i być przygotowanym. Wtedy narodził się pomysł, aby stworzyć projekt, który zwiększy świadomość i umiejętności mieszkańców w zakresie pierwszej pomocy, a także zapewni dostęp do urządzenia AED w naszej miejscowości. Program „Moc Małych Społeczności” dał nam możliwość wprowadzenia tego pomysłu w życie. Dzięki niemu możemy działać nie tylko z serca, ale też skutecznie i profesjonalnie – dla bezpieczeństwa i dobra całej naszej społeczności.

2. Na czym polega Wasz projekt i na jakie potrzeby społecznej odpowiada?

Projekt „Żukczyn reaguje – bezpieczeństwo gwarantuje” to nasza lokalna inicjatywa na rzecz bezpieczeństwa i solidarności. Skupiłyśmy się na trzech obszarach: nauce pierw-

szej pomocy i obsługi AED, wsparciu kobiet poprzez kurs asertywności i samoobrony Wendo oraz edukacji z zakresu bezpieczeństwa w ruchu drogowym. Wszystkie te działania odpowiadają na realne potrzeby — wynikające z lokalnych doświadczeń, sytuacji kryzysowych i codziennych zagrożeń. Chciałyśmy, by każdy, niezależnie od wieku, mógł nauczyć się reagować w trudnych sytuacjach i poczuć się pewniej. Dzięki projektowi w naszej wsi pojawi się również zewnętrzne urządzenie AED, dostępne dla wszystkich.

3. Co było dla Was największym wyzwaniem w realizacji projektu, a co dało najwięcej satysfakcji?

Największym wyzwaniem było połączenie wszystkich działań – logistycznie i organizacyjnie – bo chciałyśmy, żeby każdy mieszkaniec mógł z nich skorzystać. Wsparcie organizowałyśmy dla wszystkich grup wiekowych, np. Kurs pierwszej pomocy w piątek był dla seniorów i osób niepracujących zawodowo, w sobotę dla dzieci i młodzieży, a w niedzielę dla osób pracujących.

Każda część projektu wymagała współpracy z innymi instruktorami, dostawcami sprzętu i partnerami. Ale dzięki współpracy wszystkich członków oraz zaangażowaniu mieszkańców, udało się zrealizować wszystkie działania. Ogromna satysfakcja przyszła, gdy zobaczyłyśmy pełną salę ludzi, którzy uczą się ratować życie, kiedy kobiety wychodziły z kursu Wendo pewniejsze siebie, a dzieci z uśmiechem ćwiczyły zasady udzielania pierwszej pomocy. Wtedy poczułyśmy, że to naprawdę ma sens.

4. Jak udział w programie wpłynął na Waszą organizację: na zespół, współpracę, poczucie sprawczości?

Jesteśmy młodym Kołem – KGW Żukczynianki powstało w październiku 2023 roku, dlatego udział w programie „Moc Małych Społeczności" był dla nas ogromnym krokiem naprzód. Ten projekt bardzo nas wzmocnił jako grupę i dał nam poczucie, że nawet mała, lokalna organizacja może realnie zmieniać rzeczywistość wokół siebie. Dzięki wspólnej pracy nauczyłyśmy się współdziałać, planować i brać odpowiedzialność za duże przedsięwzięcie. Projekt pokazał nam, że razem potrafimy zrobić naprawdę wiele – od napisania wniosku, przez organizację szkoleń, po współpracę z partnerami i instytucjami. Zyskałyśmy też nowe doświadczenie, kontakty i pewność, że potrafimy skutecznie działać dla dobra naszej społeczności. Udział w programie dodał nam skrzydeł – wzmocnił wiarę w siebie, w siłę kobiet. Warto dodać, że projekt dał możliwość wykorzystania nawet do 50% środków na rozwój organizacji. W naszym przypadku nie skorzystałyśmy, aż z takiej kwoty, ale kupiłyśmy laptopa, rzutnik, drukarkę, materiały biurowe, co z pewnością ułatwi nam dalszą działalność i pozwoli organizować inne działania dla mieszkańców.

5. Czy zauważyliście, że projekt wzmocnił więzi między mieszkańcami i mieszkankami lub wpłynął na poczucie bezpieczeństwa i wzajemnego wsparcia w lokalnej społeczności?

Zdecydowanie tak. Spotkania i szkolenia stały się pretekstem do rozmów, poznania się i wspólnego działania. Mieszkańcy chętnie dzielili się swoimi doświadczeniami i obawami, a przy okazji – uczyli się, jak sobie pomagać. Dziś czujemy, że jesteśmy bardziej zjednoczeni, a nasza wieś jest miejscem, gdzie ludzie potrafią reagować i wspierać się nawzajem.

Projekt bardzo zbliżył do siebie mieszkańców Żukczyna — zarówno tych, którzy mieszkają tu od lat, jak i nowych, którzy dopiero niedawno wprowadzili się do naszej wsi. Dla wielu z nich była to pierwsza okazja, by się poznać, wspólnie działać i porozmawiać przy okazji szkoleń czy spotkań. Szkolenia z pierwszej pomocy sprawiły, że ludzie zaczęli ze sobą rozmawiać o ważnych sprawach, wymieniać doświadczenia i dzielić się troską o wspólne bezpieczeństwo. Wielu uczestników mówiło po zajęciach, że czują się pewniej, bo wiedzą, jak reagować w sytuacjach zagrożenia i że nie są w tym sami. Kurs samoobrony Wendo dał kobietom ogromną dawkę odwagi, siły i poczucia wspólnoty – wiele z nich mówiło, że poczuły się bardziej zjednoczone i wiedzą, że mogą na siebie liczyć. Dzięki projektowi cała wieś zyskała coś więcej niż wiedzę – zyskała wspólnotę.

6. Jakie są dalsze plany?

Chciałybyśmy kontynuować szkolenia z pierwszej pomocy – szczególnie dla dzieci i młodzieży – oraz kolejne warsztaty i spotkania edukacyjne. Planujemy rozwijać sieć bezpieczeństwa w naszej wsi, nie tylko poprzez wiedzę, ale także dzięki sprzętowi, takiemu jak ogólnodostępne AED. Myślimy również o inicjatywach międzypokoleniowych, które będą łączyć mieszkańców wokół wspólnej troski o siebie i innych. Wierzymy, że to dopiero początek – nasza społeczność będzie coraz bardziej aktywna, świadoma i zjednoczona. Marzy nam się również stworzenie mini „centrum bezpieczeństwa" w świetlicy wiejskiej, wyposażonego w podstawowy sprzęt i materiały edukacyjne, które pozostaną do stałego użytku mieszkańców.

7. Co powiedzielibyście innym małym społecznościom, które zastanawiają się, czy warto dbać o odporność społeczną?

Z całego serca – warto! Nawet najmniejsze działania mogą przynieść wielkie zmiany. Wspólne projekty uczą współpracy, budują zaufanie i pokazują, że razem można naprawdę wiele. Każda społeczność ma w sobie siłę – wystarczy ją obudzić i dać jej szansę rozkwitnąć. Nie potrzeba wielkich budżetów, żeby zrobić coś dobrego. Wystarczy grupa ludzi, którzy chcą działać, wierzą w innych i są gotowi poświęcić swój czas dla wspólnego dobra. Dzięki temu programowi przekonałyśmy się, że nawet mała wieś, jak Żukczyn, może stać się prawdziwą wspólnotą, w której każdy ma znaczenie, a mieszkańcy czują, że mogą na siebie liczyć. Jesteśmy przykładem na to, że wsparcie otrzymali ci, do których projekt był dedykowany, zwykli ludzie z małej wsi liczącej 526 mieszkańców. Dzieci, które na co dzień chodzą do wiejskiej szkoły, poprzez ograniczoną komunikację mają mniejszą możliwość skorzystania z dodatkowych zajęć czy szkoleń.

fot. Koło Gospodyń Wiejskich Żukczynianki

Żukczyn to mała społeczność, a po zrealizowaniu tego projektu ma moc.

Na pytania odpowiedziały Marta Specjał i Marta Cwalina

Projekt realizowany przez Koło Gospodyń Wiejskich Żukczynianki.

OCHOTNICZA STRAŻ POŻARNA W GNIEWIE: ŚWIADOMI I BEZPIECZNI W GMINIE GNIEW

1. Dlaczego zdecydowaliście się wziąć udział w programie Fundusz Akumulator Społeczny Moc Małych Społeczności?

Gdy tylko dowiedzieliśmy się, że startuje nowy Program, nie mieliśmy wątpliwości, że weźmiemy w nim udział. Od kilku lat realizujemy projekty, które promują pierwszą pomoc. Zaczęło się od projektu „Działaj Lokalnie" w 2023 roku, gdzie w ramach realizacji „Udzielanie pierwszej pomocy przedmedycznej – cykl zajęć edukacyjnych" przeszkoliliśmy ponad 5 000 osób z udzielania pierwszej pomocy w województwie pomorskim. Projekt pn.: „ŚWIADOMI I BEZPIECZNI w Gminie Gniew" jest kontynuacją działań związanych z propagowaniem pierwszej pomocy.

2. Na czym polega Wasz projekt i na jakie potrzeby społecznej odpowiada?

Nakręciliśmy spot edukacyjny przedstawiający jak udzielać pierwszej pomocy przedmedycznej z wykorzystaniem defibrylatora znajdującego się w naszym mieście. Ponadto stworzyliśmy i wydrukowaliśmy ponad 5 000 ulotek edukacyjnych przedstawiających krok po kroku, jak reagować w przypadku napotkania osoby z nagłym zatrzymaniem krążenia. Dodatkowo zorganizowaliśmy dwudniowy wyjazd studyjny dla członków Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej polegający na wizycie w Centrum Powiadamiania Ratunkowego w Gdańsku oraz Portowej Straży Pożarnej w Gdańsku. Podczas wycieczki przygotowaliśmy zajęcia praktyczne z układania wałów przeciwpowodziowych. Był również czas na integrację podczas wspólnego ogniska oraz gry w kręgle. Dzięki dotacji członkowie drużyny otrzymali również nowe dresy z logiem naszej jednostki.

3. Co było dla Was największym wyzwaniem w realizacji projektu, a co dało najwięcej satysfakcji?

Wyzwanie to chyba słowo, które jest zapisane u nas w słowniku na stałe. Jeśli jesteś strażakiem-ratownikiem, to jesteś przygotowany na wszystko, bo przecież nigdy nie wiadomo co może się wydarzyć. Jeśli chodzi o projekt, to nie mieliśmy żadnych wyzwań do pokonania podczas realizacji – mamy już trochę wprawy, więc wszystko szło zgodnie z założeniami. Jeśli chodzi o satysfakcję, to tutaj możemy się trochę rozwinąć, przede wszystkim jesteśmy pod wrażeniem zainteresowania naszym spotem edukacyjnym – obejrzało go ponad 39 tysięcy osób. Otwartość ludzi na ten projekt, chęć pozyskania tej wiedzy i uśmiechy. Mieszkańcy spotykają nas na ulicy, zaczepiają i gratulują pomysłu, mówiąc, jak bardzo potrzebny jest ten projekt i dzięki ulotkom czy filmikowi teraz wiedzą, jak mogą pomóc drugiemu człowiekowi. Otrzymaliśmy również zdjęcia ze szkół, gdzie na lekcjach wychowawczych nauczyciele włączają dzieciom nasz spot edukacyjny. Takie słowa, gesty, rozmowy czy spotkania dają nam największą satysfakcję.

4. Jak udział w programie wpłynął na Waszą organizację: na zespół, współpracę, poczucie sprawczości?

Z perspektywy koordynatorów tego projektu śmiało możemy powiedzieć, że dzięki wzięciu udziału w programie bardzo zintegrowaliśmy członków Młodzieżowej Drużyny Pożarniczej. Ponadto realizacja projektu utwierdziła nas w przekonaniu, że nasze działania mają realny wpływ na poziom bezpieczeństwa mieszkańców naszej gminy i cieszymy się, że jesteśmy taki motorem napędowym zwiększającym zaangażowanie mieszkańców w tym obszarze, których zainteresowanie zasadami udzielania pierwszej pomocy jest naprawdę spore.

5. Czy zauważyliście, że projekt wzmocnił więzi między mieszkańcami i mieszkankami lub wpłynął na poczucie bezpieczeństwa i wzajemnego wsparcia w lokalnej społeczności?

Biorąc pod uwagę reakcję mieszkańców na nasze działania, widzimy, że wiedza, którą pozyskali, znacząco wpłynęła na poziom bezpieczeństwa w naszej gminie. Kiedy kilka miesięcy temu pierwszy ogólnodostępny defibrylator zamontowany został na gniewskim rynku, było to dla niektórych po prostu „jakieś urządzenie", dzisiaj dzięki realizacji projektu dostajemy dużo zwrotek od mieszkańców mówiących, że teraz już wiedzą, jak reagować i jak posługiwać się sprzętem ratującym życie. Widzimy również, że ten poziom wzajemnego wsparcia został podniesiony, bo wiedzą, że mogą liczyć na wzajemną pomoc.

6. Jakie są dalsze plany?

Uwielbiamy takie pytania. Planów mamy całą głowę – oczywiście dalej chcemy propagować pierwszą pomoc w naszym rejonie i jeśli będzie możliwość wzięcia udziału w kolejnych edycjach czy podobnych programach, to na pewno będziemy chętni, żeby zrealizować kolejne projekty. Jesteśmy bardzo zaangażowani, w każdą inicjatywę wkładamy serce i ogrom pasji.

7. Co powiedzielibyście innym małym społecznościom, które zastanawiają się, czy warto dbać o odporność społeczną?

Warto wziąć sprawy w swoje ręce i być tym inicjatorem, który porwie za sobą przysłowiowy tłum. Ludzie naprawdę są chętni i życzliwi – wystarczy wyciągnąć do nich rękę i pokazać, że razem możemy więcej, a siła tkwi we wspólnocie.

Projekt realizowany przez: dh Annę Chyłę, dh Tomasza Truszczyńskiego / Ochotnicza Straż Pożarna w Gniewie
Projekt dofinansowany przez Fundację Pokolenia

Film edukacyjny nakręcony przez druhów z OSP Gniew w ramach realizacji projektu „ŚWIADOMI I BEZPIECZNI w Gminie Gniew".

> *Realizacja projektu utwierdziła nas w przekonaniu, że nasze działania mają realny wpływ na poziom bezpieczeństwa mieszkańców naszej gminy i cieszymy się, że jesteśmy taki motorem napędowym zwiększającym zaangażowanie mieszkańców w tym obszarze.*

fot. Ochotnicza Straż Pożarna w Gniewie

fot. Stowarzyszenie poMOCne ŁAPki

STOWARZYSZENIE POMOCNE ŁAPKI: RAZEM DLA ZWIERZĄT

1. Dlaczego zdecydowaliście się wziąć udział w programie Fundusz Akumulator Społeczny Moc Małych Społeczności?

Zdecydowaliśmy się wziąć udział w programie, ponieważ wierzymy, że nawet niewielkie lokalne inicjatywy mogą realnie wpływać na poprawę dobrostanu zwierząt i kształtowanie postaw proekologicznych wśród mieszkańców naszej gminy. Impulsem do złożenia wniosku była potrzeba wzmocnienia instytucjonalnego, działań edukacyjnych i praktycznych, które pomagają chronić zwierzęta oraz budować wrażliwość na los bezdomnych zwierząt. Nasze stowarzyszenie działa na rzecz zwierząt, jednak środki finansowe ograniczają możliwości realizacji pomysłów, które angażują społeczność — zwłaszcza dzieci i młodzież. Udział w programie pozwoli nam rozwinąć skrzydła, rozwinąć się instytucjonalnie, połączyć ludzi wokół wspólnego celu i pokazać, że troska o przyrodę i zwierzęta zaczyna się tu, lokalnie — w naszej gminie i powiecie.

2. Na czym polega Wasz projekt i na jakie potrzeby społecznej odpowiada?

Projekt „Razem dla Zwierząt" to inicjatywa społeczna łącząca edukację, integrację i działanie na rzecz ochrony zwierząt. W ramach projektu zorganizowaliśmy wspaniały festyn edukacyjno-integracyjny poświęcony tematyce adopcji, odpowiedzialnej opieki nad zwierzętami oraz ochrony zwierząt. Wydarzeniu towarzyszyły warsztaty twórcze, prelekcje edukacyjne, a także zbiórka karmy i materiałów dla potrzebujących zwierząt. Projekt odpowiada na konkretne potrzeby lokalnej społeczności, niską świadomość ekologiczną, problem bezdomności zwierząt oraz brak wspólnych działań łączących mieszkańców wokół dobra wspólnego. Zorganizowaliśmy ciekawe warsztaty edukacyjne w Szkołach, wyleczyliśmy zwierzęta i znaleźliśmy dla nich nowe, kochające rodziny adopcyjne, dodatkowo ograniczyliśmy bezdomność poprzez kastracje. Chcieliśmy pokazać, że każdy niezależnie od wieku może realnie pomóc, a troska o zwierzęta i przyrodę jest częścią odpowiedzialności obywatelskiej.

3. Co było dla Was największym wyzwaniem w realizacji projektu, a co dało najwięcej satysfakcji?

Największym wyzwaniem w realizacji było połączenie wielu działań organizacyjnych od przygotowania festynu i warsztatów, przez współpracę z partnerami, po logistykę związaną z opieką nad zwierzętami i edukacją uczestników. Dużym wyzwaniem okazało się również zaangażowanie mieszkańców w działania prozwierzęce, ponieważ wymagało to dotarcia do różnych grup wiekowych i środowisk. Jednocześnie właśnie to zaangażowanie dało nam najwięcej satysfakcji. Widok dzieci uczących się empatii wobec zwierząt, czy uczestników Festynu, którzy po spotkaniu zdecydowali się na adopcję, to dla nas ogromna nagroda. Projekt pokazał, że razem naprawdę można zmieniać świat zwierząt i ludzi na lepszy. Wspaniałym plusem jest pozyskanie nowych Wolontariuszy do opieki nad zwierzętami.

4. Jak udział w programie wpłynął na Waszą organizację: na zespół, współpracę, poczucie sprawczości?

Projekt zintegrował zespół, wzmocnił współpracę między wolontariuszami, a także otworzył nas na nowe partnerstwa z instytucjami, szkołami i samorządem. Dzięki realizacji projektu wzrosło nasze poczucie sprawczości i wiary, że lokalne

działania mają realne znaczenie. Zobaczyliśmy, że potrafimy skutecznie organizować duże wydarzenia, angażować mieszkańców i prowadzić działania edukacyjne. Ten projekt dał nam energię, doświadczenie i pewność, że możemy dalej rozwijać się jako aktywna organizacja działająca dla dobra zwierząt i przyrody. Dzięki dotacji mogliśmy zakupić wspaniałe gadżety edukacyjne i niezbędny sprzęt do opieki nad zwierzętami.

5. Czy zauważyliście, że projekt wzmocnił więzi między mieszkańcami i mieszkankami lub wpłynął na poczucie bezpieczeństwa i wzajemnego wsparcia w lokalnej społeczności?

Tak, zdecydowanie. Festyn, warsztaty i wspólne działania na rzecz zwierząt stały się przestrzenią spotkań ludzi w różnym wieku, o różnych doświadczeniach, których połączył wspólny cel pomoc i troska o zwierzęta. W trakcie projektu nawiązały się nowe relacje i współprace, a uczestnicy zaczęli postrzegać siebie jako część wspólnoty, która potrafi się wspierać i działać razem. Wzrosło również poczucie bezpieczeństwa i zaufania, bo mieszkańcy wiedzą, że w trudnych sytuacjach, np. gdy znajdą bezdomne lub ranne zwierzę nie są sami, mogą liczyć na pomoc organizacji i innych ludzi dobrej woli.

6. Jakie są dalsze plany?

Planujemy kontynuację działań rozpoczętych w ramach projektu. Wydarzenie pokazało nam, jak duże jest zainteresowanie mieszkańców tematyką pomocy zwierzętom i edukacją ekologiczną. Chcemy kontynuować cykl spotkań, warsztatów i akcji adopcyjnych. Planujemy również rozwijać współpracę z lokalnymi szkołami, by prowadzić zajęcia edukacyjne dla dzieci i młodzieży. Naszym celem jest, by projekt nie był jednorazowym wydarzeniem, ale początkiem długofalowego ruchu społecznego na rzecz zwierząt i przyrody w naszej gminie.

7. Co powiedzielibyście innym małym społecznościom, które zastanawiają się, czy warto dbać o odporność społeczną?

Z całego serca powiedzielibyśmy: warto! Odporność społeczna to nie tylko gotowość na trudne sytuacje, ale przede wszystkim siła więzi, zaufania i wzajemnej pomocy. Małe społeczności mają ogromny potencjał, znają się nawzajem, potrafią działać razem i wspierać się wtedy, gdy najbardziej tego potrzeba. Nasz projekt pokazał, że nawet niewielka grupa ludzi, kierująca się empatią i troską, może realnie zmienić świat wokół siebie, budując współpracę, zrozumienie i wrażliwość, tworzymy miejsce, w którym każdy, człowiek czy zwierzę, może czuć się bezpiecznie. Warto dbać o odporność społeczną, bo to właśnie ona sprawia, że nie poddajemy się w obliczu trudności, tylko razem szukamy rozwiązań. Wspólnota, która działa z serca, jest odporna na wszystko.

Na pytania odpowiedziała Adriana Grabarek

fot. Stowarzyszenie poMOCne ŁAPki

Chcieliśmy pokazać, że każdy niezależnie od wieku może realnie pomóc, a troska o zwierzęta i przyrodę jest częścią odpowiedzialności obywatelskiej.

fot. Ann H | pexels.com

Potrzebujemy odważnego przywództwa — takiego, które nie gasi entuzjazmu, lecz porządkuje chaos i nadaje mu kierunek.

Liderstwo czy przywództwo.

Co buduje odporność organizacji?

Lider_ka to niezwykle istotna osoba w organizacji społecznej. To postać, która nie tylko ma wizję, ale przede wszystkim potrafi inspirować, widzi sens działania i potrafi ten sens przekazać innym. To ona zapala iskrę: pobudza energię, przyciąga ludzi, buduje poczucie misji. Bez liderów_ek trudno o motywację, wzbudzanie emocji, poczucie „po co działamy".

Jednocześnie w dyskusji o przyszłości i rozwoju sektora pozarządowego pojawia się kwestia stabilności i siły organizacji społecznych. Szczególnie jeśli to właśnie one mają budować odporność społeczeństwa i państwa jako zdolność do przetrwania, adaptacji i wzmocnienia wobec różnych zagrożeń, zmian czy zaskoczeń. I tutaj obok **liderstwa** pojawia się pojęcie **przywództwa**.

ENERGIA, KTÓRA INSPIRUJE

Liderstwo to przede wszystkim relacja oparta na zaufaniu. Więź formalna lub nieformalna, ale zawsze żywa. Lider_ka buduje wspólnotę wokół idei. Często jest sercem i twarzą organizacji oraz źródłem jej wewnętrznej energii. Siła tych osób płynie z relacji, autorytetu i spójności między tym, co mówią, a tym, co robią.

Tymczasem liderzy, nawet jeśli są otoczeni innymi ludźmi, współpracownikami czy partnerami, są sami. Bo zwykle tak jest, że tam, gdzie cała dynamika działania opiera się wyłącznie na jednej osobie, pojawia się kruchość. Gdy lider_ka traci siły lub odchodzi, organizacja może utracić kierunek i spójność, odjęte projekty i realizowane działania mogą ucierpieć, nawiązane relacje mogą zostać zerwane i gdzieś na końcu tego wszystkiego poszkodowanymi będą przede wszystkim zaangażowane społeczności.

STRUKTURA, KTÓRA DAJE KIERUNEK

Przywództwo w naszej dyskusji odnosi się bardziej do procesu niż do osoby. To sposób prowadzenia organizacji, wyznaczania celów, podejmowania decyzji i rozkładania odpowiedzialności. Przywództwo to system, w którym każdy wie, jaką pełni rolę, a działania są spójne z misją. To pytania o to: kto decyduje, jak ustalamy priorytety, jak dzielimy odpowiedzialność, co się dzieje, gdy lidera nie ma?

Przywództwo wymaga nie tylko charyzmy, ale też kompetencji zarządczych, strategicznego myślenia i umiejętności budowania struktur, które utrzymają organizację w dłuższej perspektywie. W warunkach niestabilności finansowej, zmian społecznych czy widma zagrożeń różnego typu, to właśnie przywództwo powinno dawać organizacji odporność.

MIĘDZY PASJĄ A TRWAŁOŚCIĄ

Polskie NGO funkcjonują dziś w napięciu między tym, co emocjonalne a tym, co systemowe. Obserwując ostatnie 5 lat widać potrzebę wyjścia z bańki zbudowanej z pasji działania i wprowadzenia czynnika zarządzania. Szukamy mostu między energią lidera_ki a koniecznością instytucjonalnej stabilności.

Niektóre organizacje potrzebują nowego impulsu, inspiracji, wiary w sens działania i tam potrzebne może być **liderstwo**. Inne stoją przed wyzwaniem uporządkowania procesów, budowy zespołów, przekazania odpowiedzialności, tam kluczowe jest **przywództwo**.

Jednakże... czy jeśli chodzi o organizacje społeczne, te dwie kwestie można w ogóle rozdzielać? Czy można mieć jedno bez drugiego? Czy sektor, który zrodził się z pasji, potrafi trwale funkcjonować bez struktur? A może to właśnie nadmiar procedur i formalności odbiera mu elastyczność i duszę?

Czy w ogólnej perspektywie i dzisiejszej kondycji (która nie jest różowa), sektor NGO potrzebują bardziej liderstwa, czy przywództwa? A może jednak należy od razu połączyć jedno z drugim, żeby organizacje społeczne mogły nie tylko przetrwać, ale też inspirować, rozwijać się i wpływać na rzeczywistość.

MONIKA HINC
przewodnicząca Rady Fundacji Up Foundation i jej założycielka, koordynatorka Pomorskiej Sieci Współpracy Międzysektorowej

Sektor organizacji pozarządowych stoi dziś wobec wyzwań, jakich wcześniej nie znał — w świecie pełnym niepewności, zmian i napięć. To właśnie dlatego potrzebne jest dziś nie tylko serce, ale i struktura, która pozwoli działać skutecznie i z odwagą. Mamy w sektorze wspaniałych liderów i liderki. To osoby pełne pasji, charyzmy i wrażliwości społecznej. To ludzie, którzy potrafią poruszyć innych i nadać sens wspólnemu działaniu. Ale coraz częściej widzimy, że sama energia to za mało, by realnie wpływać na systemowe zmiany i budować trwałe rozwiązania. Potrzebujemy odważnego przywództwa — takiego, które nie gasi entuzjazmu, lecz porządkuje chaos i nadaje mu kierunek. Przywództwa, które potrafi łączyć wizję z planem działania, emocje z analizą, idealizm z profesjonalizmem.

Marzy mi się, by organizacje pozarządowe nie tylko reagowały na rzeczywistość, ale też ją strategicznie kształtowały — z jasnymi strukturami, mądrym zarządzaniem i współpracą opartą na zaufaniu. Potrzebujemy liderów i liderek, którzy nie tylko pociągają innych za sobą, ale także tworzą ramy, w których zmiana może być trwała, a energia społeczna przekłada się na realny, systemowy wpływ.

PATRYK CHYLEWSKI
koordynator projektów, Stowarzyszenie Morena

Moim zdaniem sektor potrzebuje zdecydowanie jednego i drugiego. Widzę dużą różnicę między przywódcą a liderem. Przywódcę postrzegam jako osobę, która kreuje wizję, wyznacza kierunki rozwoju organizacji i zarządza nią. Natomiast liderzy to, dla mnie, osoby w zespole, które wspólnie realizują to, co przywódca wcześniej nakreślił. Przywódca może wpłynąć na budowanie odporności społecznej organizacji, czyli przygotowanie jej na trudne wyzwanie. Myślę, że to jedno z jego najważniejszych zadań, szczególnie w naszym sektorze. Przywódca powinien koncentrować się na kwestiach strategicznych, kluczowych dla stabilnego funkcjonowania organizacji i bezpieczeństwa zatrudnienia pracowników. Z kolei liderzy to osoby, które realizują bieżące działania, odciążając w ten sposób przywódcę. Ale jedno bez drugiego nie istnieje — bo tylko razem tworzą spójny, skuteczny zespół.

ŁUKASZ SAMBORSKI
dyrektor Fundacji RC, prezes Pomorskiej Sieci Centrów Organizacji Pozarządowych

Różnica pomiędzy jednym a drugim na pewno jest. Liderstwo często kojarzy się z działaniem jednoosobowym, z tak zwanym silnym przywództwem, czyli z sytuacją, gdy jedna osoba podejmuje decyzje i ciągnie innych za sobą. Myślę jednak, że oba podejścia mają znaczenie. Lider ma inspirować, pokazywać kierunek, przedstawiać wizję. Ale trudno mówić o prawdziwej odpowiedzialności całego zespołu, jeśli mamy tylko jednego lidera, który wszystko dźwiga na sobie, a reszta jedynie wykonuje jego pomysły. Dlatego przywództwo jest lepsze w długofalowej perspektywie, bo pozwala budować odporność organizacji na sytuacje kryzysowe, bo wtedy odpowiedzialność może przejmować ktoś inny. Tyle że trzeba się tej odpowiedzialności nauczyć, trzeba ją w sobie wypracować: z roli wykonawcy przejść do roli współodpowiedzialnego. W dzisiejszych czasach pełnych niepewności i kryzysów najbardziej potrzebne jest podejście mieszane, ale z większym naciskiem właśnie na przywództwo i budowanie odporności organizacji.

Magda Jabłońska
Redaktorka "Pomostu"

Dlaczego pomagamy?

Okiem aspirującego psychologa :)

Wielkimi krokami zbliża się koniec roku — czas, w którym częściej myślimy o innych w kontekście pomagania, zbiórek charytatywnych i dawania czegoś od siebie.

Co powoduje, że dzielimy się z innymi? Dlaczego angażujemy się w wolontariat? Czy istnieje czysty altruizm?

Zachowania pomocowe to esencja działalności NGO, a zatem jesteśmy pod najlepszym możliwym adresem, żeby odpowiedzieć na te pytania. Proponuję spojrzenie z perspektywy psychologii społecznej — bardzo nieromantycznej teorii ewolucji oraz biologii. Brzmi naukowo i poważnie? Rozjaśniajmy!

Z punktu widzenia teorii Darwina, dawanie i pomaganie innym może wydawać się dość nielogicznym zachowaniem. Stoi przecież w kontrze do twardej ewolucjonistycznej walki o zasoby. A zachowania pomocowe wyglądają wręcz jak ograniczanie swoich zasobów. Czemu zatem działamy na rzecz innych? Dodajmy, że w środowisku NGO jest nas całkiem dużo.

Jak wcześniej wspomniałam, będzie mało romantycznie: pomagamy innym, bo jednak mamy w tym interes. I to duży — według teorii ewolucji pomagamy innym, żeby przeżyć. Nie zawsze tak dosłownie, ale żeby zapewnić przetrwanie naszych genów w kolejnym pokoleniu. Geny dzielimy nie tylko z własnymi dziećmi, ale i z dziećmi brata i siostry, kuzyna i kuzynki. Pomagamy zatem najczęściej rodzinie, w pierwszej kolejności tej bliższej, a potem dalszej. Nauka bywa okrutnie precyzyjna, a jej rozważania trochę dziwne — okazuje się, że można nawet przeliczyć, ile kuzynek poświęcilibyśmy w zamian za życie siostry: dokładnie cztery.

Ale przecież pomagamy też innym, nie tylko rodzinie — a tu już genów nie przekażemy.

Wtedy z pomocą przychodzi teoria altruizmu wzajemnego albo prościej i przyjemniej — emocja wdzięczności. Dzielimy się z innymi, bo liczymy na to, że oni z nami też się podzielą — zarówno w relacji bezpośredniej, jak i w sytuacji gdy dobro ma zatoczyć pewien krąg: ja pomogłam Asi, Asia pomogła Uli, Ula — Arturowi, no i Artur znowu mnie. Lepiej się żyje w społeczności. No i gdzie ta bezinteresowna chęć pomagania... Wdzięczność prawdopodobnie wyewoluowała u ludzi właśnie w celu inicjowania pomagania nieznających się osób. Potwierdzają to badania i fakty — ludzie odczuwają większą wdzięczność za tę samą pomoc uzyskaną od osób obcych. Od bliskich niejako jej oczekujemy. Społeczny podziw i medale przypadają tym, którzy przy zagrożeniu własnego życia pomogli nieznajomym, a prawie nigdy, gdy poświęcali się dla bliskich krewnych.

Co więcej, uczucie wdzięczności nasila zaufanie. Ale uwaga — tylko do ludzi wcześniej nieznanych. Czyli jeśli koleżanka zrobi mi kawę w pracy, to prawdopodobnie będę jej wdzięczna. Ale jeśli tę kawę zaproponuje mi nowa koleżanka w zespole, to oprócz wdzięczności, moje zaufanie do niej zostanie rozbudzone.

Co na to wszystko biologia i nasz mózg? Jest na „tak". W pomaganie zaangażowany jest tzw. układ nagrody — dzięki niemu odczuwamy przyjemność z faktu dzielenia się z innymi. Ewolucja znalazła dla nas zatem silną zachętę, żeby w ogóle rozpocząć pomaganie. Kiedyś — po to, żeby w ogóle przeżyć. Dziś wiemy, że robienie dobrych rzeczy dla innych jest dla nas samych bardzo pożyteczne (choć nie krytyczne). Wolontariat wpływa korzystnie na zdrowie — osoby pomagające są zdrowsze i żyją dłużej, odczuwają mniejszy stres. Mają też wyższy poziom szczęścia.

A bardziej w klimacie końcówki roku — radość z samego faktu dawania ma swoją marketingową nazwę „warm glow giving", tj. ciepły blask dawania, takie błogie przyjemne odczucie w ciele. Ośrodek przyjemności u niektórych migocze na początku grudnia kiedy na dobre zaczynamy angażować się w pomoc innym, pakować przemyślane prezenty i wyobrażać sobie szczęście innych. A w NGO to chyba szaleje przez cały rok.

Okazuje się zatem, że w toku ewolucji tak to się wszystko nam dobrze ułożyło, że pomaganie innym to doskonały sposób, żeby zatroszczyć się o siebie. A zatem — pomagajmy dla zdrowia i z czystej przyjemności.

Opracowano na podstawie:
Wojciszke B., Grzyb. T. (2024), Psychologia społeczna, Wydawnictwo Naukowe Scholar; Dąbrowska U. (2020), Podcast o mózgu, Nauka/Poradniki, Spotify

Justyna Mirska
Refleksyjna uczestniczka działań społecznych. Koordynatorka wolontariatu w Fundacji RC, Studentka 2. roku Psychologii na Uniwersytecie SWPS, wcześniej Manager ds. HR związana z branżą IT

> *Samodzielność to umiejętność spokojnego myślenia, działania bez presji, pozwolenie sobie na popełnianie błędów i ocenianie siebie z empatią.*

Samodzielność nie musi być samotnością

Piecza zastępcza często mylona jest z adopcją. Powinna być tymczasowa, jednak najczęściej trwa do 25 roku życia. Młodzież pozostawiona sama sobie, musi wcześnie nauczyć się "dorosłych" rzeczy, a nie uczy się najważniejszego. O tym, jak temu zapobiega Stowarzyszenie Samodzielność Razem, rozmawiamy z jego Prezeską Magdaleną Ilską.

KLARA MIRECKA: Czym jest dla Ciebie samodzielność? W kontekście nazwy stowarzyszenia i tego, co robicie?

MAGDALENA ILSKA: Mieliśmy duży problem z nazwą stowarzyszenia. Zastanawiałyśmy się, jak ma brzmieć, żeby naprawdę mówiła o samodzielności. Bo dla mnie to słowo ma zupełnie inne znaczenie niż to, które zwykle przychodzi do głowy.

Na początku miałyśmy rozdzielone te słowa — „sami" i „dzielni". Ale chciałam dodać do tego „razem", żeby wybrzmiało, że samodzielność nie musi oznaczać samotności. Dla mnie w tym procesie usamodzielniania młodzieży najważniejsze jest właśnie to „razem". Młodzi ludzie potrzebują wielu osób wokół siebie, żeby ta samodzielność była prawdziwa, a nie tylko pozorna i bolesna.

Widzę to też przez pryzmat własnych doświadczeń. Sama przechodziłam proces usamodzielnienia i wiem, że w tej drodze łatwo zapomina się o czymś bardzo ważnym — o nauce proszenia o pomoc. To właśnie był główny powód, dla którego powstało nasze stowarzyszenie.

Czyli chodzi o inne spojrzenie na samodzielność niż to, które proponuje system?

Kiedy patrzę na programy usamodzielnienia, tam ciągle przewijają się te same założenia: że trzeba nauczyć się zarabiać, gospodarować pieniędzmi, zadbać o mieszkanie. A przecież większość młodych z pieczy to potrafi, często lepiej niż ich rówieśnicy. Problem polega na tym, że potrafią to w niewłaściwy sposób — tak, jakby samodzielność polegała na tym, żeby wszystko zrobić samemu, bez prawa do błędu.

Dla mnie samodzielność to coś zupełnie innego: to umiejętność spokojnego myślenia, działania bez presji, pozwolenie sobie na popełnianie błędów i ocenianie siebie z empatią. To nauka rzeczy, o których większość ludzi nawet się nie zastanawia, bo wydają się oczywiste.

Czy Ty sama dostałaś taki zasób, będąc w pieczy zastępczej? Czy właśnie stąd wzięła się potrzeba stworzenia stowarzyszenia?

Długo się nad tym zastanawiałam. Nawet moi znajomi mówili, że nie ma sensu o tym tak rozmyślać. Ale mnie to nie dawało spokoju. Pisałam nawet o tym pracę magisterską — procesie usamodzielnienia — i wtedy zaczęłam analizować, dlaczego mój proces wyglądał inaczej niż u większości.

Często słyszałam: „Po Tobie nie widać, że jesteś z pieczy". I niby miało to być komplementem, ale mnie to zastanawiało. Co to znaczy „nie widać"? Jak wygląda osoba z pieczy? W społecznym obrazie to często ktoś „patologiczny", uzależniony, zagubiony. A przecież wiele z nas kończy studia, pracuje, radzi sobie w życiu.

Mój proces był prawidłowy, ale całkowicie przypadkowy. Gdyby nie ci ludzie, których spotkałam — wychowawczyni, nauczyciele, przyjaciele — mogłoby być zupełnie inaczej.

Jak wyglądał dom dziecka, w którym dorastałaś?

Kiedy ja byłam w pieczy, funkcjonował jeszcze stary system — w jednym miejscu było nawet osiemdziesięcioro dzieci. To był duży dom dziecka, w Gdańsku, taki typowy dla czasów wciąż powojennych. Wtedy nie mówiło się jeszcze o małych domkach czy o tym, żeby rodzeństwa były razem. My mieliśmy podział na grupy — młodsze i starsze dziewczynki, osobno chłopcy — i często rodzeństwa trafiały do różnych grup. Dziś to brzmi absurdalnie, ale wtedy to było po prostu „normalne".

Dopiero później zaczęto dostrzegać, że lepiej, jeśli dzieci mieszkają w mniejszych grupach i razem z rodzeństwem. Teraz w Gdańsku działa pięć takich domów, po czternaścioro dzieci w każdym. Więc system się zmienił — ale tylko częściowo.

Wiele osób myli pieczę zastępczą z adopcją. Jak wytłumaczyłabyś różnicę?

Piecza zastępcza to każde miejsce opieki nad dzieckiem poza rodziną biologiczną — czyli zarówno dom dziecka, jak i rodzina zastępcza. To ma być rozwiązanie tymczasowe, do momentu, aż rodzice odzyskają prawa do opieki nad dzieckiem. Ale w praktyce ta tymczasowość bardzo się rozciąga — często aż do momentu usamodzielnienia. Dzieci bardzo rzadko wracają do rodzin biologicznych, a jeśli już wracają, to często ponownie trafiają do pieczy. I to jest dla mnie dramatyczne. System, dając rodzicom kolejne szanse, czasami po prostu powtarza traumę dziecka.

Czy rodziny zastępcze są do takiej roli przygotowywane?

Tak, przechodzą szkolenia. Ich zadaniem nie jest tylko opieka nad dzieckiem, ale też praca z jego rodziną biologiczną. I to jest bardzo trudne — bo ta praca toczy się na wielu poziomach. Dużo zależy od tego, jak rodzina biologiczna funkcjonuje i czy jest gotowa na zmianę. Bo od początku, kiedy dziecko trafia do pieczy, wciąż wisi nad nim ta nadzieja, że może wrócić do rodziców.

To trudne — żyć w zawieszeniu i niewiedzą, co będzie dalej.

Tak, bardzo trudne. A jeszcze trudniejsze jest to, że wielu młodych ludzi, którzy usamodzielniają się po pieczy, wraca później do rodzin biologicznych. Mimo że często są już w zupełnie innym miejscu — skończyli szkoły, mają pracę, są bardziej poukładani niż ich rodzice. A jednak czują ogromną odpowiedzialność za tych rodziców, chcą im pomóc, wspierać ich, nawet kosztem własnego życia. I wtedy często wpadają w toksyczne relacje, w uzależnienia, w takie błędne koło emocjonalne.

Powiedziałaś, że Twój proces usamodzielnienia był prawidłowy, ale przypadkowy. Kim byli ci ludzie, którzy się pojawiali na Twojej drodze?

To były różne osoby, na różnych etapach życia. Najpierw wychowawczyni w domu dziecka — to ona wymyśliła, że pójdę do prywatnego liceum. Bardzo się buntowałam, nie chciałam tam iść, ale ona znalazła sposób, żeby mnie do tego przekonać. I to był pierwszy moment, kiedy poczułam, że się wstydzę tego, że jestem z placówki.

Bałam się, że nie pasuję, że odstaję, że dziewczyny z tej szkoły są „lepsze". A potem okazało się, że one mają dokładnie takie same problemy jak ja — tylko może więcej pieniędzy na buty. To mi otworzyło oczy. Zobaczyłam, że nie ma powodu, żeby się wstydzić, i że nie ma w tym żadnej różnicy.

W tej szkole spotkałam też nauczycieli, którzy byli bardzo uważni, wspierający, ale nie w taki „litościwy" sposób. Po prostu patrzyli na mnie mądrze, z troską. Dzięki temu czułam się tam dobrze. I tak było później — w pracy, na studiach, w różnych miejscach pojawiali się ludzie, którzy we właściwym momencie wyciągali do mnie rękę.

Z czasem zrozumiałam, że to właśnie od ludzi zależy, jak wygląda proces usamodzielnienia. I że nie może on być kwestią szczęścia — że ktoś akurat spotkał na swojej drodze właściwą osobę.

Mówisz o ludziach, którzy Cię dostrzegli. Ale to też wymagało Twojej gotowości. Przecież trzeba chcieć przyjąć pomoc.

Nie, właśnie nie! (śmiech) To oni widzieli, że ja nie chcę. Byłam dzieckiem na „nie" — na złość wszystkim. Na studia też poszłam nie takie, jak mi doradzano. Ale miałam szczęście, że dorośli wokół mnie pozwalali mi popełniać błędy. I to jest dla mnie kwintesencja procesu usamodzielnienia — pozwalanie na błędy.

Systemowy proces tego nie zakłada. Jeśli wychowanek zrobi coś źle, często po prostu zostaje skreślony. Kiedyś kończyło się 18 lat, zdawało maturę i trzeba było się usamodzielnić. To znaczyło: znaleźć mieszkanie, pieniądze, poradzić sobie samemu. Dziś można zostać w systemie do 25. roku życia, jeśli się uczy, ale to wciąż trudny moment. Bo osiemnastolatek chce być niezależny, a system nie daje mu drugiej szansy, jeśli powinie mu się noga.

Dlatego ten proces powinien być bardziej elastyczny. Pozwalać na błędy, na zawracanie, na powrót do nauki czy terapii. Wtedy to usamodzielnianie miałoby sens.

Z tego, co mówisz, wynika, że Stowarzyszenie Samodzielność Razem powstało trochę z buntu wobec tego, jak działa system.

To był bunt i niezgoda na przypadkowość. W pracy zawodowej widziałam mnóstwo nastolatków, którzy nie byli w pieczy zastępczej, ale powinni w niej być. System jest przeładowany. Dzieci dorastają w środowiskach, gdzie pracują kuratorzy, asystenci rodzin, ale brakuje realnego wsparcia dla nich samych. Wszystko skupia się na naprawianiu rodziców.

Dlatego pomyślałam, że musi istnieć miejsce dostępne dla wszystkich młodych ludzi, którzy chcą ułożyć plan na swoje życie. Takie, gdzie ktoś pomoże im ten plan stworzyć, ale też pozwoli wrócić, jeśli się wycofają. Bo czasem potrzeba czasu, żeby dojść do gotowości. I tak właśnie zrodziła się *Samodziel-*

ność Razem — z niezgody, ale i z nadziei.

Jakie jeszcze luki dostrzegasz w systemie usamodzielniania?

System zakłada, że każdy wychowanek ma opiekuna usamodzielnienia — osobę, która pomaga mu przejść ten proces. To może być psycholog, wychowawca, a nawet ktoś spoza instytucji. Tyle że przepisy nie precyzują niczego więcej. W efekcie bywa, że pierwszym opiekunem usamodzielnienia zostaje... rodzic biologiczny, od którego dziecko zostało wcześniej odebrane.

Opiekunowie nie dostają żadnego wynagrodzenia, nie mają narzędzi, nie przechodzą spójnych szkoleń. Trudno więc oczekiwać, że to zadziała. W teorii mają razem z wychowankiem tworzyć tzw. IPU — Indywidualny Program Usamodzielnienia — plan na życie do 25. roku życia. Ale często to fikcja: plan jest zbyt ogólny, nie ma ewaluacji, nie ma aktualizacji. A przecież w wieku 17 lat nie da się przewidzieć wszystkiego.

Dlatego my w stowarzyszeniu próbujemy ten proces pokazać inaczej — bardziej po ludzku, w krótszych etapach, z realnym wsparciem.

Czym są realizowane przez Was „Rozmowy o przyszłości"?

To tygodniowe warsztaty dla młodzieży, które odbywają się w ferie lub wakacje. Przez ten tydzień rozmawiamy o wszystkim, co jest ważne w procesie usamodzielniania — o emocjach, relacjach, planach, pieniądzach, bezpieczeństwie. To taki proces usamodzielnienia w pigułce.

Podczas ostatniej edycji uczestnicy mieli stworzyć własny wykres drogi do samodzielności — od 14. do 25. roku życia. Okazało się, że większość z nich przeszła tę drogę... całkiem sama. Nie wpisali tam żadnej osoby, która miałaby im towarzyszyć. To było dla mnie poruszające i smutne. Pokazało, że młodzi ludzie nie widzą wokół siebie dorosłych, na których mogliby się oprzeć.

Czy młodzież chętnie przychodzi?

Na początku nie. (śmiech) Bo przecież tydzień ferii to czas wolny, więc trudno ich przekonać, że warto spędzić go na warsztatach. Ale kiedy już przyjdą – zostają. Wracają. Mówią, że było im dobrze. To dla mnie najpiękniejsze — widzieć, jak ktoś, kto na początku siedział z boku i milczał, po kilku dniach zaczyna mówić, żartować, otwierać się.

To, że mogą nas poznać nie jako „panie z instytucji", tylko jako Magdę, Olę, Jolę – zwykłych ludzi – sprawia, że buduje się zaufanie. Bo dla nich system to coś, co zabrało im dom, rodzinę, bezpieczeństwo. My próbujemy to odczarować, pokazać, że są też inni dorośli, którym można zaufać.

Dzięki temu, że jesteśmy różnorodnym zespołem — psycholożki, pedagożki, nauczycielki — możemy pracować z młodzieżą z różnych perspektyw. Każda z nas trafia do kogoś innego. Jedni potrzebują rozmowy, inni działania. Dlatego często sięgamy po metody teatralne. Uważam, że teatr to bezpieczne miejsce, w którym można odkrywać siebie. Sama wiele się nauczyłam w młodzieżowym kółku teatralnym — tam nauczyłam się współpracy, zaufania, otwartości. To właśnie te doświadczenia chciałam przenieść do pracy ze stowarzyszeniem.

Czy masz jakąś historię uczestnika, która szczególnie Ci zapadła w pamięć?

Tak. Ale to jest smutna historia. Podczas pierwszej edycji był z nami chłopak — bardzo pomocny, mądry, z naturalnym przywództwem. Widać było, że ma ogromny potencjał, że poradzi sobie w życiu. Niestety po warsztatach, kiedy już wrócił do domu dziecka, zaczął się odsuwać, pogubił się. Dziś walczy z uzależnieniem. Mimo wszystko jesteśmy w kontakcie. Piszę do niego, staram się dawać znać, że ktoś na niego czeka, że wciąż może wrócić. Mam nadzieję, że przyjdzie taki moment, kiedy będzie gotowy powiedzieć: „Chcę spróbować jeszcze raz".

To jest właśnie sens naszej pracy — żeby ktoś wiedział, że nawet jeśli popełnił błędy, ma do kogo wrócić.

Wspominałaś, że sama przeszłaś terapię. Czy uważasz, że to ważny element usamodzielnienia?

Bardzo. Dla mnie terapia była kluczowa. Sama jestem po długim procesie terapeutycznym i uważam, że bez tego trudno byłoby mi zrozumieć siebie. Dlatego w ramach „Rozmów o przyszłości" zawsze poświęcamy osobny panel terapii — tłumaczymy młodym, czym ona naprawdę jest.

Wielu z nich myśli, że do terapeuty idzie się dopiero wtedy, gdy „jest się alkoholikiem" albo „coś się zepsuło". A terapia to po prostu rozmowa o tym, jak lepiej sobie radzić z życiem. Mówimy o tym wprost, bez tabu. Pokazujemy, że warto pomyśleć o terapii już teraz — zanim problemy urosną.

Dla wielu z nich szczególnie ważna jest terapia DDA, czyli dla dorosłych dzieci alkoholików. Ale większość nawet nie wie, co to znaczy. A przecież ogrom tej młodzieży wychowuje się w takich domach. W Polsce na terapię DDA na NFZ czeka się nawet trzy lata. Więc tłumaczymy, że można się zapisać wcześniej — nawet jeśli to oznacza czekanie — i że warto. Bo to inwestycja w siebie.

Jak wygląda Wasza współpraca z instytucjami? Czy współdziałacie z MOPR-em, szkołami, organizacjami?

Mamy kontakt z placówkami opiekuńczo-wychowawczymi, rodzinami zastępczymi, pedagogami szkolnymi. Często to oni kierują do nas młodzież. Teraz, kiedy działamy już jako formalne stowarzyszenie, chcemy jeszcze bardziej współpracować z innymi organizacjami w Gdańsku.

W mieście dzieje się naprawdę dużo i wierzę, że jeśli zaczniemy łączyć te działania, to będą bardziej skuteczne. Naszym celem jest, żeby młodzi wiedzieli, że jesteśmy. Żeby nie musieli nas szukać – tylko wiedzieli, że mogą przyjść, porozmawiać, dostać wsparcie.

Co jest dla Ciebie najtrudniejsze w prowadzeniu stowarzyszenia?

Zarządzanie. (śmiech) To zupełnie inna praca niż ta z młodzieżą. Musiałam nauczyć się rzeczy, których wcześniej nie znałam – dokumentacji, księgowości, prawa. Myślałam, że będzie łatwiej, bo przecież „to tylko formalności", ale to ogrom obowiązków.

Z drugiej strony nie chciałam, żeby stowarzyszenie prowadziła osoba, która zna się wyłącznie na zarządzaniu, a nie rozumie, czym jest proces usamodzielnienia. Wolę się tego nauczyć, niż oddać tę część komuś z zewnątrz.

Największym wyzwaniem jest też łączenie pasji z odpowiedzialnością. Kiedy coś robisz z serca, trudno potem narzucać ludziom terminy, obowiązki, rozliczenia. A przecież organizacja musi działać konkretnie. Ciągle się tego uczę.

Na koniec chciałabym zapytać o coś osobistego. Powiedziałaś, że długo wstydziłaś się mówić o tym, że byłaś w pieczy. Dziś mówisz o tym otwarcie. Co się zmieniło?

Myślę, że zrozumiałam, że to część mojej historii, której nie muszę się wstydzić.

Kiedy zaczęłam mówić o tym głośno, zauważyłam, że inni też zaczynają. Dostałam wiadomości od kobiet, które pracują dziś w dużych firmach, mają rodziny, ale same były w rodzinach zastępczych i nigdy o tym nie mówiły. Pisały, że to temat „niedokończony", że wstyd, że milczenie. A przecież to nas kształtuje.

Myślę, że jak zaczynamy mówić o trudnych rzeczach – o pieczy, o porodzie, o terapii – to nagle otwierają się drzwi, za którymi jest ulga. Bo milczenie jest dużo cięższe niż mówienie.

Nie da się zamknąć drzwi do przeszłości, bo to historia naszego życia. Można ją oswoić. I myślę, że właśnie o to chodzi – żeby o pieczy mówić naturalnie, bez etykiet, bez tabu. Bo to nie jest powód do wstydu. To doświadczenie, z którego można wziąć siłę.

Magdalena Ilska
Prezeska Stowarzyszenia Samodzielność Razem

Klara Mirecka
Redaktorka naczelna „Pomostu"

Pozarządowa nie lekkość bytu

Magdy Jabłońskiej

Kiedy porażki budują odporność

Gość: **Jarek Łojewski**

Porażka to ten moment, w którym wszystko, co zaplanowaliśmy, postanawia nie zadziałać. Projekt nie dostał finansowania? Warsztat przyciągnął jednego uczestnika? Prelegent nie dowiózł tematu? Gratulacje, właśnie doświadczyliście porażki i możecie ją przełożyć na coś dobrego. Najlepsza nauka, to na błędach... czasem na własnej skórze.

Według słownikowej definicji porażka to „poważne niepowodzenie, przegrana walka lub rywalizacja". Idąc szerzej, to sytuacja, w której działanie, projekt lub inicjatywa, nie osiąga zamierzonych celów lub oczekiwanych rezultatów. Nie oznacza ona braku wartości osoby czy organizacji, lecz sygnalizuje, że w danym momencie zastosowane rozwiązania, strategie lub zasoby nie przyniosły zakładanego efektu. Porażka może dotyczyć zarówno rezultatów materialnych (np. brak finansowania, niska frekwencja), jak i efektów niematerialnych (np. niezadowolenie społeczności, brak wpływu na zmiany społeczne).

To momenty trudne, które budzą w nas złość, rozczarowanie i poczucie bezradności. Czasem konsekwencje są bardzo poważne, czasem mniej, ale ogólnie raczej się nimi nie chwalimy. W organizacji łatwo wpadamy w pułapkę myślenia, że nasze działania nie mają sensu, że nie przetrwamy. Bywa, że z obawy o porażkę, nie podejmujemy się kolejnych inicjatyw.

Tymczasem warto spojrzeć na nasze niepowodzenie jako na szansę na wyciągnięcie nauki, zmianę sposobu myślenia i wdrożenie działań, które nas wzmocnią i rozwiną naszą organizację. Tylko jak to zrobić? Jak budować odporność, by kolejne potknięcia nie zabijały ducha zespołu i sensu działania?

Z tymi pytaniami zwróciłam się do eksperta w tej dziedzinie, czyli Jarka Łojewskiego, założyciela i prezesa Fundacji Dobra Porażka. Jarek od prawie 10 lat uczy jak traktować porażkę jako sygnał do refleksji i rozwoju, a nie jako wyrok.

„Nikt nie lubi porażek, bo zawsze wiążą się z emocjami: rozczarowaniem, złością, czasem poczuciem straty" – zaznaczył na samym początku mój rozmówca. To naturalne, szczególnie gdy w działania wkładamy dużo serca i pracy. Ale od razu podkreślił też coś ważnego: porażka nie jest dowodem braku kompetencji. To po prostu element działania. Nawet najbardziej staranne przygotowanie nie daje gwarancji sukcesu i zawsze może wydarzyć się coś, czego nie przewidzieliśmy.

Według Jarka kluczowe pytanie brzmi więc nie „czy porażka się wydarzy?", tylko „co zrobimy, kiedy już się wydarzy?". Czy zamieciemy sprawę pod dywan, czy potraktujemy ją jako lekcję? Nie po to, by nigdy więcej nie popełnić błędu, bo to nierealne, lecz po to, by zmniejszyć ich liczbę i skutki.

„Nawet przy najlepszym przygotowaniu nie unikniemy wszystkich błędów" – mówi Jarek. „Ale jeśli mamy doświadczenie i refleksję, to wiemy, jak zareagować". Chodzi więc nie o stworzenie idealnego scenariusza, ale takiego, który dopuszcza różne możliwe przebiegi wydarzeń. *„Warto mieć alternatywny plan na wypadek niepowodzenia i pomysł, jak zadbać o osoby, które ta sytuacja dotknie"* – dodaje.

Według niego „wyciąganie wniosków jest praktyką ochronną", która pomaga nie tylko szybko ograniczać negatywne skutki, ale także pomaga przygotować się na podobne sytuacje w przyszłości.

Dlatego warto od razu spisać sobie na gorąco, co właściwie się wydarzyło, co poszło nie tak, co czujemy, co wiem, co myślą inni, jak odbierają daną sytuację. *"To pomaga nie zgubić tego, co istotne"* – radzi Jarek. „Daje to możliwość kolejnego kroku, czyli znalezienia odpowiedzi na dwa ważne pytania: co teraz i co dalej?"

Zapytałam też Jarka, czy rozmowa o porażce powinna toczyć się w całym zespole, czy może jednak trzeba ją „przetrawić na górze" i dopiero potem komunikować do reszty. Odpowiedź jest bardzo praktyczna: to zależy od skali i konsekwencji. *„Jednakże na pewno warto wrócić do tego z osobami, które były w temat zaangażowane. Nie zawsze z całą organizacją, ale z tymi, których to dotyczy. A jeśli porażka dotyka całej organizacji, to może wystarczy zaprosić reprezentację, kilka osób, które pomogą to wspólnie przepracować"*.

fot. Guy Kawasaki 1 pexels.com

> *Komunikacja sukcesów jest łatwa, ale komunikacja porażek wymaga odwagi i sensu oraz musi mieć cel.*

A co z komunikowaniem porażek na zewnątrz? Bo skoro organizacje społeczne (za) mało komunikują o sukcesach, czasem nawet o działaniach codziennych, to co dopiero mówić o porażkach. Jarek zauważył także, że organizacje często czują presję, żeby pokazywać się jako „działające perfekcyjnie": wszystko rośnie, wszystko działa, wszyscy zachwyceni. Komunikacja sukcesów jest łatwa, ale komunikacja porażek wymaga odwagi i sensu oraz musi mieć cel.

Komunikacja o porażce, to nie jest opowieść o tym, co poszło źle, lecz o tym, czego się z tego nauczyliśmy. To historia o zmianie: jak zareagowaliśmy, co poprawiliśmy w procesie, czego się nauczyliśmy i jak ta lekcja przełożyła się na kolejne działania. Porażka jest punktem wyjścia, ale sednem przekazu jest dojrzałość organizacji, która potrafi przekuć trudność w rozwój.

Jarek potwierdził ten kierunek: *„W naszej fundacji porażka jest traktowana jako materiał do nauki. Nie tylko dla tych, którzy jej doświadczyli, ale także dla innych. Dlatego jeśli tylko nie ma formalnych przeciwwskazań (prawnych, kontraktowych, bezpieczeństwa), warto dzielić się takimi historiami publicznie. Bo dzięki temu ktoś inny może uniknąć podobnego błędu"*.

Na zakończenie spytałam się, czy porażka może budować wiarygodność, czy bardziej ufamy tym, którzy już „upadli, ale wstali"? Według niego wszystko zależy, z czego wynikała porażka. Jeżeli czyjaś seria niepowodzeń wyniknęła z zaniedbań, lekceważenia odpowiedzialności, nieuczciwości, to nie jest doświadczenie, które buduje autorytet. Ale jeśli porażka wynika z odwagi próbowania czegoś nowego, z ryzyka, z działania z dobrą intencją, ale efekt nie wyszedł, to jest zupełnie inna historia. *"To jest doświadczenie, które ma wartość i świadczy o rozwoju"* - dodaje. *„Tacy ludzie mają cenną wiedzę, za którą już zapłacili. A jeśli dzielą się nią z nami, to my dostajemy ją za darmo"*.

Jarek Łojewski
Założyciel i prezes Fundacji Dobra Porażka

Magda Jabłońska
Redaktorka "Pomostu"

Spotkanie w Tczewie. Fot. Przemysław Dorotyn

Zebrane głosy jednoznacznie wskazują, że organizacje pozarządowe potrzebują nie tylko wsparcia finansowego, ale również stabilnego otoczenia instytucjonalnego oraz realnego wpływu na procesy decyzyjne. Kluczowe jest, aby administracja publiczna uznała NGO za równorzędnych partnerów w dialogu. Raporty podkreślają również wagę tworzenia **centrów organizacji pozarządowych** na poziomie gmin i powiatów – miejsc, które wspierałyby rozwój lokalnych inicjatyw, m.in. w zakresie pozyskiwania finansowania, księgowości i pomocy prawnej.

Wnioski z konsultacji posłużą do aktualizacji **Programu Współpracy Wojewody Pomorskiej** z organizacjami pozarządowymi oraz do planowania strategicznych działań Pomorskiego Urzędu Wojewódzkiego w relacjach z sektorem obywatelskim. Właściwe włączenie mniejszych społeczności w procesy decyzyjne i współpraca między różnymi podmiotami stanowią fundament budowania odporności społecznej w regionie.

Fundacja RC, która współtworzyła proces konsultacyjny, podkreśla wymierne efekty „wyjścia w teren". Przedstawiciele fundacji wyrażają nadzieję na dalsze wspólne budowanie lokalnej współpracy, także w mniejszych społecznościach, oraz na wdrożenie rekomendacji zebranych podczas spotkań i rozmów prowadzonych przez ostatnie miesiące.

Łukasz Samborski
Dyrektor Fundacji RC,
Prezes Pomorskiej Sieci Centrów
Organizacji Pozarządowych

Pomorskie
W TRASIE
SPOTKANIA Z WOJEWODĄ

Dobra Praktyka:
głos społeczności w Programie Wojewody

Wojewoda Pomorska Beata Rutkiewicz wiosną tego roku zorganizowała cykl spotkań konsultacyjnych w różnych częściach województwa pomorskiego. Ich celem było wypracowanie nowego programu współpracy z organizacjami pozarządowymi. Spotkania miały służyć nie tylko zebraniu opinii, ale także zrozumieniu potrzeb lokalnych społeczności. Wojewoda podkreśliła, że jej doświadczenia związane z mniejszymi środowiskami skłoniły ją do zapytania mieszkańców o ich zdanie na temat współpracy z administracją.

Włączenie małych społeczności w procesy decyzyjne ma kluczowe znaczenie dla budowania odporności społecznej. Wiele z problemów poruszanych podczas konsultacji było już wcześniej znanych, jednak formalne ujęcie tych głosów w raportach stało się punktem wyjścia do podjęcia działań. Współpraca między samorządami, organizacjami pozarządowymi i biznesem jest niezbędna, by skutecznie reagować na wyzwania związane z ochroną ludności i obroną cywilną. Jak stwierdziła Beata Rutkiewicz:

„Jeżeli samorząd myśli, że poradzi sobie bez NGO-sów i bez biznesu, to to jest nieprawda."

Spotkania konsultacyjne odbyły się w Słupsku, Wejherowie, Kartuzach, Tczewie, Starogardzie Gdańskim i Człuchowie. W ich trakcie zidentyfikowano liczne bariery we współpracy między sektorem pozarządowym a administracją publiczną. Wnioski z konsultacji zostały pogrupowane w czterech kluczowych obszarach: **współpraca**, **komunikacja**, **wsparcie i partycypacja**. Raport z tego procesu wskazuje na potrzebę stworzenia regionalnej **platformy współpracy NGO** oraz organizowania **cyklicznych spotkań z wojewodą** w terenie, co ma ułatwić dialog i wspólne rozwiązywanie problemów.

Grzegorz Szczuka, Pełnomocnik Wojewody ds. Gospodarczych i Społeczeństwa Obywatelskiego, zwrócił uwagę na znaczenie tego doświadczenia dla całych struktur administracji. Podkreślił, że konsultacje były okazją do wymiany doświadczeń w spokojnych warunkach, bez presji nagłych kryzysów. W kontekście budowania odporności zauważył, że lokalne społeczności dysponują już pewnymi zasobami, które można zintegrować w celu wzmocnienia ich rezyliencji.

„Cieszę się, że idziemy w tę stronę i mam nadzieję, że to będzie realne sięgnięcie po społeczności lokalne" – powiedział.

> *Raport z tego procesu wskazuje na potrzebę stworzenia regionalnej platformy współpracy NGO oraz organizowania cyklicznych spotkań z wojewodą w terenie, co ma ułatwić dialog i wspólne rozwiązywanie problemów.*

fot. Sergey Savage | pexels.com

Media społecznościowe i dystrybucja dezinformacji.
Rola organizacji pozarządowych we wzmacnianiu społecznej odporności

Rosnąca popularność mediów społecznościowych w światowym obiegu informacyjnym, a także równoległy proces upowszechnienia narzędzi przekazu medialnego, przyczyniły się do wzrostu znaczenia tzw. nowych mediów w kształtowaniu debaty publicznej. Niemal nieograniczony dostęp do treści elektronicznych (w tym w ramach platform YouTube czy TikTok) nieodwracalnie zmieniły zachowania cyfrowe użytkowników, jednocześnie przyczyniając się do wykreowania nowych zagrożeń, a w efekcie wyzwań dla wirtualnej przestrzeni demokratycznego społeczeństwa obywatelskiego.

Obecnie, za jedno z głównych zagrożeń dla demokracji uznaje się **dezinformację**[1]. Jedną z jej funkcji jest podważanie zaufania społecznego do instytucji demokratycznych, a ujmując sprawę szerzej, przytaczając ustandaryzowaną definicję Komisji Europejskiej, oznacza także: „fałszywe lub wprowadzające w błąd treści rozpowszechniane z zamiarem oszukania bądź osiągnięcia korzyści ekonomicznych, lub politycznych”[2]. Pierwszorzędnym celem dezinformacji jest zatem trafienie bezpośrednio w demokratyczne społeczeństwo obywatelskie, aby zniechęcić do zaangażowania, wzbudzić nieufność, podburzyć nastroje i zradykalizować postawy.

W czasach, w których o wyświetlanych treściach decydują m.in. algorytmy mediów społecznościowych, przekaz jest coraz bardziej nastawiony na wzbudzanie skrajnych emocji (przede wszystkim **złości i strachu**) oraz nastrajanie społeczeństwa tak, aby decydenci podejmowali decyzje pod wpływem nacisków oddolnych. Z czym tak naprawdę — zarówno jako społeczeństwo, jak i również organizacje pozarządowe, się mierzymy?

GRUPY SZCZEGÓLNIE PODATNE NA EFEKT DEZINFORMACJI

W kontekście dezinformacji często używa się określenia *grup podatnych na wpływ dezinformacji* (z ang. *vulnerable groups*). W wymiarze społeczno-informacyjnym tyczy się to osób, które na co dzień mogą stykać się z dezinformacją, nie dysponując odpowiednimi zasobami do samodzielnej oceny wiarygodności informacji.

Nasza odporność zależy od wielu czynników, jak np. świadomość mechanizmów mediów społecznościowych, czy poziom krytycznego myślenia. Na potrzeby tego tekstu przyjrzyjmy się grupie osób od 15 do 29 roku życia — grupie, która dorastała w epoce powszechnej dostępności sprzętu elektronicznego, upowszechniającego dostęp do globalnego obiegu informacji.

Tubylcy cyfrowi — bo tak często nazywa się tę generację — charakteryzują się dużą swobodą w posługiwaniu się nowymi technologiami i szybką adaptacją do przełomowych nowinek. Mimo to w Polsce aż 43,7% osób w wieku 13-18 lat uważa, że w sieci nie da się odróżnić informacji prawdziwych od fałszywych[3], a połowa nie ufa wiarygodności profili publikujących treści. Wśród osób 16-30 lat 17% bardzo często spotyka się z dezinformacją, 28% często, a 31% czasami[4].

Kluczowym wyzwaniem jest rozwijanie **krytycznego myślenia** — naszej „szczepionki na dezinformację”. Media społecznościowe coraz silniej kształtują postrzeganie rzeczywistości, w tym życia politycznego. Jakie zatem znaczenie mają te serwisy dla rozprzestrzeniania dezinformacji?

ROLA MEDIÓW SPOŁECZNOŚCIOWYCH W PROCESIE DYSTRYBUCJI DEZINFORMACJI

Media społecznościowe tworzące przestrzeń cyfrowej wymiany informacji, postrzegane początkowo jako symbol cyfrowej wolności z obietnicą globalnej demokratyzacji, błędnie sklasyfikowano jako przełomowy wynalazek cywilizacyjny.

Korporacje technologiczne poddały nowo powstałą przestrzeń instrumentalizacji, podporządkowując ją wyłącznie celom komercyjnym. Walutą jest współcześnie nasz czas, a **algorytmy**, których zasadniczą funkcją jest maksymalizacja zysków właścicieli, stały się narzędziem do lawinowego szerzenia dezinformacji. Algorytmy nie posiadają zdolności rozróżniania prawdy od fałszu — ich jedynym kryterium pozostaje maksymalizacja zaangażowania wedle zasady: „im bardziej *viralowa* (tj. rozprzestrzeniająca się jak wirus) treść, tym większa *klikalność*” (tj. liczba kliknięć linku w Internecie, która świadczy o popularności tego, co jest w nim zawarte).

Korporacje technologiczne, zarządzając algorytmami, czyli turbokapitalistycznymi[5] mechanizmami powielania zysku, stworzyły środowisko, w którym negatywne treści rozprzestrzeniają się szybciej niż rzetelne fakty. Boty masowo powielają fałszywe informacje, a algorytmy, zamiast je tłumić — dodatkowo je wzmacniają, premiując treści o wysokim ładunku emocjonalnym i angażującym. Treści przedstawiające informacje, które wywołują skrajne emocje, generują większe zasięgi, mimo że nie zawsze są zgodne z faktycznym stanem rzeczy, a co za tym idzie, dochodzi do spłycenia debaty publicznej i wykształcenia się patologicznej[6] formy demokracji, w której dominuje czysta emocjonalność, a nie rozumne podejście do społecznego konsensualnego współistnienia.

W rezultacie przestrzeń internetowa, która miała łączyć i demokratyzować komunikację, coraz częściej staje się narzędziem strukturalnej polaryzacji i społecznych podziałów. Umiejętność wykorzystania algorytmów, danych i mikro narracji szczególnie wyraźnie ujawniła się podczas kampanii

Kluczowym wyzwaniem jest rozwijanie krytycznego myślenia — naszej „szczepionki na dezinformację”.

fot. Lauren Boswell | pexels.com

Karola Nawrockiego, którego sztab wyborczy zaadaptował model z kampanii prezydenckiej Donalda Trumpa. Dogłębną analizę tego zjawiska przedstawiono w raporcie RES Futury[7] „Algorytm zwycięstwa".

Obie kampanie opierały się na prostym podziale *„przyjaciel kontra wróg"*, tzn. odniosły zamierzony skutek, poprzez 1) stosowanie metod podsycających poczucie zagrożenia, 2) tworzenie powszechnego poczucia „oblężonej twierdzy" oraz 3) granie na skrajnych emocjach. Wykorzystanie a) siły algorytmów, b) mikrotargetowania oraz c) viralizacji przekazów zdecydowało o sukcesie kampanijnym obu kandydatów. Autorzy raportu piszą o „projektowaniu architektury przekazu", która formatowała tożsamość, emocje i światopogląd odbiorców.

Najważniejszy wniosek, jaki wybrzmiewa z raportu, brzmi: *bez zrozumienia struktury algorytmów nie można mówić o kontrolowaniu przyszłości.*

Kluczowe w opanowaniu problemu jest zatem wywieranie presji na globalne koncerny technologiczne, by ich algorytmy były projektowane w sposób bardziej etyczny, transparentny i zorientowany na ochronę użytkownika. Obecnie trwa proces legislacyjny związany z Aktem o usługach cyfrowych (Digital Services Act, DSA), który — być może — przyczyni się do lepszej ochrony praw obywatelskich jako konsumentów cyfrowego świata.

ROLA ORGANIZACJI POZARZĄDOWYCH WE WZMACNIANIU SPOŁECZNEJ ODPORNOŚCI

Zdając sobie sprawę z problemów, z jakimi jako społeczeństwo obywatelskie się mierzy, uzasadnione jest zatem pytanie, w jaki sposób organizacje pozarządowe mogą aktywnie włączać się w przeciwdziałanie skutkom dezinformacji.

Choć w Polsce działa kilka organizacji działających w tym obszarze, dotarcie do grup wrażliwych przy ograniczonych zasobach nie zawsze jest możliwe. Rezultaty fact-checkingu[8] nie zawsze docierają do odpowiednich osób, i nie rozwiązują sedna problemu.

Kluczowe są więc działania prowadzone przez organizacje, które pracują z grupami wrażliwymi. To one budują mosty między różnymi spolaryzowanymi grupami, będąc bliżej ich przedstawicieli. Uwrażliwianie na zagrożenie może się bowiem okazać jedną z najskuteczniejszych metod na wzmocnienie naszej, jako społeczeństwa, odporności na zagadnienie współczesnej dezinformacji.

Maria Burkiewicz-Sulikowska
Prawniczka i koordynatorka Centrum Organizacji Pozarządowych w Fundacji RC, gdzie wspiera rozwój lokalnych inicjatyw i organizacji społecznych. Współinicjatorka Kolektywu De Facto, w ramach którego zajmuje się budowaniem odporności społecznej na dezinformację, polaryzację i manipulację w przestrzeni cyfrowej.

Sławomir Kirdzik
Ekspert z zakresu przeciwdziałania dezinformacji, fact-checker, współinicjator Kolektywu De Facto; w swojej pracy analitycznej i badawczej skupia się na roli mediów społecznościowych i algorytmów na dystrybucję dezinformacji w mediach społecznościowych oraz jej wpływ na postawy i nastroje społeczne.

Korekta: **Jan Targowski**
Pracownik merytoryczny krakowskiej Fundacji Instytut Polityk Publicznych; absolwent Studiów Bliskowschodnich i student Twórczego Pisania na Uniwersytecie Jagiellońskim.

Kolektyw De Facto
Grupa analityczno-edukacyjna z Gdańska, która swoje działania skupia na zagrożeniach wynikających z dezinformacji; szczególną grupą fokusową dla prowadzonych działań są osoby od 15 do 29 roku życia. W swoich działaniach skupia się m.in. na analizowaniu wpływu mediów społecznościowych w rozpowszechnianiu dezinformacji oraz na funkcjonowanie demokratycznego społeczeństwa obywatelskiego w Polsce.

Kontakt: *defactopolska@proton.me*

1 *commission.europa.eu/strategy-and-policy/priorities-2019-2024/new-push-european-democracy/protecting-democracy/strengthened-eu-code-practice-disinformation_en*
2 *www.consilium.europa.eu/pl/policies/disinformation-and-democratic-resilience/#what*
3 "Internet Dzieci. Raport z monitoringu obecności dzieci i młodzieży w Internecie", Warszawa, Marzec 2025, s. 18
4 European Parliament Eurobarometer. Youth Survey 2024", Brussels, European Union, January 2025, s. 28-29
5 **Turbokapitalizm** to rozwinięta współczesna forma kapitalizmu, w której najważniejsza jest efektywność rynkowa pozbawiona wszelkiej kontroli. Zysk ekonomiczny jest tu równoznaczny z zaspokojeniem potrzeb społecznych. Cechami charakterystycznymi turbokapitalizmu są: deregulacja, prywatyzacja oraz globalizacja. Kontrola systemu nie jest w gestii władz państwowych, lecz szeroko rozumianych władz gospodarczych, zaś celem, któremu podporządkowane jest państwo i społeczeństwo jest zysk ekonomiczny.
6 B. OLANIRAN AND I. WILLIAMS, Social Media Effects: Hijacking Democracy and Civility in Civic Engagement, 2022 - strona 80, *pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7343248/?utm_source*
7 *resfutura.pl/144222-2/, 2.06.2025*
8 Proces analizy i weryfikacji informacji pod kątem ich zgodności z prawdą i wiarygodności.

Najpierw relacja, potem edukacja

czyli jak chronić dzieci przed cyfrowymi zagrożeniami

Media społecznościowe zrewolucjonizowały wiele obszarów naszego życia, zarówno prywatnego – szybki dostęp do informacji, kontaktu i nawiązywania nowych relacji, jak też branżowego m.in. marketing, public relations, handel. Trwale odmieniły sposób, w jaki ludzie się ze sobą komunikują, dając użytkownikom możliwość błyskawicznego tworzenia i udostępniania treści. Niestety, zostały zaprojektowane tak, aby maksymalnie przyciągać uwagę i budzić uzależnienie. Nieograniczony czas spędzany w mediach społecznościowych może prowadzić do depresji, lęków społecznych czy doświadczenia cyberprzemocy, a najmłodszych użytkowników wystawia na kontakt z treściami nieodpowiednimi dla ich wieku[1].

Na jakie więc zagrożenia narażone są dzieci w sieci? I na co powinniśmy jako rodzice szczególnie zwracać uwagę? Do rozmowy zaprosiłam specjalistkę od szkodliwych trendów w cyberprzestrzeni, w której poruszają się coraz młodsze dzieci — Kingę Szostko, prezeskę Fundacji prospołeczna.org, twórczynię portalu bezpiecznedziecko.org, gdzie w przystępny sposób edukuje rodziców na temat zagrożeń czyhających na najmłodszych w cyfrowym świecie.

Kinga od ponad roku, razem ze swoim zespołem, tworzy i publikuje alerty w stworzonej przez siebie aplikacji KidsAlert — przeznaczonej przede wszystkim dla rodziców i opiekunów, gdzie znajdziemy sprawdzone informacje na temat niebezpiecznych trendów panujących w sieci.

fot. pexels.com

MARTA DZIĘGIELEWSKA: Kinga, wróćmy do Twoich początków. Co było impulsem do stworzenia portalu bezpiecznedziecko.org, a potem aplikacji KidsAlert? Pamiętasz ten moment?

KINGA SZOSTKO: Oczywiście! W 2014 roku założyłam Fundację Przedsiębiorcy Pomagają, bo dorastając w domu dziecka, chciałam pomagać dzieciom takim jak ja kiedyś. Najpierw wspieraliśmy domy dziecka, ale w pewnym momencie zauważyłam nowy problem. Telefony, social media. Wychowawcy nie rozumieli, co się tam dzieje. A ja wiedziałam, że brakuje kogoś, kto zajrzy do cyfrowego świata dzieci i przełoży to dorosłym na ludzki język.

Czy był jakiś konkretny moment przełomowy?

Tak. W Gdyni zmarł chłopiec – popełnił samobójstwo, bo był do tego namawiany na Messengerze. To mnie zatrzymało. Pomyślałam: wszyscy pomagają dzieciom, ale nikt nie pomaga im w Internecie. Zaczęłam nagłaśniać tematy w social mediach, ale... algorytmy mnie blokowały. Konto po koncie było blokowane (zbanowane). To był właśnie impuls, który spowodował, że zebrałam się w sobie i napisałam publicznie: „Obiecuję wam, że wkrótce wasze dzieci będą bezpieczniejsze". Kilka dni później ogłosiłam zbiórkę na stworzenie aplikacji. Rodzice zebrali 50 tysięcy w dwa miesiące.

I tak powstał KidsAlert. Co jest w nim unikalnego?

KidsAlert nie ma żadnych social mediów. Działa poza algorytmami, bo nie chcemy, żeby bezpieczeństwo dzieci zależało od łaski platform. Mamy dziś 18 tysięcy rodziców – bez ani jednej reklamy. To wszystko rozchodzi się pocztą pantoflową, wszystko jest inicjatywą oddolną i społeczną. Rodzice przekazują informacje o aplikacji innym rodzicom, drukują plakat, który jest bezpłatnie dostępny na kidsalert.pl i zanoszą do szkół.

Kto tworzy alerty w aplikacji?

W naszym zespole pracują psycholog sądowy, policjanci i żołnierze cyberobrony. Nie oceniamy rodziców – każdy alert ma formę wsparcia i podpowiedzi, co zrobić w danej sytuacji. Dzięki temu wielu rodziców i nauczycieli zauważa problemy dzieci na wczesnym etapie. Zamiast działać interwencyjnie, stawiamy na edukację i profilaktykę. Nasze alerty, choć dotyczą trudnych tematów, są pisane wspierająco. Inicjatywę prywatnie wsparł Sekretarz Stanu w Ministerstwie Cyfryzacji, Michał Gramatyka, który podkreśla, że to ważny i potrzebny projekt – robimy w zakresie cyberbezpieczeństwa dzieci to, czego nie robi nikt inny.

Dziś w zespole KidsAlert pracuje 17 osób. Są to policjanci, żołnierze wojska obrony cyberprzestrzeni, psycholodzy. Jestem z tego bardzo dumna.

Czy rodzice w ogóle rozumieją, co robią ich dzieci w sieci?

Z mojej ankiety wynika, że 93% „świadomych" rodziców nigdy nie grało z dzieckiem w Robloxa[2]. Jak taki rodzic ma wiedzieć, że w tej grze może dojść do grooming'u[3], czy że memy typu „6-7"[4] mają konkretne znaczenie? Nawet jeśli twoje dziecko nie ma TikToka, to i tak istnieje duże prawdopodobieństwo, że usłyszy o tych trendach w szkole.

Uważam, że najważniejsze jest, aby w pierwszej kolejności rodzic budował relacje ze swoim dzieckiem, ponieważ sama edukacja rodziców nie wniesie zmian w świecie, w którym 13-letnia dziewczyna blokuje numer swojego ojca, bo ten chciał wiedzieć, jakie treści przegląda. Powtarzam najpierw relacja, a potem edukacja.

To co powinien zrobić rodzic, który słyszy o KidsAlert pierwszy raz?

Wejść na *www.kidsalert.pl*, pobrać aplikację i czytać alerty spokojnie, krok po kroku. A jeśli zobaczy coś niepokojącego, to sam może nam to zgłosić. To aplikacja dwukierunkowa.

Gdybyś miała jednym zdaniem przekonać rodzica, który jeszcze nie pobrał aplikacji, to co byś powiedziała?

KidsAlert to świadomość, której wszyscy potrzebujemy.

Kinga Szostko
Prezeska Fundacji Prospołeczna.org, od lat zaangażowana w realną pomoc dzieciom, szczególnie tym wychowującym się w placówkach opiekuńczo-wychowawczych.

Jest twórczynią portalu bezpiecznedziecko.org, gdzie w przystępny sposób edukuje rodziców na temat zagrożeń czyhających na najmłodszych w cyfrowym świecie.

Od ponad pięciu lat działa operacyjnie — monitoruje social media, wyszukuje niebezpieczne trendy i zachowania, a następnie przekształca je w czytelne alerty publikowane w stworzonej przez siebie aplikacji KidsAlert.

Marta Dzięgielewska
Redaktorka „Pomostu"

1 Frances Dalomba, „Plusy i minusy mediów społecznościowych", źródło: *www.brownhealth.org/be-well/social-media-good-bad-and-ugly, 2022.*
2 Kontrowersyjna gra internetowa, nadużywana przez małoletnich.
3 Zwrot określający uwodzenia małoletnich przez internet.
4 *6 7:* to mem i slang, który zyskał popularność wśród młodzieży na platformach takich jak TikTok i Instagram w 2025 roku. Wywodzi się z piosenki "Doot Doot (6 7). Slang ten zaczął być stosowany w zasadzie do wszystkiego, co powoduje, że liczba 6 7 może oznaczać cokolwiek albo zupełnie nic.

Przede wszystkim zastanawiajmy się nad tym, co wrzucamy do sieci. Nie zostawiajmy rzeczy, które mogą nas doprowadzić do danej osoby.

fot. pexels.com

Biały wywiad, cyberbezpieczeństwo i Google na sterydach.

Rozmowa z etycznym hackerem

Kamila Mędzikowskiego poznałam na szkoleniu o bezpieczeństwie zdjęć w sieci, które prowadził w ramach Fundacji Rozwoju Interim Managementu. To spotkanie zmieniło moje myślenie o bezpieczeństwie – nie tylko w internecie. Czy mamy wpływ na to, co dzieje się z naszymi danymi? Czy anonimowość w XXI wieku jest w ogóle możliwa? Zapraszam do lektury i wspólnej refleksji.

ALEKSANDRA WASILCZUK: Cześć Kamil. Opowiedz naszym czytelniczkom i czytelnikom – czym właściwie się zajmujesz?

KAMIL MĘDZIKOWSKI: Pracuję w banku Nordea. Zajmuję się (to jest bardzo niefortunne słowo) pentestami – ludzie śmieszkują, że zajmujemy się testowaniem długopisów.

Ale generalnie robimy tak zwany **etyczny hacking**, czyli zajmujemy się tym, co robią "źli ludzie" – tyle że legalnie. Sprawdzamy, czy na przykład strona internetowa ma odpowiednie zabezpieczenia, czy są luki bezpieczeństwa. Nie kręcą o nas w Hollywood żadnych filmów, bo jesteśmy dużo bardziej nudni, niż hakerzy. W pewnym momencie staje się to dosyć mocno powtarzalne.

Ale umiesz robić takie rzeczy, jak pokazują w filmach, prawda?

Hobbystycznie lubię zajmować się badaniem, jak działają różne urządzenia oparte na falach radiowych. No i **OSINT**, to jest Open Source Intelligence, po polsku to się też nazywa **biały wywiad**. Czyli zbieranie informacji na jakiś temat, tych, które są publiczne, dostępne w internecie lub gdziekolwiek indziej. To może być obiekt, to może być miejsce, to może być cokolwiek. Nie trzeba być dużym specjalistą, nie musisz mieć żadnej technicznej wiedzy. To jest bardziej metoda szukania informacji, myślenia o tym, w jaki sposób, która informacja może być przydatna w poszukiwaniach.

W internecie rzeczy nie giną, jest na przykład taka strona *Web.archive.org*, gdzie wszystko się zapisuje. Więc jest to dosyć **fascynujące i ciekawe, i też przerażające**, jakie rzeczy można odkryć o kimś, kto myśli, że jest zwyczajną, anonimową osobą w internecie, zamieszcza sobie typowe rzeczy, które każdy zamieszcza. Te informacje mogą doprowadzić do złych rzeczy. **Można udostępnić niechcący zbyt wiele**.

Teraz rozmawiamy sobie przez dwie minuty i w tym czasie na internet zostało uploadowanych parenaście milionów zdjęć i filmików.

To wszystko, o czym mówisz, może być niepokojące. Może takim mniej specjalistycznym językiem mógłbyś opowiedzieć o najpopularniejszych zagrożeniach związanych z udostępnianiem treści w sieci? Na co zwracać uwagę?

Ludzie często publikują przypadkiem hasło do WiFi, dane firmowe np. na ekranie, notatki, zdjęcia biletów lotniczych. Zdjęcie kluczy, z których można zrobić kopię na drukarce 3D i otworzyć nimi drzwi. Robiliśmy taki eksperyment.

Kto i gdzie wykorzystuje te narzędzia?

Z OSINT-u korzysta policja, służby, np. jeżeli zaginie jakaś osoba.

Rekruterzy też już używają OSINTu. Pojawia się teraz w zasadzie wszędzie.

To co rekomendujesz? Czy w takim razie w ogóle nie używać social mediów, w ogóle nie robić zdjęć? Co, gdy nasz wizerunek gdzieś już krąży? Zastanawiam się m.in. w kontekście pracy w organizacji pozarządowej albo firmie, która udostępnia np. twarze i dane osób z zespołu na swojej stronie www.

Wiesz co… nie wszystko zależy od nas, bo czasami znajdujemy się na jakichś zdjęciach grupowych, które gdzieś tam krążą po internecie. Jesteśmy w stanie wyśledzić taką osobę, zobaczyć, jak się nazywa no i później robić dalsze rzeczy, które zależą od tego, jaką mamy motywację, co chcemy osiągnąć. Czyli nawet jak nie publikujemy sami naszych zdjęć, czy naszego otoczenia, to i tak te informacje w jakiś sposób prawdopodobnie da się o nas znaleźć.

Są różne narzędzia **reverse image search**. AI pozwala nam na podstawie jakiegoś zdjęcia znaleźć daną osobę, która parenaście lat temu wyglądała zupełnie inaczej. I ciężko się przed tym ochronić.

Czego jeszcze jesteś w stanie dowiedzieć się o kimś z internetu?

Jeśli w opiniach Google są dodane zdjęcia ocenianych miejsc, to czasami możemy podejrzeć tak zwane **metadane**, czyli o której i gdzie to zdjęcie zostało wykonane. Już wiemy, gdzie i kiedy ta osoba chodzi. Jesteśmy w stanie, łącząc kropki, dojść do tego, kim faktycznie jest osoba. To nie jest bardzo łatwe i bardzo szybkie.

Niektóre social media nie zapisują metadanych. Czyli z naszych zdjęć z mediów społecznościowych, przynajmniej w Meta (Facebook i Instagram — przyp. red.), da się wyczytać tylko tyle, ile faktycznie jest na obrazie widoczne. Ale zwykłe obrazy kryją różne ciekawe rzeczy i można odkryć wiele na podstawie pozornie nieistotnych detali, jeżeli wiemy, w jaki sposób szukać. Wystarczy nawet Google. Jest też narzędzie **Google Dorking** i są w nim używane specjalne słowa kluczowe. **To jest takie Google na sterydach.**

Jest dużo innych narzędzi, na przykład *Overpass*. Mamy zdjęcie jakiejś ulicy. Piszemy: "*znajdź miejsce w Polsce, gdzie jest budynek, ma dwie wieżyczki, jest w stylu gotyckim*". Gdy przerobimy to na takie specjalne, bardziej techniczne zapytanie, używając np. Chata GPT, dostajemy w wynikach na mapie wszystkie miejsca, które spełniały dane wymagania.

Jest też wyszukiwarka (której nazwy nie bardzo chcę ujawniać), w której po wpisaniu adresu mailowego wyskoczą nam wszystkie miejsca, gdzie ta osoba ma założone konta z hasłami, które wyciekły. I mamy dostęp do jej konta pocztowego. Na maila najczęściej rejestrujemy różne serwisy społecznościowe. Już w zasadzie możemy przejąć wszystko – oczywiście, jeżeli taka dana osoba nie ma ustawionego dwuskładnikowego uwierzytelnienia, czyli na przykład, jeżeli logujemy się do Facebooka, to nie wystarczy nam hasło, tylko trzeba jeszcze kliknąć w telefonie, że potwierdzamy, że to jesteśmy my. Bardzo polecam, żeby zrobić. Albo mieć **Yubikey**, czyli takie urządzenie, które wkłada się do komputera, do USB.

Jak radzisz sobie z dezinformacją? Jak rozpoznać, które informacje są prawdziwe, a które np. zrobiła sztuczna inteligencja?

Częściowo to przychodzi z doświadczeniem. Teraz będzie naprawdę dużo trudniej. Sam mam z tym olbrzymie problemy. Dobrze byłoby informację sprawdzić gdzieś indziej. Jeżeli okaże się, że w kilku zaufanych albo wiarygodnych źródłach ta informacja się pojawia, no to prawdopodobnie jest ok. To jest trochę inny obszar, ale miejmy świadomość tego, że da się podszyć pod daną osobę. W ogóle teraz wszystko komplikuje się z deep fake'iem. Trzeba być podwójnie ostrożnym, żeby jednak nie dać się złapać.

Mam pewien opór w sobie przed stosowaniem tego typu narzędzi, no bo jednak każdy ma prawo do prywatności.

Ogólnie OSINT tak trochę brzmi pejoratywnie, bo bardzo często jest używany w kontekście stalkerów na przykład. Ale mi się osobiście OSINT bardzo przydał w kilku sytuacjach.

Jak długo w ogóle trwa ta zajawka? Jak to się zaczęło?

Wiesz co, to się zaczęło w dosyć przykry sposób. Policja szukała pedofila, który korzystał z konta mailowego w firmie, w której pracowałem. Myślałem, jak zdobyć IP i namierzyć tę osobę. Wysłałem maila, to była próba i się udało. Ta osoba odpisała i udało się zdobyć jej dane. **To jest coś, z czego jestem najbardziej zadowolony w pracy. To jest coś, czym można się pochwalić, takim myśleniem kreatywnym, taką odwagą — może nic z tego nie będzie, ale spróbuję.** Coś się we mnie narodziło i powoli się rozwijało.

Zmierzając do końca — podsumujmy, jak możemy zadbać o swoje bezpieczeństwo?

Przede wszystkim zastanawiajmy się nad tym, co wrzucamy do sieci. Nie zostawiajmy rzeczy, które mogą nas doprowadzić do danej osoby. Ja wiem, że lajki się liczą. Chwila refleksji, przemyślenia, czy na pewno chcemy to udostępniać, czy jest to warte tych kilku polubień.

Jest taka strona haveibeenpwned.com, wyszukiwarka, gdzie możemy wpisać swój adres mailowy i zobaczyć, czy gdzieś wypłynęły hasła do naszego maila. Jeżeli był taki wyciek, no to zmieńmy tam hasło. Najlepiej jest używać menadżera haseł, czyli na przykład Keepass. On nam sam generuje bardzo bezpieczne hasło i my nawet go nie musimy znać. Jeśli wymyślasz samodzielnie, zastanów się przez chwilę, odrzuć oczywiste opcje.

Tylko trzeba uważać, bo dajemy w tym momencie swoje dostępy do ważnych narzędzi technologii, która jest zawodna?

Kiedyś koledze rozładował się telefon z Keepassem i nie mogliśmy dostać się do mieszkania.

Niektóre serwisy nie walidują, że po iluś próbach nieudanego wpisania **numeru CVV/CVC** karty jest zablokowana możliwość zakupu, więc jeśli **udostępnimy dane z przodu karty**, można sobie po kolei wpisywać te numery, no i w końcu uda się kupić coś na tym serwisie.

Dobrze jest **dbać o taką czystość internetową**, nie publikować rzeczy, które nie są do opublikowania. Myśleć o konsekwencjach. To jest bardzo ważne.

Ludziom się wydaje, że jesteśmy anonimowi w sieci. A to jest nieprawda. Bardzo łatwo ludzi zidentyfikować. Jeżeli mamy odpowiednie motywacje, odpowiednie umiejętności, cierpliwość, to możemy dostać informacje, jakie tylko chcemy.

Jak o anonimowości mówimy — jak sobie radzić z hejtem? To jest też duży problem, szczególnie jak organizacja podejmuje trudny temat, kontrowersyjny.

Nie mówię o emocjonalnym aspekcie tego wszystkiego, ale technicznie rzecz biorąc, to możemy poprosić administratora, żeby takie rzeczy były usunięte. Możemy zgłosić to na policję. Organy ścigania działają dobrze w tej sprawie. To nie jest tak, że to ląduje gdzieś tam w próżni, tylko tym się zajmują ludzie. Można też blokować hejtera.

Jeżeli komuś się dzieje jakaś przykrość w internecie, to może się do mnie zgłosić, bo ja lubię pomagać ludziom. To też jest dla mnie jakiś sposób, żeby dalej się rozwijać.

Spytać Cię o maila czy czytelniczki i czytelnicy muszą go sami znaleźć?

Bardzo łatwo będzie znaleźć mojego maila. Niech to będzie ćwiczenie.

Możemy sami zadbać o nasze bezpieczeństwo, np. nie publikować rzeczy, których nie musimy publikować, **ale nie nad wszystkim mamy panowanie**. Nie popadajmy w paranoję, bo to też może do tego dążyć. Jeżeli będziemy odrobinę uważni, to będzie OK.

I z tą pozytywną myślą Was zostawiam.

Jak gołąb na dachu może pomóc w znalezieniu hejtera i jakie jeszcze przygody miał mój rozmówca? Dowiedz się z pełnej wersji rozmowy — znajdziesz ją do przeczytania i posłuchania na portalu *pomostmagazyn.org*

Kamil Mędzikowski
Na co dzień spędza 8h pracując dla nordyckiego Banku jako Senior Pentester. Wielki fan niskopoziomowego security. Uważa, że surowe bajty są całkiem seksowne. Ostatnimi czasy romansuje również z falami radiowymi i wziął sobie za cel zhakowanie swojego 13-letniego Renault Clio. Prywatnie kolekcjoner wszystkiego co jest związane z video gamingiem. Oprócz tego jest typowym niespełna 40-latkiem, który lubi warzyć piwo, grać na okarynie i walczyć na miecze świetlne.

Aleksandra Wasilczuk
Projektantka społeczna i redaktorka Pomostu. Absolwentka wzornictwa na gdańskiej ASP. Doradza i szkoli organizacje pozarządowe w obszarze działań kreatywnych. W swojej pracy dba o dostępność i etyczne wykorzystanie zasobów. Jara się psychologią i łączeniem kropek. Poza tym lubi design i robić zdjęcia ludziom.

> *Wierzymy, że dobrze uporządkowane informacje ograniczają czas znalezienia pomocy, a tym samym minimalizuje to trud emocjonalny, i zapewnia poczucie bezpieczeństwa, jaki się z tym wiąże.*

Razem na mapie pomocy

o tym jak budować społeczną odporność w praktyce

Choć pojęcie odporności społecznej może brzmieć skomplikowanie, w praktyce jest bliskie codziennemu życiu. To gesty solidarności, współpracy i troski o drugiego człowieka. To ludzie i organizacje, które często po cichu reagują, gdy pojawia się kryzys i pokazują, że razem możemy więcej. Jedną z takich inicjatyw jest Mapuj Pomoc.

O tym, jak w praktyce wzmacnia się odporność społeczności, rozmawiamy z Karoliną Chojką-Bartoszko z Mapuj Pomoc.

KAROLINA KORDOWSKA: Jak powstał projekt Mapuj Pomoc i co było inspiracją do jego stworzenia? Proszę przybliżyć Wasze działania.

KAROLINA CHOJKA-BARTOSZKO: Fundacja to Proste działa od 2016 roku, a idea Mapuj Pomoc zrodziła się w lutym 2022 r. Było to działanie w odpowiedzi na wybuch wojny na Ukrainie, kiedy to do Polski zaczęły przybywać setki tysięcy osób szukających schronienia.

Szybko okazało się, że brakuje narzędzia, które w prosty i wiarygodny sposób pozwoliłoby dużym organizacjom znaleźć lokalnych partnerów, indywidualnym osobom znaleźć aktywną organizację społeczną, którą mogą wesprzeć w niesieniu pomocy, a osobom uchodźczym odnaleźć najbliższe, dostępne formy wsparcia. Z tej bardzo praktycznej potrzeby zrodziła się idea interaktywnej mapy pomocy.

Mapuj Pomoc było pierwszą w Polsce platformą stworzoną z myślą o osobach uchodźczych i migranckich. W krótkim czasie zmapowaliśmy kilka tysięcy punktów pomocowych w całym kraju. Każdy punkt opisaliśmy według kategorii wsparcia, takich jak pomoc prawna, pomoc psychologiczna, zakwaterowanie i wiele innych, aby osoba w kryzysie mogła szybko i bez barier znaleźć wsparcie.

Równolegle uruchomiliśmy cykl spotkań „Pomocna Kawa", który stał się przestrzenią wymiany informacji o aktualnych potrzebach osób uchodźczych i o możliwościach wsparcia.

Mapuj Pomoc powstało z poczucia odpowiedzialności i wiary, że dostęp do rzetelnej i uporządkowanej informacji może być pierwszym i najważniejszym krokiem do skutecznej pomocy.

Jakie wartości i cele przyświecają Mapuj Pomoc dzisiaj?

WU podstaw Mapuj Pomoc leżą wartości, które od początku pozostają niezmienne: godność i podmiotowość osób w kryzysie, wiarygodność i aktualność informacji, dostępność (proste, zrozumiałe narzędzia) oraz współpraca ponad podziałami.

Wierzymy, że dobrze uporządkowane informacje ograniczają czas znalezienia pomocy, a tym samym minimalizuje to trud emocjonalny, i zapewnia poczucie bezpieczeństwa, jaki się z tym wiąże, dlatego nasz portal to dziś ekosystem kilku map pomocowych, tworzonych w odpowiedzi na realne potrzeby.

Należą do nich m.in. mapa wsparcia dla osób uchodźczych z Ukrainy, osób migranckich i uchodźczych innych narodowości, doświadczającym przemocy ze względu na płeć, a także (zarchiwizowana) poszkodowanych przez powódź. Każda z nich powstała po to, by w danym kryzysie informacja była łatwo dostępna, konkretna i podana w przystępny dla wszystkich osób.

Naszym celem jako Mapuj Pomoc jest nie tylko reagowanie, ale i przygotowywanie na kolejne zdarzenia kryzysowe. Wraz z organizacjami tworzącymi Sieć Mapuj Pomoc budujemy wiedzę o tym, jak powinny działać podmioty ochrony ludności. Służą temu grupy robocze m.in. ds. rzecznictwa, ds. przeciwdziałania dezinformacji oraz zarządzania kryzysowego. Podpowiadamy rozwiązania, które pozwalają działać mądrze, przejrzyście i z szacunkiem dla osób, którym pomagamy.

Jak dokładnie działa Mapuj Pomoc — krok po kroku?

Mapuj Pomoc opiera się na dwóch ściśle powiązanych ze sobą filarach: platformie map pomocowych oraz Sieci Mapuj Pomoc.

Pierwszy element to mapy stworzone z myślą o osobach indywidualnych, które szukają wsparcia tu i teraz. Drugi to sieć tworzona przez ogólnopolskie grono organizacji pomocowych, które zapewniają realne wsparcie. Osoba w kryzysie, niezależnie od miejsca w Polsce, w którym się znajduje, może w kilka minut znaleźć konkretną, aktualną i lokalnie dostępną formę wsparcia.

Jakie konkretne korzyści przynosi korzystanie z Mapuj Pomoc dla osób potrzebujących i dla społeczności lokalnych?

Osoba w kryzysie nie musi „obdzwaniać" dziesiątek miejsc, w ciągu chwili znajduje najbliższą, realnie dostępną pomoc. To skraca czas poszukiwań, niweluje i tak wzmożony już stres i daje beneficjentowi poczucie bezpieczeństwa.

Pracujemy także ze społecznościami lokalnymi — wyposażamy siebie nawzajem w aktualną wiedzę, sprawdzone mechanizmy i narzędzia pomocy.

Mapuj Pomoc pełni rolę "łącznika" między sektorami. Nieustannie zabiegamy o to, aby łączyć praktykę NGO z doświadczeniami administracji samorządowej i rządowej. Wyciągamy z niej wnioski i przekuwamy w rekomendacje dla instytucji publicznych. Efektem ma być szybsze i lepiej skoordynowane uruchomienie wsparcia.

Czy można powiedzieć, że Mapuj Pomoc to przykład tworzenia sieci odporności społecznej?

Tak, jak najbardziej! Z jednej strony dajemy osobom w kryzysie proste narzędzie — interaktywne mapy pomocy, z drugiej łączymy organizacje i instytucje w sieć współpracy, co usprawnia koordynację działań. Dzięki temu beneficjent szybciej znajduje odpowiednie wsparcie, a lokalne instytucje działają w oparciu o wspólny obraz sytuacji i wypracowane standardy.

Wzmacniamy odporność społeczną, gromadząc, weryfikując i porządkując informacje o punktach wsparcia oraz przekształcając doświadczenia z terenu w rekomendacje i gotowe rozwiązania na kolejne kryzysy. Wspieramy lokalnych liderów i mniejsze NGO, inicjując kontakty między organizacjami — im więcej ogniw w łańcuchu, tym większa skuteczność i elastyczność.

Mapuj Pomoc to nie tylko baza danych, lecz żywa infrastruktura społeczna, która pozwala wspólnie reagować na kryzysy w sposób przemyślany i skoordynowany.

Czy może Pani przybliżyć najciekawsze projekty i działania Mapuj Pomoc?

Do zespołu Mapuj Pomoc dołączyłam we wrześniu 2024 r., tuż po powodzi, która dotknęła województwa dolnośląskie i opolskie. Natychmiast zapadła decyzja, by przygotować mapę pomocy dla powodzian, wykorzystując sprawdzone mechanizmy naszej platformy. Było to intensywne i twórcze doświadczenie, które pokazało siłę współpracy wielu podmiotów w skutecznej koordynacji działań.

Drugim przedsięwzięciem, które warto wyróżnić, była Gala „Solidarni w kryzysie", podczas której wręczyliśmy nagrody firmom za inicjatywy pomocowe — od dużych korporacji, przez fundacje, po małe lokalne podmioty. Spotkaliśmy się na

jednej przestrzeni z przedstawicielami rządu, samorządów, organizacji i biznesów, celebrując siłę i skuteczność współpracy międzysektorowej.

Co dla Pani osobiście oznacza odporność społeczna? Jakie przykłady z życia Mapuj Pomoc najlepiej to ilustrują?

Dla mnie odporność społeczna to przede wszystkim umiejętność wspólnego reagowania na wyzwania i uczenia się od innych. Kluczowa jest współpraca międzysektorowa, która pozwala szybko reagować i mądrze dostosowywać działania do każdego kryzysu.

Dobrym przykładem jest Grupa Robocza ds. Zarządzania Kryzysowego, w której ponad 60 przedstawicieli organizacji z całej Polski pracuje nad podręcznikiem dobrych praktyk. Dzięki otwartemu dialogowi ujednolicamy standardy, diagnozujemy lokalne bariery i zwiększamy skuteczność wsparcia. Podręcznik, który planujemy opublikować w grudniu 2025 r., będzie praktycznym przewodnikiem dla małych i średnich organizacji, z gotowymi checklistami i narzędziami. Na początku 2026 r. chcemy wspólnie z rządem, samorządami i NGO poddać rekomendacje pod debatę i włączyć je w oficjalne standardy działania.

Jakie doświadczenia z pracy w Mapuj Pomoc są dla Pani najbardziej inspirujące i motywujące?

To, co szczególnie dostrzegam w pracy w Mapuj Pomoc, to niesamowita otwartość i gotowość do współpracy ze strony przedstawicieli organizacji działających w sieci. Każda z osób, z którą mam styczność, jest bezdyskusyjnie ambasadorką/ambasadorem swojej organizacji. Widzę to zaangażowanie i ono mnie zachwyca. Nie ma między nami barier — jest szczere powitanie i otwarta rozmowa. To pokazuje, jakie wartości rodzi stała współpraca między organizacjami: zaufanie, solidarność i niezmienną gotowość do wspólnego działania.

Czy może Pani podzielić się jakąś anegdotą lub sytuacją, która pokazuje siłę współpracy społecznej w praktyce?

Dla mnie było to zdecydowanie działanie hotelu LIDO w Lądku-Zdroju podczas powodzi. Właściciele obiektu uruchomili własne środki finansowe, aby przygotowywać posiłki dla powodzian, wolontariuszy i służb ratunkowych. Wydawano do 300 bezpłatnych posiłków dziennie! Posiłki docierały też do osób, które nie mogły samodzielnie dotrzeć na miejsce.

Przed Bożym Narodzeniem udało nam się nawiązać współpracę z Fundacją Orlen dla Pomorza, która wsparła prowadzenie posiłków przez całą zimę. Minął już ponad rok od powodzi, a lokalne organizacje wciąż działają razem, pokazując siłę współpracy i trwałych relacji w społeczności.

Co chciałaby Pani przekazać czytelnikom magazynu Pomost — zwłaszcza tym, którzy chcą działać na rzecz innych i budować odporność w swoich społecznościach?

Staramy się mieć zaopatrzoną w jedzenie lodówkę, posiadać oszczędności na rachunku bankowym, ciepłe buty na zimę i schłodzony napój latem. Tak samo powinniśmy być świadomi, że w każdej (nieprzewidywalnej) codzienności mogą pojawić się rozmaite zagrożenia. Musimy się na nie przygotowywać.

Nie chodzi przy tym o budzenie lęku, ani wzmaganie niepokoju, lecz o świadomość i wiedzę: kto może dać nam wsparcie w sytuacji kryzysu, o informację gdzie mamy szukać bezpiecznego schronienia, do kogo zwrócić się ze swoimi potrzebami, jakie organizacje oraz jakie realizowane przez nie formy pomocy są dostępne w najbliższym sąsiedztwie.

Budowanie tej świadomości wzmacnia każde, zarówno indywidualne, jak i zbiorowe poczucie bezpieczeństwa i odpowiedzialności.

Dziękuję za rozmowę i pokazanie, że za pozornie trudnym hasłem, odporności społecznej, kryje się coś bardzo uchwytnego i praktycznego.

Karolina Chojka-Bartoszko
Od 2011 roku związana z sektorem pozarządowym. Przez prawie 12 lat pracowała w organizacji świadczącej opiekę paliatywną. Do Fundacji To Proste dołączyła we wrześniu 2024 roku. W zespole Mapuj Pomoc odpowiada za współpracę międzysektorową. Jej rolą jest m.in. organizowanie spotkań sieciujących dla organizacji członkowskich z całego kraju.

Karolina Kordowska
Stażystka Redakcji Magazynu Pomost. Studentka zarządzania marketingiem w Warszawie. Współpracowała z organizacjami takimi jak: Fundacja Dzieci Afryki, Fundacja To proste, Stowarzyszenie Otwarte Klatki. Wolny czas poświęca na spacery w naturze, wegańskie gotowanie i aktywne działanie w trzecim sektorze.

fot. Markus Spiske | pexels.com

NGO przyznają: brakuje środków na wsparcie psychologiczne i rozwój wewnętrzny, a bez tego ich zasoby ludzkie po prostu się kończą.

Niezniszczalny fundament

Jak Ukraińskie NGO tworzą odporność państwa w czasie wojny

Ukraińskie organizacje pozarządowe przeszły od roli ważnego „dodatku” do życia publicznego do statusu egzystencjalnego filaru państwa. W obliczu brutalnej pełnoskalowej agresji rosji* Ukraiński Trzeci Sektor jest dziś siecią bezpieczeństwa – logistyczną, społeczną i emocjonalną – działającą tam, gdzie państwowe struktury są zbyt wolne lub przeciążone. Ich historia to opowieść o heroicznej elastyczności, ale i chronicznej walce z wyzwaniami, które wojna tylko wyostrzyła.

Wbrew wszelkiej logice wojennej, ukraiński sektor pozarządowy nie załamał się, lecz dynamicznie się rozrósł. Według danych statystycznych liczba NGO w Ukrainie przekroczyła 104 tysiące w 2024 roku, odnotowując stały przyrost od 96,5 tysiąca w 2022 roku.

Ten wzrost to nie tylko statystyka – to potężny symbol siły społeczeństwa obywatelskiego. Obywatele, widząc zagrożenie, nie czekają na instrukcje z góry, lecz się samoorganizują. To jest bezpośrednia i najbardziej skuteczna odpowiedź na cel rosyjskiej agresji, którą jest zniszczenie tkanki społecznej Ukrainy. Jednak ten ilościowy sukces maskuje poważne problemy jakościowe, które stwarzają ogromne ryzyko dla długoterminowej stabilności.

Natomiast wiele organizacji pozarządowych w Ukrainie działa nie dzięki, lecz wbrew polityce państwa, która bardziej komplikuje ich działalność, niż pomaga im w niesieniu pomocy Ukraińcom.

Mimo przyjęcia szeregu ustaw mających rzekomo uprościć procedury, dla NGO te procedury pozostały nieprzejrzyste i praktycznie niemożliwe do spełnienia.

Jako przykład można podać ustawę o uproszczeniu trybu wwozu, ewidencji i dystrybucji pomocy humanitarnej dla organizacji społecznych i charytatywnych.

- Automatyczny system ewidencji pomocy humanitarnej, stworzony dla przejrzystości, w praktyce skomplikował działalność wielu fundacji, zwłaszcza tych bez dużych zasobów administracyjnych, a zdaniem NGO uniemożliwił pracę indywidualnym wolontariuszom.
- NGO borykają się ze zwiększoną liczbą kontroli podatkowych i ogólnym naciskiem fiskalnym. Przepisy podatko-

we często są niejasne, a kary naliczane są post-factum za udzieloną pomoc.

Z tego wynika poważny problem dla pracowników NGO — wypalenie i wyczerpanie emocjonalne: to jest cichy zabójca. Wolontariusze i pracownicy działają w ciągłym stresie, alarmach i pod ogromną presją emocjonalną, co prowadzi do masowego wypalenia zawodowego. NGO przyznają: brakuje środków na wsparcie psychologiczne i rozwój wewnętrzny, a bez tego ich zasoby ludzkie po prostu się kończą.

Poważnym problemem jest również brak rąk do pracy oraz finansowania

- Utrata Kadr: Najbardziej aktywni mężczyźni (liderzy, managerowie) zasilili Siły Zbrojne Ukrainy (ZSU), a tysiące specjalistów (często kobiet z dziećmi) zostało zmuszonych do migracji.
- Niestabilność Finansowania. Większość opiera się na krótkoterminowych grantach, co uniemożliwia planowanie i prowadzi do zjawiska „grant hop" (skakania od projektu do projektu).

Niestety, aż jedna czwarta (25%) NGO w Ukrainie nie zrealizowała żadnego projektu od początku inwazji. Uruchomienie tego niewykorzystanego potencjału jest strategicznym zadaniem, wymagającym precyzyjnego dotarcia i wsparcia w przezwyciężeniu barier.

Działalność Ukraińskich NGO jest dziś skategoryzowana na kilka kluczowych filarów, które są niezbędne dla przetrwania państwa:

Filar pierwszy: ZSU i sieć logistyczna. Organizacje są kręgosłupem logistycznym kraju.

- Logistyka i Ekwipunek: Działają szybciej niż państwowe przetargi, organizując całe łańcuchy dostaw – od dronów po zaawansowane środki medyczne. Ogromne wsparcie (w tym dla obrońców i cywilów) płynie również od partnerów zagranicznych, np. polskich NGO, jak Zupa Na Monciaku, która wysłała do Ukrainy już ponad 30 konwojów.
- Rehabilitacja i Innowacja: NGO dbają o kompleksową rehabilitację (fizyczną i psychologiczną) rannych żołnierzy, wypełniając luki w państwowym systemie. Organizują wydarzenia wspierające dla weteranów (np. „Gra Bohaterów"/Games of Heroes, wydarzenie zorganizowane przez organizację "Kharkiv with you") i szukają partnerów zagranicznych, by wysyłać wojskowych na leczenie.

Filar Drugi: Strażnicy praw i pamięci

Ten obszar to fundament przyszłej sprawiedliwości i demokracji, który też głównie leży na plecach NGO-sów. Oni pełnią rolę archiwistów i prokuratorów pamięci, pomagają w dokumentowaniu rosyjskich zbrodni wojennych – od zbierania dowodów zniszczonych mieszkań i poszukiwań zaginionych ludzi, po walkę o powrót skradzionych i wywiezionych do rosji dzieci. NGO udzielają również bezpłatnej pomocy prawnej i zajmują się adwokacją reform. Co kluczowe, walczą z rosyjską dezinformacją oraz operacjami psychologiczno-informacyjnymi, które ciągle podważają zaufanie do ich pracy w społeczeństwie.

Filar Trzeci: Kultura, tożsamość i spójność

NGO kulturalne walczą na froncie ideologicznym i społecznym. Zajmują się ratowaniem archiwów, zbiorów muzealnych i cerkiewnych przed bombardowaniami, chroniąc dowody istnienia ukraińskiej kultury. Tworzą bezpieczne przestrzenie, wspierając osoby z miast okupowanych lub zniszczonych, prowadzą świetlice, korepetycje i zajęcia pozalekcyjne dla dzieci z doświadczeniem migracji wewnętrznej, nadrabiając braki w edukacji spowodowane wojną, organizują akcje pamięci, wystawy, angażują młodzież w działania wolontariackie.

TRENDY I WYZWANIA SEKTORA POZARZĄDOWEGO W UKRAINIE

W 2023 roku zaobserwowano znaczący wzrost liczby organizacji zajmujących się pomocą humanitarną i wolontariatem. Wiele podmiotów, które po rozpoczęciu działań wojennych zmieniły profil swojej działalności, również skoncentrowało się na kwestiach humanitarnych.

Przykładem tego jest organizacja pozarządowa "Sashko Balabai Promotion" którą prowadzę na Ukrainie — od pierwszego dnia wybuchu wojny zmieniliśmy profil z działań kulturalnych na działania pomocowe i do dziś zajmuje się pomaganiem osobom przesiedlonym ze wschodnich miast ukraińskich oraz wspiera centra rehabilitacyjne dla rannych wojskowych.

Organizacje ekologiczne aktywnie pracowały nad analizą i dokumentowaniem konsekwencji wysadzenia zapory Kachowskiej oraz rejestrowaniem innych naruszeń środowiskowych.

Organizacje działające w sferze kultury skupiły się na tematach ochrony dziedzictwa kulturowego Ukrainy oraz na rozpowszechnianiu kultury ukraińskiej zarówno w kraju, jak i za granicą.

BIZNES Z MISJĄ: PRZEDSIĘBIORCZOŚĆ SPOŁECZNA WZMACNIA ZSU I INTEGRACJĘ

Ważnym sektorem jest przedsiębiorczość społeczna, która rozwija się mimo braku regulacji prawnych (Ustawa o przedsiębiorstwach społecznych wciąż nie jest wdrożona). Około 1000 przedsiębiorstw zatrudnia zdemobilizowanych wojskowych i kieruje zyski na wsparcie ZSU, WPO i osób poszkodowanych. Inicjatywy te finansowane są głównie w ramach projektów międzynarodowej pomocy technicznej (m.in. Unia Europejska, Western NIS Enterprise Fund, USAID, Niemiecki Fundusz Dziecięcy).

NGO JAKO ARCHITEKCI ODBUDOWY

Perspektywa długotrwałej wojny i przyszłej odbudowy kraju nadaje działaniom NGO nowy wymiar. Ich elastyczność i wiedza na temat rzeczywistych potrzeb ludności czynią je idealnymi partnerami w procesie powojennej rekonstrukcji. Już teraz NGO aktywnie współpracują z instytucjami publicznymi oraz z partnerami międzynarodowymi w zakresie strategii odbudowy kraju, powrotu ludności, wypłaty reparacji, reintegracji okupowanych terytorium.

Ich działalność w obszarze praw człowieka, demokracji i transparentności jest niezbędna dla skutecznej integracji Ukrainy z Unią Europejską.

Ukraiński Trzeci Sektor to pole bitwy, na którym walczy się nie tylko o drony czy żywność, ale przede wszystkim o ducha społeczeństwa i wartości demokratyczne. Jego odporność to najmocniejszy dowód na to, że Ukraina to nie tylko państwo, ale przede wszystkim silne i zorganizowane społeczeństwo. Inwestowanie w jego zasoby ludzkie i elastyczność to dziś inwestycja w zwycięstwo i stabilną przyszłość regionu.

***Zapis rosja zgodnie z wolą autorki.**

Daria Balabai
Działaczka społeczna, animatorka kultury. Koordynuje projekty związane z przybliżeniem literatury i kultury polskiej i ukraińskiej, aktywizacją lokalnych mieszkańców, integracją migrantów i lokalnej społeczności, edukacją kulturową.

fot. Markus Spiske | pexels.com

www.riep.org/images/books/Moment_pol_final.pdf

Listy z Ukrainy

Emocje w plecaku ewakuacyjnym

Ta chwila podzieliła życie na przed i teraz...

Doktor habilitowany, profesor Uniwersytetu Gdańskiego Arkadiusz Modrzejewski w rozmowie z Martą Dietrich o publikacji Listy z Ukrainy.

MARTA DIETRICH: Spotykamy się, żeby porozmawiać nie tylko o literaturze, ale jednak rozmawiać dziś będziemy w kontekście pewnej książki. Listy z Ukrainy. Jak doszło do powstania tej publikacji?

DR HAB. ARKADIUSZ MODRZEJEWSKI, PROF. UG: Fomysł pojawił się spontanicznie, krótko po tym, jak Rosja rozpoczęła inwazję na Ukrainę. W mojej głowie natychmiast zrodziła się myśl: *musimy coś zrobić*. Coś, co w jakiś sposób będzie powiązane ze środowiskiem, które reprezentujemy. Nie chciałem jednak ograniczać tego projektu wyłącznie do kręgu naukowego, choć to środowisko jest mi bliskie i mam z nim liczne kontakty. W tamtym czasie pracowałem na Uniwersytecie Donieckim im. Wasyla Stusa – oczywiście nie w Doniecku, lecz w jego ewakuowanej siedzibie w Winnicy.

Wiedziałem, że sam nie udźwignę takiego przedsięwzięcia, więc zwróciłem się do mojego doktoranta, a właściwie już wówczas doktora – choć formalnie jeszcze w trakcie procedury, która na Ukrainie jest dość skomplikowana. Powiedziałem mu: *Andrii, musimy coś takiego zrobić*. W tym samym czasie napisałem też do mojej znajomej, ówczesnej prorektor Uniwersytetu Donieckiego: *Tetyana, mam taki a taki pomysł*. I oboje natychmiast zapalili się do tego pomysłu.

Andrii Kutsyk zaproponował: *Słuchaj, koniecznie musimy włączyć do projektu profesor Olę Hnatiuk*. I to rzeczywiście był strzał w dziesiątkę. Większość – jeśli nie dwie trzecie – tekstów zamieszczonych w książce to właśnie jej zasługa. Profesor Hnatiuk miała i ma wciąż niezwykłe kontakty. Pracowała przecież w Ambasadzie Polskiej w Kijowie, a obecnie wykłada na Akademii Kijowsko-Mohylańskiej. Dzięki swoim relacjom docierała do ludzi kultury – nie tylko nauki – i właśnie stąd wziął się taki kształt książki. To miała być publikacja o emocjach. O emocjach z pierwszych dni wojny.

Nie wiedzieliśmy oczywiście, że ta wojna potrwa tak długo. Wówczas sądziliśmy, że to będzie krótki epizod. Wierzyliśmy, że Ukraina szybko wyjdzie z tej batalii zwycięsko. Chcieliśmy, by książka była swoistym zapisem emocji tamtego momentu. Niestety, wojna trwa nadal. Prace nad publikacją nieco się wydłużyły. Polska wersja ukazała się pod koniec grudnia zeszłego roku – najpierw w wersji online, a wkrótce potem również drukiem. Rok wcześniej udało nam się opublikować edycję angielską.

To miał być głos środowisk – nazwijmy to – kulturalnych i intelektualnych, które przemawiają nie z pozycji intelektualistów, lecz z perspektywy emocji.

I to chyba wybrzmiewa w tej książce. Ta chwila podzieliła życie na przed i teraz. Jak Pan interpretuje tę cezurę? Jak dobrać teksty, by tę cezurę oddać?

W wielu tekstach wyraźnie słychać, że życie tych ludzi można podzielić na dwie wyraźne fazy: to, co było *przed* 24 lutego 2022 roku, i to, co nastąpiło *po* tej dacie. Wcześniej – życie spokojne, oczywiście niepozbawione trudności, ale toczące się w pewnym rytmie. I nagle ten rytm zostaje brutalnie przerwany przez rosyjską inwazję. To był moment graniczny, punkt zwrotny dla tych ludzi.

Emocje towarzyszące tamtemu czasowi były ogromne. Dziś panuje już, można by powiedzieć – w cudzysłowie – *mała stabilizacja*. Nawet syreny alarmowe nie robią już takiego wrażenia na mieszkańcach ukraińskich miast i wsi. Ale w pierwszych dniach to był dramat.

Losy bohaterów nie są oczywiście jednakowe. Mamy z jednej strony ludzi z Mariupola – w przypadku jednego autora do dziś nie wiemy, co się z nim dzieje: czy pozostał na terenach okupowanych, czy może zdołał się wydostać i żyje na obszarze kontrolowanym przez władze ukraińskie. Z drugiej strony są osoby z takich miejsc jak Winnica czy Kijów, gdzie – przynajmniej relatywnie – sytuacja była bezpieczniejsza.

Jakie kryteria przyjęliście przy wyborze autorów i tekstów?

Chcieliśmy, by to był głos środowiska kultury – szeroko rozumianego – oraz środowiska naukowego. To właśnie stanowiło nasze główne kryterium.

Nie ukrywam, że inspirowałem się twórczością Swietłany Aleksijewicz, której jestem wielkim fanem. Jej sposób oddawania głosu bohaterom – ludziom zwyczajnym, przeżywającym historię na własnej skórze – bardzo do mnie przemawia. Uważam, że to właśnie w tych indywidualnych relacjach zawarty jest największy ładunek emocji i doświadczenia. Losy konkretnej osoby, przedstawione z jej subiektywnej perspektywy, potrafią powiedzieć o wojnie więcej niż niejeden esej czy reportaż.

Dlatego chciałem, by nasza książka miała podobny charakter – choć oczywiście bez naszej obecności w tekście. Redaktorzy wykonali jedynie pracę techniczną: przygotowali wstęp i opracowanie, ale głos należy wyłącznie do autorów.
Całość przybrała formę listów – nazwaliśmy je roboczo „Listami z Ukrainy" i ta nazwa już z nami została. Nie są to wywiady, jak u Aleksijewicz, lecz prawdziwe listy – osobiste zapiski ludzi, którzy po prostu piszą od siebie, dzieląc się emocjami i doświadczeniem pierwszych dni wojny.

Czy musieliście ingerować często w teksty autorów?

Nie, praktycznie wcale. Jedynym momentem, który wymagał decyzji, były wulgaryzmy. Tłumaczka, pani profesor Valentyna Hodlevska, często pytała mnie: *„Słuchaj, tu pada brzydkie słowo – mam to złagodzić?”* A ja odpowiadałem: *„Nie. Zostaw tak, jak jest”*.

Bo jeśli ktoś w tamtym momencie przeklina, to znaczy, że towarzyszą temu autentyczne emocje – gniew, strach, napięcie. W takich chwilach człowiek nie zachowuje się przecież jak na balu karnawałowym w Wersalu. W sytuacji stresu czy traumy przekleństwo jest naturalnym, ludzkim odruchem.

Dlatego właśnie emocje były dla nas najważniejsze – również te wyrażone wprost, dosadnie. Wulgaryzmy zostawialiśmy, bo one były częścią prawdy tamtych przeżyć.

Był też jeden list, w którym zdecydowaliśmy się na drobną, ale istotną ingerencję. Sam tekst został opublikowany, jednak w porozumieniu z zespołem redakcyjnym – panią profesor i dr. Kutsykiem – usunęliśmy fragment, który mógłby zostać opacznie zrozumiany. To były bardzo mocne słowa, więc uznaliśmy, że taka redakcja jest konieczna.

Dlaczego to było ważne, żeby tłumaczyć tekst na angielski?

Zależało nam, by z przekazem tej książki dotarli nie tylko polscy czytelnicy, ale także odbiorcy z innych krajów. Mamy oczywiście świadomość, że nasze stowarzyszenie nie jest szczególnie rozpoznawalną organizacją i że nasze możliwości dystrybucyjne są ograniczone. Mimo to książka funkcjonuje w otwartym obiegu – jest dostępna w formule *open access* i może być swobodnie wykorzystywana.

Chcieliśmy, by nie była to publikacja skierowana wyłącznie do Polaków, ale by mogła trafić do szerszego grona odbiorców. Stąd pomysł na przygotowanie wersji anglojęzycznej, która jest dostępna online.

Wydrukowaliśmy również kilka egzemplarzy papierowych – głównie z myślą o wyjeździe dr. Kutsyka do Kanady. W ramach swojego stażu w Gdańsku, realizowanego dzięki stypendium Funduszu Wyszehradzkiego, miał on okazję promować tam naszą publikację.

Czy uważa Pan, że list – forma bardzo intymna – daje inne możliwości opowiedzenia o doświadczeniu wojny niż reportaż? Czy taki wybór był celowy?

W reportażu głównym bohaterem jest zwykle sam autor – to on prowadzi narrację, interpretuje rzeczywistość, nadaje jej ton i sens. W naszym przypadku było inaczej. My, redaktorzy, świadomie usunęliśmy się w cień. Autorami są ci, którzy pisali listy – Ukraińcy, przedstawiciele tamtejszego środowiska intelektualnego. Dzięki temu mogliśmy pozwolić, by to ich głosy, ich emocje i doświadczenia przemówiły bezpośrednio.

Ta forma wydała nam się naturalna – także dlatego, że żadne z nas nie jest reportażystą. Nie chcieliśmy tworzyć opowieści „o kimś”, lecz umożliwić ludziom mówienie we własnym imieniu. Pojawiały się co prawda pomysły, by przygotować publikację bardziej naukową, ale takie opracowania mają ograniczony zasięg – funkcjonują głównie w środowisku akademickim.

A nam chodziło o coś innego – o to, by książka dotarła do szerokiego grona czytelników. Forma listu, ze swoją szczerością i emocjonalnością, pozwoliła to osiągnąć. W wielu z tych tekstów emocje są naprawdę silne – i właśnie o to nam chodziło.

Strach, gniew, rozpacz, nadzieja… Czy literatura w warunkach wojny powinna łagodzić te emocje, czy raczej potęgować ich surowość? A może powinna pozostać neutralna?

Neutralna nigdy nie będzie. Parę miesięcy temu prowadziłem dyskusję z reporterami wojennymi – Piotrem Andrusieczko i Piotrem Kaszuwarą – w ramach programu Gdańsk Miasto Literatury. Zapytałem ich wtedy, czy potrafią zachować dystans wobec tego, co widzą. Odpowiedzieli zgodnie: „Nie da się”.

Kiedy człowiek trafia tam, gdzie doszło do masowych zbrodni, czuje zapach śmierci. Tego nie da się opisać chłodno.

Tak samo jest z naszą książką. Ona nie miała być obiektywna – miała oddać cierpienie i dramat ludzi, którzy z dnia na dzień zostali wyrwani z pokojowej rzeczywistości i wrzuceni w rzeczywistość wojny. Te emocje musiały wybrzmieć.

Wspomniał Pan, że ta wojna w pewnym sensie stała się doświadczeniem także dla nas, w Polsce.

Tak. Długo wydawało nam się, że wojna to coś odległego. A jednak dzieje się tuż obok, na naszych oczach. I coraz częściej pojawia się lęk, że może dosięgnąć także nas.

Rosja stanowi realne zagrożenie dla Zachodu i dla Polski – musimy to mówić wprost. W tej sytuacji szczególnie ważna jest jedność społeczeństwa. Tymczasem widzimy głęboką polaryzację, która może być bardzo groźna. Część polityków – z krótkowzroczności lub oportunizmu – godzi się na ten podział.

Dlatego tak cenne są momenty, gdy słyszymy spójny, wspólny głos ze strony władz – jak ostatnio po incydentach z rosyjskimi dronami. Taka postawa buduje odporność. Bo jeśli chcemy skutecznie bronić kraju, musimy czuć się wspólnotą. Nie może być tak, że połowa społeczeństwa nie identyfikuje się z drugą połową.

Potrzebujemy na nowo scalić nasze społeczeństwo – to kwestia dojrzałości politycznej, której dziś bardzo nam brakuje.

Powiedział pan o odporności. Zastanawiam się, czy uważa pan, że publikacje tego rodzaju mogą mieć realny wpływ na odporność, na budowanie odporności społeczeństwa polskiego?

Jedna publikacja sama w sobie nie zmieni rzeczywistości – to tylko mała cegiełka. Ale właśnie z takich cegiełek buduje się odporność społeczną. Kluczowa jest edukacja, rozmowa z młodzieżą, z lokalnymi elitami, uświadamianie, jak działa dezinformacja i jak łatwo stać się jej ofiarą.

Takie książki, spotkania autorskie czy działania edukacyjne, nawet jeśli gromadzą kilkadziesiąt osób, mają znaczenie. To wszystko rezonuje, buduje świadomość i odporność na manipulacje. A dziś jesteśmy społeczeństwem coraz częściej poddawanym manipulacjom – szczególnie w kontekście wojny i relacji polsko-ukraińskich.

Zmęczenie wojną sprawia, że stajemy się mniej wrażliwi na los uchodźców. Niestety, ten proces jest podsycany przez rosyjską propagandę, która próbuje rozgrywać Polaków i Ukraińców przeciwko sobie. Widać to choćby w narracjach populistycznych: że Ukraińcy „zabierają 800+”, „wypierają z kolejek”, są „roszczeniowi”. To uproszczenia, które mają jeden cel – zbudować mur między naszymi społeczeństwami.

Musimy się temu przeciwstawiać. Potrzebna jest odporność nie tylko na dezinformację, ale i na polaryzację. To wymaga pracy u podstaw – także w mniejszych miejscowościach, nie tylko w dużych miastach.

Naturalne jest, że wielu z nas po czasie zaczyna się zastanawiać nad tym, co się dzieje – choć równocześnie wciąż próbuje się nam narzucać gotową narrację, o czym Pan wspominał. Myśląc o tekstach z „Listów z Ukrainy”, mam skojarzenie z pojęciem odporności. Uczy się nas dziś budowania plecaków ewakuacyjnych – na wypadek zagrożenia. A może ta książka to też taki „plecak emocjonalny”? Coś, co pomaga zmierzyć się z lękiem i przetworzyć traumę, nawet jeśli wielu woli jej nie czytać, bo „nie chce tego przeżywać”?

To, o czym Pani mówi, to bardzo częsta – i niestety dość infantylna – postawa. Jak dziecko, które zakrywa oczy, bo myśli, że wtedy problem znika. Wiele osób działa podobnie: wyłącza wiadomości, nie chce słuchać, nie chce widzieć. Ale to nie jest odporność – to ucieczka.

Odporność polega na zdolności racjonalnego reagowania. Nie chodzi o to, by się katować emocjami, ale by mieć świadomość, co się dzieje i wyrobić sobie własne zdanie – niezależne od narracji polityków. Tymczasem często ulegamy emocjom, generalizujemy: jedno złe doświadczenie z człowiekiem z Ukrainy przysłania nam trzydzieści dobrych. Dojrzałość polega na tym, by widzieć człowieka, nie etykietę.

Wróćmy jeszcze do książki. Czy były jakieś wyzwania logistyczne przy współpracy transgranicznej, przy realizacji tego projektu?

Nie, nie było w zasadzie. Największym wyzwaniem było doszlifowanie tego pod względem językowym. Chciałem, żeby ta książka była czymś wartościowym. Poprosiłem panią marszałek Senatu, panią Małgorzatę Kidawą-Błońską o patron honorowy, wierząc w wartość tego projektu.

Czy planują Państwo wydanie ukraińskiej wersji?

Mieliśmy taki zamiar, ale wszystko zależy od możliwości organizacyjnych i finansowych. Teksty oryginalne posiadamy – część została napisana po ukraińsku, część po rosyjsku, więc materiał bazowy już jest.

Wydanie ukraińskie z pewnością byłoby cenne, choć sądzę, że priorytetem było dotarcie z tą publikacją do polskiego czytelnika. W Ukrainie emocje z pierwszych miesięcy wojny w pewnym sensie już przygasły, a teraz ważniejsze staje się to, jak ludzie radzą sobie z traumą i jak z niej wychodzą. Dlatego myślę, że ta książka może mieć dla Ukraińców szczególną wartość dopiero za jakiś czas – za 10, może 20 lat – gdy stanie się świadectwem tamtych emocji i sposobem ich przepracowania.

Chodzimy do teatru, by przeżyć katharsis – zmierzyć się z emocjami, których sami może nigdy nie doświadczymy, ale które pozwalają nam się na nie uodpornić. Czy warto przeczytać Listy z Ukrainy właśnie po to – by przeżyć, zrozumieć i w pewnym sensie przygotować się emocjonalnie na to, co mogłoby spotkać nas samych?

A jak Pani czuła się, czytając tę książkę? Ja sam jestem już chyba zbyt „uodporniony” na te emocje. Nie chcę zabrzmieć jak cynik, ale z czasem nabrałem pewnego dystansu. Może teraz zamieńmy się rolami – jak odebrała ją Pani, jako czytelniczka?

Podchodziłam do niej trzy razy. Ze względu na ogromny ładunek emocji nie byłam w stanie przeczytać wszystkiego od razu. To nie było doświadczenie tak intensywne jak w przypadku tłumaczki, która opowiadała o swojej pracy, ale też nigdy nie przeżyłam niczego podobnego, więc momentami było mi trudno. Mimo to uważam, że to było bardzo wartościowe doświadczenie.

Nie spakuję tej książki do mojego plecaka ewakuacyjnego – tego prawdziwego, fizycznego, który już mam gotowy – ale myślę, że zostanie ze mną jako coś znacznie ważniejszego. Gdyby, nie daj Boże, przyszło mi kiedyś stanąć w obliczu podobnego kryzysu, byłabym może bardziej świadoma tego, co mnie czeka.

Czyli nauka na przyszłość.

Nie daj Boże na przyszłość. Na potencjalną przyszłość. Która oby się nie wydarzyła.

Książka Listy z Ukrainy dostępna jest pod adresem:
www.riep.org/images/books/Moment_pol_final.pdf

Dr hab. Arkadiusz Modrzejewski, prof. UG
profesor Uniwersytetu Gdańskiego, dyrektor Instytutu Politologii. Specjalizuje się w zakresie filozofii i myśli politycznej. Pracował na Donieckim Uniwersytecie Narodowym w Winnicy. Gościnnie wykładał na uniwersytetach w USA, Gruzji, Słowacji, Włoszech i Portugalii.

Marta Dietrich
Rzecznik Pomorskich NGO. Socjolożka. Ewaluatorka działań społecznych. Trenerka fundraisingu. Badaczka Pomorskiej Pracowni Badań Obywatelskich.

Ekospołeczna odporność

O współzależności i sile wspólnoty w czasach kryzysu

Jesteśmy częścią ekosystemu i funkcjonujemy we współzależnej sieci powiązań. Nasze zdrowie i bezpieczeństwo nieodłącznie są związane z otoczeniem, a w tym także ze środowiskiem, klimatem i światem zwierząt. Dlatego też zdolność społeczeństw do reakcji i przetrwania w czasie kryzysów powinna być postrzegana w kompleksowy sposób jako system, w którym człowiek jest częścią ekosystemu, a nie jego centrum.

Kluczem do budowy odpornych wspólnot jest zintegrowane podejście — łączące polityki zdrowotne, środowiskowe i społeczne. Nie da się być zdrowym w chorym ekosystemie[1]. Stąd też rozwój koncepcji odporności społecznej w kierunku odporności ekospołecznej.

ODPORNOŚĆ, KTÓRA ODDYCHA Z NATURĄ

Odporność społeczna tradycyjnie rozumiana jest w kategoriach społecznych, gospodarczych, zdrowotnych — ale coraz częściej mówi się o ekospołecznej odporności. Pokazuje ona, że nie da się budować odporności społecznej w oderwaniu od środowiska naturalnego.

Koncepcja tawyrasta z połączenia idei zdrowia publicznego, ochrony przyrody i solidarności społecznej. U podstaw leży założenie, że odporność wspólnot nie może istnieć bez odporności ekosystemów, w których żyją. Człowiek i społeczeństwo funkcjonują w sieci współzależności ekologicznych — z przyrodą, klimatem i innymi gatunkami.

Degradacja środowiska, przemysłowa hodowla zwierząt, zmiana klimatu czy brak procedur ochrony zwierząt w czasie katastrof — wszystko to osłabia nie tylko naturę, ale i nasze społeczeństwa. Aby wspólnota mogła trwale przetrwać i się rozwijać, musi chronić nie tylko siebie, lecz także świat przyrody — bo to on zapewnia warunki do życia, równowagi i regeneracji.

ONE HEALTH – JEDNO ZDROWIE

Ludzka populacja staje obecnie przed licznymi wyzwaniami związanymi z ochroną zdrowia ludzi, zwierząt i środowiska naturalnego. Tematy te łączy koncepcja One Health, która odnosi się do kondycji całej planety. Jest podejściem interdyscyplinarnym, które koncentruje się na pojęciu i poprawie zdrowia ludzi, zwierząt i ekosystemów, rozumianych jako nierozłączne elementy jednej całości.

W kontekście One Health rozważa się różne aspekty zagrożeń dla zdrowia publicznego. Największą uwagę poświęca się chorobom zakaźnym przenoszonym między gatunkami oraz oporności na leki i zanieczyszczeniu środowiska. One Health obejmuje sektory zdrowia publicznego, weterynarii i ochrony środowiska oraz jest wezwaniem do współpracy przy rozwiązywaniu szeroko rozumianych problemów zdrowia.

SŁABE OGNIWO GLOBALNEJ ODPORNOŚCI

W kontekście zdrowia publicznego kluczowy jest związek zdrowia ludzi ze zwierzętami i produkcją odzwierzęcą, szczególnie z przemysłową hodowlą zwierząt. Według WHO ok. 60% nowych chorób zakaźnych zgłaszanych na świecie pochodzi od zwierząt. Ponadto ONZ ds. Wyżywienia i Rolnictwa określiła intensywną hodowlę zwierząt jako jeden z decydujących czynników powodujących obecnie najbardziej poważne problemy środowiskowe, zarówno w skali lokalnej, jak i globalnej[2]. Przemysłowy chów zwierząt jest jedną z głównych przyczyn zmiany klimatu, zużywa ogromne zasoby gruntów i wody, odpowiada za znaczącą emisję gazów cieplarnianych oraz powoduje niszczenie siedlisk dzikich zwierząt i zanikanie bioróżnorodności. W ciągu 50 lat liczba dzikich zwierząt spadła średnio o 69%[3]. Zmiana klimatu z kolei wywołuje wiele poważnych konsekwencji, np. anomalie pogodowe jak intensywne powodzie czy uciążliwe susze. Nie jest to tylko wymiar ekologiczny, ale także wywołuje silny, negatywny wpływ na społeczeństwo i gospodarkę.

Co więcej, zmiana klimatu zwiększa ryzyko chorób zakaźnych i migracji zwierząt. IPCC ostrzega, że przesuwanie się stref klimatycznych powoduje nowe ogniska chorób wektorowych (takich jak malaria, denga) i wpływa na zdrowie publiczne[4].

Przemysłowy chów zwierząt to także jeden z kluczowych czynników przyczyniających się do narastania oporności na antybiotyki – jednego z najpoważniejszych zagrożeń dla zdrowia publicznego XXI wieku[5]. Według Światowej Organizacji Zdrowia nawet do 70 % wszystkich antybiotyków na świecie stosuje się nie u ludzi, lecz w hodowli zwierząt – często nie w celach leczniczych, lecz profilaktycznych lub w celu przyspieszenia wzrostu[6]. Takie praktyki sprzyjają powstawaniu szczepów bakterii opornych na leczenie, które mogą przenosić się na ludzi poprzez żywność i wodę[7]. Organizacja FAO ostrzega, że jeśli obecne trendy się utrzymają, do 2050 roku zakażenia oporne na antybiotyki mogą powodować więcej zgonów niż nowotwory[8]. Rozwiązaniem jest odchodzenie od przemysłowego chowu i poprawa warunków życia zwierząt. To kwestia etyki, lecz także realne działanie na rzecz globalnego zdrowia i ekospołecznej odporności[9].

System żywnościowy w dużej mierze jest oparty na degradacji środowiska i maksymalnym wykorzystywaniu zwierząt. Skutkiem tego odporność społeczna zostaje osłabiona poprzez mniejszą elastyczność, większe ryzyko kryzysów żywnościowych, epidemii i przerwania łańcuchów dostaw.

CI, KTÓRYCH NIE MA W PLANACH RATUNKOWYCH

Odporność społeczna to także zdolność skutecznej reakcji na kryzysy, radzenia sobie z nimi, odbudowy po ich wystąpieniu i uczenia się na doświadczeniach. Niestety, patrząc w przeszłość, można stwierdzić, że społeczeństwa w większości nie uczą się na błędach. Aby wzmocnić odporność ekospołeczną, kluczowe są poważne i trwałe zmiany w stylu życia ludzi, transformacja energetyczna i systemu żywności oraz prawdziwa ochrona przyrody. Rozwiązania, jakie widzimy, to często powierzchowne traktowanie tematu. Nie niwelują przyczyn powstawania kryzysów środowiskowych. Działania te sprowadzane są głównie do pomocy ludziom i ograniczania skutków kryzysów, gdy są już bardzo blisko lub już mają miejsce. Tu także pomijane są zwierzęta.

W Polsce obecnie żaden akt prawny nie reguluje w realny sposób kwestii postępowania ze zwierzętami w sytuacji zagrożenia, nie ma również obowiązku tworzenia procedur dotyczących postępowania ze zwierzętami w sytuacjach kryzysowych[10].

W trakcie kryzysów, czy to związanych ze zmianami klimatycznymi i występowaniem żywiołów, czy też wojny, zwierzęta są grupą najbardziej narażoną na śmierć. W najgorszej sytuacji są te uwięzione na fermach przemysłowych i w gospodarstwach rolnych, w zamknięciu, niemające żadnych szans w obliczu żywiołu[11]. W nieco lepszej sytuacji są zwierzęta domowe, przy niektórych z nich podejmowane są próby ratowania, wiele niestety jest wtedy porzucanych i pozostawionych samym sobie. W raporcie “Niech giną” Fundacji Czarna Owca Pana Kota wskazano także, że nie są nawet gromadzone dane o sytuacji zwierząt podczas klęsk żywiołowych. A niektóre podmioty jak np. ogrody zoologiczne nadal nie mają lub mają dopiero od niedawna procedury postępowania w takich sytuacjach. Na pomoc nie mogą także liczyć dzikie zwierzęta żyjące na wolności. Brak standardowych procedur ochrony zwierząt w kryzysach to osłabienie odporności całego systemu — bo system społeczny, który pozostawia zwierzęta i środowisko na marginesie, traci na integralności i zdolności adaptacyjnej.

TROSKA CZĘŚCIĄ STRATEGII

Odporność powstaje tam, gdzie ludzie potrafią ze sobą współdziałać, gdzie przyroda nie jest tłem, lecz partnerem, a zwierzęta nie są z góry uznanymi ofiarami kryzysów, lecz współuczestnikami życia, o których w sytuacji zagrożenia też pamiętamy. Troska o całość systemu wspiera przetrwanie wszystkich jego części. Odporność zaczyna się w miejscach, gdzie ludzie pomagają sobie nawzajem, gdzie ratuje się zwierzęta podczas powodzi, sadzi drzewa po burzy, dzieli jedzenie w czasie kryzysu. O sile wspólnoty świadczy to, jak dba o siebie, ale także to, ile ma w sobie współczucia i jak traktuje zwierzęta i przyrodę. Ekospołeczna odporność to praktyka solidarności i uznanie, że razem znaczy więcej niż osobno.

Miejmy nadzieję, że pojęcie ekospołecznej odporności na dobre przeniknie do strategii zarządzania kryzysowego – że powstaną procedury, które obejmą ochroną nie tylko ludzi, ale również zwierzęta i ekosystemy, od których nasze bezpieczeństwo tak naprawdę zależy. Nadzieja tkwi także w tym, żebyśmy jako społeczeństwa chcieli wyciągnąć wnioski i działać z wyobraźnią – mamy jeszcze szansę nie tylko reagować na kryzysy, ale im zapobiegać, bo przecież nie ma przyszłości człowieka bez przyszłości planety.

Karolina Czechowska
Redaktorka „Pomostu”

1 Lancet Planetary Health, 2023 Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability
2 Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) w raporcie Livestock's Long Shadow: Environmental Issues and Options z 2006 r.
3 Living Planet Index, opracowanie Zoological Society of London (ZSL) we współpracy z WWF International, *Living Planet Report 2022*.
4 IPCC AR6, 2023, Climate Change 2022: Impacts, Adaptation and Vulnerability: *www.ipcc.ch/report/ar6/wg2/*
5 World Health Organization (WHO). Antimicrobial resistance (2024). Dostęp: *www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/antimicrobial-resistance*
6 WHO. *Antimicrobial resistance and food animal production* (2023).
7 UNEP (2023). *Bracing for Superbugs: Strengthening environmental action in the One Health response to antimicrobial resistance.*
8 FAO (2021). *The FAO Action Plan on Antimicrobial Resistance 2021–2025*. Zawiera prognozę dotyczącą potencjalnej liczby zgonów związanych z opornością do 2050 r.
9 WHO, FAO i UNEP (2022). *One Health Joint Plan of Action 2022–2026*
10 Fundacja Czarna Owca Pana Kota, Niech giną. Jak nie chronimy zwierząt w czasie kryzysów i wojen, 2025
11 Fundacja Czarna Owca Pana Kota, Niech giną. Jak nie chronimy zwierząt w czasie kryzysów i wojen, 2025

Jak rozpoznać dezinformację oraz fake newsa i nie dać się oszukać w sieci

Dziś dezinformacja i fake newsy zagrażają codziennej lekturze Internetu bardziej niż kiedykolwiek wcześniej. Chociaż coraz więcej Polaków deklaruje, że wiedzą, czym jest fałszywa informacja, poddanie się manipulacji wciąż pozostaje powszechne. Najwięcej fałszywych treści Polacy spotykają w mediach społecznościowych (55 %) i telewizji (53 %). To tam krążą najbardziej emocjonalne przekazy, które często trafiają do nas od znajomych, a więc ze źródła, któremu najbardziej ufamy.

CZYM JEST DEZINFORMACJA I FAKE NEWS?

Dezinformacja to celowo szerzona, fałszywa lub zmanipulowana informacja, której zamierzeniem jest wywarcie wpływu na odbiorcę, wywołanie emocji, paniki lub manipulacja opinią publiczną. Fake news jest najczęściej jaskrawą, krzykliwą wiadomością o wątpliwej treści, rozpowszechnianą przez Internet, media społecznościowe czy w prywatnych rozmowach. Aż 84% Polaków przyznaje, że zetknęło się z fake newsem, a 79% z dezinformacją, co potwierdzają badania niezależnych organizacji.

NAJCZĘSTSZE TEMATY I FORMATY DEZINFORMACJI

Badania wskazują, że dezinformacja w Polsce koncentruje się wokół kilku głównych obszarów:

- Energetyka: mity o pojazdach elektrycznych, zagrożenia ze strony elektrowni jądrowych.
- Zdrowie: teorie spiskowe o ukrywanych przez producentów składnikach w żywności, szkodliwości GMO, fałszywe zapowiedzi pandemii.
- Polityka: Polską rzekomo rządzi Unia Europejska, ideologie są narzucane społeczeństwu przez organizacje zagraniczne.
- Nowe technologie i klimat: technologie 5G jako narzędzie kontroli społecznej, zmiany klimatu uznawane za spisek, fake newsy o gotówkowych limitach płatności i „kontroli obywateli" poprzez zniesienie gotówki.

Formaty dezinformacji bywają różne. Zaczynając od sensacyjnych nagłówków, przez zmanipulowane zdjęcia i deepfake'i, aż po wypowiedzi osób podszywających się pod ekspertów lub bliskich przyjaciół.

SKĄD SIĘ BIERZE DEZINFORMACJA? KTO NA NIEJ ZYSKUJE?

Celem szerzenia fałszywych informacji jest zwykle manipulowanie opinią publiczną (74% wskazań badanych), wywoływanie paniki (57%), realizowanie celów politycznych (56%) lub wpływanie na wyniki wyborów (55%). Dezinformacja często rozchodzi się przez prywatne rozmowy, media społecznościowe oraz tradycyjne media – przeciętnie 59% Polaków otrzymało fałszywą wiadomość od bliskiej osoby. Dlatego dziś największym nośnikiem dezinformacji nie jest anonimowy troll, lecz... dobry znajomy, który „chciał tylko ostrzec".

To nie tylko przypadek Facebooka czy TikToka. W polskim Internecie mocno aktywni są dystrybutorzy wpływu z Rosji, którzy wykorzystują polskie lęki społeczne, by promować przekazy antyukraińskie, antyzachodnie czy antynatowskie. Dezinformacyjne treści często bazują na socjotechnice – podsycaniu emocji, bazowaniu na strachu, podważaniu autorytetów i zaufania do instytucji państwowych.

Najświeższe przykłady dezinformacji:

- Rzekome skażenie radioaktywne nad Polską: W czasie pożarów na Ukrainie rozpowszechniano plotkę, jakoby radioaktywna chmura miała objąć Polskę. Wykorzystano emocje odbiorców i historyczne skojarzenia z Czarnobylem, budując fałszywą narrację i sianie paniki. Przekaz ten był elementem szerszej rosyjskiej operacji informacyjnej, co potwierdzają analizy bezpieczeństwa państwowego. Plotka, pojawiła się około 15 kwietnia 2023 roku.
- Związek 5G i pandemii COVID-19: Fake news, jakoby pandemia była wynikiem działania masztów 5G, spowodował w Wielkiej Brytanii nawet podpalenia infrastruktury telekomunikacyjnej. W Polsce takie informacje również były rozpowszechniane szczególnie intensywnie w 2020 roku i utrzymywały się w kolejnych latach aż do 2023 roku.
- Dezinformacja o energetyce: Pseudoeksperci powielali informacje o nadzwyczajnych pożarach samochodów elektrycznych czy rzekomej rezygnacji Polski z programu jądrowego pod naciskiem pandemii. Manipulacja faktami ma powstrzymać modernizację sektora energetycznego i wzbudzić nieufność do zmian. Fałszywa narracja miała miejsce zwłaszcza w latach 2022-2024, przy czym dane PSP odnotowały wzrost pożarów elektryków tylko w 2023 roku, co bywało wykorzystywane do wzbudzania nieufności wobec elektromobilności.
- Fałszywe komunikaty polityczne: Prorosyjskie źródła szerzą w sieci narracje o Polsce jako państwie podległym Zachodowi bądź planującym agresywne działania względem sąsiadów – na podstawie zmanipulowanych doniesień medialnych i cytatów wyjętych z kontekstu. Opisane działania dezinformacyjne intensyfikowały się na fali kryzysów międzynarodowych i wojny na Ukrainie, szczególnie od 2022 roku, a w 2025 roku po atakach dronów na Polskę pojawiły się szeroko w mediach społecznościowych w ramach dezinformacji mającej na celu destabilizację społeczną.

JAK NIE DAĆ SIĘ OSZUKAĆ? PRAKTYCZNE METODY I RADY

Wiarygodność tekstu lub informacji można zweryfikować dzięki kilku prostym krokom:

- Sprawdź autora i źródło: Czy wiadomo, kto napisał informację? Czy autor posiada doświadczenie i znaną afiliację? Czy portal posiada zakładkę „O nas", dane redakcji lub przejrzystą politykę publikacji?
- Porównaj kilka źródeł: Jeśli daną treść podaje tylko jeden portal lub konto społecznościowe, z reguły nie warto jej wierzyć. Najlepiej sprawdzić wiadomości na stronach sprawdzonych, o dobrej reputacji, np. Demagog, AFP Sprawdzam lub innych organizacji fact-checkingowych.
- Ustal, kiedy informacja się pojawiła: Fałszywki często bazują na starych wydarzeniach prezentowanych, jakby były aktualne.
- Zadaj sobie 6 pytań (5W+H): Co? Kto? Gdzie? Kiedy? Dlaczego? Jak podaje daną informację? (Z angielskiego: What? Who? Where? When? Why? How?)
- Zwróć uwagę na emocje: Jeśli coś silnie oburza, straszy lub wyjątkowo pobudza emocje, to może być manipulacja – warto wtedy się zatrzymać.

Powyższe metody są rekomendowane przez polskich i europejskich ekspertów – są podstawą edukacji medialnej oraz działań takich instytucji jak Naukowa i Akademicka Sieć Komputerowa – Państwowy Instytut Badawczy (NASK), Agencja Bezpieczeństwa Wewnętrznego (ABW), Krajowa Rada Radiofonii i Telewizji (KRRiT) oraz organizacji fact-checkingowych.

Warto też znać podstawowe techniki dezinformacji. Są to:

- Clickbait — Sensacyjny lub emocjonalny nagłówek, który ma przyciągać uwagę np. nagłówki obiecujące katastrofalne skutki politycznych decyzji, które w rzeczywistości są przesadzone lub nieprawdziwe
- Język emocjonalny — Sformułowania, które wywołują strach, oburzenie, gniew czy złość np. dramatyczne opisy sytuacji pandemii lub polityki migracyjnej, by wzbudzić panikę i nieufność.
- Podszywanie — Wykorzystywanie czyjegoś wizerunku i autorytetu do szerzenia szkodliwych treści np. konto podszywające się pod Polską Agencję Atomistyki szerzące fałszywe ostrzeżenia o skażeniu radioaktywnym.
- Cherry picking — Wybór informacji pasujących do tezy przy jednoczesnym pominięciu kontekstu np. przy debatach o szczepionkach, gdzie dobiera się wyłącznie przypadki negatywne.
- Fałszywa przyczyna — Nieuzasadnione założenie związku przyczynowo-skutkowego między zdarzeniami, jak twierdzenia o związku szczepionek z autyzmem bez naukowego poparcia.
- Dowód anegdotyczny — Powoływanie się na osobiste doświadczenie np. „wujek z wojska" lub „siostra pracująca w szpitalu", aby podważyć dane statystyczne czy wyniki badań.
- Deepfake — Wygenerowany przez sztuczną inteligencję fałszywy materiał audio lub wideo np. filmy przedstawiające polityków wygłaszających nieprawdziwe wypowiedzi.
- Cheapfake — Manipulowanie materiałem audiowizualnym za pomocą prostych, powszechnie dostępnych narzędzi jak przyspieszenie, spowolnienie lub wycinanie fragmentów wideo w celu manipulacji przekazem, metoda łatwo dostępna i stosowana do dyskredytacji.

ROLA INSTYTUCJI, SPOŁECZEŃSTWA I EDUKACJI

Polska nie jest bierna wobec dezinformacji – działania prowadzi szereg instytucji: NASK analizuje i monitoruje treści w polskiej sieci, ABW blokuje strony szerzące rosyjską propagandę, a KRRiT monitoruje media pod kątem manipulacji. Kluczową rolę pełnią niezależne organizacje fact-checkingowe, jak Stowarzyszenie Demagog i Koalicja Razem Przeciw Dezinformacji, które oddolnie weryfikują setki komunikatów każdego dnia.

Edukacja medialna w szkołach oraz szerzenie wiedzy o fact-checkingu stanowią długofalową „szczepionkę" przeciwko manipulacji. Większość ekspertów podkreśla, że lepsze jest uczenie krytycznego myślenia i pracy ze źródłami niż usuwanie treści w ramach cenzury.

Mariusz Kowalik

Wiceprezes Fundacji Mikroakademia. Specjalista ds. mediów społecznościach. Wieloletni doradca technologiczny iincjatywy Sektor 3.0 FRSO. Dziennikarz radiowy pracujący m.in. dla RWE, Radia Gdańsk i RMF FM. Magister na wydziale Nauk Społecznych UG. Absolwent Studiów Podyplomowych „Aplikacje i usługi internetowe", „Architekt rozwiązań IT w chmurze obliczeniowej", „Cyberbezpieczeństwo i informatyka śledcza". Pasjonat wykorzystania nowych technologi, w tym AI w działaniach społecznych i animacyjnych.

Zestawienie źródeł informacji wykorzystanych w artykule:

1. *akademiaesg.pl/baza-wiedzy/dezinformacja-esg-w-mediach-polska-na-11-miejscu-w-rankingu-greenwashingu*
2. *carbonfootprintfoundation.com/jak-oceniac-wiarygodnosc-informacji-w-internecie*
3. *contentwriter.pl/rzetelne-zrodla-informacji*
4. *cyberdefence24.pl/cyberbezpieczenstwo/dzialania-rosji-przeciwko-polsce-niepokojacy-raport*
5. *cyberpolicy.nask.pl/czym-jest-fact-checking-zarys-inicjatyw-na-swiecie-i-w-polsce*
6. *demagog.org.pl*
7. *digitalpoland.prowly.com/178556-mlodzi-polacy-bezradni-wobec-dezinformacyjnego-chaosu*
8. *edukacjamedialna.edu.pl/lekcje/jak-rozrozniac-informacje-prawdziwe-od-falszywych*
9. *energetyka24.com/oze/wiadomosci/minister-energii-zapowiada-walke-z-dezinformacja-fake-newsy-uderzaja-w-oze*
10. *krytycznyumysl.pl/raport_krytyczny_umysl.pdf*
11. *planetpartners.pl/w-jaki-sposob-weryfikowac-informacje-znalezione-w-sieci*
12. *ptec.org.pl/projekty/energia-naprawde*
13. *pulaski.pl/wp-content/uploads/2015/02/RAPORT-Rosyjska-wojna-dezinformacyjna-przeciwko-Polsce.pdf*
14. *radiosovo.pl/jak-sprawdzic-wiarygodnosc-informacji-w-internecie*
15. *rynekinformacji.pl/weryfikacja-informacji-krok-po-kroku*
16. *swiatoze.pl/informacje-dotyczace-energetyki-w-internecie-ptez-chce-walczyc-z-fake-newsami*
17. *www.gov.pl/web/baza-wiedzy/rozpoznawanie-nieprawdziwych-informacji*
18. *www.isp.org.pl/pl/aktualnosci/badanie-dezinformacja-wokol-klimatu-i-polityki-klimatycznej-opinie-polek-i-polakow*
19. *www.kul.pl/nie-jestesmy-odporni-na-dezinformacje-weryfikujmy-zrodla,art_102038.htmlwww.pism.pl/publikacje/rosyjska-dezinformacja-w-sprawie-ataku-dronow-na-polske*

Dbaj o siebie i innych. Zadzwoń!

112 – Numer alarmowy
Po Twoim zgłoszeniu operator Centrum Powiadamiania Ratunkowego poinformuje odpowiednie służby. Warto też znać polskie numery alarmowe, dzięki którym możesz szybciej skontaktować się z właściwymi jednostkami:
997 Policja
998 Straż Pożarna
999 Pogotowie Ratunkowe

800 702 222 — Centrum Wsparcia dla Osób Dorosłych w Kryzysie Psychicznym
Skontaktuj się z Centrum Wsparcia dla osób w kryzysie psychicznym, w którym dyżurują psychologowie gotowi do wysłuchania, zrozumienia i akceptacji. Pomogą także we wskazaniu odpowiednich placówek specjalistycznych w danym regionie kraju, w którym można otrzymać bezpośrednią pomoc.

801 615 005 – Dyżurnet.pl
Jeśli w Internecie trafisz na treści, które wydają Ci się nielegalne lub po prostu niepokojące, możesz to zgłosić pod tym numerem. Zgłoszeniem zajmą się specjaliści z dyżurnet.pl – jeśli potwierdzą, że materiały naruszają prawo, przekażą sprawę policji lub prokuraturze. Nie musisz podawać swoich danych – Twoje zgłoszenie może pozostać anonimowe. Możesz też wysłać je przez stronę *www.dyzurnet.pl* albo e-mailem na adres: *dyzurnet@dyzurnet.pl*

POMORSKA SIEĆ COP

Pomorska Sieć Centrów Organizacji Pozarządowych działa na Pomorzu od 2012 roku. Tworzy ją 13 organizacji, których zadaniem jest kompleksowe dbanie o inne organizacje społeczne. Pomagają im się rozwijać, działać stabilnie i skutecznie oraz budować silniejsze społeczności lokalne. Prowadzą szkolenia, doradztwa i łączą inicjatywy z różnych miejsc w regionie. Wspólnym celem jest, by trzeci sektor na Pomorzu był coraz bardziej widoczny i wpływowy.

Członkowie PS COP:

Potrzebujesz wsparcia? Napisz na **biuro@pscop.pl,**
a skierujmy Cię do lokalnego Centrum Organizacji Pozarządowych.

pscop.pl **Pomorska Sieć Centrów Organizacji Pozarządowych**