



TEATR PRZY STOLE

PRZEWODNIK PO RPG Z DOROSŁYMI 65+

Tomek „Frejtag” Piątek
Joanna Luźnia



TEATR PRZY STOLE

PRZEWODNIK PO RPG Z DOROSŁYMI 65+



Tomek „Frejtag” Piątek
Joanna Luźnia

*Gry
Frejtaka*



Podziękowania	6
Przedmowa	8
I. Wstęp	10
II. Siła opowieści	14
III. Nasze doświadczenia i rekomendacje	20
1. Jak wyglądały testy innowacji?	21
2. Co działa?	22
2.1. Zapewnienie odpowiedniego miejsca zajęć	22
2.2. Zadbanie o odpowiednią wielkość grupy przy stole	23
2.3. Dbanie o potrzeby uczestników i uczestniczek	23
2.4. Przypominanie o kolejnych spotkaniach	24
2.5. Elastyczność w kontekście rotacji osób na poszczególnych zajęciach	24
2.6. Dbanie o napoje i niewielki poczęstunek	24
2.7. Ustalenie zasad stołu i wzajemnej komunikacji	25
2.8. Spisanie listy tematów trudnych i kontrowersyjnych (triggerów) i ustalenie narzędzi bezpieczeństwa	25
2.9. Świadome dostosowywanie języka do uczestników i uczestniczek	27
2.10. Skupienie na doświadczaniu opowieści, a nie na abstrakcyjnym pojęciu gier fabularnych i sztywnych zasadach	27
2.11. Podążanie za uczestniczkami i uczestnikami zajęć	28
2.12. Entuzjazm, zaciekawienie, uważność i aktywne zachęcanie uczestników i uczestniczek do wypowiedzania się	28
2.13. Zadbanie o krótką rozgrzewkę na każdym zajęciach	29

2.14. Używanie pomocy w trakcie zajęć	29
3. Co nie działa?	30
3.1. Zbyt duża liczba uczestników/uczestniczek	30
3.2. Używanie slangu związanego z grami fabularnymi	30
3.3. Stosowanie złożonych zasad i skomplikowanej mechaniki	30
3.4. Ramy historii określone z góry przez prowadzącego/prowadzącą	31
4. Inne obserwacje i wnioski z testów	32
IV. Zaproszenie do gry	34
1. Czym są gry fabularne?	35
2. Dlaczego grać z seniorami?	36
3. Jak zaprosić osoby starsze do wspólnej gry?	39
4. Rola osoby prowadzącej – mistrzyni lub mistrz gry	41
V. Scenariusze	44
Załącznik nr 1: Zabawa w teatr	46
Załącznik nr 2: Zagrajmy w opowieść	52
Załącznik nr 3: Etiudy fabularne	60
Załącznik nr 4: Stwórzmy świat naszej gry	67
VI. Inspiracje i dodatki	80
1. Co dalej?	81
2. Inne materiały stworzone w ramach innowacji	84
3. Inspiracje	84
3.1. Tematyka senioralna	84
3.2. RPG w Polsce	85
4. Dodatki	86
DODATEK I. Uwaga na potrzeby osób uczestniczących	86
DODATEK II. Zasady przy stole – propozycja	89
DODATEK III. Zgody na wykorzystanie wizerunku oraz na przetwarzanie danych osobowych	90
O autorach	92




Podziękowania

Chcieliśmy złożyć serdeczne podziękowania: dla Anny Nowackiej, która zaproponowała nam realizację tej innowacji – mamy nadzieję, że nie zawiedliśmy Twoich oczekowań; dla współprowadzących testy w ramach innowacji – Agi Ejsmont i Krzysztofa Haczewskiego – dziękujemy za Wasz wkład, uwagi, inspiracje i gotowość do działania; dla warszawskiej Fundacji Metamorphozy, Domu Dziennego Pobytu „Senior+” z Jeleniej Góry oraz Muzeum Krakowa, oddział Rydlówka w Krakowie – za serdeczne przyjęcie oraz owocną współpracę; dla Adama Chabieri i Marii Lewandowskiej – opiekunów naszej innowacji, którzy byli dla nas ogromnym wsparciem na każdym jej etapie; dla Jana Wiśniewskiego – za wsparcie ewaluacyjne i wszelkie porady w tym zakresie. Bez Was – Waszej wiary w nasze możliwości i życzliwego wsparcia – nie udałoby się nam tak wiele!


Autorzy

Fragmety wypowiedzi uczestników innowacji „Teatr przy stole”, nagranych w ramach rozmowy o tym, co daje im granie w gry fabularne. Cały zapis rozmowy znajdziesz w tym [miejscu](#).




Dla mnie jest to taka fajna, bajkowa przygoda, którą można w prosty sposób rozegrać, dobierając znajomych. Eksperymentując, można bardzo głęboko wchodzić w skonstruowane życie w ramach takiego codziennego »pudełka«, które strasznie nas ogranicza. Tutaj można wyjść poza to pudełko, przełamując schemat. Ja dzisiaj poczułem taką moc boga i zrozumiałem, że bóg nie ma potrzeby interweniowania w to, co dzieje się na świecie (...). Nie musiałem czytać naukowych rozpraw, a wyszło mi takie socjologiczne rozważanie na temat ludzkości. Podoba mi się ta gra.

Krzysztof



Możliwość wchodzenia w inne postaci. Tak jak w zeszłym tygodniu miałam postać czarnej raperki, która siedziała w jednej celi z białą sopranistką i miałyśmy dyskusję na temat wyższości jednej muzyki nad drugą. Później na stołówce spotkałam czarne siostry i musiałam bronić białej sopranistki przed czarnymi kobietami. To było bardzo ciekawe.

Urszula



Całe życie myślę obrazami, tworzę cały czas, trochę też parałam się pisaniem różnych opowiadań, romanśów. Całe życie tworzę. Jak mi się to udaje? Różnie to bywa, ale to co mówię, fajnie wygląda, kolorowo, wyraziście. Bo ja to wszystko widzę.

Anna Maria



Koncepcja pracy z osobami starszymi przy użyciu elementów gier fabularnych kształtowała się stopniowo przez lata. Swój dojrzały kształt przyjęła w ramach innowacji „Teatr przy stole”, do której przewodnik właśnie czytacie. Zanim jednak, wraz ze współautorką publikacji i jej redaktorką Joanną Luśnią, przejdziemy do omówienia samej innowacji, chcę wyjaśnić, skąd w ogóle wziął mi się pomysł na wykorzystanie opowieści jako narzędzia do aktywnej pracy z osobami starszymi.

Moje osobiste doświadczenia i przeżycia znacząco wpłynęły na postrzeganie opowieści jako medium do animacyjnej pracy z ludźmi. W dzieciństwie uwielbiałem podróże po wyobrażonych światach. Podczas snucia opowieści często robiłem stopklatkę w swojej wyobraźni, żeby móc później do niej wrócić, np. po szkole czy po innych, codziennych obowiązkach. Z łatwością przychodziło mi pisanie listów do wymyślonych bohaterów czy udawanie, że za pomocą starego Zenita robię zdjęcia wyobrażonym miejscom. Ten rodzaj „podróży” zaszczerpił we mnie

chęć szukania informacji o otaczającym świecie, rozwijał kreatywność i ubogacał dzieciństwo.

Później poznałem gry fabularne i uświadomiłem sobie, że wymyślone światy można kreować razem z innymi osobami, przy jednym stole. To był dla mnie moment przełomowy, bo zrozumiałem, że wspólne, aktywne snucie opowieści z innymi może być nie tylko ciekawym sposobem spędzania wolnego czasu ze znajomymi, ale również doskonałą i satysfakcjonującą formą pobudzania wyobraźni. Gry fabularne pozwalają kierować losami własnej postaci, która niczym książkowy bohater rzuca się w wir przygód. Do dzisiaj, kiedy gram i mogę podejmować decyzje, dokonywać najróżniejszych wyborów w imieniu odgrywanych przeze mnie postaci, pozwala mi to przeżywać emocje i daje mi wiele satysfakcji.

Połączenie tych doświadczeń z chęcią sprawdzenia czy opowieść snuta wspólnie może sprawdzić się w różnych grupach i środowiskach, doprowadziła mnie do momentu, w którym używałem

powyższej metody animacyjnej (którą nazywam metodą etiud fabularnych¹) nie tylko z dziećmi, nastolatkami i dorosłymi, ale również z osobami starszymi (nawet w wieku 80 lat). I co ciekawe, to właśnie ta ostatnia grupa okazała się niezwykle chłonna i skłonna tworzyć historie i dzielić się swoją wyobraźnią z innymi. Widząc, jak wiele radości i satysfakcji daje to uczestniczkom i uczestnikom moich zajęć, postanowiłem przekuć swój pomysł na innowację społeczną pod nazwą „Teatr przy stole”.

Doświadczeniom z innowacji poświęcony jest trzeci rozdział niniejszej publikacji, a na zakończenie tej części chcę sparafrazować słowa animatora kultury Janusza Byszewskiego, który powiedział kiedyś, że



każdy może tworzyć sztukę.



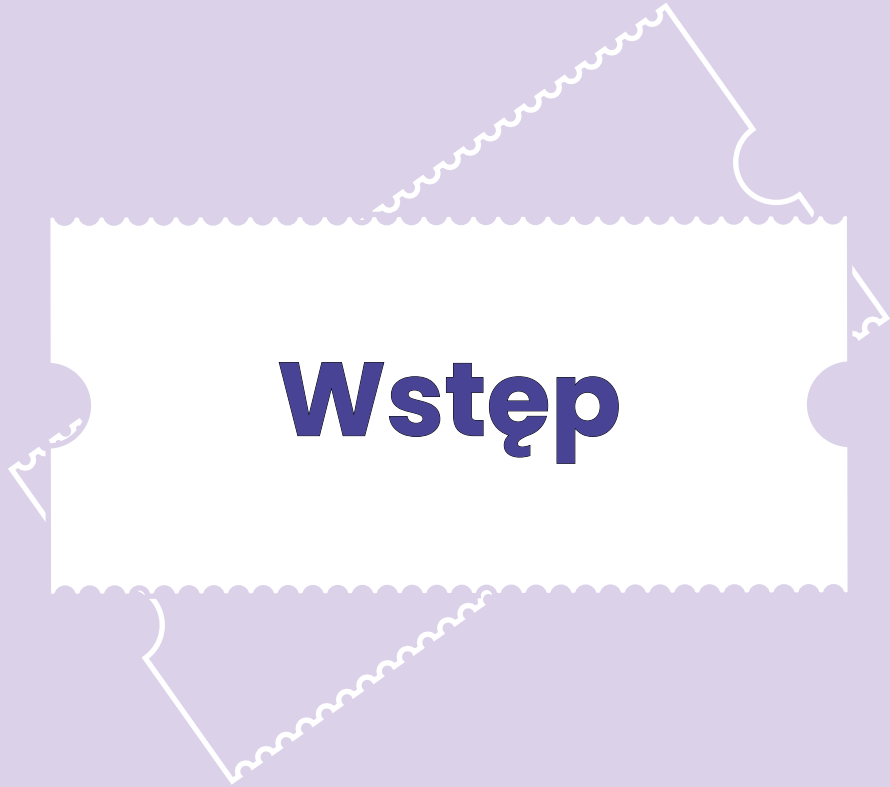
Uważam, że każdy z nas może tworzyć opowieść i dzielić się nią z innymi. Ta myśl jest ze mną każdego dnia i przyświecała mi podczas tworzenia tej publikacji.

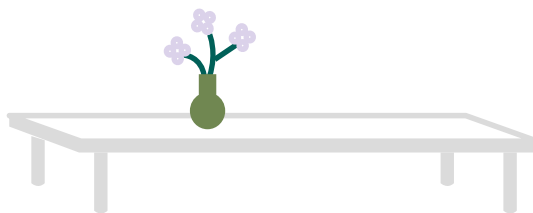
Publikację dedykuję przedwcześnie zmarłemu Kamilowi Szyndlerowi.

*Tomek „Frejtag” Piątek
Warszawa, luty 2023*



.....
1 Zob. T. Piątek „Frejtag”, *Powrót do przeszłości. RPG z dorosłymi 50+. Gry fabularne w działalności instytucji kultury*, Wawerskie Centrum Kultury, Warszawa 2020, s 23.





Przekazujemy w wasze ręce podręcznik stworzony w ramach innowacji społecznej „Teatr przy stole”. Zawarliśmy w nim informacje o tym, jak wykorzystać formułę znaną z gier fabularnych (zwaną również grami RPG, z ang. role-playing games) w pracy z seniorami. Materiał ten skierowany jest do organizacji pozarządowych, instytucji pomocowych, świetlic, domów opieki, uniwersytetów trzeciego wieku, domów kultury, bibliotek i podmiotów prawnych oferujących usługi dla osób powyżej 65 roku życia, a także dla wszystkich innych, zainteresowanych rozszerzeniem swojej oferty zajęć dla osób starszych. Mamy nadzieję, że zawarte tu informacje, wnioski i wskazówki okażą się dla was inspirujące i wniosą w wasze działania choć odrobinę świeżości i nowej jakości.



Na wstępie chcielibyśmy wyjaśnić nazwę innowacji – „Teatr przy stole”. Na pierwszy rzut oka może się ona wydawać enigmatyczna, a nawet onieśmialająca, dlatego warto ją wytłumaczyć i odczarować:

- „teatr” rozumiany jest tutaj jako sytuacja, w której wspólnie z innymi osobami odgrywamy wcześniej wymyślone przez nas postacie. Nie musimy mieć żadnych umiejętności aktorskich – liczy się przede wszystkim wyobraźnia i chęć

dzielenia się nią z innymi, a także: przyjemność ze spotkania i gry. Dlatego „odgrywanie” postaci może ograniczyć się do prostego opisu tego, co ona czuje i robi – nie ma przymusu modulowania głosu, gestykulowania czy grania mimiką. Efektem takiego luźnego i uproszczonego odgrywania postaci jest historia, stworzona wspólnie ze wszystkimi uczestnikami i uczestniczkami spotkania;

- „przy stole”, ponieważ to zwykle przy nim gramy. Na nim stawiamy przekąski, ale też akcesoria do gry, takie jak kości, karty postaci czy pomoce piśmiennicze, służące nam do tworzenia przeróżnych map, rysunków i zapisków.

„Teatr przy stole” jest to więc spotkanie, w trakcie którego wspólnie snuje się opowieść z wyobraźni, wczuwając się w jej bohaterów. Snucie opowieści wzbogacone jest o elementy gry i różne akcesoria, dzięki czemu zarówno spotkanie, jak i opowieść, stają się bardziej angażujące i emocjonujące. Dokładnie to zaproponowaliśmy uczestnikom i uczestniczkom innowacji, a przeprowadzone przez nas testy pokazały, że taka formuła zajęć daje osobom starszym dużo radości i satysfakcji, pomaga im się otworzyć, nawiązywać znajomości i może pozwolić im wyjść z towarzyskiej izolacji.



Dlaczego tak się dzieje, przeczytacie w rozdziale „Siła opowieści” (na stronie [14](#)). W niniejszym podręczniku znajdziecie również zapis naszych doświadczeń i rekomendacji zebranych w trakcie testowania autorskich scenariuszy zajęć. Dowiedziecie się o tym, co działa, a co niekoniecznie i jak można temu zaradzić. Przeczytacie o tym, czym w ogóle są gry fabularne, a także jak zaprosić osoby starsze do wspólnej rozgrywki. Zapoznacie się z czterema scenariuszami oraz ze zbiorem inspiracji, które sprawią, że wasze spotkania będą jeszcze ciekawsze. Na koniec zachęcimy was do sprawdzenia naszych materiałów w formie wideo, dzięki którym zobaczycie na własne oczy, jak wygląda

takie spotkanie (które można też nazwać sesją gry fabularnej), a także zapoznacie się ze szczegółowym omówieniem scenariuszy zawartych w poniższym podręczniku (linki do filmów znajdziecie na stronie [84](#)).

Staraliśmy się zawrzeć w przewodniku jak najwięcej praktycznych wskazówek i przykładów, które pomogą każdej osobie lub instytucji zainteresowanej wprowadzeniem takich lub podobnych zajęć dla seniorów do swojej oferty. Mamy nadzieję, że po jego lekturze z łatwością je zorganizujecie i przeprowadzicie i będą cieszyć się dużym powodzeniem wśród osób starszych.







Siła
opowieści





W ramach innowacji „Teatr przy stole” proponowaliśmy wspólne tworzenie i snucie opowieści, wzbogacone o elementy gry. Między uczestnikami zajęć nawiązywał się dialog i nic porozumienia, poznawali lepiej siebie samych i inne osoby przy stole, sięgali do pokładów swojej kreatywności i pomysłowości, a zarazem czerpali z własnych doświadczeń. Formuła zajęć aktywizuje uczestników i pozwala im wyjść z izolacji, odwołuje się bowiem do najbardziej podświadomych i podstawowych potrzeb człowieka, realizowanych przez język mówiony i grę-zabawę.

Każdy z nas na co dzień używa języka. Jest to dla nas tak naturalne, jak oddychanie. Rzadko jednak zdajemy sobie sprawę, jak ważne – dla nas i dla całego gatunku ludzkiego – jest to, że umiemy mówić. Na przestrzeni stuleci kwestiami języka i jego znaczenia dla człowieka zajmowało się wielu filozofów, antropologów, etnologów, lingwistów i innych badaczy. W tym podręczniku nie ma miejsca na szczegółowe wyjaśnianie wszystkich implikacji mowy dla człowieka, czy na przegląd różnych teorii związanych z językiem. Chcielibyśmy jednak nawiązać skrótowo do najważniejszych, aby móc wyjaśnić,

czemu sądzimy, że wspólne tworzenie i opowiadanie/odgrywanie historii jest doskonałym narzędziem w pracy animacyjnej i ma ogromną moc integrowania i angażowania różnych osób, w tym osób starszych i takich, które na co dzień mogą doświadczać społecznej izolacji.

Uczeni i badacze są zgodni co do tego, że język mówiony jest tym, co odróżnia człowieka od zwierząt, że to pojawienie się języka mówionego pozwoliło ludziom stworzyć kulturę. Kwestię tę jako jeden z pierwszych podjął Arystoteles, który twierdził, że człowiek to istota mówiąca (a dokładniej: istota żyjąca posiadająca logos, czyli obdarzona mową i rozumem). Jednak o wadze słowa mówionego można przeczytać również w innych tekstach kultury, niekoniecznie rozważających tę kwestię w sposób teoretyczny. W kręgu wiary chrześcijańskiej jeden z najbardziej znanych cytatów z Pisma Świętego brzmi:

_____  _____

Na początku było Słowo².

_____  _____

.....
 2 *Ewangelia wg św. Jana 1,1*, [w:] *Biblia Tysiąclecia Online wyd. IV*, <https://biblia.deon.pl/rozdzial.php?id=340>, Wyd. Pallottinum, Poznań 2003; [dostęp:] 27.02.2023.



Słowo wypowiedziane, które w sposób dosłowny stworzyło cały świat człowieka. Ta religijna wizja pokrywa się w interesujący sposób z twierdzeniem, z którym zgadza się wielu badaczy, myślicieli i uczonych: bez języka, nazywającego świat materialny i wyrażającego idee tak abstrakcyjne, jak pojęcia czasu, przestrzeni czy związki przyczynowo-skutkowe, umożliwiającego współpracę i porozumienie między ludźmi, nie zaistniałaby kultura. Nazywanie pozwala nam uchwycić

i pojąć samych siebie, a także istotę rzeczy, które nas otaczają, a tym samym – całą rzeczywistość. Świat poznajemy właśnie poprzez język – każde dziecko dowiadyuje się i zaczyna rozumieć, czym są poszczególne rzeczy, ludzie i ono samo, ucząc się języka, jakim posługują się inni. Dodatkowo każdy język odbija sposób postrzegania świata właściwy dla danej społeczności. Dziecko wraz z poznawaniem swojego ojczystego języka chłonie obraz świata obecny w danym społec-

czeństwie, poznaje jego kulturę i staje się częścią tej określonej wspólnoty.

Język jest zjawiskiem społecznym nie tylko dlatego, że za jego pomocą odbywa się swoista inicjacja człowieka w społeczeństwo i właściwą mu kulturę, ale również dlatego, że na różne sposoby pozwala nam on istnieć wśród i z innymi: pozwala nam się komunikować, poznawać siebie i innych, umożliwia porozumienie, współpracę i działanie, kształtuje wspólne doświadczenie. Język, zwłaszcza ten mówiony, jest bramą, przez którą człowiek wychodzi z wewnętrznej izolacji na zewnątrz, ku innym. Dzięki temu język umożliwia kontakt, zrozumienie i budowę wspólnoty. Bronisław Malinowski jako pierwszy zauważył, że wśród swoich różnych funkcji, język posiada również coś, co nazwał funkcją fatyczną³. Współuczestniczenie fatyczne to swoiste obcowanie językowe – wymieniając między sobą słowa, za pomocą języka, stwarzamy i podtrzymujemy stosunki społeczne. W tym wypadku sam fakt rozmowy jest ważniejszy niż to, co mówimy. Każdego dnia uczestniczymy w wielu sytuacjach, które spełniają dokładnie taką funkcję: grzecznościowa wymiana utartych zwrotów, small talki o niczym, wymiana pozdrowień w przelocie, krótka pogawędka z nieznanym w kolejce itp. Wszystkie te wymiany służą dokładnie temu samemu – nawiązaniu kontaktu z innymi, podkreśleniu tego, że nie jesteśmy sami, jesteśmy częścią jakiejś wspólnoty. Antropolog i religioznawca Włodzimierz Pawluczuk w podobnym tonie pisał o gawędzeniu:

.....

3 B. Malinowski, *Problem znaczenia w językach pierwotnych*, [w:] tegoż, *Dzieła*, t. 8, *Jednostka, społeczność, kultura*, Wyd. Naukowe PWN, s. 340.

4 W. Pawluczuk, *Potoczność i transcendencja*, Zakł. Wyd. NOMOS, Kraków 1994, s. 184.



Gawędzenie jest komunikowaniem się bezinteresownym. Wiąże się ono z odpoczynkiem. Jest to odpoczywanie wespół z Innym. W gawędzeniu sam proces obcowania z Innym jest celem samym w sobie. Jest w tym względnie gawędzenie podobne do kazań i rytualnych wystąpień politycznych. W odróżnieniu jednak od tych ostatnich, w gawędzeniu chodzi o współobecność z Innym konkretnym, przynależnym do kręgu My, a nie o bycie z anonimowym tłumem czy w anonimowym tłumie⁴.



Jak widać na podstawie powyższych przykładów, język i mowa kształtują nie tylko ludzi, ale też ich współbycie z innymi, są jednymi z elementów budujących więzi. Kształtują je i wzmacniają również poprzez opowieści. Każda kultura ma swoje opowieści i mity, które wyjaśniają i nazywają świat i różne zjawiska. Zanim powstało pismo, przekazywane były one ustnie, tak jak całość wiedzy i reguł danej kultury, co jeszcze potęgowało kształtujące i spajające działanie mowy.

Nawet współcześnie już we wczesnym dzieciństwie człowiek zostaje zanurzony w świat pełen opowieści i doświadcza ich działania więziotwórczego – dzieje się to w momencie, kiedy rodzice lub inni dorośli opowiadają mu bajki. Dzieci rzadko są biernymi słuchaczami: słowa wywołują w nich emocje i żywe reakcje, czasem chcą



coś dodać do słuchanej historii, czasem próbują coś zmienić lub proszą o wyjaśnienie tego, co zostało niedopowiedziane lub czego nie rozumiały. Opowiadający zaś najczęściej reagują na to, co dzieje się z dziećmi i jeśli pozwolą im z biernych odbiorców zamienić się w aktywnych współtwórców, to dają im tym samym ogromną satysfakcję. W trakcie opowiadania różnych historii dorośli i dzieci zanurzeni są we wspólnym doświadczeniu, co w naturalny sposób tworzy lub wzmacnia więzi między nimi. Opowieści towarzyszą nam nie tylko w dzieciństwie, ale przez całe życie. Czasem możemy być jedynie słuchaczami, czasem sami opowiadamy, a czasem je współtworzymy. Mogą mieć różny cel i funkcję, np.: mogą służyć wyrażeniu emocji lub potrzeb, wyjaśnieniu czegoś, mogą służyć zainicjowaniu

.....

jakiegoś działania lub zmiany, a mogą być formą spędzania wspólnie czasu, rozrywki, zabawy lub odpoczynku. Jednak słuchając lub opowiadając, zawsze jesteśmy w jakiejś wspólnotce.

Nasza innowacja odwołuje się jeszcze do jednego elementu, który jest niezmiernie ważny w życiu każdego człowieka i w funkcjonowaniu całej kultury: do zabawy, rozumianej w sposób, o którym pisał Johan Huizinga⁵. Gra-zabawa jest wg niego formą współzawodnictwa, rywalizacji zamykającej się w instytucjonalnych ramach, która dała początek wielu dziedzinom kultury i która pozwala kulturze (a tym samym ludziom) rozwijać się. Niesie ze sobą uczucia odrealnienia, napięcia i zachwyty, ale ograniczona jest ustalonymi regułami, a także określonym

5 Ten holenderski historyk, językoznawca i filozof ukuł określenie *homo ludens*, czyli człowiek bawiący się (zob. J. Huizinga, „*Homo ludens. Zabawa jako źródło kultury*”, Wyd. Aletheia, Warszawa 2011).

sensem, czasem i miejscem w przestrzeni – jest więc czymś, co pozwala oderwać się od rzeczywistości. Huizinga uważał również, że potrzeba gry i współzawodnictwa jest czymś, co jest nieodłączne człowiekowi i choć było jednym z tych elementów, który dał początek kulturze, to istniała jeszcze przed nią. Jest to tak pierwotna i powszechna potrzeba, że obserwować ją można nie tylko w świecie ludzi, ale i innych zwierząt.

„Teatr przy stole” to zajęcia, które włączają reguły i elementy gier we wspólne tworzenie i odgrywanie historii. W ten sposób potencjalnie odpowiadają na wiele podstawowych potrzeb człowieka: zabawa i snucie opowieści było i jest nie tylko sposobem na poznawanie i wyjaśnianie siebie i świata, na rozwój i poszerzanie swoich horyzontów, ale także dostarcza rozrywki i odpoczynku, jest formą przekroczenia rzeczywistości, współbycia, współdoświadczenia i dzielenia emocji. Gry fabularne, które proponujemy w ramach naszej innowacji, a oparte o wspólne tworzenie opowieści, to wydarzenie międzyludzkie, tworzące więzi i integrujące, pozwalające zaspokoić również inne potrzeby uczestników i uczestniczek. Ich dodatkowym atutem jest to, że każdego zachęcają do aktywności, bo co może bardziej angażować w snucie opowieści niż bycie jednym/jedną z jej bohaterów/bohatek? Korzystanie z prostej mechaniki wprowadza element losowości, który

sprzyja doświadczaniu zaciekawienia lub ekscytacji oraz innych emocji.

Biorąc pod uwagę to, jak naturalnie gra-zabawa i mówienie realizują różne potrzeby człowieka, wierzymy, że proponowana przez nas forma zajęć – wspólne tworzenie i snucie opowieści oparte o mechanikę gry – może być atrakcyjna dla osób 65+ i pomóc w zmniejszeniu problemu odosobnienia i izolacji osób starszych. Interpersonalny element jest kluczowy w przebiegu gier fabularnych. Ich forma w naturalny sposób skłania do poznania innych uczestników i uczestniczek i współpracy z nimi, aby osiągnąć wspólne cele. Dają wymówkę do kontynuowania znajomości między sesjami, razem z dostarczeniem tematu do rozmów. Mały rozmiar grup biorących udział w sesjach jest pomocny dla osób wycofanych, które mają trudności w odnalezieniu się w typowej formie „zajęć grupowych”. W trakcie naszych testów obserwowaliśmy, jak osoby uczestniczące w zajęciach zacieśniały więzi między sobą, przechodziły od opowieści do dialogu, również niezwiązanego z samymi zajęciami. Po zakończeniu testów okazało się, że żadna z grup nie chce przerywać snucia wspólnych historii i wszyscy liczą na kontynuację. Jeśli zanurzycie się ze swoimi uczestnikami i uczestniczkami w to niesamowite doświadczenie, to wierzymy, że i wy tego doświadczycie.





Nasze
doświadczenia
i rekomendacje





1. Jak wyglądały testy innowacji?

Testy innowacji przeprowadziliśmy w okresie między październikiem a grudniem 2022 r. w trzech miejscach:

- Fundacja Metamorfozy w Warszawie. Animatorem był Tomek Piątek.
- Dom dziennego pobytu „Senior +” w Jeleniej Górze. Animatorką była Agnieszka Ejsmont.
- Muzeum Krakowa, oddział Rydlówka w Krakowie. Animatorem był Krzysztof Haczewski.

Zależało nam, aby wybrane przez nas miejsca różniły się między sobą swoją specyfiką. W Jeleniej Górze uczestniczkami i uczestnikami testów były osoby, które znają się i przebywają ze sobą praktycznie codziennie. W Krakowie była to grupa osób, które są beneficjentami oferty kulturalnej muzeum i również się znają. Natomiast w Warszawie osobami uczestniczącymi były panie, które interesują się sztuką i poznały się w większości podczas testów innowacji. Choć nasze zajęcia skierowane były do wszystkich chętnych seniorów, niezależnie od płci, to udział wzięły w nich głównie kobiety w wieku od 60 do 88 roku życia.

Spotkania w ramach testów odbywały się w trybie cotygodniowym, trwały po 2 godziny każde. W każdym miejscu odbyło się ich od 4 do 5. W ich trakcie testowaliśmy cztery scenariusze zajęć, sprawdzając, jak osoby uczestniczące radzą sobie z nimi. Po testach każdego scenariusza wyciągaliśmy wnioski, nanieśliśmy na niego uwagi i poprawiliśmy go. Zmodyfikowane scenariusze stały się materiałem, którym możemy podzielić się z wami – znajdziecie je na stronie [44](#).

Zajęcia rozpoczęliśmy od aktywnego tworzenia prostych historii, opartych na skojarzeniach i własnych interpretacjach symboli i znaków. Następnie, dzięki określonym ramom, stworzyliśmy opowieści, w których wybrzmiewały wątki osobiste bohaterek i bohaterów, takie jak: przyjaźń, marzenia, relacje międzyludzkie i chęć podróżowania. Nasze uczestniczki i nasi uczestnicy odnosili się do własnych doświadczeń i wiedzy na temat otaczającego świata. W ostatniej części testów skupiliśmy się na bardziej rozbudowanych historiach. Użyliśmy metody, która pozwala w niedługim czasie wykreować pełnoprawny świat gry, dzięki czemu kolejne

przygody przy wspólnym stole stawały się jeszcze bardziej ekscytujące i rozwijające.

Podczas każdego spotkania stopniowo wprowadzaliśmy też terminy i pojęcia nowe dla naszych uczestników (np. zasady gry, gry fabularne, karty postaci, sesja RPG, bohaterowie graczy, bohaterowie niezależni, mistrz lub mistrzyni gry). Stop-

niowo również zwiększaliśmy stopień złożoności każdej opowieści, testowaliśmy różne jej konwencje. Jednak najważniejszym aspektem testów było takie przygotowanie i poprowadzenie zajęć, aby zachęcić seniorów do aktywnego tworzenia opowieści i aby czuli się komfortowo w trakcie sesji.



2. Co działa?

● wskazówki organizacyjne ● wskazówki dotyczące prowadzenia

Jest wiele elementów, które mogą sprawić, że w trakcie waszych zajęć osoby przy stole będą czuły się dobrze. Są to zarówno kwestie związane z organizacją spotkań, jak i emocjonalnym bezpieczeństwem i komfortem uczestników i uczestniczek. Poniżej przedstawiliśmy te, które zadziałały w trakcie testów, a najważniejsze z nich rozwinęliśmy w zbiór rekomendacji i sugestii.

spotkania, zostanie wśród osób w nim uczestniczących, buduje tym samym poczucie bezpieczeństwa i może ośmielić uczestników do większej aktywności i kreatywności.

Warto jednak wspomnieć, że w wyjątkowych sytuacjach może sprawdzić się coś zgoła przeciwnego. W domu dziennego pobytu „Senior +” w Jeleniej Górze uczestniczki zajęć zgodziły się na bardziej otwartą przestrzeń, w której pojawiało się regularnie kilka osób przysłuchujących się ich opowieściom. Dzięki temu nowe osoby zgłaszały chęć dołączenia do grupy. Jednak uczestniczki znały mniej lub bardziej osoby, które je obserwowały, były również przyzwyczajone do takiej „publicznej” formuły zajęć w swojej placówce i świadomie się na nią zgodziły.



2.1. Zapewnienie odpowiedniego miejsca zajęć

Najlepiej sprawdza się zaciszne pomieszczenie, które można zamknąć na czas zajęć. Dzięki temu nikt z zewnątrz nie będzie rozpraszał uczestników i uczestniczek, którzy nie będą się również krępowali potencjalną publicznością. Osobna, zamknięta przestrzeń sprzyja poczuciu, że wszystko, co wydarzy się w trakcie

Rekomendujemy więc, aby postarać się zapewnić osobne miejsce, zamykane na czas zajęć dla osób z zewnątrz, a w innym przypadku zawsze pytać uczestników i uczestniczki o zgodę na obecność osób trzecich.

Warto również wziąć pod uwagę to, że miejsce, w którym odbywają się zajęcia, może wpływać na powstające historie. Zwłaszcza, jeśli ma swój charakterystyczny, wyrazisty klimat. Tak wydarzyło się w grupie krakowskiej, która spotykała się w Rydlówce – klasycystycznym dworku, wybudowanym pod koniec XIX w. przez Włodzimierza Tetmajera. Miejsca wymyślane przez uczestników i uczestniczki podczas zajęć często zyskiwały charakterystyczny, dworkowy rys. Zdarzyło się to nawet wtedy, kiedy powstawała historia, która miała oddawać klimat lat 80. W zależności od tego, jakie będzie założenie waszych zajęć, może to być atutem (np. może pomagać uczestnikom i uczestniczkom wczuć się w klimat tworzonej opowieści) lub trudnością. W tym drugim wypadku lepiej świadomie poszukać bardziej neutralnej przestrzeni.



2.2. Zadbanie o odpowiednią wielkość grupy przy stole

Grupa nie powinna liczyć więcej niż 3–5 osób grających przy jednym stole oraz was, jako prowadzących/moderujących grę (w grach fabularnych taką osobę nazywa się mistrzem lub mistrzynią gry). Wynika to przede wszystkim z komfortu uczestników i uczestniczek oraz prowadzącego/prowadzącej. Im więcej osób bierze udział w grze, tym trudniej jest zapanować nad całością. Tym trudniej też

o skupienie się na pojedynczych osobach i zapewnienie każdemu podobnego czasu na aktywność i snucie historii.

2.3. Dbanie o potrzeby uczestników i uczestniczek



Komfort i potrzeby uczestników i uczestniczek to temat znacznie szerszy i ważniejszy niż np. zapewnienie w trakcie zajęć przerwy (choć i to jest istotne dla wygody w trakcie spotkania). Obejmuje on bowiem takie zagadnienia, jak ewentualne potrzeby wynikające z różnych poziomów sprawności fizycznej poszczególnych osób (np. trudności w poruszaniu się, trudności ze wzrokiem lub słuchem), cechy charakteru (np. nadmierna nieśmiałość lub niepewność, albo odwrotnie: potrzeba dominowania sytuacji) czy gotowość lub jej brak wobec poruszania tematów trudnych albo kontrowersyjnych. Przed zajęciami warto zapytać grupę naszych uczestników i uczestniczek o ich potrzeby i przygotować zarówno przestrzeń fizyczną, jak i program samych spotkań – być może trzeba będzie znaleźć salę bardziej dostępną ze względu na trudności z poruszaniem się uczestników, dostosować materiały i pomoce, aby były czytelne również dla osób z trudnościami w widzeniu, czy zapisać w konspekcie zajęć, których tematów należy unikać w trakcie tworzenia historii. O niektóre z nich (np. o tematy, których uczestnicy nie chcą poruszać – piszemy o tym szerzej w punkcie 2.8. na stronie [25](#)) można zapytać na początku zajęć, jednak większość informacji dotyczących potrzeb uczestników i uczestniczek warto zebrać zawnazu, aby odpowiednio przygotować prze-

strzeń oraz ewentualnie zmodyfikować scenariusze zajęć.

Bardziej szczegółowo temat potrzeb uczestników został opisany w publikacji Tomka „Frejtaga” Piątka „Powrót do przeszłości. RPG z dorosłymi 50+. Gry fabularne w działalności instytucji kultury”⁶. Dla waszej wygody załączyliśmy odpowiedni fragment w dodatku „Uważność na potrzeby osób uczestniczących”(na stronie [86](#)).



2.4. Przypominanie o kolejnych spotkaniach

Dzień przed każdymi zajęciami warto przypomnieć o wspólnym spotkaniu. Można to zrobić poprzez SMS do organizatora lub bezpośrednio do uczestników i uczestniczek (jeżeli posiadamy numery ich telefonów). Takie przypomnienie daje też szansę na informację zwrotną, jeśli ktoś nie będzie mógł się zjawić.



2.5. Elastyczność w kontekście rotacji osób na poszczególnych zajęciach

Powinniście przygotować się na rotację uczestniczek i uczestników zajęć, zwłaszcza na początku waszych spotkań. Różne mogą być powody tej rotacji: może okazać się, że niektóre osoby uznają, że takie zajęcia nie są jednak dla nich. Mogą również pojawić się inne trudności, które zmienią skład waszej grupy, np. choroby czy problemy z dojazdem. Czasem również pojawią się nowe osoby, które chciałyby do was dołączyć. Ważne jest, abyście nie tylko wy byli na to przygotowani, ale abyście porozmawiali z uczestnikami

.....

6 T. Piątek „Frejtag”, *Powrót do...*, s. 30.

i uczestniczkami, że takie sytuacje mogą mieć miejsce.

Nieobecność poszczególnych osób nie powinna zaburzać przebiegu zajęć, o ile nie postanowiliście tworzyć dłuższej, spójnej historii, która w założeniu ma się ciągnąć przez kilka spotkań. W takim wypadku wspólnie musicie zastanowić się, co dalej. Niektóre problemy rozwiązuje np. przeprowadzenie zajęć on-line, jeśli oczywiście wszystkie z zainteresowanych osób są na to gotowe i mają odpowiednie zaplecze sprzętowe, a także potrafią obsługiwać wymagane programy. W innych przypadkach może być konieczne zmodyfikowanie waszych planów: zmiana scenariusza konkretnych zajęć, przełożenie spotkania lub – w rzadkich przypadkach – uruchomienie dodatkowego naboru do waszej grupy.

2.6. Dbanie o napoje i niewielki poczęstunek



Projektując różne zajęcia często traktujemy kwestię jedzenia i picia jako drugorzędną. Warto jednak pamiętać, że podczas testów poszczególne zajęcia trwały około 2 godzin, w trakcie których uczestnicy dużo mówili. Niewielki poczęstunek i zapewnienie wody lub ciepłych napojów do picia może znacznie zwiększyć komfort osób uczestniczących w zajęciach. Nierzadko uczestnicy i uczestniczki mogą chcieć sami zadbać o przekąski. W grupach testowych zdarzało się, że przed rozpoczęciem zajęć na stole stawały domowe ciasta i kawa oraz herbata, co było doskonałym pretekstem do krótkich pogawędek i działało jak doskonała rozgrzewka.

Dodatkowo w wypadku naszej innowacji aspekt społeczny i integracyjny był nie do przecenienia. Dlatego wszystko, co sprawiło, że uczestnicy i uczestniczki czuli się dobrze w trakcie spotkań i chcieli na nie wracać, było niezmiernie ważne.



2.7. Ustalenie zasad stołu i wzajemnej komunikacji

Istotne jest zbudowanie w grupie przyjaznej atmosfery, sprzyjającej kreatywności i komunikacji. W tym celu warto rozmawiać z uczestnikami i uczestniczkami i stworzyć wraz z nimi zasady obowiązujące przy stole. Przykładowe zasady stołu znajdziecie na końcu publikacji, w dodatku nr II, na stronie [89](#).

W trakcie rozmowy ważne jest zaznaczenie, że podczas spotkań nie oceniamy się wzajemnie, jesteśmy w stosunku do siebie życzliwi i że czas spędzony wspólnie ma dawać wszystkim radość i rozrywkę. Nie są istotne twarde fakty czy wiedza, ale liczy się wyobraźnia i dobra zabawa. Zarówno wy (jako osoby prowadzące) nie znacie odpowiedzi na wszystkie pytania, jak i osoby uczestniczące nie muszą ich znać. Ważne, żeby wspólnie tworzyć historię, a w momentach, w których coś jest niejasne lub trudne, razem rozwiązywać dylematy. Warto też nieustannie podkreślać, że wszystko, co tworzymy w trakcie zajęć, jest fikcją i ma na celu pobudzić kreatywność i wyobraźnię uczestników i uczestniczek i powinno służyć ich dobrej zabawie. Dlatego nie warto nikogo do niczego zmuszać, tym bardziej, jeśli nie łamie to fundamentalnych zasad związanych z emocjonalnym komfortem i bezpieczeń-

stwem. Jeśli np. ktoś nie lubi się bać, albo źle czuje się w klimatach futurystycznych, to nie ma sensu narzucać mu konwencji horroru czy science fiction (nawet jeśli scenariusz zajęć ją przewiduje!).

2.8. Spisanie listy tematów trudnych i kontrowersyjnych (triggerów) i ustalenie narzędzi bezpieczeństwa



Na początku warto również ustalić listę tematów, których unikamy i zaznaczyć, że jeśli mimo wszystko pojawi się coś, co wywoła w kimś dyskomfort, to po zasygnalizowaniu tego w umówiony wcześniej sposób, grupa wycofuje się z tego tematu i historia zmienia kierunek. Lista taka obejmuje tematy trudne, kontrowersyjne i potencjalnie traumatyzujące. Takimi tematami może być przemoc (fizyczna i/lub psychiczna), krzywdzenie zwierząt, śmierć, wojna, ubóstwo, wypadki komunikacyjne, choroby psychiczne lub choroby przewlekłe, zdrada, religia, polityka, orientacja seksualna i wiele innych. Na taką listę powinny trafić wszystkie tematy, których pojawienie się w trakcie opowieści będzie niekomfortowe i trudne przynajmniej dla jednej z osób uczestniczących w zajęciach.

Jako prowadzący pamiętajcie również, że każda grupa jest inna i ma inne potrzeby, dlatego zarówno ich zasady, jak i listy trudnych tematów mogą się różnić.

Przykład grupy testującej innowację w Krakowie pokazuje, że mogą również zdarzyć się osoby, które świadomie zrezygnują z unikania trudnych tematów. Uczestnicy spotkań w Rydlówce stwierdzili, że choroby, śmierć, zdrady, rozwody

i inne tego typu tematy są częścią życia i dlatego nie chcą ich z góry wykluczać ze swoich opowieści. W tym wypadku takie podejście się sprawdziło, bo uczestnicy i uczestniczki potrafili zachować emocjonalny dystans do trudnych elementów w historiach ich postaci, warto jednak uważnie podchodzić do takich deklaracji. Nie zawsze da się przewidzieć, jak głęboko zajdzie proces immersji u grającej lub grającego i czy w związku z tym trudny temat nie poruszy w nich jakiejś dawnej traumy lub nie skojarzy się z osobistym doświadczeniem, z którym nie mogą sobie poradzić. Czasem nawet sam uczestnik lub uczestniczka nie są w stanie przewidzieć swojej reakcji i wydaje im się, że przecież w „zwykłej grze” dany temat nie będzie w stanie ich emocjonalnie poruszyć. Dlatego lepiej zachęcać uczestników i uczestniczki, aby skupiali się na bardziej neutralnych tematach w swoich opowieściach.

Niekoniecznie wszystkie tematy, które trafią na listę triggerów, muszą być całkowicie usunięte z waszej opowieści. Czasem uczestnicy i uczestniczki nie mają nic przeciwko ogólnikowemu wprowadzeniu danego tematu, ale nie chcą jego plastycznych, szczegółowych i pogłębionych opisów. Mogą np. nie mieć nic przeciwko informacji, że jakiś bohater niezależny był psychicznie chory, ale już opisywanie objawów tej choroby czy szpitala psychiatrycznego może wywoływać w nich psychiczny dyskomfort. Dlatego warto zapytać ich o to, czy dany temat może pojawić się w trakcie opowieści, ale

z konkretnymi ograniczeniami, czy rezygnujecie z niego całkowicie.

Mimo stworzenia listy triggerów zdarza się, że w trakcie zajęć pojawi się jeden z nich, albo pojawi się inny, który nie został w niej opisany, ale wywołał dyskomfort w którejś z osób snujących opowieść. Warto, aby w takiej sytuacji każdy wiedział, że może zareagować i skorzystać z tzw. narzędzi bezpieczeństwa. Podczas sesji gier fabularnych korzysta się z karty z symbolem X, którą w takim momencie wyklada się na stół. W waszym wypadku może to być np. powiedzenie „stop” lub podniesienie ręki. Skorzystanie z takiej możliwości przerywa daną scenę, a osoba przerywająca nie powinna być zmuszana do wyjaśniania, co i dlaczego poczuła.

Po przerwaniu sceny można zrobić jedną z trzech rzeczy (w zależności od tego, co będzie komfortowe dla wszystkich przy stole):

- cofnąć opowieść do momentu przed pojawieniem się problematycznego wątku i poprowadzić ją dalej w taki sposób, aby wątek się nie pojawił;
- przewinąć/przyspieszyć scenę bez pogłębiania trudnego wątku (omijając w ten sposób wszelkie szczegółowe opisy);
- poprosić o chwilę przerwy, aby emocje opadły, a następnie podjąć opowieść w przerwany momencie. Ważne, aby każda osoba przy stole miała zgodę na wybraną opcję.⁷



.....
7 Zob. K. Salejko, *Bezpieczna i włączająca atmosfera podczas rozgrywek RPG*, <https://gryfretajaga.pl/bezpieczna-i-wlaczajaca-atmosfera-podczas-rozgrywek-rpg/>, [dostęp] 28.02.2023.



2.9. Świadome dostosowywanie języka do uczestników i uczestniczek

Warto pamiętać, że osoby, dla których będziemy prowadzić zajęcia, mogą być z innego pokolenia niż my, pochodzić z różnych środowisk, mieć różny poziom wykształcenia i sprawności intelektualnej – sugerujemy więc większą uważność na słowa, jakich używamy.

Nasze słownictwo nie zawsze może być zrozumiałe dla uczestników i uczestniczek, ale też nie warto zakładać z góry, że osoby te będą np. wykluczone cyfrowo lub nie będą się znały na grach fabularnych. Jeśli poczujecie, że jakiś zwrot lub termin (specyficzny, brzmiący obco lub naukowy) może nie być jasny dla wszystkich, to wyjaśnijcie go od razu. Warto też upewniać się co jakiś czas, czy wszystko, o czym mówicie, jest zrozumiałe dla każdego. Z drugiej strony sami również nie bójcie się dopytywać, jeśli nie zrozumiecie czegoś, o czym usłyszycie od uczestników i uczestniczek zajęć. W ten sposób stworzycie przestrzeń, w której uczestnikom będzie łatwiej zadawać pytania. Niejasności, zwłaszcza te nawarstwiające się, prowokują nieporozumienia, błędne interpretacje i niezręczne sytuacje. Dopytywanie, wyjaśnianie i precyzowanie jest istotne w każdym dialogu, nie tylko takim, która odbywa się między osobami reprezentującymi różne pokolenia i środowiska.

Bądźcie też świadomi tego, że język może być albo włączający, albo wykluczający. Nie używajcie słów nacechowanych negatywnie lub niepoważnych, a związanych

z wiekiem (np. staruszek, babcia zamiast senior/seniorka), wykształceniem, ograniczeniami fizycznymi czy intelektualnymi, chorobami, wiarą itd. W swoich wypowiedziach używajcie zarówno form gramatycznych męskich, jak i żeńskich. Przy waszych stołach będą więc nie „uczestnicy”, ale „uczestnicy i uczestniczki”, będziecie pracować z seniorkami i seniorami, a opowiadając o osobach prowadzących gry fabularne pamiętajcie, że są wśród nich nie tylko mistrzowie, ale również mistrzynie gry. Jest to tym bardziej istotne, że w trakcie naszych testów okazało się, że w przeważającej liczbie to kobiety uczestniczyły w zajęciach i były bardziej otwarte na ich nową formę.

2.10. Skupienie na doświadczeniu opowieści, a nie na abstrakcyjnym pojęciu gier fabularnych i sztywnych zasadach



Pojęcie gier fabularnych może być czymś obcym i abstrakcyjnym dla osób uczestniczących w zajęciach. Warto więc wprowadzać je w sposób stopniowy. Na pierwszym spotkaniu skupiliśmy się na pracy ze skojarzeniami i późniejszym ich rozwijaniu w kierunku historii stworzonej z niewielkich, prostych scenek. Osoby uczestniczące w zajęciach miały możliwość odgrywania postaci i dopowiadania dalszych losów bohaterów, nie były zobowiązane do przestrzegania żadnych sztywnych reguł, a prowadzący i prowadząca podążali za pomysłami uczestników i uczestniczek i wspierali ich. Nie tłumaczyliśmy więc na wejściu, czym są gry fabularne, tylko pozwoliliśmy uczestnikom doświadczyć ich istoty. Dzięki temu na drugich zajęciach, kiedy wprowadziliśmy kontekst

związany z grami fabularnymi, uczestnikom i uczestnikom łatwiej było zrozumieć, o czym mówimy.



2.11. Podążanie za uczestnikami i uczestnikami zajęć

Doświadczenie i proces snucia opowieści są ważniejsze niż zasady czy trzymanie się pierwotnych ustaleń – jeśli uczestnicy chcą w trakcie rozwijania historii coś zmienić i wszyscy mają na to zgodę, to wy, jako prowadzący, powinniście za tym pójść. Grupa krakowska Krzysztofa Haczewskiego podczas jednych zajęć wymyśliła na samym początku zakończenie historii, która jeszcze dobrze się nie zaczęła. Nie zmniejszyło to jednak niczyjej aktywności i satysfakcji z rozwijania tej historii.

Warto jednak pamiętać, że podążanie za historią i pomysłami uczestników i uczestniczek, nawet jeśli zmieniają one ustalone wcześniej reguły związane bezpośrednio z tworzoną przez nich opowieścią, to co innego, niż pozwalanie na łamanie zasad stołu. Te ostatnie służą bowiem stworzeniu bezpiecznej i komfortowej przestrzeni, w której każdy będzie czuł się wysłuchany i traktowany poważnie i z szacunkiem, dlatego warto przypominać o nich delikatnie osobom, które je łamią (np. przerywając notorycznie innym). Dla przykładu: jeśli w trakcie opowieści, którą grupa tworzyła w zamyśle jako realistyczną, ktoś chciałby wprowadzić jakieś elementy nadnaturalne, a inne osoby nie mają z tym problemu, to warto pociągnąć historię w tym kierunku. Jeśli zaś jedną z zasad stołu, ustalonych na pierwszych zajęciach, jest to, że w trakcie rozgrywki nie poruszamy tematów związanych z religią, to warto ukrócić

próby wprowadzania ich, odwołując się do tego ustalenia.

2.12. Entuzjazm, zaciekawienie, uważność i aktywne zachęcanie uczestników i uczestniczek do wypowiedzania się



Doświadczenie z naszych testów pokazuje, że na pierwszych zajęciach (a czasem nawet przed nimi!) może pojawić się w nowych osobach niepewność, nieśmiałość, brak wiary w swoje możliwości. Mogą martwić się, czy potrafią wymyślić coś interesującego i sensownego, tym bardziej, jeśli nie miały wcześniej styczności z taką lub podobną formą spędzania czasu („nie mam nic ciekawego do powiedzenia”, „nie umiem wymyślać historii/ładnie opowiadać”). Pojawiały się sygnały mówiące o tym, że termin „teatr” w nazwie innowacji brzmi poważnie i może być onieśmielający („nie umiem odgrywać – nie jestem przecież aktorem”). Warto się na to przygotować i podkreślać już na etapie rekrutowania uczestników i uczestniczek, że każdy może i umie, że nie trzeba żadnych specjalnych umiejętności, aby wziąć udział w spotkaniach, że chodzi w nich o dobrą zabawę i nikt nikogo nie będzie oceniał ani zmuszał do niczego.

Z powodu tej niepewności i onieśmienia aktywne zachęcanie uczestników i uczestniczek do wypowiedzania się, wymyślania różnych wątków, dzielenia się swoimi skojarzeniami i wnoszenia nowych elementów do historii, jest niezmiernie istotne. Warto podkreślać, że nawet jeżeli ktoś nie zna się na konkretnym zagadnieniu czy sprawie, to nie powinien się krępować, bo w trakcie waszych

zajęć to wyobraźnia jest najważniejsza, a nie rzeczywiste umiejętności czy wiedza uczestniczki czy uczestnika. Jeśli np. jego/jej postać musi porozumieć się z inną w języku, którego osoba uczestnicząca w zajęciach nie zna, to nic nie stoi na przeszkodzie, aby uznać, że postać ma taką umiejętność i przeprowadzić rozmowę w języku polskim. Nasze testy pokazały, że często uświadomienie sobie, że odgrywana postać może przekraczać bariery, których uczestniczki i uczestnicy nie mogą (i np. może umieć to, czego oni w rzeczywistości nie umieją), przynosiło im ogromną satysfakcję. Dlatego warto podkreślać podczas prowadzenia zajęć, że w tworzonej wspólnie historii ograniczeniem jest jedynie wyobraźnia.

Agnieszka Ejsmont, prowadząca w grupie w Jeleniej Górze, pomagała swoim uczestniczkom, podając do każdego zadania przykładowe odpowiedzi obejmujące to, co można wymyślić, jak to opisać, czy w jakim kierunku można pójść, zagłębiając się w zadany temat.

Zachęcać do wypowiadania się i wymyślenia nowych elementów opowieści można także poprzez zadawanie pytań uszczegóławiających lub rozwijających to, co już zostało wymyślone. Można też samemu nieco pociągnąć historię, proponując nowe wątki lub rozwijając już te istniejące. Odwoływanie się do doświadczeń i wspomnień osób uczestniczących również może pomóc im wejść głębiej w historię i wzbogacić wspólną opowieść.

Wasza energia, uśmiech, cierpliwość i radość w trakcie zajęć są równie ważne. Osobom starszym bardzo często brakuje tego w codziennym życiu tak samo, jak

kontaktów i spotkań towarzyskich. Dlatego taka postawa może pomóc im się otworzyć, poczuć swobodnie i bezpiecznie. Możecie podkreślać swoje zainteresowanie i otwartość na pomysły uczestników poprzez wzmacnianie pozytywne i stosowanie metod aktywnego słuchania, np. potakiwania, parafrazowania, uważnego patrzenia na osobę mówiącą, reagowania poprzez mówienie „aha”, „o!”, „super!”, „to ciekawe” itp.

Z czasem, kiedy uczestnicy i uczestniczki będą już na to gotowi, możecie zachęcić ich do przejmowania roli mistrza/mistrzyni gry. O tym, w jaki sposób można to zrobić, przeczytacie w dodatku na stronie [41](#).

2.13. Zadbanie o krótką rozgrzewkę na każdych zajęciach



Taka rozgrzewka ma za zadanie integrować i rozluźnić uczestników i uczestniczki, wprowadzić ich łagodnie w rozpoczynające się zajęcia. Nie musicie przygotowywać niczego skomplikowanego: często wystarczy small talk przy krótkim poczęstunku lub zapytanie uczestników, co u nich słychać i jak się czują tego dnia, ale możecie też zaproponować im pracę ze skojarzeniami i/lub sięgnąć po pomoce (np. zdjęcia, karty metaforyczne lub story cubes czyli kości opowieści).

2.14. Używanie pomocy w trakcie zajęć



Możecie sięgnąć po wiele różnych rekwizytów, które wesprą zarówno aktywność uczestników i uczestniczek, jak i pomogą im wczuć się w opowieść, jej klimat

i emocje. Mogą to być np.: zwykłe kości do gry, kości opowieści (story cubes), karty metaforyczne (np. Dixit), zdjęcia (miejsc, osób, emocji itp.), mapy, plany budynków i in.

Każdy z tych rekwizytów może pobudzić kreatywność, ośmielić uczestników i uczestniczki i ułatwić im wypowiedź i tworzenie opowieści, dlatego nie bójcie

się ich używać. Pamiętajcie jednak, że ich rola jest czysto pomocnicza i budowanie całych zajęć w oparciu o ich używanie albo wprowadzanie skomplikowanych lub sztywnych zasad korzystania z nich, może odebrać uczestnikom swobodę wypowiedzi.



3. Co nie działa?

● wskazówki organizacyjne ● wskazówki dotyczące prowadzenia



3.1. Zbyt duża liczba uczestników/uczestniczek

Im więcej osób przy stole, tym gorzej dla jakości rozgrywki. Optymalna ilość to od 3 do 5 osób uczestniczących plus wy, jako prowadzący. Przy większej liczbie może zrobić się zamieszanie – trudniej będzie opanować przebieg spotkania, odpowiednio rozdzielić czas wypowiedzi i odpowiedzieć na potrzeby wszystkich osób przy stole.



3.2. Używanie slangu związanego z grami fabularnymi

Wprowadzanie od samego początku pojęć związanych typowo z grami fabularnymi: mechanika gry, karty postaci, rzuty kośćmi i in. może sprawić, że wasi uczestnicy i uczestniczki poczują się zagubieni i zestresowani. Sugerujemy, żeby jak

najbardziej upraszczać język, którym będziecie się posługiwać, tłumaczyć od razu wszystkie niejasności i upewniać się, czy jesteście dobrze rozumiani. O ile dla osób, które interesują się RPG, te wszystkie nazwy są jasne, o tyle dla tych, które dopiero zaczynają swoją przygodę z grami fabularnymi, jest to świat obco brzmiących słów i może zwiększyć ich wrażenie, że te zajęcia nie są dla nich, że nie poradzą sobie z tworzeniem i opowiadaniem historii.

3.3. Stosowanie złożonych zasad i skomplikowanej mechaniki

Stosowanie od początku mechaniki gry opartej na złożonych zasadach zwiększy tylko niepewność i onieśmienie uczestników i tym samym może ich zniechęcić do spotkań.





Zasady gry wprowadziliśmy na drugich zajęciach i wówczas pojawiła się prosta karta postaci oraz rzuty kością sześciocieczną (k6). Nadal jednak nie były to zasady trudne do zrozumienia. Bazowaliśmy na uniwersalnym systemie Freeform Uniwersal PL, dostępnym za darmo w tym miejscu <https://funtrpg.com/content/fupl>⁸. Bardziej szczegółowo system ten opisaaliśmy we wspomnianej już publikacji „Powrót do przeszłości (...)”⁹. W skrócie można jednak napisać, że mechanika zaczerpnięta z tego systemu wykorzystuje rzut kością sześciocieczną (k6) do określenia, czy działanie zadeklarowane przez osobę grającą powiodło się, czy też nie (parzysta liczba oczek to sukces, a nieparzysta – porażka).

3.4. Ramy historii określone z góry przez prowadzącego/prowadzącą



Osoby starsze miały dużą frajdę z tworzenia własnych wątków i wymyślania rozwiązań na bieżąco. Zmieniały czasem nawet określone przez siebie założenia, jeśli nikt nie miał nic przeciwko i nadal czerpały wiele satysfakcji z dalszego opowiadania i odgrywania historii. Dlatego ponownie sugerujemy, żeby położyć większy akcent na podążanie za ich decyzjami i na większą elastyczność w trakcie prowadzenia zajęć, zamiast wymyślać zamknięte scenariusze lub narzucać gotowe rozwiązania, do których musiałyby się dostosować.



8 T. Misterka, *Freeform Uniwersal PL*, Hieroglif 2019, [dostęp:] 27.02.2023.

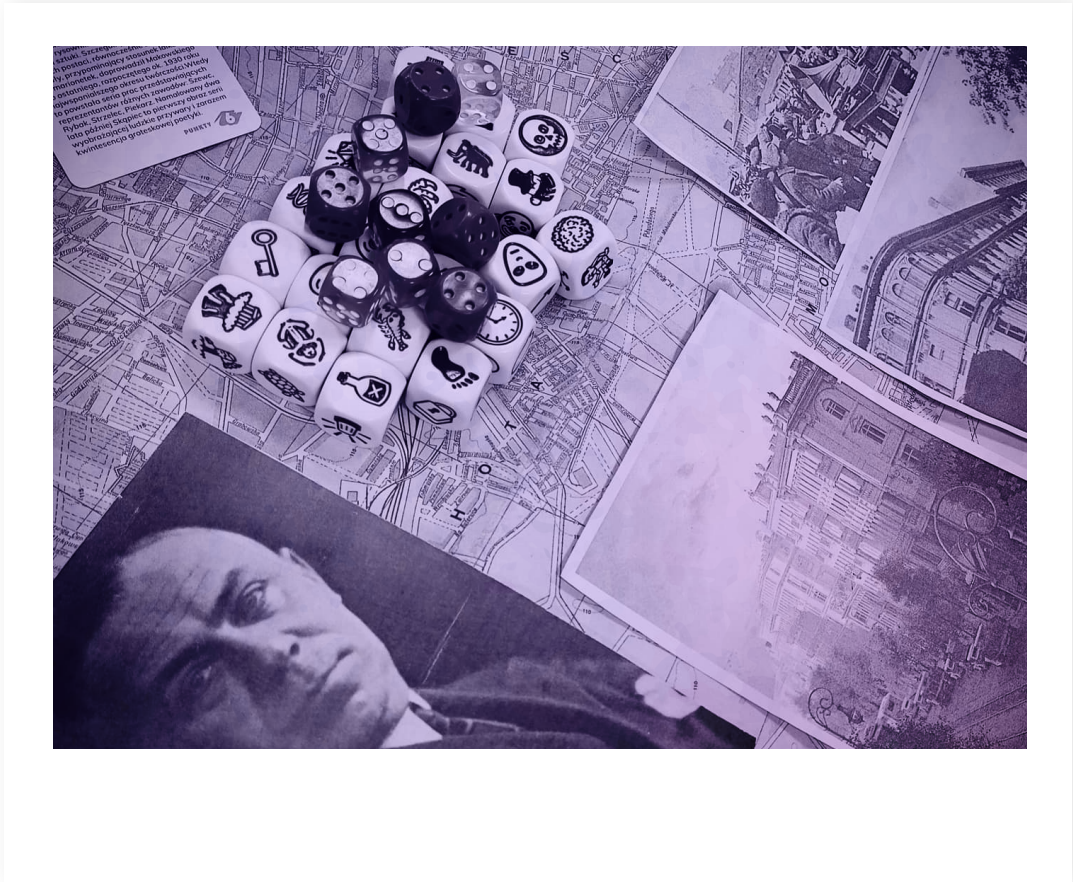
9 T. Piątek Frejtag, *Powrót do...*, dz. cyt., s. 13.



4. Inne obserwacje i wnioski z testów:

- przygotowanie opowieści – tworzenie postaci, świata, ram historii – z perspektywy uczestników i uczestniczek jest tak samo ważne i angażujące, jak sama historia, którą następnie tworzą. Dlatego warto poświęcić temu odpowiednio dużo czasu i nie skracać przygotowań, jeśli sprawiają im przyjemność;
- konwencja realistyczna najczęściej była tą, w której uczestniczki i uczestnicy poruszali się najswobodniej. Dawała im możliwość realizacji swoich marzeń – np. odwiedzenia miast, które chcieli kiedyś odwiedzić, a im się nie udało, uczestniczenia w sytuacjach, których nie doświadczyli na żywo itd.;
- konwencja fantasy rozumiana była najczęściej jako czerpiąca z klimatów baśniowych i klasycznych bajek, nie zaś z literatury fantasy. W skojarzeniach uczestników i uczestniczek było zdecydowanie więcej z „Czerwonego Kapturka” niż z „Władcy pierścieni”. Przygotowując zajęcia w takiej tematyce warto o tym pamiętać, zwłaszcza, jeśli wasze rozumienie konwencji fantasy jest bliższe opowieściom J.R.R. Tolkiena czy A. Sapkowskiego niż baśniom H.C.H. Andersena czy braci Grimm;
- zajęcia i scenariusze nie muszą być skomplikowane. Osoby uczestniczące czerpały wiele satysfakcji z odgrywania zwyczajnych sytuacji i niekoniecznie miały ochotę brać udział w skomplikowanych intrygach czy kryminalnych śledztwach.

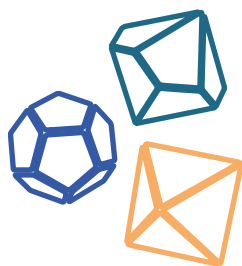






Zaproszenie
do gry

IV



1. Czym są gry fabularne?

Gry fabularne lub RPG (role-playing games) to gry, w których gracze i graczkici wcielają się w wykreowane i opisane na specjalnych kartach postaci. Odgrywając je i podejmując różne decyzje, tworzą wspólną opowieść i popychają grę (i jej fabułę) do przodu. Narratorem opowieści jest mistrz lub mistrzyni gry: opisuje on/ona elementy świata, w którym działają postaci, odgrywa role drugoplanowe i zgodnie z mechaniką danej gry lub zasadami prawdopodobieństwa, opisuje konsekwencje decyzji bohaterów. Rozgrywka może:

- być całkowicie improwizowana lub oparta na gotowym scenariuszu;
- być osadzona w konkretnym, istniejącym już systemie lub autorskim, stworzonym przez MG lub innych graczy i graczkici;
- może przyjąć formę spotkania przy stole (z wykorzystaniem m.in. prawdziwych kości i analogowych materiałów) lub wideokonferencji on-line (z użyciem mikrofonu, kamerki i określonych aplikacji, wspierających wczuwanie się w rozgrywaną historię, korzystanie z kart postaci i określonej mechaniki);

- może zamknąć się na jednym spotkaniu (zwanym sesją) lub rozwijać się przez kilka, kilkanaście lub nawet kilkadziesiąt sesji;
- może toczyć się w dowolnej konwencji (np. realistycznej, historycznej, przygodowej, kryminalnej, fantasy, horroru, science fiction, postapokaliptycznej, cyberpunkowej, pulpowej i in.);
 - może korzystać z różnych mechanik (od najprostszych, w których rzuca się jedynie kością k6, aby sprawdzić, czy działanie postaci zakończyło się sukcesem lub porażką, po dużo bardziej skomplikowane, w których używa się wielu różnych kości, każde działanie może mieć różne konsekwencje, a na jego powodzenie wpływają nie tylko rzuty kośćmi, ale również odpowiednie atrybuty lub współczynniki postaci).

Oficjalnie tworzone gry zawsze posiadają podręczniki, w których opisany jest zarówno świat, jak i mechanika i wyjaśnione jest, w jaki sposób powinna wyglądać rozgrywka (zarówno z punktu widzenia MG, jak i graczy oraz graczek). Powstają również liczne dodatki, przykładowe

scenariusze i pomoce (w tym nastrojowe ścieżki dźwiękowe, wzbogacające doświadczenia na sesji) – nie tylko oficjalne, ale także fanowskie. Najpopularniejsze tytuły mają niezwykle rozbudowane uniwersa, jak i dziesiątki dodatkowych materiałów, w tym grafik, książek, filmów i innych. Jednak tym, co jest najważniej-

sze w grach fabularnych, jest wyobraźnia i uważność na inne osoby przy stole (tym realnym, jak i tym wirtualnym).

Więcej o grach fabularnych, a także ich historii, możecie przeczytać we wspomnianej już publikacji „Powrót do przeszłości (...)”¹⁰.



2. Dlaczego grać z seniorami?

W odpowiedzi chciałoby się przekornie spytać: „A dlaczego nie?”. Przecież każda i każdy z nas posiada w sobie cząstkę kreatywności, którą w odpowiednich warunkach można przekuć w coś konstruktywnego. Granie w RPG z osobami starszymi daje zarówno seniorom, jak i prowadzącym, wiele satysfakcji, dostarcza nowych doświadczeń, a przede wszystkim daje możliwość spotkania się w przyjaznym gronie. W trakcie tych spotkań wiek staje się tylko metryką, bo dzięki zaangażowaniu w dialog i w samą rozgrywkę wszyscy mamy szansę przeżywać przygody, cieszyć się oraz dzielić refleksjami i życiowym doświadczeniem. To nie wiek jest tutaj ograniczeniem, tylko nasze własne uprzedzenia.

Innowacja „Teatr przy stole” i niniejsza publikacja nigdy by nie powstały, gdyby kilka lat temu w głowie Tomka Piątka nie

urodził się pomysł na zagranie w RPG z osobami starszymi. Początkowo były to osoby w wieku 50 i 60 lat, a następnie starsze. Tomek wspomina, że był pełen obaw, czy na pewno podoła. Czy wspólne spotkania przy grach będą jednocześnie interesujące i angażujące dla osób starszych? Czy on sam będzie miał wystarczająco dużo cierpliwości, spokoju i chęci? Szybko przyszło zrozumienie, że największym ograniczeniem w kwestii prowadzenia gier fabularnych seniorom są popularne stereotypy na temat starości. Zwykle mówi się o niej w kategoriach smutku, samotności, niedołążności i demencji, a ludzi starszych określa jako „trudnych”. Jak więc traktować osobę starszą, napiętnowaną takimi etykietami przez społeczeństwo, jako partnera czy partnerkę w jakiegokolwiek formie aktywności, która ma dostarczać radości i rozrywki zarówno uczestnikom/-czkom, jak

.....

¹⁰ T. Piątek Frejtag, *Powrót do...*, dz. cyt., s. 11.



i prowadzącemu/-ej? Z takim myśleniem może się to nie udać jeszcze przed podjęciem pierwszej próby.

Jedynie dążenie do wzniesienia się ponad własne stereotypy i uprzedzenia pozwala zrobić ten pierwszy krok i zaprosić osoby starsze do wspólnej gry. Bezpośredni kontakt z ludźmi z krwi i kości daje szansę, aby na nowo zdefiniować nasze wyobrażenia i podejście do seniorów i senierek. Okazuje się wtedy, że każda z tych osób ma swoją złożoną tożsamość, a wiek, zdrowie czy pochodzenie są jedynie pojedynczymi elementami tej tożsamości. Tak samo jak osoby z niepełnosprawnościami nie są definiowane wyłącznie przez wzgląd na swoją sprawność, a osoby czarnoskóre przez wzgląd na kolor skóry, tak osób starszych nie określa wyłącznie wiek. Przygotowując się do prowadzenia seniorom, zwłaszcza jeśli jesteś osobą bardzo młodą, warto szukać podobieństw, na których można budować zarówno porozumienie i dialog, jak i historie przy stole do gry. Każda osoba ma wspomnienia, doświadczenia oraz umiejętności, wie co lubi, a czego nie – i to powinno być punktem wyjścia do rozmowy.

Według badań psychologów i geriatrów nie ma kogoś takiego jak „typowy starszy człowiek”, a starość jest procesem. Z wiekiem stopniowo zmieniają się możliwości każdego człowieka, pewne jego cechy ulegają wzmocnieniu, inne osł-

11 Źródło: <https://www.who.int/news-room/photo-story/photo-story-detail/ageing-and-life-course>, [dostęp:] 20.03.2023r.

12 Informacje przytoczone za: *Projektowanie starości: notatnik Refleksje, inspiracje, wiedza*, pod red. U. Engelmayer, Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”, Warszawa 2023. Publikacja jest częścią kursu Projektowanie starości, realizowanego przez Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e”.

13 Źródło: <https://platform.who.int/data/maternal-newborn-child-adolescent-ageing/ageing-data>, [dostęp:] 20.03.2023r.

bieniu, ale nie powstają nowe, ani tym bardziej „typowe jedynie dla seniorów”. Starzenie się jest bardzo zróżnicowane w zależności od wielu czynników: społecznych, geograficznych, politycznych.¹¹ Tym bardziej niewłaściwe i krzywdzące wydaje się etykietowanie osób starszych i sprawdzanie charakterystyki całej grupy do kilku negatywnych określeń w stylu: zniedołężniali, zdziecinniali, zdziwaczali czy zależni od innych. Zwłaszcza, że grupa ta jest liczna i wszelkie szacunki pokazują, że z czasem będzie coraz liczniejsza – społeczeństwo nie tylko w Polsce, ale i w całej Europie starzeje się.¹²

Według Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) przyjmuje się, że każda osoba, która ukończyła sześćdziesiąty rok życia uważana jest za osobę starszą. Starzenie się dotyczy ludzi w różnym wieku:

- wiek podeszły (wczesna starość): 60–75 lat;
- wiek starczy (późna starość): 75–90 lat;
- wiek sędziwy (długowieczność): 90+ lat.

Szacuje się, że do roku 2030 w Europie aż 24% ludności będą stanowiły osoby w wieku 65+ (wobec 12% w 1990). Zaś w Polsce do 2050 r. osiągniemy jeden z najwyższych współczynników starości w Europie, przewyższający 30% (przy ponad 15% osób 65+ w roku 2023).¹³

W obliczu tych danych nie trudno zrozumieć konieczność szukania nowych

form aktywizacji i integracji osób starszych, przeciwdziałania ich społecznej izolacji i walki z krzywdzącymi stereotypami dotyczącymi starości. Wierzymy, że wykorzystywanie gier fabularnych lub ich elementów w pracy z osobami starszymi może w tym pomóc – zwłaszcza, że RPG kojarzą się głównie jako rozrywka osób młodych, dzięki czemu mogą zmienić sposób postrzegania osób starszych, które odważą się zagrać.



Główne potrzeby osób starszych (ujęte w kontekście ich uczestnictwa w kulturze), przytoczone w publikacji „Seniorzy zależni jako uczestnicy kultury. Użyteczny poradnik”¹⁴, to:

- potrzeba bliskości, walka z osamotnieniem;
- potrzeba włączania/przywracania do wspólnotowego życia;
- potrzeba współtworzenia i bycia docenionym;
- potrzeba towarzyskości;
- potrzeba utrzymywania relacji z przedstawicielami innych, także młodszych, pokoleń.¹⁵

Nasze dotychczasowe doświadczenia i testy innowacji wykazały, że wymienione tutaj potrzeby są zbieżne z potrzebami uczestniczek i uczestników naszych zajęć. Seniorzy, tak jak ludzie w każdym wieku, mają potrzebę bycia częścią jakiejś wspólnoty, podtrzymywania więzi społecznych, bycia zauważonym i zrozu-

mianym, współdoświadczenia, a także zabawy i odpoczynku. Jak dowodziliśmy we wstępie do rozdziału „Siła opowieści” (na stronie 14), gry fabularne i wspólne tworzenie i snucie historii mają ogromny potencjał zaspokajania tych potrzeb.

Gdyby powyższe informacje nie były wystarczającą odpowiedzią na pytanie, dlaczego warto proponować seniorom zajęcia oparte o gry fabularne, to przytoczymy jeszcze jeden argument. Wielokrotnie podkreślaliśmy, że wspólne tworzenie historii pozwala czerpać z własnych doświadczeń i wspomnień. Z wiekiem coraz bardziej umacnia się w człowieku postawa retrospektywna¹⁶, czyli tendencja do częstego powracania do wspomnień. Jak pokazały nasze testy, spotkania przy grach RPG pozwalają na swobodne czerpanie z przeszłości i własnych przeżyć. Zachęcanie seniorów do powracania w myślach do dobrych chwil i wspomnień i do włączania ich fragmentów w tworzone historie, może pomóc budować „kapitał dobrych wspomnień”¹⁷, który procentuje, wzmacniając poczucie bezpieczeństwa i własnej wartości osób starszych. Jest to o tyle istotne, że z wiekiem i jedno i drugie ma tendencję do słabnięcia. Obniża się też poziom zaufania do własnych umiejętności, a wspólne tworzenie ciekawych historii i odnoszenie sukcesów w rozwiązywaniu trudności i zadań stawianych przez grę, może podnosić wiarę we własną kreatywność, inteligencję oraz inne zdolności.

14 *Seniorzy zależni jako uczestnicy kultury. Użyteczny poradnik*, pod red. B. Lisa, Centrum Kultury ZAMEK, Poznań 2019, https://ps.ckzamek.pl/media/files/CPE_-_uzyteczny_poradnik.pdf, [dostęp:] 10 marca 2023 r.

15 Szersze omówienie tych potrzeb znajduje się w dz. cyt. na stronach 16–17.

16 *Człowiek chory i umierający. Możliwości wsparcia i formy pomocy*, pod red. J. Stali, Wydawnictwo Naukowe URPJPII, Kraków 2014, s. 267.

17 Termin ten zaczerpnięty został z wykładu *Integracja, pojęcie starości* dr Magdaleny Rosochackiej-Gmitrzak, socjolożki związanej z ISNS UW oraz członkini Zarządu Towarzystwa Inicjatyw Twórczych „e”.



3. Jak zaprosić osoby starsze do wspólnej gry?

Nie raz słyszeliśmy od osób grających w gry fabularne, że chciałyby, aby ich rodzice czy dziadkowie chociaż raz spróbowali zagrać razem z nimi. Jednak dla starszych pokoleń największą przeszkodą był zwykle dość wysoki próg wejścia w tę formę rozrywki. Jak wynika z naszych rozmów z osobami starszymi, stwierdzenia takie jak: „zagrajmy w grę”, „wcielanie się w postać”, „podręcznik do gry fabularnej”, „mechanika/zasady gry”, „świat gry” bywają na tyle onieśmielające, że seniorki i seniorzy nie decydują się na wspólną rozgrywkę. Dzięki dotychczasowym doświadczeniom wiemy, że zdecydowanie bardziej przemawia do tych osób stwierdzenie, że te zajęcia będą rodzajem treningu pamięci i umysłu, w trakcie którego będą rozmawiać ze sobą i z prowadzącą/-ym, snując wspólną opowieść.

Ponadto słowo „gra” może im się negatywnie kojarzyć z rywalizacją, a w rzeczywistości w trakcie spotkań będą przede wszystkim współpracować ze sobą na rzecz stworzenia ciekawej i angażującej historii. Warto więc, zapraszając seniorów na takie zajęcia, podkreślać ten aspekt współpracy, kooperacji i dialogu. Czy to oznacza, że gry fabularne całko-

wicie pozbawione są rywalizacji? Oczywiście, że nie, ale zachęcamy, aby rozważyć wprowadzenie do fabuły tego typu wątków dopiero wtedy, kiedy graczy i graczki choć trochę się poznają i spędzą ze sobą kilka spotkań.

Wiemy już zatem, w jaki sposób opowiadać osobom starszym o grach fabularnych, ale jak do nich dotrzeć i zaprosić do wspólnej zabawy? Poniżej dzielimy się kilkoma wskazówkami:

- **Kiedy jesteś osobą działającą z seniorami**

W tym przypadku masz ułatwione zadanie. Gry fabularne mogą być po prostu kolejną metodą, którą wykorzystasz w swojej codziennej pracy. Jesteś osobą, którą seniorzy i seniorki znają i zachęcenie ich do spróbowania nowej formy aktywności powinno być stosunkowo proste.

- **Znajdź miejsce, gdzie spotykają się osoby starsze**

- Tym miejscem może być instytucja kultury (dom kultury, biblioteka, muzeum), organizacja pozarządowa (np. koło gospodyń wiejskich, stowarzyszenie, fundacja), klub osiedlowy, MAL (miejsce aktywności lokalnej), dom

opieki dziennej itp. Kiedy masz już zlokalizowane miejsce i wiesz, kto i kiedy się w nim spotyka, to kolejnym krokiem jest rozmowa z osobą zarządzającą lub opiekującą się miejscem i zaproponowanie nowej formy aktywności dla seniorów.

- **Spróbuj dotrzeć bezpośrednio przez seniorkę lub seniora**

Spróbuj zlokalizować w swoim bliskim otoczeniu osobę starszą, która bierze udział w różnego rodzaju aktywnościach. Przedstaw jej swój pomysł, zaproś ją do współpracy i poproś o wsparcie w dotarciu do jej rówieśników, którzy mogą być zainteresowani taką formą spędzania czasu.

- **Wykorzystaj lokalne media**

- Jeżeli masz dogadane miejsce lub posiadasz własne, to dobrym pomysłem może być poinformowanie potencjalnych uczestników twoich zajęć o spotkaniach z grammi fabularnymi za pomocą lokalnych mediów. Możesz np.:
 - dać ogłoszenie w lokalnej kablówce lub prasie drukowanej,
 - napisać na sąsiedzkie grupy na Facebooku,
 - rozwiesić plakaty i rozłożyć ulotki w miejscach, gdzie zwykle bywają seniorzy.
- Koniecznie zwróć uwagę na to, jak sformułowana jest twoja informacja. Powinna być:
 - krótka,
 - czytelna,
 - napisana prostym, zrozumiałym dla wszystkich językiem.

Ponadto zwróć uwagę na rozmiar czcionki (nie może być zbyt mały) oraz wybierz

jasne tło, bez niepotrzebnych ozdób (lub zapewnij mocny kontrast między kolorem tła i tekstu). Poniżej wklejamy treść przykładowej informacji:

Bezpłatna oferta dla osób w wieku 65+

Teatr przy stole

Przyjdź na bezpłatne zajęcia, a spędzimy miło czas przy snuciu wspólnej opowieści. W trakcie spotkania będziesz wpływać na kształt historii, decydując o tym, jak potoczą się losy bohaterów.

Zajęcia są przyjemną formą treningu pamięci i umysłu.

*Data, miejsce, godzina rozpoczęcia i zakończenia, nazwisko osoby prowadzącej i informacja o sposobie zgłoszeń**

*sugerujemy, aby zgłoszenia były zbierane telefonicznie lub w miejscu spotkań.

Wskazówka – seniorzy o zajęciach:

Obejrzyj ten materiał wideo – dzięki niemu dowiesz się, co takie zajęcia dają osobom starszym. Wiedza ta posłuży ci przy zachęcaniu innych do organizacji takich spotkań lub zapraszaniu na nie.

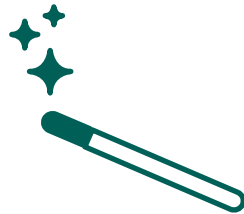
Wskazówka – dalsze promowanie spotkań

Załóżmy, że jesteś już po kolejnym spotkaniu z seniorami i seniorkami. Grupa się krystalizuje, masz pozytywną informację zwrotną od uczestników i czujesz, że wszystko idzie w dobrym kierunku. To dobry moment, aby kontynuować promocję zajęć – pomoże ci ona w przypadku, gdyby trzeba było przeprowadzić dodatkową rekrutację do grupy, albo gdyby



pojawiła się możliwość stworzenia nowej, kontynuowania twoich zajęć lub uruchomienia ich w innym miejscu. W ramach promocji możesz napisać o tych spotkaniach w mediach lokalnych lub social mediach, dołączając do materiału zdjęcia lub wideo. Zanim jednak to zrobisz, musisz pamiętać o jednej, kluczowej sprawie – pisemnej zgodzie twoich uczestników i uczestniczek. Nie możesz bez niej

publikować ich wizerunku. W tym celu zwróć się do instytucji lub organizacji, gdzie organizujesz spotkania lub skorzystaj ze wzoru zamieszczonego przez nas w „Dodatku III.” na stronie [90](#). Wszystko po to, aby nikt w przyszłości nie zarzucił ci, że jego wizerunek pojawił się w internecie bez jego zgody i nie pociągnął cię do odpowiedzialności prawnej.¹⁸



4. Rola osoby prowadzącej – mistrzyni lub mistrz gry

Jak już wspomnieliśmy w punkcie 1. tego rozdziału, osobą prowadzącą grę fabularną jest narrator, inaczej zwany mistrzem lub mistrzynią gry (MG). Do zadań MG należy:

- opisywanie świata, w którym żyją postacie;
- odgrywanie ról drugoplanowych (tzw. bohaterów niezależnych, czyli BN);
- opisywanie konsekwencji decyzji bohaterów (w zależności od ustaleń początkowych konsekwencje określa się albo zgodnie z mechaniką danej gry, albo zgod-

- nie z zasadami prawdopodobieństwa);
 - pilnowanie zasad stołu ustalonych z graczami i graczkami;
 - czuwanie nad tym, aby w rozgrywce nie pojawiały się tematy z listy triggerów (tematów trudnych i kontrowersyjnych);
 - troszczenie się o to, aby każda osoba przy stole czuła się komfortowo i bezpiecznie i miała odpowiednią (i podobną do innych) ilość czasu na wypowiedź.
- Zachęcamy każdą osobę, niezależnie od tego czy wcześniej brała udział w podobnej formie spędzania czasu wolnego, czy

18 Jeśli chcesz dowiedzieć się więcej o tym, na co warto zwracać uwagę przy prowadzeniu i graniu w gry fabularne, to zapoznaj się na YouTube z cyklem krótkich materiałów wideo [Warsztat Frejtaga](#).

też jest to dla niej zupełnie nowa sytuacja, do tego, aby wcieliła się w rolę mistrza/ mistrzyni gry. W poniższej publikacji zawarliśmy wskazówki oraz scenariusze zajęć, które jako osoba prowadząca będziesz mógł/mogła wykorzystać. Przejdźmy zatem do wskazówek:

- **Zapoznaj się ze scenariuszami zajęć oraz materiałami wideo**

W rozdziale „V. Scenariusze” zawarliśmy szczegółowy opis czterech scenariuszy. Najlepiej wydrukuj je sobie, przeczytaj uważnie i sporządź notatki. Zanim przeprowadzisz na ich podstawie zajęcia z udziałem seniorów, cenne może być ich przećwiczenie na twoich bliskich. Ponadto zachęcamy cię do obejrzenia materiałów wideo (linki znajdują się na stronie [84](#)), w których omawiamy każdy z nich, dzielimy się doświadczeniem, a także prezentujemy nagrania z zajęć z seniorami (poprowadzonych na podstawie pierwszego scenariusza). Oprócz tego możesz obejrzeć rozmowy z uczestniczkami i uczestnikami oraz osobami testującymi naszą innowację i usłyszeć m.in. o tym, co wartościowego znaleźli dla siebie w tej metodzie.

- **Bądź otwarta lub otwarty na nowe doświadczenie**

Szybko zrozumiesz, że niemal wszystko może być inspiracją i początkiem dobrej przygody. Staraj się być otwartą i otwartym na propozycje swoich uczestniczek i uczestników – aktywne osoby, dyskutujące i inspirujące się wzajemnie, to tak naprawdę studnia pomysłów bez dna. Podążaj za ich wyobraźnią i kreatywnością, ale też – jak przystało na reży-

sera/-kę – staraj się trzymać wszystko w określonych ramach. Mogą nimi być m.in. czas trwania zajęć, zasady stołu czy choćby schemat budowania opowieści.

- **Świadomie zarządzaj czasem w grze**

Staraj się dzielić czas zajęć po równo na każdą osobę przy stole. Zachęcaj te mniej aktywne do wypowiedzi, a te zbyt dominujące do dopuszczania innych do głosu. Takie podejście sprawi, że twoi gracze oraz graczyki będą czuli się ważni, a ty nie będziesz nikogo faworyzować. Kiedy będzie brakowało decyzji po stronie gracza/graczyki, możesz przejść do kolejnej osoby, dopytać, co inni myślą, jak można zachować się w takiej sytuacji fabularnej. Później jednak wróć do osoby, która nie wiedziała, jak ma zareagować i zapytaj, o czym myśli jej postać lub co będzie chciała zrobić w tej sytuacji. To sprawi, że wszystkie osoby będą czuły się jednakowo włączone do gry i nie będą się nudziły, czekając zbyt długo na swoją kolej. Ważne, aby każda osoba miała szansę się wypowiedzieć.

- **Odgrywaj postacie i pozwól odgrywać innym**

Pamiętaj, że gry fabularne to taki specyficzny i uproszczony teatr przy stole i każda oraz każdy mają prawo do odgrywania swoich postaci tak, jak chcą i jak potrafią. Nie oceniaj tego, jak to robią, tylko podkreślaj ich odwagę w odgrywaniu. Dzięki temu na kolejnych zajęciach będą śmielej wcielać się w swoje postaci. Ty także nie bój się odgrywać bohaterów niezależnych (BN), czyli takich,

których twoi gracze i graczkę spotykają na swojej drodze. Jeżeli tylko chcesz, możesz użyczyć im charakterystycznego sposobu mówienia, osobistej motywacji i określonego nastawienia wobec postaci graczy i graczek. Odgrywając BN, spróbuj przemawiać w pierwszej osobie i do tego samego zachęcaj graczkę i graczy odgrywających swoje bohaterki i swoich bohaterów. Dzięki temu wasza gra może być jeszcze przyjemniejszym doświadczeniem, przynoszącym sporo emocji, radości i uśmiechu.

- **Zrelaksuj się i nie przejmuj się błędami**
Pamiętaj, że nikt nie jest nieomylny i nie ma osób, które za pierwszym razem wiedzą dokładnie co i jak zrobić. Wszyscy – i ty, i twoi gracze – potrzebujecie nabrać doświadczenia we współwo-

zeniu historii, odgrywaniu postaci czy prowadzeniu takich spotkań. Jeżeli czegoś nie będziesz wiedzieć, zatniesz się lub zawstydzisz – nie przejmuj się i nie ukrywaj tego. Zwróć się wtedy do swoich graczek i graczy. Możesz ich zapytać, jak dana rzecz się nazywa lub wygląda, co mogło się wydarzyć. Odwołaj się do ich wiedzy, doświadczenia lub pomysłowości. Zwróć też uwagę na to, że pomiędzy tobą a twoimi graczami może być duża różnica wieku, co może przełożyć się na treść zarówno z twojej, jak i z ich strony. Bądźcie dla siebie wspierający, wzajemnie tłumaczcie słowa i rzeczy, których nie znacie i pomagajcie sobie w chwilach zagubienia.





V



W tym rozdziale prezentujemy cztery scenariusze, dzięki którym wraz z seniorami stworzycie wspólne opowieści przy stole. Przed skorzystaniem z nich odsyłamy cię do materiałów dodatkowych, które stworzyliśmy w ramach innowacji. Materiały te pomogą ci jeszcze lepiej przygotować się do rozgrywki z osobami 65+, niezależnie od tego, czy masz doświadczenie w graniu w gry fabularne, czy nie:

1. [Model współpracy](#)
2. [Omówienie przewodnika](#)
3. [Omówienie modelu współpracy](#)
4. [Omówienie scenariuszy](#)
5. [Jak zacząć prowadzić gry RPG seniorom?](#)
6. [Sesja RPG z seniorami](#)
7. [Rozmowa z seniorami o tym, co dają im gry fabularne](#)
8. Grupa na Facebooku „[Zagrajmy w RPG z osobami w wieku 65+](#)”, gdzie dzielimy się doświadczeniami i pomagamy sobie wzajemnie.

Scenariusze zostały pomyślane w taki sposób, żeby się dobrze uzupełniały i pozwoliły przeprowadzić pełen cykl zajęć,

jednak każdy z nich może również zostać z powodzeniem wykorzystany samodzielnie.

Każdy ze scenariuszy ma określony stopień zaawansowania. Może być tak, że wykorzystasz tylko pierwszy i drugi, albo jeden z nich. Ale jeżeli ty i twoi uczestnicy będziecie chcieli tworzyć jeszcze bardziej złożone i bogate historie, to sięgniecie po trzeci i czwarty scenariusz. Dzięki temu będziecie mogli przeżyć jeszcze wiele spotkań pełnych radości i dobrej zabawy.

Scenariusze rozpisane są według następującego schematu:

- Krótki opis.
- Czas trwania.
- Co będzie potrzebne.
- Liczba osób grających w jednej grupie.
- Forma pracy.
- Krótka charakterystyka.
- Opis zajęć krok po kroku.

PAMIĘTAJ: zanim przejdziecie do rozgrywania scenariuszy, poświęćcie przynajmniej część zajęć na spisanie zasad stołu i stworzenie listy tematów trudnych i kontrowersyjnych. Więcej na ten temat przeczytasz na stronie [25](#) niniejszej publikacji.



Zabawa w teatr

scenariusz nr 1

Krótki opis

Dzięki poniższemu scenariuszowi zapoznasz swoich uczestników i uczestniczki z grami fabularnymi. Zaprosisz ich do stworzenia w czasie rzeczywistym wspólnej historii i odgrywania postaci, które w grach RPG nazywamy Bohaterami Graczy/Graczek (BG). Ta krótka forma zabawy rozwija wyobraźnię, poprawia pamięć i wpływa na integrację przy wspólnym stole.

Gry fabularne stymulują intelektualnie i zachęcają do aktywnego uczestnictwa.

- Zajęcia oparte na grach fabularnych zawierają elementy storytellingu: wczuwanie się w postać, wspólne snucie opowieści i tworzenie świata/scenerii, w której ta opowieść się dzieje. Mają więc ogromny potencjał angażujący uczestników i uczestniczki.
- Elementy losowe sprawiają, że rozgrywka jest ciekawsza, bardziej emocjonująca i jeszcze mocniej angażuje osoby przy stole.
- Wspólne przeżywanie tworzonej historii i rozwiązywanie pojawiających się zadań lub trudności wymaga współpracy graczy oraz graczek i wzmacnia tworzące się między nimi relacje.



Czas trwania:

45 min–2 godz.



Co będzie potrzebne:

- długopisy/ołówki
- kartki A4
- taśma papierowa (do przyklejenia imion postaci/graczy)
- karty metaforyczne (np. [wydrukowane z internetu](https://print-and-play.asmodee.fun/en/game/dixit) lub Dixit¹⁹).



Liczba osób grających w jednej grupie:

3–5 os.

.....
¹⁹ Wydawca gry Dixit umożliwił darmowe pobranie kart do druku: <https://print-and-play.asmodee.fun/en/game/dixit>

Forma pracy

Jako osoba prowadząca (czyli mistrz lub mistrzyni gry – MG) będziesz prowadzić/moderować dyskusję pomiędzy graczami i graczkami, wspomagać ich w tworzeniu opowieści i reagować na ich decyzje w grze. Oni zaś będą odgrywać swoje postaci i/lub opisywać ich działania i w ten sposób współtworzyć historię opartą na skojarzeniach i nawiązaniach do rzeczy, które znają z różnych tekstów kultury (np. filmu, literatury, teatru), posiłkując się również swoimi doświadczeniami i wspomnieniami.

Krótką charakterystyka

Scenariusz czerpie pełnymi garściami z najprostszej metody wspólnego opowiadania historii, gdzie jedna osoba zaczyna opisywać, co widzi oraz co robi jej postać, a kolejne dokładają swoje elementy, tworząc w ten sposób spójną całość. Jako osoba prowadząca, pomożesz uczestnikom i uczestniczkom stworzyć ramy historii, zadając pytania pomocnicze (podane w punkcie III. Współtworzymy historię). Z odpowiedzi stworzysz krótkie wprowadzenie, a następnie przekażesz narrację graczce lub graczowi. Ważne, abyś jako MG dopytywał/-ła, co robią i jak zachowują się poszczególni BG. Stawiaj przed nimi różnego rodzaju wyzwania (np. powiedz, że ktoś w historii potrzebuje pomocy lub wyjaśnij im, że cała ich grupa jest częścią wyprawy do tajemniczego miejsca). Śmiało też używaj języka filmowego (np. „Kamera zwraca się w twoim kierunku”. Możesz w tym momencie złożyć ręce, jakbyś trzymał/-a kamerę i skierować ją na konkretnego gracza, pytając jednocześnie: „A co ty robisz w tej sytuacji?”). Każde zadane przez ciebie pytanie powinno służyć temu, aby zwrócić uwagę na konkretnego BG i/lub zachęcić wszystkie osoby do interakcji.



Opis zajęć krok po kroku

Wstęp

1. Jako osoba prowadząca wyjaśnij, na czym będą polegały zajęcia. Jeśli to twoje pierwsze zajęcia z grupą: przedstaw się i powiedz kilka słów o sobie.

Co będziecie robić?

Podczas zajęć wspólnie będziecie opowiadać historie. Taką formę spędzania czasu można porównać do czytania książki, gdzie bohaterami są same osoby czytające. To one dokonują wyborów, decydują, w jakim kierunku pójdzie ich postać oraz co zrobią wspólnie w tej historii.

2. Zachęć osoby uczestniczące w zajęciach do przedstawienia się i wyjawienia, jakie historie lubią w książkach/filmach/serialach/sztuce? Co sprawia, że przyciągają one ich uwagę? Możesz również zapytać, czy słyszały wcześniej o grach fabularnych lub grały w nie i jeżeli tak, to zachęć, żeby opowiedziały, co wiedzą na ten temat.

Skojarzenia

Zanim przejdziecie do tworzenia historii, zrób małą rozgrzewkę, dzięki której gracze i gracze będą mogli osadzić się w grze.

1. Rozłóż karty metaforyczne lub karty Dixit i poproś, żeby każda osoba wybrała sobie jedną lub dwie karty, które przyciągają ich uwagę lub które w jakiś sposób wydają im się intrygujące/ciekawe.
2. Kiedy wszyscy wybiorą już swoje karty, poproś, żeby każdy zastanowił się, co przedstawiają te ilustracje/zdjęcia. W kolejnym kroku każda osoba opowiada innym, co znajduje się na jej kartach. Nie ma tutaj złych odpowiedzi – każda jest dobra.
3. Zapytaj każdą osobę, jak czuła się podczas opisywania tego, co znajduje się na kartach.
 - Czy przywołało to w niej jakieś emocje, wspomnienia, obrazy w głowie?
 - Czy łatwo było jej zinterpretować to, co zobaczyła na kartach?
 - Czy było to dla niej wyzwaniem?

Współtworzymy historię

Po rozgrzewce przechodźcie do części właściwej scenariusza, czyli zaczynacie wymyślać wspólną historię, dodając do niej kolejne elementy i decydujecie, jaką rolę odgrywają w niej postacie graczek i graczy.

1. Wyjaśnij, że kolejnym krokiem będzie wspólne stworzenie historii, opartej na trzech elementach:

- a. miejscu;
- b. bohaterach;
- c. wydarzeniu zawiązującym akcję.

Poinformuj, że historia może bazować na skojarzeniach, które pojawiły się na kartach wybranych przez graczy i graczki podczas rozgrzewki. Zaczynaj po kolei zadawać poniższe pytania i jednocześnie notuj na kartce to, co pojawia się w wypowiedziach graczy i graczek.

Pytania MG:

- a. Gdzie dzieje się nasza historia? Opiszcie to miejsce.
 - Czy to miejsce na zewnątrz budynku? W środku jakiejś budowli?
 - To miejsce egzotyczne, fantastyczne czy realne?
- b. Kogo widzimy w tej historii, czyli kim są nasi bohaterowie?
 - To osoby młode, starsze, w średnim wieku?
 - Jakiej płci, co je charakteryzuje?
 - Czy wśród nich są tylko ludzie, czy może też jakieś zwierzęta? A może te osoby to bohaterowie książki lub bajki?
 - Kim są, co lubią?
 - Dlaczego się tutaj znalazły?
- c. Aby historia była angażująca, powinna być zbudowana wokół jakiejś sytuacji. Co to za wydarzenie?
 - Czy jest związane z warunkami atmosferycznymi, czy wpływem człowieka? A może czegoś zupełnie innego?
 - W jaki sposób spleta losy wszystkich bohaterów i bohatererek, którzy pojawiają się w tej historii?
 - Jak na nich wpływa: dobrze czy źle? Jakie ma dla nich znaczenie?

Zapisz odpowiedzi na powyższe pytania. Możesz to zrobić na kartce A4, dzieląc ją na trzy kolumny (miejsce, bohaterowie, wydarzenie) i tam, w punktach pod każdym z zagadnień, zapisuj pomysły graczy i graczek.

**Wskazówka – brak pomysłów:**

Jeżeli gracze i graczki nie mają pomysłów, to ponownie możecie sięgnąć po karty metaforyczne/Dixit, żeby za pomocą pojawiających się tam symboli przypisywać kolejno: miejsce, kim są BG oraz wydarzenie. Możesz też zapytać, gdzie osoby uczestniczące w zajęciach chciałyby pojechać na wakacje, albo pójść na spacer, albo zapytać o to, jakie miejsce z książki lub filmu przychodzi im jako pierwsze na myśl. Jeżeli pojawi się kilka propozycji, to poproś o wybranie jednej z nich.

2. Kiedy już ustalicie miejsce, w którym będzie się toczyć akcja historii, opiszecie, jakie postaci wezmą w niej udział i jakie wydarzenie ją zapoczątkuje, będziecie mogli przejść do ostatniej części przygotowań. Na tym etapie każdy gracz i każda graczka musi wybrać jedną postać spośród opisanych wcześniej bohaterów, w którą chce się wcielić. Jeżeli bohaterów jest mniej niż uczestników i uczestniczek zajęć, to poproś, aby wymyślili brakujące postaci.
3. W tym miejscu, jako osoba prowadząca, posiadasz już wszystkie elementy, aby przejść do wspólnej opowieści. Odegraj wstęp, jakbyś zaczynał/-ła czytać książkę, albo robił/-ła wprowadzenie do filmu, np.:

„Było to nie tak dawno temu, kiedy na drzewach pojawiły się pierwsze pąki kwiatów. Codziennej rutynie towarzyszyły te same, jakże kojące dźwięki – szum drzew, śpiew ptaków, śmiech dzieci i szczekanie bawiących się ze sobą psów. Wasi bohaterowie zatrzymali się na leśnej polanie, żeby odpocząć i podjąć decyzję, gdzie dalej podążają. Kiedy szykowaliście wspólny posiłek, wydarzyło się coś nieoczekiwanego...”

Powyższy przykład to propozycja, jak może wyglądać takie wprowadzenie do historii. Ma ono na celu przenieść osoby będące przy stole w klimat opowieści. Myśl o tym jak o historii, którą sam/sama chciałbyś/chciałabyś przeczytać czy obejrzeć. Staraj się też zwracać uwagę na takie elementy opisywanego świata jak pogoda, pora roku, wystrój pokoi czy opis miejsca, w którym rozgrywa się akcja.

W dalszej kolejności zaproponuj, żeby każdy gracz i graczka zaprezentowali swoją postać (jak wygląda, co lubi, co jest dla niego/niej ważne) oraz opisali, jak zareagowała na wydarzenie, które ma miejsce w historii. Zapytaj też o to, co łączy wszystkich BG. Czy są relacje z pracy, przyjaźnie, znajomości? A może to przeznaczenie ich połączyło? Jeśli to ostatnie, to w jaki sposób?

Zaproponuj również, aby gracze i graczki opisywali to, co robią ich bohaterowie, w pierwszej osobie (np. Stanisław grający młodym podróżnikiem mówi tak, jakby nim był, czyli: „Szybko chwytam termos, bo widać, że będziemy potrzebowali dzisiaj dużo kawy. To będzie pracowity dzień!”).

Po wstępie i opisanu bohaterów, kiedy historia zaczyna się rozwijać, poproś osoby przy stole o dokładanie kolejnych elementów do opowieści. Tutaj cenne jest opisywanie sytuacji z perspektywy różnych zmysłów postaci – co widzi? Co czuje? Co słyszy?



Wskazówka – dzielenie czasu wypowiedzi między graczy/graczki:

Staraj się dzielić czas między każdego/-ą z graczy/graczyk w takim samym stopniu. Najlepiej jest robić to poprzez zwracanie się do konkretnej osoby (możesz zwracać się do niej imieniem lub nazwą jej postaci) i pytanie jej: co robisz? Jak się zachowujesz w tej sytuacji? Po krótkiej wypowiedzi przejdź do kolejnej osoby i zadaj to samo pytanie: „A ty jak? Co robisz, widząc, jak zachowują się pozostali bohaterowie?”. I tak za każdym razem przechodź od jednego BG do kolejnego, żeby w trakcie rozgrywki każda osoba miała szansę się wypowiedzieć i czuła się włączona w tworzenie historii.

Kiedy już gracze poczują się swobodniej w odgrywaniu swoich postaci oraz opisywaniu tego, co robią ich bohaterowie, wprowadź do opowieści kolejne wydarzenie: coś zaskakującego, co spowoduje, że zmieni się klimat opowieści (np. ze spokojnego w bardziej żywiołowy, jak w przygodowej książce lub filmie).

Podsumowanie

1. Kiedy poczujecie, że historia zaczyna się domykać lub nie macie już pomysłów, jak dalej ją rozwijać, to jako MG zaproponuj, żeby gracze i graczki wymyślili zakończenie opowieści. Podobnie jak na początku, każda osoba opisuje, co jej postać robi i czuje i dopowiada różne elementy do zakończenia.
2. Na koniec pogratuluj graczom i graczkom kreatywności w opowiadaniu oraz podkreśl fakt, że to wszystko powstało dzięki ich pomysłom i improwizacji. Aby podsumować, zapytaj o ich wrażenia:
 - Co było dla was ciekawe?
 - Co było łatwe? Co było wyzwaniem?
 - Czy udało wam się zobaczyć oczami wyobraźni te rzeczy, które pojawiły się we wspólnej historii?
 - Czy ta historia przywołała jakieś wspomnienia albo skojarzenia z waszego życia?

Zagrajmy w opowieść

scenariusz nr 2

Krótki opis

Z poniższego scenariusza dowiesz się, jak zbudować ramy dla nieco bardziej złożonej historii. Sugerujemy, żeby tę część rozegrać po scenariuszu nr 1 z powyższej publikacji. Wówczas gracze i graczki będą już wiedzieć, na czym polega odgrywanie postaci i tworzenie wątków fabularnych przy jednym stole. W tym scenariuszu zostaje też wprowadzony element losowy w postaci rzutu kostką do gry. Rzuty dodadzą emocji w trakcie samej rozgrywki i sprawią, że wasza gra przyjmie jeszcze bardziej kreatywną formę.



Czas trwania:

1 godz. 30 min–2 godz.



Co będzie potrzebne:

- długopisy/ołówki
- kartki A4
- kilka markerów
- taśma papierowa (do przylepienia imion)
- kilka kostek do gry: standardowe sześciocienne (tzw. k6)
- karty metaforyczne (np. [wydrukowane z internetu](#) lub Dixit²⁰)
- jeżeli posiadacie/ możecie wypożyczyć, to kości opowieści (story cubes²¹).



Do wydrukowania:

- Schemat opowieści (załącznik nr 1, strona [74](#)), jedna kopia
- Schemat rzutu kostką k6 (załącznik nr 2, strona [75](#)), dwie kopie.



Liczba osób grających w jednej grupie:

3–5 os.

.....
 20 Wydawca gry Dixit umożliwił darmowe pobranie kart do druku: <https://print-and-play.asmodee.fun/en/game/dixit>

21 W sieci można znaleźć wzory kości opowieści do samodzielnego wydrukowania i zrobienia, np.: <https://samsezrob.wordpress.com/2019/05/31/darmowe-story-cubes-do-wydrukowania> lub <https://kreatywnapedagogika.wordpress.com/2018/01/27/story-cubes-zrob-to-sam>;
 dostęp: 14.02.2023.

Forma pracy

Jako osoba prowadząca (czyli mistrz lub mistrzyni gry – MG) będziesz prowadzić/moderować dyskusję pomiędzy graczami i graczkami, wspierać ich w tworzeniu opowieści i reagować na ich decyzje w grze. Oni zaś będą odgrywać swoje postaci i/lub opisywać ich działania i w ten sposób współtworzyć historię opartą na skojarzeniach i nawiązaniach do rzeczy, które znają z różnych tekstów kultury (np. filmu, literatury, teatru), posilając się również swoimi doświadczeniami i wspomnieniami. Kiedy jakieś działanie zadeklarowane przez gracza/graczkę będzie wymagające dla ich postaci, to wówczas jako MG możesz poprosić o rzut kostką. Wynik rzutu rozstrzyga, czy to działanie się powiodło, czy też pojawiły się jakieś trudności. Nie obawiaj się komplikacji, bo one mogą popchnąć historię w ciekawym kierunku.

Krótką charakterystyka

Scenariusz czerpie pełnymi garściami z najprostszej metody wspólnego opowiadania historii, gdzie jedna osoba zaczyna opisywać, co widzi oraz co robi jej postać, a kolejne dokładają swoje elementy, tworząc w ten sposób spójną całość. Jako osoba prowadząca, pomożesz uczestnikom i uczestniczkom stworzyć ramy historii, zadając pytania pomocnicze (podane w punkcie III. Historia w formie gry). Z odpowiedzi stworzysz krótkie wprowadzenie, a następnie przekażesz narrację graczce lub graczowi. Ważne, abyś jako MG dopytywał/-ła, co robią i jak zachowują się poszczególni BG. Stawiaj przed nimi różnego rodzaju wyzwania (np. powiedz, że ktoś w historii potrzebuje pomocy lub wyjaśnij im, że cała ich grupa jest częścią wyprawy do tajemniczego miejsca). Śmiało też używaj języka filmowego (np. „Kamera zwraca się w twoim kierunku”). Możesz w tym momencie złożyć ręce, jakbyś trzymał/-a kamerę i skierować ją na konkretnego gracza, pytając jednocześnie: „A co ty robisz w tej sytuacji?”. Każde zadane przez ciebie pytanie powinno służyć temu, aby zwrócić uwagę na konkretnego BG i/lub zachęcić wszystkie osoby do interakcji.

Opowieść nie musi się zamknąć w jednym spotkaniu: tworzona tutaj historia może stać się przygodą, którą wspólnie z graczami i graczkami będziecie rozwijać w trakcie kolejnych zajęć.



Opis zajęć krok po kroku

Wstęp

1. Jako osoba prowadząca wyjaśnij, na czym będą polegały zajęcia. Jeśli to twoje pierwsze zajęcia z grupą: przedstaw się i powiedz kilka słów o sobie.

Co będziecie robić?

Podczas zajęć wspólnie będziecie opowiadać historie. Taką formę spędzania czasu można porównać do czytania książki, gdzie bohaterami są same osoby czytające. To one dokonują wyborów, decydują, w jakim kierunku pójdzie ich postać oraz co zrobią wspólnie w tej historii.

2. Jeżeli to wasze pierwsze spotkanie, to zachęć osoby uczestniczące w zajęciach do przedstawienia się i wyjawienia, jakie historie lubią w książkach/filmach/serialach/sztuce? Co sprawia, że przyciągają one ich uwagę? Możesz również zapytać, czy słyszały wcześniej o grach fabularnych lub grały w nie, a jeżeli tak, to zachęć, żeby opowiedziały, co wiedzą na ten temat.

Jeżeli większość twojej grupy brała udział w zajęciach prowadzonych na podstawie scenariusza nr 1, to wystarczy, że omówicie wspólnie, co się działo na poprzednim spotkaniu. Jeśli w grupie będą nowe osoby, to reszta uczestników może im opowiedzieć własnymi słowami, na czym polega wchodzenie w role, odgrywanie postaci oraz wspólne tworzenie historii. Jako MG wspieraj ich w trakcie wypowiedzi i ewentualnie uzupełnij ją.

Rozgrzewka

Zanim przejdziecie do tworzenia historii, zrób małą rozgrzewkę, dzięki której gracze i graczyki będą mogli osadzić się w grze.

1. MG rozkłada karty metaforyczne lub karty Dixit i prosi, żeby każda osoba wybrała sobie jedną lub dwie karty, które przyciągają ich uwagę lub które w jakiś sposób wydają im się intrygujące/ciekawe.
2. Kiedy każdy wybierze już swoje karty, to MG prosi, żeby zastanowić się, jakie historie przedstawiają te ilustracje/zdjęcia. Następnie każda osoba opowiada jedną z nich. Nie ma tutaj złych odpowiedzi – każda jest dobra.
3. Kiedy wybrzmia już wszystkie historie, podsumuj je, mówiąc, że tego typu skojarzenia wpływają z doświadczeń osoby opowiadającej, jej wiedzy i z tego, co czytała lub oglądała i co

może jej być bliskie. Podkreśl, że przy tworzeniu historii warto jest podierać się tym, co znamy i bazować na skojarzeniach lub obrazach/treściach, z którymi zetknęliśmy się w przeszłości. Dlatego nie trzeba ani razu odwiedzić Egiptu, żeby móc opowiedzieć o tym miejscu, jego klimacie czy historiach z nim związanych.



Wskazówka – brak wiedzy:

W grach fabularnych gracze/graczki nie muszą mieć szczegółowej wiedzy. Samo bazowanie na symbolach, obrazach lub skojarzeniach jest wystarczające i pomaga stworzyć angażującą i niezwykle ciekawą historię.

Historia w formie gry

W tej części scenariusza wspólnie wymyślicie i rozegracie historię. Przywołaj doświadczenia związane z pracą na skojarzeniach z tych i z poprzednich zajęć. Wspomnij również o elemencie losowym, który zostanie wprowadzony do rozgrywki, czyli o rzutach kostką.

1. Etap tworzenia

Przejdź przez kolejne punkty „Schematu opowieści” (załącznik nr 1, strona [74](#)), a odpowiedzi zapisz na wydrukowanym załączniku.



Miejsce

- W jakim miejscu chcecie umieścić waszą opowieść? (Od tego zależy atmosfera opowieści. Inaczej będziecie opisywać historię dziejącą się w gwarnej mieście, a jeszcze inaczej taką, która rozegra się na spokojnej plaży o zachodzie słońca.)
- Czy z tym miejscem jest związana jakaś legenda lub sekret? (Czy np. mówi się o jakimś cudownym uzdrowieniu, pojawieniu się kogoś ważnego lub tajemniczym zniknięciu?)
- Czym się charakteryzuje to miejsce? (Czy jest to park z dużą liczbą drzew, czy wręcz przeciwnie – środek dużego miasta? A może to niewielka wioska gdzieś na końcu świata, gdzie każdy mieszkaniec jest dla drugiego jak członek rodziny?).



Kto i dlaczego?

- Kogo można spotkać w tym miejscu? (Lokalnych artystów, którzy całymi dniami przesiadują przy stolikach na zewnątrz małych kawiarenek; ludzi, którzy bardzo lubią podróże i kontakt z naturą; dzikie zwierzęta?)

- Skąd wzięli się w tym miejscu? (Mieszkają tu lub przybyli załatwić jakąś sprawę, może czegoś poszukują, a może uwielbiają tu wracać?).



Bohaterowie graczy

- Kim są, czym zajmują się na co dzień?
- Jak wyglądają i jak się nazywają?
- Jaki mają związek z tym miejscem? (Mieszkają tutaj czy może są tu przy okazji lub znaleźli się w tym miejscu przypadkowo?)
- Co łączy wszystkich BG ze sobą? (Wspólny interes, przyjaźń, inne relacje, podróż, misja do wykonania?).



Wydarzenie (wydarzenie jest bodźcem, dzięki któremu BG zaczynają działać wspólnie)

- Co dokładnie się stało? (Co połączyło losy tak różnych postaci? Czy jest to jakaś zagadka, tajemnica, a może zadanie lub jeszcze coś innego?)
- Jaki to ma wpływ na BG i inne postacie?
- W jaki sposób to wydarzenie łączy BG?
- Co może zmotywować BG, żeby zaangażowali się w tę sytuację? (Chęć uratowania kogoś/czegoś; zdobycia informacji; naprawienia, wybudowania lub zorganizowania czegoś, itp.)
- Po ustaleniu powyższych elementów, zaproś uczestników i uczestniczki zajęć do rozegrania pierwszej sceny.

2. Etap rozgrywki

- Jako MG pomyśl o tej części jak o niedługim opowiadaniu, składającym się z trzech części: rozpoczęcia, rozwinięcia i zakończenia.

2.1. Rozpoczęcie

Zrób wprowadzenie na podstawie wymyślonych wcześniej szczegółów dotyczących miejsca akcji oraz wydarzenia, które rozpoczyna historię. Powinno to wyglądać podobnie jak w scenariuszu nr 1, czyli odegraj wstęp w taki sposób, jakbyś zaczynał/-ła czytać książkę:

„Jazzowa muzyka płynąca z głośników umiła czas podróżnym w pociągu. Jednostajny stukot kół o szyny kolejowe staje się ledwo słyszalny przez gwar, który panuje w wagonie restauracyjnym. Dziś jest wyjątkowe wydarzenie! Swoją występowanie w trakcie podróży Orient Expressem

zapowiedziała znana diva operowa. Wy właśnie skończyliście jeść pyszny obiad i zabieracie się za lodowy deser. Opiszcie proszę, jak wyglądacie i jakie nastroje towarzyszą wam obecnie.”

W trakcie wspólnej opowieści zarówno MG, jak i gracze/graczki dokładają kolejne elementy do całości. Ważne, aby po początkowej scenie pojawiło się wydarzenie, które wymyśliliście podczas poprzedniego etapu (patrz: punkt 1. Etap tworzenia). W tym przykładzie takim wydarzeniem mogłoby być opóźnienie występu divy i zniecierpliwienie gości pociągu. Mogłoby okazać się, że obsługa nie może znaleźć śpiewaczki, a BG to detektyw wraz z przyjaciółmi, którzy nie raz już wyjaśniali takie zagadki. Czas zatem wyruszyć, aby rozwiązać sprawę tajemniczego zniknięcia!

Technikalia:

W trakcie rozgrywania tego scenariusza nie ma potrzeby używania kart postaci (jeżeli chcesz zobaczyć, jak wygląda taka karta, to spójrz na załącznik nr 3 „Karta postaci”, strona [76](#)). Wystarczy określenie kilku cech bohatera/bohaterki i późniejsza zabawa w wymyślanie na bieżąco poszczególnych elementów jego/jej historii. Aby ułatwić zapamiętanie, jak nazywają się poszczególne postaci, możesz zaproponować użycie kartek A4: niech gracze i graczki zegną je na pół i napiszą na nich imiona swoich postaci. Dzięki temu w trakcie gry wszyscy przy stole będą wiedzieli, jak zwracać się do pozostałych.

2.2. Właściwa rozgrywka

Pamiętaj, że rozgrywka nie musi być specjalnie wymyślna. Nasze doświadczenia w graniu z seniorami pokazują, że najbardziej angażujące potrafią być codzienne sceny (takie jak obecność BG na bankiecie, rozmowy z przyjaciółmi, planowanie wspólnej podróży czy odgrywanie codziennych relacji). Ten scenariusz ma przeprowadzić was przez przyjemną, zabawną i lekką przygodę, składającą się z trzech części: rozpoczęcia, rozwinięcia i zakończenia.



Wskazówka – odgrywanie przez MG:

Jako MG opisujesz świat gry oraz konsekwencje działań BG. Jednak to nie wszystko. Podczas etapu tworzenia wspólnie z graczami wymyśliliście postacie pojawiające się w grze. Nie muszą to być te same osoby, które odgrywają później gracze – mogą to być bohaterowie drugoplanowi (zwani niezależnymi, w skrócie BN), które odgrywasz ty. Spróbuj wcielić się w różnych napotkanych BN i baw się razem z graczami i graczkami.

**Wskazówka – odgrywanie przez graczy/graczki ich postaci:**

Zasugeruj, aby gracze i graczki odgrywali role swoich postaci tak, jak robią to aktorzy, którzy wcielają się w postaci filmowe czy teatralne. Z tą jednak różnicą, że wy nie potrzebujecie wcześniej przygotowanych skryptów czy umiejętności aktorskich. Wystarczy wasza chęć i entuzjazm. Nikt nie będzie oceniał waszego stylu grania, bo przede wszystkim macie czerpać radość z tego, że wspólnie tworzycie angażującą historię.

**Wskazówka – używanie języka filmowego:**

Wyobraź sobie, że w rękach masz kamerę. Kierując ją na konkretną osobę przy stole, przekierowujesz na nią całą uwagę reszty. Osoba widoczna w oku kamery ma głos – poproś ją, aby opisała w pierwszej osobie, co w tej scenie robi jej postać (np. czym się zajmuje, jak reaguje na zaistniałą sytuację). Możesz nawet używać sformułowań w stylu: „A teraz kamera kieruje się na postać archeologa Jana!”.

Rzuty kostką w trakcie gry (załącznik nr 2, strona [75](#))

Jako MG możesz wprowadzić do rozgrywki element losowości i tym samym zintensyfikować towarzyszące jej emocje. Wystarczy, że zaproponujesz rzuty kośćmi (w scenariuszu używamy tradycyjnej kostki k6, czyli sześciociennej). Gracz lub graczka wykonuje rzut wtedy, kiedy przed BG pojawia się jakieś wyzwanie (np. postać chce przekonać odgrywanego przez MG bohatera niezależnego do swojej racji). W takiej sytuacji, aby nie określać powodzenia lub porażki tego wyzwania uznaniowo, jako MG możesz najpierw poprosić o odegranie odpowiedniej sceny, np. takiej, w której BG rozmawia z BN, a następnie zadać pytanie: „Czy uda się twojej postaci przekonać BN?” i poprosić gracza/graczkę o wykonanie rzutu. Poniżej wyjaśniamy, jak należy odczytywać wyniki na kości (rozkład rzutów znajdziecie także w załączniku nr 2, strona [75](#)).

Rzuty oparte są o zasady uniwersalnego systemu FUNT²²:

- **6 na kostce oznacza wynik:** Tak, i... (BG odnosi sukces i dzieje się coś jeszcze, co jest dla niego korzystne. Jako MG możesz sam wymyślić, co dzieje się dodatkowo lub poprosić o to gracza/graczkę);
- **5 na kostce oznacza wynik:** Tak (działanie BG się powiodło);

.....
22 T. Misterka, *Freeform Universal PL*, <https://funtrpg.com/content/fupl>, Hieroglif 2019, [dostęp:] 27.02.2023.

- **4 na kostce oznacza wynik:** Tak, ale... (BG udało się osiągnąć zamierzony cel, ale ta sytuacja wywołała dodatkowy efekt, który komplikuje rozmowę/sytuację);
- **3 na kostce oznacza wynik:** Nie, ale... (nie udało się osiągnąć zamierzonego celu, ale pojawił się cień nadziei na inne rozwiązanie/BG dowiadyje się czegoś, co może wykorzystać na swoją korzyść);
- **2 na kostce oznacza wynik:** Nie (nie udało się osiągnąć sukcesu);
- **1 na kostce oznacza wynik:** Nie i... (nie dość, że nie udało się osiągnąć sukcesu, to pojawiają się dodatkowe utrudnienia).

Zagrajcie w ten sposób kilka scen, a następnie przejdźcie przez rozwinięcie historii do jej zakończenia. Jeżeli jesteście już na końcu zajęć, a historia nadal trwa, to możecie zdecydować, czy chcecie ją kontynuować na kolejnym spotkaniu, czy zakończyć. W drugim przypadku możesz poprosić swoich graczy i graczkę, żeby opisali pokrótce (bez odgrywania), jak skończyła się ta opowieść. Jeśli chcecie ją kontynuować, to warto podsumować dotychczasową historię, odgrywając indywidualne sceny z każdą postacią lub prosząc każdą osobę przy stole o podsumowanie tego, co myśli/jak czuje się jej postać. Dbaj o to, aby każdy z graczy/każda z graczek miał/-ła szansę się wypowiedzieć.

Podsumowanie scenariusza

Żeby sprawdzić, jak bawili się twoi gracze i graczkę, zapytaj ich o wrażenia:

- Co było dla was ciekawe?
- Co było łatwe, a co było wyzwaniem?
- Czy udało się wam zobaczyć oczami wyobraźni odgrywane sceny?
- Czy ta historia przywołała jakieś wspomnienia albo skojarzenia z waszego życia?
- Czy podoba się wam taka forma tworzenia? Jak się w niej odnajdujecie?

Etiudy fabularne

scenariusz nr 3

Krótki opis

Scenariusz powstał na podstawie opisu metody etiud fabularnych, zawartego w publikacji „Powrót do przeszłości (...)”²³. Pozwala w bardzo szybki i prosty sposób przygotować świat i postaci, a następnie wspólnie odegrać krótką fabułę. Bazuje na skojarzeniach i w przystępny sposób prezentuje, czym są gry fabularne. W zależności od preferencji graczy i graczek w trakcie opowiadania historii można wprowadzić element losowości i rzucać kostkami sześciocennymi (k6) albo całkowicie z tego zrezygnować.



Czas trwania:

30 min–2 godz.



Co będzie potrzebne:

- materiały piśmiennicze
- małe karteczki lub wycięte paski papieru
- kilka kości sześciocennych (k6)
- coś, z czego będzie można losować słowa, np. małe pudełko, woreczek albo czapka.



Do wydrukowania:

- Karta postaci (załącznik nr 3, strona [76](#)), po jednej kopii na osobę
- opcjonalnie (jeśli grupa chce rzucać k6): Schemat rzutu kostką k6 (załącznik nr 2, strona [75](#)), dwie kopie.



Liczba osób grających w jednej grupie:

3–5 os.

.....
²³ T. Piątek „Frejtag”, *Powrót do...*, dz. cyt., s. 23–26.

Forma pracy

Najpierw gracze i graczki, opierając się na skojarzeniach, stworzą podstawowe elementy gry (świat, bohaterów, wydarzenie, które zawiązuje akcję), a następnie rozegrają krótką, interaktywną historię. Jako osoba prowadząca będziesz ich wspierał/-ła i reagował/-ła na ich działania, ale to gracze i graczki powinni wymyślić to, co najważniejsze i nadawać opowieści jej ostateczny kształt.

W trakcie rozgrywania waszej historii możecie ograniczyć się do samego opowiadania, a możecie również wprowadzić element mechaniki, czyli rzucanie kostką k6. Zdecydujcie o tym, zanim zaczniecie snuć swoją opowieść.

Krótką charakterystyka

Etiuda fabularna to krótka forma gry fabularnej, w której uproszczono i ograniczono do minimum etap tworzenia i poznawania świata gry, wymyślania postaci i najważniejszych wątków, a także mechanikę gry, którą w razie potrzeby można całkowicie pominąć. To swoista wprawka, ćwiczenie w graniu w gry fabularne. Jej spontaniczny, oparty na skojarzeniach charakter pozwala tworzyć nowe postaci niemal na poczekaniu i w ten sposób, w każdej chwili, dołączać do rozgrywki nowe osoby. Jednak mimo swej prostoty wciąż jest to skuteczna metoda pobudzania wyobraźni i ćwiczenia kreatywności.



Opis zajęć krok po kroku

Wstęp

1. Jako osoba prowadząca wyjaśnij, na czym będą polegały zajęcia. Jeśli to twoje pierwsze zajęcia z grupą: przedstaw się i powiedz kilka słów o sobie.
2. Jeżeli to wasze pierwsze spotkanie, to zachęć osoby uczestniczące w zajęciach do przedstawienia się i wyjawienia, jakie historie lubią w książkach/filmach/serialach/sztuce? Co sprawia, że przyciągają one ich uwagę? Możesz również zapytać, czy słyszały wcześniej o grach fabularnych lub grały w nie, a jeżeli tak, to zachęć, żeby opowiedziały, co wiedzą na ten temat.

Jeżeli większość twojej grupy brała udział w zajęciach prowadzonych na podstawie scenariusza nr 1, to wystarczy, że omówicie wspólnie, co się działo na poprzednim spotkaniu. Jeśli w grupie będą nowe osoby, to reszta uczestników może im opowiedzieć własnymi słowami, na czym polega wchodzenie w role, odgrywanie postaci oraz wspólne tworzenie historii. Jako MG wspieraj ich w trakcie wypowiedzi i ewentualnie uzupełnij ją.

Rozgrywka

1. Etap tworzenia
 - a. Generowanie losowych słów

Poproś, aby każda osoba przy stole wypisała dowolne słowa na oddzielnych karteczkach lub paskach papieru, złożyła je na pół i wrzuciła do przygotowanego pojemniczka/woreczka. Powinny to być słowa (czasowniki, przymiotniki lub rzeczowniki), które spontanicznie, jako pierwsze przyjdą jej do głowy. W sumie musicie mieć 15 takich karteczek, czyli w grupie pięcioosobowej na jednego gracza/graczkę przypadają 3 słowa, zaś w grupach mniejszych warto zwiększyć liczbę słów na osobę.

Jeśli pojawi się problem w wymyślaniu skojarzeń, to możecie skorzystać z pomocy. Może to być m.in.: rzut kośćmi opowieści, dowolny generator słów on-line, a nawet losowe wskazywanie słów w książce lub na kartce z dłuższym tekstem.
 - b. Tworzenie uniwersum oraz ram historii

Wymieszaj karteczki i poproś, aby każdy wylosował i położył na środku stołu przynajmniej jedno słowo, aż

do momentu, gdy znajdzie się tam w sumie 5 różnych wyrazów. Następnie każda osoba powinna wylosować dla siebie dwa dodatkowe słowa, które staną się częścią opisu jej własnej postaci. Karteczki z tymi dwoma słowami każdy kładzie obok siebie.

Inspirując się 5 słowami leżącymi na środku, gracze i graczki powinni stworzyć opis świata, którego częścią będą ich postacie. Zachęcaj uczestników i uczestniczki do aktywności – niech każdy dołoży coś od siebie. Bawcie się wylosowanymi słowami, wymyślajcie do nich kolejne skojarzenia w taki sposób, aby sformułować podstawowe założenia świata i waszej historii i przygotować się do rozpoczęcia gry.



Pamiętaj jednak, że etiuda fabularna jest krótką rozgrywką, dlatego poinstruj graczy i graczki, żeby nie starali się za dużo zastanawiać i analizować wymyślanej historii. Im bardziej spontanicznie będzie przebiegać cały proces, tym lepiej. Unikajcie zastoju i zagłębiania się w szczegóły.

Opiszcie w ten sposób:

- kiedy i w jakim miejscu będzie toczyła się fabuła gry;
- jaki jest świat, w którym przyjdzie żyć postaciom graczy i graczek: jaka jest pora roku i pogoda? Czy jest zbliżony do tego, w którym żyjemy, czy zupełnie inny/nierzeczywisty?

Po wymyśleniu tych elementów poproś graczy oraz graczki, aby na chwilę zostawili słowa, które położyliście na środku stołu. Niech wezmą karty postaci i samodzielnie, korzystając z dwóch dodatkowych słów, które wylosowali dla siebie, stworzą swoje postaci i opiszą je na karcie. Słowa te niekoniecznie muszą zostać wplecione w opis w swoim oryginalnym brzmieniu – mogą też być inspiracją, impulsem do dalszych skojarzeń, mogą zostać zmodyfikowane albo nawet całkowicie odrzucone.

Tworząc postać, każdy gracz i graczka powinni zapisać na karcie:

- imię postaci;
- kim jest postać/czym się zajmuje;
- jaka jest jej mocna strona (zaleta/atut);
- jaka jest jej słaba strona (wada/słabość);
- jaki jest jej ulubiony przedmiot.

Kiedy wszyscy uzupełnią już karty postaci, zachęć do skrótoowego przedstawienia bohaterów i bohaterki na forum. Wyjaśnij, że kolejnym krokiem będzie opisanie relacji między postaciami, dlatego gracze i graczki muszą zapoznać się z nimi.

W kolejnym kroku ustalacie:

- skąd znają się postacie graczy i graczek? Jaki cel ich łączy? Co w sobie wzajemnie cenią?

Na koniec wróćcie do słów, które pozostały na środku stołu po opisaniu miejsca fabuły i świata gry i wymyślcie:

- wydarzenie, które stanie się impulsem popychającym postacie graczy i graczek do działania, które sprawi, że staną się drużyną.



Wskazówka – zwiększenie zaangażowania graczy i graczek:

Jako MG i osoba prowadząca zastanów się również nad czymś, co może zwiększyć zaangażowanie grupy w samą grę. Może to być jakieś nietypowe wydarzenie, które barwnie opiszesz (np. przyjazd cyrku osobliwości do miasta BG) lub wydarzenie uruchamiające silną motywację wewnętrzną wszystkich lub jednej z postaci (np. kradzież przedmiotu, który jest dla niej ważny; wpadnięcie na trop tajemniczych porwań; tarapaty, w jakie wpakował się wspólny przyjaciel BG; coś, co wykorzystuje słabą stronę jakiejś postaci – np. pobudza jej wybujałą ambicję lub potrzebę udowodnienia swojej wartości za wszelką cenę).

Innym sposobem może być wprowadzenie niewielkiej presji czasu, np. nałożenie ograniczenia czasowego na wykonanie jakiegoś zadania. Jako MG możesz to zrobić na poziomie fabuły na różne sposoby: np. jakiś BN stawia postaciom graczy i graczek ultimatum; znajdują list z datą spotkania i okazuje się, że mają jeden dzień na to, aby się do niego przygotować lub odkryć, gdzie ma się odbyć; muszą odnaleźć i przekonać jakiegoś BN, aby im pomógł, zanim znajdzie się poza ich zasięgiem. Ogranicza cię tylko twoja wyobraźnia.

2. Właściwa rozgrywka

Wprowadź graczy i graczki do wykreowanego przez nich świata i korzystając ze wspólnych ustaleń, odegraj wstęp do historii. Pamiętaj, aby opisywać miejsce, w którym znajdują się BG, za pomocą wyrażen odnoszących się do różnych zmysłów. Określenie tego, co postać może widzieć, słyszeć i czuć powonieniem lub dotykiem, pozwala lepiej się w nią wczuć.

Wprowadzenie powinno być krótkie i zakończone pytaniem

pozwalającym graczom i graczkom przejąć narrację, np.: „Co robią wasze postaci?”. Jako MG przypilnuj, aby każda osoba przy stole odpowiedziała na to pytanie.

Jeśli podczas tych pierwszych opisów nie padnie przypomnienie tego, co sprawiło, że postaci graczy i graczek się spotkały (a fabuła się zawiązała), to możesz delikatnie ich na to naprowadzić.

Reszta gry przebiega podobnie, jak w innych przypadkach: wspólnie dokładacie kolejne elementy do gry. Pomyślcie o waszej historii, jak o dobrej opowieści z książki lub filmu i starajcie się zbudować ją z powiązanych ze sobą scen. Gracze i graczki opisują, jak zachowują się ich postaci w każdej ze scen, w której biorą udział. Ty, jako MG, starasz się zadbać o to, aby każda osoba przy stole miała podobną ilość czasu na aktywną grę (czyli np. zachęcasz do wypowiedzi te mniej aktywne), wcielasz się w bohaterów niezależnych, wprowadzasz nowe wydarzenia (jeśli zajdzie taka potrzeba) i opisujesz konsekwencje działań i decyzji BG. Jeśli uczestnicy zajęć chcą, to możecie sprawdzać powodzenie tych działań poprzez rzuty kością sześciocienną (k6). Opis wyników i efektów rzutu kostkami znajdziesz w załączniku nr 2: Schemat rzutu kostką k6 (strona [Z5](#)).



Wskazówka – wspieranie graczy i graczek w opowiadaniu:

Jako MG idź za głosem grupy i zadawaj pytania typu:

- Co widziały wasze postaci?
- Co tu się stało?
- Jak myślicie, kto jest winny temu zdarzeniu?
- Czy któraś z waszych postaci była świadkiem zdarzenia? Jeżeli tak, to co słyszała/czuła/widziała?

Zachęcaj, aby osoby przy stole aktywnie przejmowały narrację i posuwały historię do przodu. Możesz na przykład dopytywać: „Słyszeliście, że ktoś wybiegł z posesji przez ogród. Dlaczego uciekał? Kim jest ten człowiek? Czy któreś z was zobaczyło tę postać z bliska?”.

Jeżeli gracze i graczki nie będą mieć pomysłów na kontynuowanie historii lub będą mieć trudności z opisywaniem tego, co się dzieje, możecie pomóc sobie kostką k6. W razie problemów gracz lub graczka może rzucić kością i po odczytaniu wyniku, spróbować wymyślić kolejną scenę według poniższego schematu (wyniki rzutu oznaczają dopowiedzenie dalszego fragmentu historii, rozpoczynającego się od następujących zdań lub wydarzeń):

- **6** – przecież to jasne, musimy tylko...;

- **5** – coś nagle się zmieniło (niech gracz/-ka opíše, co się zmieniło i jak to wpływa na jego/jej postać lub na całą drużynę);
- **4** – znajdujesz tajemniczy przedmiot (gracz/-ka opisuje, co to za przedmiot);
- **3** – pojawia się nowy trop (gracz/-ka wymyśla, jaki to trop);
- **2** – uwaga kłopoty! (gracz/-ka wprowadza jakąś komplikację do gry);
- **1** – wróg czy przyjaciel (gracz/-ka wprowadza do gry nową postać – to on/ona decyduje, kim i jaka jest ta postać).

Podsumowanie

Jeżeli ktoś będzie miał problem z wymyśleniem opisu adekwatnego do efektu rzutu kością, to spróbujcie wymyślić go wspólnie.

1. Jeśli historia nie znajdzie swojego finału w naturalny sposób, jeśli zabraknie wam czasu, albo zwyczajnie poczujecie, że zaczyna się domykać lub nie macie już pomysłów, jak dalej ją rozwijać, to jako MG zaproponuj, żeby gracze i graczki wymyślili jej zakończenie. Podobnie jak na początku, każda osoba może opisać, co jej postać robi i czuje i dopowiedzieć różne elementy do zakończenia. Możecie też podejść do tematu bardziej opisowo i zrezygnować z odgrywania, a zamiast tego zastanowić się, co się wydarzyło na koniec, czy udało się osiągnąć cel drużyny/rozwikłać tajemnicę/wykonać zadanie, czy może zakończenie waszej historii pozostanie otwarte?
2. Na koniec pogratuluj graczom i graczkom kreatywności w opowiadaniu oraz podkreśl fakt, że to wszystko powstało dzięki ich pomysłom i improwizacji. Zachęć, aby podzielili się swoimi wrażeniami ze wspólnej gry. Możesz pomóc im, pytając:
 - Co było dla was ciekawe?
 - Co było łatwe? Co było wyzwaniem?
 - Czy udało się wam zobaczyć oczami wyobraźni te rzeczy, które pojawiły się we wspólnej historii?
 - Czy ta historia przywołała jakieś wspomnienia albo skojarzenia z waszego życia?
 - Jak się wam grało?
 - Czy jest coś, co warto zmienić na przyszłość?

Stwórzmy świat naszej gry

scenariusz nr 4

Krótki opis

Poniższy scenariusz pozwoli wspólnie z graczami zbudować cały świat, który następnie będziecie mogli wykorzystywać przez wiele kolejnych spotkań: nadawać sens wcześniej wymyślonym elementom oraz urozmaicać całość o nowe pomysły i wątki fabularne. Zachęcamy, żeby sięgnąć po ten scenariusz wówczas, kiedy grupa, z którą pracujesz, chce spotykać się regularnie i jest żywo zainteresowana rozegranie dłuższej fabuły. Historia taka, podobnie jak w serialu, podzielona jest na odcinki, a nawet sezony (w przypadku gier fabularnych odcinkiem można nazwać jedną sesję gry, a sezonem część lub całą kampanię).



Czas trwania:

1–2 godz.

Co będzie potrzebne:

- duża kartka papieru lub brystolu (typu flip-chart lub 8 kartek A4 połączonych ze sobą)
- długopisy/ołówki
- pojedyncze kartki A4
- markery w różnych kolorach
- taśma papierowa (do przyklepienia imion)
- kilkanaście kostek do gry, magnesy, guziki, klocki lego lub inne niewielkie przedmioty, które posłużą jako znaczniki na mapie.



Może być pomocne, ale nie jest konieczne:

- karty metaforyczne (np. [wydrukowane z internetu](#) lub Dixit²⁴)
- kości opowieści (tzw. story cubes²⁵).



Do wydrukowania:

- Schemat rzutu kostką k6 (załącznik nr 2, strona [75](#)), dwie kopie
- Karta postaci (załącznik nr 3, strona [74](#)), po jednej kopii na osobę
- Karta świata gry (załącznik nr 4, strona [77](#)), jedna kopia.

.....

²⁴ Wydawca gry Dixit umożliwił darmowe pobranie kart do druku: <https://print-and-play.asmodee.fun/en/game/dixit>

²⁵ W sieci można znaleźć wzory kości opowieści do samodzielnego wydrukowania i zrobienia, np.: <https://samsezrob.wordpress.com/2019/05/31/darmowe-story-cubes-do-wydrukowania> lub <https://kreatywnapedagogika.wordpress.com/2018/01/27/story-cubes-zrob-to-sam>; [dostęp:] 14.02.2023.

**Liczba osób grających w jednej grupie:**

3–5 os.

Forma pracy

Graczki i gracze będą wymyślać, ustalać i tworzyć świat, w jakim chcieliby wspólnie zagrać, a ty, jako osoba prowadząca (mistrzyni lub mistrz gry), będziesz spisywał/-ła całość, zadawał/-ła pytania pomocnicze, zawarte w poszczególnych krokach i dbał/-ła o to, aby każdy miał możliwość zaangażowania się w proces tworzenia.

Krótką charakterystyka

Scenariusz pozwala krok po kroku stworzyć wymyślony świat gry, czyli obszar, na którym toczyć się będzie wspólna zabawa. Może to być konkretne miejsce (jak park czy wesołe miasteczko), wyspa, miejscowość, państwo, kraina, statek kosmiczny, planeta itd. Wszystko zależy od tego, jakie potrzeby będą mieli gracze oraz graczki. Proces tworzenia świata może być ekscytującym przeżyciem! Pierwsze pomysły, przy twoim wsparciu, pojawią się w rozmowie. Na ich podstawie sformułujecie kolejne ustalenia, które następnie zostaną przeniesione na mapę i zapisane na karcie świata gry (załącznik nr 4, strona [ZZ](#)). Przygotuj zatem wystarczającą ilość wolnej przestrzeni przed wami: ważne, aby każdy mógł widzieć całą mapę i mieć możliwość dorysowywania na niej kolejnych elementów. Stół dla 5–6 osób, połączone ze sobą mniejsze stoliki lub ławki szkolne powinny zdać egzamin.



Opis zajęć krok po kroku

Wstęp

Poinformuj graczy i graczki, że podczas zajęć będziecie wspólnie tworzyć świat gry. Przejdźcie razem przez sześć kroków, a następnie odegracie pierwszą scenę w nowo stworzonym miejscu.

1. Przygotuj sobie kartę świata gry (załącznik nr 4, strona [ZZ](#)) i na bieżąco zapisuj na niej poszczególne ustalenia.
2. Dla graczy oraz graczek przygotuj pomoce do pisania i duży arkusz papieru, na którym będą mogli narysować mapę swojego świata.
3. Rozpocznij rozmowę o tym, jaki świat z książek, filmów, seriali, malarstwa, teatru czy innej formy sztuki zapadł w pamięć osobom przy stole. Co ich zaciekało lub zafascynowało w tych światach lub w dziejących się w nich historiach? Odpowiedzi zapisuj na kartce. Przydadzą ci się w pierwszym kroku w części II. Tworzenie. W przypadku gdyby pojawiły się trudności w przywołaniu konkretnych dzieł, przygotuj sobie kilka propozycji, które twoi gracze oraz graczki mogą znać. Poniżej zamieszczamy kilka pomysłów:
 - książka „Tajemniczy ogród” Frances Hodgson Burnett i film o tym samym tytule w reż. Agnieszki Holland;
 - książka „Faraon” Bolesława Prusa i film o tym samym tytule w reż. Jerzego Kawalerowicza;
 - film „E.T.” w reż. Stevena Spielberga;
 - serial „Alternatywy 4” w reż. Stanisława Barei;
 - baśń „Dzielný ołowiany żołnierz” autorstwa Hansa Christiana Andersena;
 - seria książek o Sherlocku Holmesie autorstwa Artura Doyle’a;
 - książka „Przygody Tomka Sawyera” autorstwa Marka Twaina;
 - seria książek „Pan Samochodzik” autorstwa Zbigniewa Nienackiego;
 - filmy przygodowe o Indianie Jonesie w reż. Stevena Spielberga;
 - cykl książek „Opowieści z Narnii” Clive’a Staplesa Lewisa.



Wskazówka – zapisywanie ustaleń

Zapisuj to, co twoi gracze oraz graczki ustalą wspólnie. Dopytuj, jeżeli czujesz, że coś jest niejasne. Staraj się wyjaśniać polecenia i termi-

ny, które wprowadzasz. Jeżeli ty czegoś nie zrozumiesz, to poproś o wytłumaczenie. Każdy ma inne doświadczenia, wiedzę i może mieć inny bagaż kulturowy, dlatego tak ważne jest, żeby w niejasnych sytuacjach tłumaczyć wszystkie nieścisłości i wątpliwości.

Tworzenie

Ta część składa się z sześciu różnych etapów:

Krok 1. Określenie rodzaju świata

Krok 2. Tworzenie mapy

Krok 3. Wymyślanie nazw

Krok 4. Opis kultury/społeczności

Krok 5. Opis wyzwań

Krok 6. Stworzenie bohaterów.



Wskazówka – poziomy złożoności elementów

Pamiętaj, że to wy macie ostateczny wpływ na to, jakie elementy będą zawarte w grze. Przechodząc punkt po punkcie wszystkie etapy tworzenia, możesz pytać innych, czy chcą omówić dany element, czy nie jest on aż tak istotny dla waszej historii. Sugerujemy również, żebyście nie omawiali każdego z nich szczegółowo, a jedynie je zarysowywali – nadali im nazwę, przypisali ogólne znaczenie, a określenie historii, jaka się z nimi wiąże, zostawili na samą rozgrywkę.

Z naszych doświadczeń wynika, że gracze oraz graczki chętnie tworzą mapę – rozrysowują obszar świata i oznaczają jego co bardziej charakterystyczne elementy. Proces ten potrafi być bardzo angażujący i nasuwa im wiele ciekawych pomysłów, dlatego warto przeznaczyć na ten etap odpowiednio dużo czasu.

Krok 1. Określenie rodzaju świata

Na początku rozmawialiście o światach opisywanych w wybranych tekstach kultury i dziejących się w nich historiach. Teraz waszym zadaniem jest podjęcie decyzji, w jakim świecie będzie toczyła się wasza gra. Może to być oczywiście świat pozlepiany z kilku różnych, które zainteresowały was we wstępnej rozmowie.

Dla samej rozgrywki ważne będzie, czy jest to świat realny, bliski naszemu, czy pełen rzeczy niesamowitych (takich jak np.: magia, alchemia, podróże w czasie, obecność przybyszy z innej planety itp.). Może będzie to świat dalekiej przyszłości lub wręcz przeciwnie – otulony baśniowym klimatem świat przeszłości?

Na tym etapie najistotniejsze jest, żebyście chociaż jednym zdaniem ustalili, w jakim świecie zagrać.

Krok 2. Tworzenie mapy

1. Połóż na środku stołu duży arkusz papieru/brystolu.
2. Przygotuj kostki lub inne małe przedmioty, które gracze będą mogli umieścić na mapie.
3. Przekaż następującą instrukcję graczom:
„Teraz będziemy losowo umieszczać przedmioty na mapie, zakreślać przestrzeń wokół nich i w ten sposób określimy konkretne obszary i miejsca”.
4. Poproś, żeby każda z osób przy stole wzięła do ręki kilka/kilkanaście przedmiotów. Niech pierwsza osoba rozsypie je po całej mapie, a następnie zakreśli za pomocą markera kształty wokół nich. Kształty nie muszą być duże ani połączone ze sobą – mogą być oddzielnymi „wyspami”. Każda kolejna osoba powinna powtórzyć te czynności, używając jednak markera o innym kolorze niż pozostali. Powtórzeń powinno być tyle, ile chcecie mieć na mapie obszarów o konkretnym charakterze.
5. Następnie przypisz efektom każdego rzutu (obszarom, jakie utworzył) konkretny charakter, np.:
 - pierwszy rzut: tereny zalesione;
 - drugi rzut: tereny górzyste;
 - trzeci rzut: tereny zabudowane (wsie, miasta);
 - czwarty rzut: skupiska wodne (jeziora, morza, rzeki).

Jeżeli macie pomysł na dodatkowe obszary, to śmiało wykonajcie kolejne rzuty, określając w ten sposób inne miejsca.

Na końcu stwórzcie sieć dróg łączących poszczególne miejsca.

Krok 3. Wymyślanie nazw

Wspólnie z graczami i graczkami wymyślcie nazwy własne dla miejsc umieszczonych na mapie. Poniższy schemat może wam w tym pomóc:

- tereny zalesione (nazwy puszczy, lasów, parków);
- tereny górzyste (nazwy masywów i szczytów górskich);
- tereny zabudowane (nazwy wsi, miasteczek, miast);
- skupiska wodne (nazwy jezior, mórz, rzek);
- miejsca tajemnicze;
- miejsca ważne.

Krok 4. Opis kultury/społeczności

Jeżeli chcecie przyjrzeć się kulturze lub społeczności tworzonego przez siebie miejsca, to poniższe pytania mogą wam pomóc:

- Jak ogólnie nazwalibyście tę kulturę/społeczność?
- Czym się charakteryzuje?
- Co jest ważne dla ludzi z tej kultury/społeczności?
- Co jest zabronione w tej kulturze/społeczności?
- Jakie wartości wyznają ludzie z tej kultury/społeczności?

Krok 5. Opis wyzwań

Porozmawiajcie o wyzwaniach w świecie waszej gry. Zastanówcie się:

- Jakie wyzwania/problemy można napotkać w tym świecie?
- Jak mieszkańcy tego świata radzą sobie z problemami i trudnościami?
- Czego najczęściej im brakuje?

Krok 6. Stworzenie bohaterów

Ostatnim krokiem w tworzeniu świata gry jest wymyślenie bohaterów dla graczy i graczek.

1. Rozdaj karty postaci (załącznik nr 3, strona [74](#)) i poproś, żeby każda osoba najpierw krótko opowiedziała o swoim pomysłe na postać, a następnie – żeby wypełniła kartę.
2. Po stworzeniu i opisaniu postaci przychodzi kolej na ustalenie relacji między nimi. Zadaj graczom i graczkom poniższe pytania i zachęć ich do wspólnej rozmowy:
 - W jaki sposób bohaterowie i bohaterki się poznali?
 - Jakie relacje panują między poszczególnymi BG?
 - Dlaczego spędzają ze sobą czas?
 - Co ich łączy?
 - Czy mają bliskich, rodziny, przyjaciół?



Wskazówka – ożywianie świata

Zarysowaliście już świat gry. Na potrzeby wspólnie opowiadanej historii możecie ożywić różne jego elementy. I tak np. miejsce, które uznane jest przez BG za tajemnicze, może być związane z jakąś legendą, którą bohaterowie i bohaterki będą mogli zgłębić. Jako MG korzystaj przede wszystkim z tego, co dostajesz od swoich graczek i graczy. Nawiązuj do słabości i mocnych stron ich postaci, przypisuj im określone wyzwania i problemy. Staraj się myśleć o całości jak o dobrej przygodzie, w której BG są w centrum uwagi. Ich poczynania, dążenia i decyzje będą pchały fabułę do przodu. Zajrzyj raz jeszcze

do części „Rola osoby prowadzącej – mistrzyni lub mistrz gry” [41](#) oraz do części „VI. Inspiracje i dodatki” na stronie [80](#) – ostatniego rozdziału tej publikacji, w którym znajdziesz dodatkowe inspiracje.

Ahoj przygodo!

Spisałeś/spisałaś najważniejsze elementy na karcie świata (załącznik nr 4, strona [77](#)), a graczy oraz graczki rozpisali swoje postacie na kartach i określili relacje między nimi. Przed wyruszeniem w drogę potrzebujecie jeszcze jednego ważnego elementu: wydarzenia, które jest kluczowe dla przygody i zawiązuje akcję.

Na tym etapie możesz już mieć własny pomysł na takie wydarzenie, ale możesz też zapytać graczy i graczki o to, co spowodowało, że ich postacie postanowiły się zainteresować jakąś sprawą. A może to bieg wydarzeń porwał bohaterów i bohaterki wbrew ich woli, splatając ich losy ze sobą i wrzucając na głęboką wodę?

W tej części możesz wspomagać się zarówno kartami Dixit, jak i kośćmi opowieści. Kluczowe jest, żeby pierwsze spotkanie w wymyślnym świecie gry było prologiem. Może w nim wybrzmieć coś mocnego, np. jakieś dramatyczne wydarzenie, ale może to być też historia służąca prezentacji postaci, w której karty będą odkrywane pomału.

Podsumowanie

1. Na koniec pogratuluj graczom i graczkom kreatywności w wymyślaniu oraz podkreśl fakt, że to wszystko powstało dzięki ich pomysłom i improwizacji. Zachęć, aby podzielili się swoimi wrażeniami z tworzenia świata i ze wspólnej gry. Możesz pomóc im, pytając:
 - Co było dla was ciekawe?
 - Co było łatwe? Co było wyzwaniem?
 - Czy podobało się wam tworzenie świata gry? Dlaczego tak/dlaczego nie?
 - Jak się wam grało?
 - Czy jest coś, co warto zmienić na przyszłość?
2. Jeśli graczom i graczkom spodobał się świat, który stworzyli i chcą dalej go eksplorować i odkrywać jego tajemnice, to możecie umówić się na odegranie w nim dłuższej historii, która ciągnąć się będzie przez kolejne lub kilka kolejnych spotkań. Wszystko zależy od was!

załącznik nr 1

Schemat opowieści

1. MIEJSCE

- W jakim miejscu chcecie umieścić Waszą opowieść?
- Czy z tym miejscem jest związana jakaś legenda lub sekret?
- Czym się charakteryzuje to miejsce?

2. KTO I DLACZEGO?

- Kogo można spotkać w tym miejscu?
- Skąd wzięli się w tym miejscu?

3. BOHATEROWIE GRACZY

- Kim są na co dzień?
- Jak wyglądają i jak się nazywają?
- Jaki mają związek z tym miejscem?
- Co łączy wszystkich BG ze sobą?

4. WYDARZENIE

- Co dokładnie się stało?
- Jaki to ma wpływ na BG i inne postacie?
- W jaki sposób to wydarzenie łączy BG?
- Co może zmotywować BG, żeby zaangażowali się w tę sytuację?

WAŻNE: wydarzenie jest bodźcem, dzięki któremu BG zaczynają działać wspólnie

PIERWSZA SCENA

- MG robi wstęp: opisuje wymyślony świat gry i wprowadza ustalone wydarzenie
- Gracze i graczy opisują swoje postaci i ich reakcję na wydarzenie

załącznik nr 2

Schemat rzutu kostką k6

Po rzuceniu kostką sześciocienną odczytaj wynik, który określa, czy czynność /zamierzenie postaci powiodły się i czy mają jakieś dodatkowe konsekwencje.

Rezultaty rzutu:

WYNIK	OPIS
6: Tak, i...	BG odnosi sukces i dzieje się coś jeszcze, co jest dla niego korzystne. Jako MG możesz sam wymyślić, co dzieje się dodatkowo lub poprosić o to gracza/graczkę
5: Tak	działanie BG się powiodło
4: Tak, ale...	BG udało się osiągnąć zamierzony cel, ale ta sytuacja wywołała dodatkowy efekt, który komplikuje rozmowę /sytuację
3: Nie, ale...	nie udało się osiągnąć zamierzonego celu, ale pojawił się cień nadziei na inne rozwiązanie/BG dowiaduje się czegoś, co może wykorzystać na swoją korzyść
2: Nie	nie udało się osiągnąć sukcesu
1: Nie i...	nie dość, że nie udało się osiągnąć sukcesu, to pojawiają się dodatkowe utrudnienia

załącznik nr 3

Karta postaci

**Imię postaci****Twoje imię****Wiek****Płeć****Kim jest postać/czym się zajmuje****Mocna strona
(zaleta/atut)****Słaba strona
(wada/słabość)****Ulubiony przedmiot****Notatki****TEATR PRZY STOLE**

załącznik nr 4

Karta Świata

(3 strony)

RODZAJ ŚWIATA	
OPIS KULTURY/ SPOŁECZNOŚCI	<p>Jak ogólnie nazwalibyście tę kulturę/ społeczność?</p> <p>Czym się charakteryzuje?</p> <p>Co jest ważne dla ludzi z tej kultury/ społeczności?</p> <p>Co jest zabronione w tej kulturze/ społeczność?</p> <p>Jakie wartości wyznają ludzie z tej kultury/społeczności?</p>

OPIS WYZWAŃ	<p>Jakie wyzwania/problemy można napotkać w tym świecie?</p> <p>Jak mieszkańcy tego świata radzą sobie z problemami i trudnościami?</p> <p>Czego najczęściej im brakuje?</p>
BOHATEROWIE	<p>W jaki sposób bohaterowie i bohaterki się poznali?</p> <p>Jakie relacje panują między poszczególnymi BG?</p> <p>Dlaczego spędzają ze sobą czas?</p> <p>Co ich łączy?</p> <p>Czy mają bliskich, rodziny, przyjaciół?</p>



Inspiracje i dodatki





Ostatni rozdział pełen jest materiałów, dzięki którym organizowane przez siebie spotkania będą jeszcze ciekawsze i lepiej przygotowane. Znajdziesz tutaj m.in.:

- sugestie jak dalej rozwijać prowadzoną przez siebie grupę;
- inspiracje;
- przykładowe zasady stołu;

- listę ciekawych inicjatyw, stron, grup RPG w Polsce;
- wzory zgód odnośnie przetwarzania danych osobowych i wykorzystywania wizerunku.

Zachęcamy do korzystania z nich i dzielenia się swoimi doświadczeniami na [naszej grupie Facebookowej](#).

1. Co dalej?

Kiedy udało wam się poprowadzić zawarte w tym podręczniku scenariusze, a gracze wciągnęli się w gry fabularne, to warto wykonać kolejny krok. Mam na to kilka pomysłów, o których piszę poniżej:

- **Dowiedz się, co jest najważniejsze dla twojej grupy: gra czy spotkanie**
- Prowadzenie gier fabularnych według sugestii zawartych w przewodniku wychodzi poza schemat zwykłej sesji RPG. Nie tylko dostarcza rozrywki i integruje, ale też pozwala ćwiczyć pamięć, a co najważniejsze – sprawia, że osoby starsze w regularnych odstępach czasu

wychodzą z domu i spotykają się z innymi. Może okazać się, że forma krótkich, improwizowanych przygód będzie dla twojej grupy wystarczająca, a ważniejsza od samej rozgrywki będzie możliwość spotkania się z ludźmi i wymiany myśli. Warto jednak co jakiś czas zapytać swoich graczek i graczy o to, czy nie chcieliby spróbować czegoś bardziej złożonego, jak np. przygody, która będzie trwała przez kilka lub nawet kilkanaście spotkań, dzięki czemu kreowane przez nich postacie staną się niczym bohaterowie serialu lub serii książek.

• Zapytaj o pomysły swoich graczy

Nie tylko ty jesteś odpowiedzialny za atrakcyjność zajęć, ale twoi gracze i graczkі również. Zawsze na koniec zajęć pytaj, jak im się podobało i co było dla nich ciekawe, a także czy mają pomysły, które chcieliby wykorzystać lub rozwinąć podczas kolejnych spotkań. Zachęcaj ich do czerpania z tego, co ich otacza lub co jest im bliskie – ze świata realnego, z marzeń, książek, filmów, seriali, teatru, muzyki, opowieści itp.

• Wprowadź nowe gry

Korzystanie z różnych pomysłów i gier wprowadzi wiele świeżości do waszych spotkań. Poniżej zamieszczamy listę gier, które pozwalają tworzyć historie pełne niezapomnianych przygód, oparte na współpracy i dobrej zabawie. Część z tych pozycji jest bezpłatna, inne możecie zakupić na stronach wydawców lub w sklepach internetowych, w wersji fizycznej i/lub elektronicznej:

- [Edelweiss](#) – gra z nurtu cozy games, czyli „przytulnych gier”, będąca symulatorem spokojnego życia w malowniczej krainie fantasy;
- [Więc siedzicie w karczmie](#) – kolejna „przytulna gra”, która pozwala opowiedzieć o znajdowaniu chwili spokoju dla siebie w świecie wyzwań, oczekiwań i zobowiązań;
- [Jagodowy Las i Mistrz Baśni](#) – dwie baśniowe gry nie tylko dla dzieci;
- [Koty książkowe](#) – gra, w której wcielamy się w magiczne koty domowe;
- [Pamiętnik przy mięcie](#) – gra o mieszkaniu w przytulnej chatce w fantastycznym świecie;
- [Tajemnice Pętli](#) – gra, w której wciela-

my się w grupę dzieciaków w latach 80. XX wieku;

- [Wyprawa za mur i inne historie](#) – gra przygodowa w świecie fantasy;
- [Popsuty kompas](#) – gra, w której wcielamy się w poszukiwaczy przygód pragnących odnaleźć skarb;
- [Yin Yang Panda](#) – gra, w której wcielamy się w zwierzęta będące mistrzami kung-fu.

Niektóre z gier potrzebują specyficznych kostek do gry: k3, k4, k6, k8, k10, k12 lub k20. W tym zapisie „k” oznacza kostkę, a liczba obok oznacza liczbę ścianek na kości. Istnieje jeszcze kostka k100, która posiada 10 ścianek, oznaczających kolejne pełne dziesiątki. Rzucana wraz z k10 pozwala na odczytywanie wyników procentowych, wymaganych w niektórych grach o bardziej złożonych mechanikach. Wszyscy znamy kostki sześciścienne (k6), ale z pozostałymi ani ty, ani uczestnicy i uczestniczki twoich zajęć mogliście nie spotkać się wcześniej. Zestawy z siedmioma kostkami (od k4 do k100) są jednocześnie zbiorem wszystkich rodzajów, jakich możecie potrzebować (k3 używana jest bardzo rzadko i łatwo zastąpić ją za pomocą k6). Zestawy można kupić w licznych sklepach stacjonarnych lub on-line z grami planszowymi i fabularnymi.

• Zachęcaj do współprowadzenia

Kiedy już twoi gracze oraz graczkі oswajają się z grami fabularnymi, zaproponuj im przejęcie roli mistrzyni lub mistrza gry. Możesz podzielić się z nimi tym podręcznikiem, a w szczególności częścią o roli mistrza i mistrzyni gry. Wcielając się w MG, twoi gracze i graczkі mają szan-



sę nabyć nowe umiejętności i jeszcze bardziej rozwinąć swoją wyobraźnię. Zachęć ich jednak, aby zaczęli od prostszych rzeczy i przechodzili do bardziej skomplikowanych rozgrywek metodą małych kroków. Rzucanie potencjalnych prowadzących od razu na głęboką wodę może ich zniechęcić do kolejnych prób. Na początek nowy/-a MG może np. przy twoim dyskretnym wsparciu poprowadzić pierwszy lub drugi scenariusz z podręcznika.

- **Zmień od czasu do czasu miejsce spotkań**

Gry fabularne są pod tym kątem bardzo wdzięczne, ponieważ można je rozegrać gdziekolwiek, gdzie jest miejsce do siedzenia oraz możliwość skupienia uwagi. Jeżeli spotykacie się ciągle w tym samym miejscu, to spytaj, gdzie uczestnicy i uczestniczki twoich zajęć czują się dobrze i, jeśli tylko będzie to możliwe, to

następnym razem spotkajcie się i rozegrajcie tam swoją grę. Takim miejscem może być np.: mieszkanie gracza lub graczy, sala w innej instytucji, kawiarnia, park na świeżym powietrzu, biblioteka itp.

- **Poprowadźcie sesję z udziałem publiczności**

Różnego rodzaju grupy senioralne prezentują swoją twórczość: muzykę, sztuki teatralne, improwizację, rękodzieło, prace plastyczne, stand-up i inne. A gdyby tak waszą sesję RPG a nie mogli/-ły obejrzeć na żywo wasi znajomi i/lub osoby, które działają w danym miejscu? Sesję możecie potraktować jak spektakl improwizowany. Zanim jednak się na to zdecydujecie, upewnij się, że każda gracza i każdy gracz w waszym gronie czuje się z tym pomysłem komfortowo i chce zaprezentować się przed innymi. W momencie, w którym piszemy te słowa, w Polsce nie było jeszcze takiej inicjatywy z udziałem seniorów. Możecie być pierwsi!

- **Spiszcie krótkie teksty na podstawie sesji**

Może okazać się, że wśród twoich graczy i graczek są osoby, które lubią pisać poezję lub prozę. Możesz je zachęcić, żeby zainspirowały się rozgrywanymi przez was historiami i spróbowaly napisać na ich podstawie wiersz, opowiadanie, dłuższą formę literacką lub poetycką. Jeśli autor lub autorka się zgodzą, możesz to później wykorzystać do promocji waszych zajęć.

2. Inne materiały stworzone w ramach innowacji

- [Model współpracy](#)
- Scenariusze
- [Omówienie przewodnika](#)
- [Omówienie modelu współpracy](#)
- [Omówienie scenariuszy](#)
- [Jak zacząć prowadzić RPG seniorom?](#)
- [Sesja RPG z seniorami](#)
- [Rozmowa z prowadzącymi RPG o tym, co daje im granie z seniorami](#)
- [Rozmowa z seniorami o tym, co dają im gry fabularne](#)

3. Inspiracje

Zamieściliśmy tutaj odnośniki do organizacji, instytucji i inicjatyw, które mogą stać się dodatkową kopalnią pomysłów.

3.1. Tematyka senioralna

- [Generator innowacji „Sieci wsparcia”](#) – wiele ciekawych praktyk, materiałów i pomysłów dotyczących działań z seniorami;
- [Warszawska Rada Seniorów](#);
- [Inicjatywa „Zamek Otwarty” przy Centrum Kultury „Zamek” w Poznaniu](#);
- [Program „Kultura Dostępna” w NAC](#);
- [Karty i poradnik „Rozmawianie o śmierci cię nie zabije”](#);
- [Instytut Dobrej Śmierci](#) – inicjatywa łącząca ludzi, którzy wierzą, że świadomość przemijania może pogłębić jakość naszego życia;
- [Akcja „Meals on wheels”](#) – wolontariusze, którzy na co dzień biegają, dostarczając do osób potrzebujących obiady;
- [„Death cafe”](#) – rozmowy o odejściu bliskich osób przy kawie.

3.2. RPG w Polsce

Sesje RPG, materiały dla graczy i MG, podcasty:

[6 10 12](#)

[Aine Universe](#)

[Awanturnicy](#)

[Baniak Baniaka](#)

[Bohaterka Niezależna](#)

[Bunkier Gier](#)

[Carnival Team](#)

[Coens Cave](#)

[Diabelskie Wersety](#)

[Dice Biters RPG](#)

[Dobre Rzuty](#)

[Dopleramania](#)

[Dziwne Miasto](#)

[Erpegowe Piekietko](#)

[Erpegowy Codziennik](#)

[Erpegówek](#)

[Fajerbol](#)

[Fantastyczna Kozetka](#)

[FrejTalk – podcast](#)

[Graj Kolektyw](#)

[GRYE](#)

[Gry Frejtaga](#)

[Imaginarium RPG](#)

[Jaskinia eRPeGie](#)

[Jestem na przygodzie](#)

[Kanał Termosa](#)

[Karczmarz](#)

[Klimaty RPG](#)

[Lans Macabre](#)

[Lovibond RPG](#)

[Miszcz Gry Robakov](#)

[Miś Gry](#)

[Moje Cthulhu](#)

[Mój Loch](#)

[Niesamowite Narracje](#)

[Niezwykłe Przygody](#)

[Ograny kanał](#)

[Ostatnia Przysłań](#)

[Ostry Cień Gry](#)

[Podśluchane](#)

[Przygody Młodego MG](#)

[Rimein RPG](#)

[Ryzyko Narracyjne](#)

[Rzucaj Nie Gadaj –](#)

[podcast](#)

[Stamford](#)

[To Ja Go Tnę](#)

[To wszystko wina elfów](#)

[Ucieczka z Arkham](#)

[Ustatkowany Gracz](#)

[Wiedźmiński Szlak](#)

[Zgubne Granie w RPG](#)

[Żuław](#)

Inne ciekawe inicjatywy RPG:

[Arkham Radio](#)

[Chaotyczna w RPG](#)

[Czas na Przygodę](#)

[Drużyna Wiewióry](#)

[Erpegowy Matecznik](#)

[Erpegowa Rebelia](#)

[Fajerbol Junior](#)

[Fundacja TRACH](#)

[GniazdoSłów](#)

[Jar of dice](#)

[Kanapowy Fantasta](#)

[Kotek Niewiary](#)

[Kulnij Se](#)

[Larpowy Ogród](#)

[Marsz Fantastyczny](#)

[Pazurem spisane - blog](#)

[Piwnicze Biadolenie](#)

[Rare Printed Gear](#)

[RPGowa Alchemia](#)

[Rzuć kością](#)

[Sesja Zero](#)

[Stowarzyszenie Awangarda](#)

[Stowarzyszenie Chowaniec](#)

[Stowarzyszenie Topory](#)

[Warsztat RPG](#)

[Zgrany Wawer](#)

[ZuraffPL](#)

Muzyka pod sesje RPG:

[Grensir](#)

[Karolina Koba](#)

[Tabletop audio RPG](#)

4. Dodatki

DODATEK I.

Uważność na potrzeby osób uczestniczących

Grupa 1: Potrzeby wynikające ze sprawności

Potencjalne potrzeby osób uczestniczących w projekcie zostały podzielone na cztery grupy, wynikające ze sprawności, możliwości i charakteru graczy oraz z tematów podejmowanych w grze.



Wzrok

Materiały papierowe lub pomoce w wersji elektronicznej powinny się przygotować w formie czytelniejszej niż zwykle. Warto zwrócić uwagę na to, aby:

- czcionka była czytelna (pozbawiona dodatkowych ozdobników) i miała rozmiar minimum 14 pkt,
- treść znajdowała się na jednolitym tle – unikajmy przebarwień w druku,
- zachowany był duży kontrast między tłem a tekstem (żeby treść nie zlewała się z tłem).

W przypadku, kiedy w grze uczestniczą osoby niewidome:

- niech mistrz gry lub inny gracz odczytuje treść materiałów, jeżeli to możliwe: warto przed sesją nagrać plik dźwiękowy z opisem pomocy, np. kiedy w grze pojawi się list, dłuższy opis lub historia. Dzięki temu gracz będzie mógł wielokrotnie, w każdym momencie spotkania, odsłuchać dany materiał, bez konieczności dopytywania o jego szczegóły.

Słuch

Wszystkie osoby uczestniczące w rozgrywce powinny dostosować sposób wypowiedzi do potrzeb gracza, który słabiej słyszy:

- ważne, aby nie mówić zbyt szybko, ale też nie przesadnie wolno,
- treść wszystkich wypowiedzi powinna być przekazywana wyraźnie,
- należy starać się mówić nieco głośniej,
- jeśli ktoś zwraca się bezpośrednio do tej osoby, to powinien patrzeć na nią tak, aby widziała ruch warg i wypowiedzane słowa,
- muzyka puszczone w tle, dla dodania klimatu, powinna być ściszone, subtelna i nie zagłuszać tego, co mówią gracze i mistrz gry. Jeśli mimo wszystko stanowi problem, to w trakcie spotkania na żywo można z niej zrezygnować, a w trakcie rozgrywki on-line niektóre aplikacje, np. Discord, dają każdemu z graczy możliwość wyciszenia muzyki w swoich słuchawkach/głośnikach.



Poruszanie się

Organizując spotkanie należy pamiętać o kilku sprawach:

- warto zadbać o to, aby miejsce, w którym się odbędzie, znajdowało się na parterze,
- spotkanie można zorganizować na wyższych piętrach wyłącznie wtedy,



- kiedy można wjechać na nie windą,
- miejsce spotkania powinno znajdować się w pobliżu toalety, a dostęp do niej musi być swobodny. Toaleta powinna być przystosowana do potrzeb osób z niepełnosprawnością ruchową,
 - niezbędne będą też wygodne krzesła i stół,
 - nie mniej ważne jest to, aby miejsce było dobrze oświetlone i nie było pomieszczeniem przechodnim.

Grupa 2: Potrzeby wynikające z możliwości

Planując zajęcia, trzeba uwzględnić następujące możliwości uczestników:

- możliwość dojazdu na miejsce – w tym kontekście należy też uwzględnić godziny, w których te osoby będą mogły swobodnie się przemieszczać (na spotkanie i z powrotem),
- możliwości finansowe – warto zadbać o to, aby zajęcia były bezpłatne lub za dobrowolną opłatą,
- możliwości komunikacyjne – jeżeli chcecie komunikować się z waszymi graczkami i graczami także pomiędzy spotkaniami, to w pierwszej kolejności powinniście się zorientować, jaka forma kontaktu im pasuje. Być może kontakt telefoniczny będzie jedynym możliwym, a może wręcz przeciwnie – będziecie mieć grupę na Facebooku lub Discordzie.
- Ważne, żebyście jako organizatorzy byli otwarci na różne rozwiązania.

Grupa 3: Potrzeby wynikające z charakteru

Tak naprawdę należałoby tutaj napisać o potrzebach wynikających z indywidualnych uwarunkowań graczy. Osoba

prowadząca gry fabularne powinna być sprawnym pedagogiem. I nie chodzi tu tylko o wykształcenie, ale o metody działania, nastawione na wsłuchiwanie się w innych i reagowanie na ich potrzeby. Każdy człowiek ma indywidualne cechy i różni się charakterem, a co za tym idzie: ma różne oczekiwania i potrzeby. Osoba, która prowadzi zajęcia, powinna mieć tego świadomość i odpowiednie kompetencje, aby umieć się wsłuchiwać w różne potrzeby i znajdować rozwiązania, które będą wszystkim pasować. W trakcie gry powinna pamiętać o tym, aby każdemu, nawet bardziej wycofanemu czy nieśmiałemu graczowi, dawać tyle samo czasu, co innymi, dbać o to, aby i dla niego znalazło się odpowiednio dużo przestrzeni do swobodnego wyrazu. Gra ma nieść ze sobą dobrą energię i być miło spędzonym czasem, dlatego tak ważne jest, żeby pamiętać o podarowaniu uwagi każdej osobie. Nie należy nikogo pomijać, tylko starać się dzielić czas w trakcie rozgrywki po równo.

Grupa 4: Potrzeby wynikające z tematów poruszanych w grze

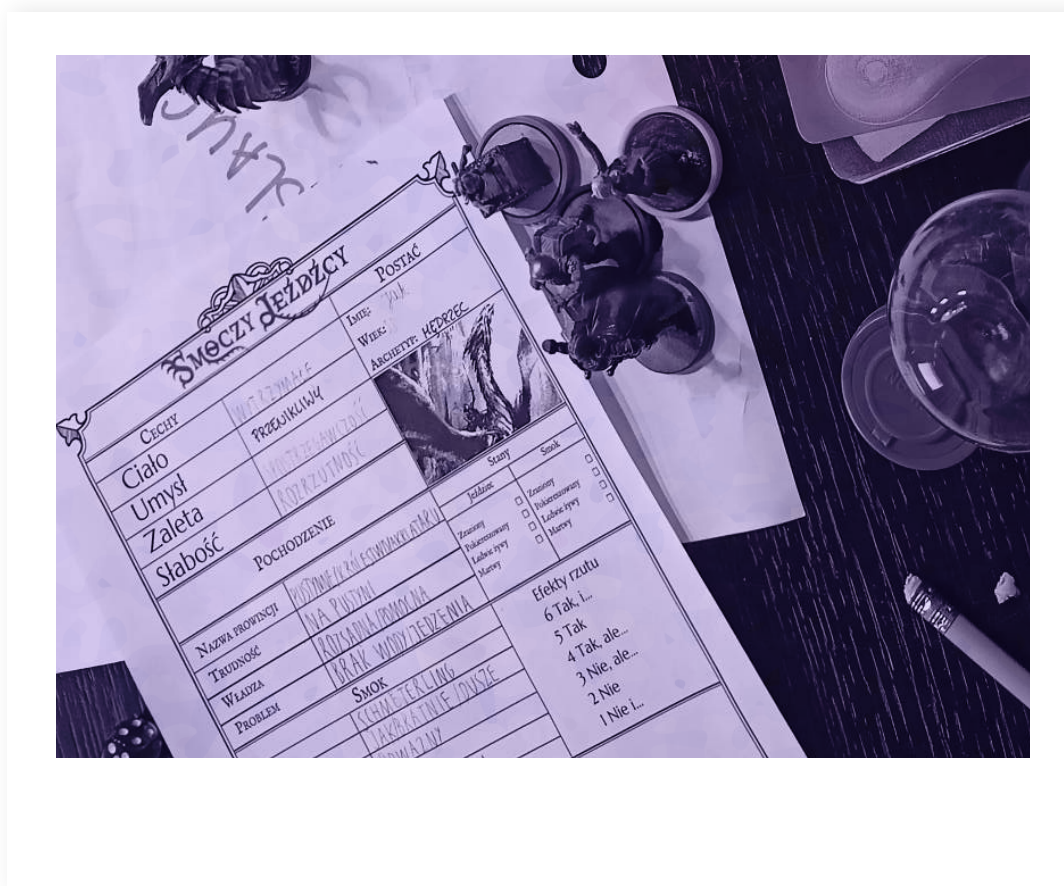
W grach fabularnych mówi się o tzw. wyzwalaczach (z ang. „triggerach”), które wiążą się z tematami niepożądanymi i drażliwymi. Dlatego na początku, kiedy zapoznajemy się z naszymi graczami, dobrze zrobić krótkie wprowadzenie. W jego trakcie warto wyjaśnić, na czym będzie polegała rozgrywka oraz zapytać o to, które tematy w życiu, filmach, książkach itd. interesują ich, a których nie lubią lub które wywołują trudne dla nich emocje. Pytając o tę drugą grupę treści,

można poprosić graczy, aby anonimowo wypisali na kartkach tematy lub kwestie, które potencjalnie mogą być dla nich triggerami, czyli wyzwać w nich silne i wyjątkowo trudne emocje. Zapisane karteczki powinni przekazać prowadzącemu, który się z nimi zapozna i zapamięta ich treść, aby podczas wspólnej rozgrywki nie poruszać tych tematów. Ważne, żeby osoba prowadząca nie odczytywała tych kartek na forum – są przeznaczone tylko dla niej. Oprócz zebrania informacji o potencjalnych triggerach, których mistrz gry powinien unikać, trzeba też poinformować graczy, że podczas rozgrywki w każdej chwili mogą powiedzieć „stop”, jeśli pojawi się jakiś temat czy opis, który wzbudzi w nich trudne emocje. Nie muszą przy tym tłumaczyć, dlaczego

nie chcą, aby dana scena była kontynuowana. Wówczas osoba prowadząca lub inny gracz powinni zatrzymać swój opis, złagodzić efekt, jaki mogła wywrzeć dana scena i kontynuować rozgrywkę. Więcej o zachowaniu komfortu w trakcie sesji RPG można znaleźć w artykule na stronie <https://gryfrejtaga.pl/bezpieczna-i-wlaczajaca-atmosfera-podczas-rozgrywek-rpg/>.

Źródło: T. Piątek „Frejtag”, „Powrót do przeszłości. RPG z dorosłymi 50+. Gry fabularne w działalności instytucji kultury”, Wawerskie Centrum Kultury, Warszawa 2020, s. 30.





DODATEK II.

Zasady przy stole – propozycja

Poniżej dzielimy się zasadami, które mogą być przydatne podczas wspólnego grania:

- jedna osoba deklaruje swoją akcję lub opowiada w jednym czasie. Wówczas pozostali czekają na swoją kolej;
- jeśli jest taka potrzeba, to zatrzymujemy daną scenę, dopytujemy czy wszyscy rozumieją ją tak samo, wyjaśniamy;
- unikamy w trakcie gry rozmów na temat polityki i religii, ponieważ tematy te mogą być drażliwe; nie oceniamy tego

jak ktoś odegrał postać. Każdy bawi się tak, jak potrafi;

- na czas rozgrywki wyciszamy telefony;
- jesteśmy „tu i teraz”, czyli wszystko, co dzieje się w grze, zostaje w niej. Na koniec spotkania wychodzimy ze swoich ról i zostawiamy za sobą fantastyczną opowieść;
- razem dbamy o komfort i bezpieczeństwo innych: staramy się włączać osoby we wspólne sceny, gramy zespołowo i współpracujemy ze sobą. Jeżeli jakaś osoba chce być bardziej bierna w rozgrywce, to umożliwiamy jej to.

DODATEK III.

Zgody na wykorzystanie wizerunku oraz na przetwarzanie danych osobowych

Zgoda na wykorzystanie wizerunku

Ja,.....
(imię i nazwisko odbiorcy projektu, telefon) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez,
tel..... w celach związanych z moim udziałem
w

Udzielona przeze mnie zgoda jest nieograniczona czasowo i obejmuje utrwalanie oraz nieodpłatne, wielokrotne rozpowszechnianie mojego wizerunku w publikacjach tradycyjnych i internetowych. Wizerunek może być użyty do różnego rodzaju form przetwarzania obrazu, kadrowania i kompozycji, bez obowiązku akceptacji produktu końcowego, lecz nie w formach obraźliwych lub ogólnie uznanych za nieetyczne.

Podstawą prawną przetwarzania mojego wizerunku jest moja zgoda (art 6 ust 1a RODO). Udzielona przeze mnie zgoda jest dobrowolna, zostałam/em poinformowana/y, że jej nieudzielenie nie będzie miało wpływu na możliwość udziału w projekcie.

Oświadczam, że zostałam/em poinformowana o tym, że przysługuje mi prawo wycofania zgody w dowolnym momencie, ale jej wycofanie nie wpłynie na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano przed tym wycofaniem.

Data

Podpis uczestniczki/ka projektu

*niepotrzebne skreślić

Zgoda na przetwarzanie danych osobowych

Ja,.....
(imię i nazwisko odbiorcy projektu, telefon) wyrażam zgodę na przetwarzanie moich danych osobowych przez,
tel..... w celach związanych z moim udziałem
w

Zostałam/em poinformowana/y, że odbiorcą moich danych kontaktowych (telefon lub e-mail) może być podmiot
(adres, kod pocztowy) – wyłącznie w celach związanych z ewaluacją projektu. Moje dane nie będą udostępniane w celach innych niż ewaluacja projektu, nie będą podlegały profilowaniu i nie będą przekazywane do państw trzecich.

Podstawą prawną przetwarzania moich danych osobowych jest (art 6 ust 1a RODO), którą mogę odwołać w dowolnym momencie, ale jej odwołanie nie będzie miało wpływu na zgodność z prawem przetwarzania, którego dokonano przed wycofaniem zgody. Podanie danych osobowych na użytek mojego udziału w projekcie jest dobrowolne, ale ich niepodanie oznacza/może oznaczać brak możliwości udziału w projekcie.

Oświadczam, że zostałam/em poinformowana o tym, że przysługuje mi prawo dostępu do dotyczących mnie danych, ich sprostowania, przenoszenia, ograniczenia przetwarzania, usunięcia, a w przypadku, gdy uznam, że przetwarzanie odbywa się niezgodnie z prawem – do wniesienia skargi do Prezesa Urzędu Ochrony Danych Osobowych.

Data projektu

Podpis uczestnika/uczestniczki

*niepotrzebne skreślić

O autorach

Tomek „Frejtag” Piątek

Edukator, animator, pedagog. Od 2004 r. zaangażowany w działalność prospołeczną. Inicjator i organizator wielu wydarzeń i projektów o profilu społeczno-kulturalnym (koncertów, projekcji filmowych, festiwali, warsztatów, akcji charytatywnych, spotkań etc.). Pracuje metodami aktywnymi, opartymi na wzajemnym szacunku, integracji oraz wykorzystaniu potencjału osób uczestniczących. Dobrze czuje się zarówno w pracy z młodzieżą, jak i z osobami starszymi. Aktualnie tworzy na pograniczu animacji kulturalnej i gier fabularnych (metody: społecznościowe i etiudy fabularne), pisze scenariusze, nagrywa sesje gier fabularnych w internecie, tworzy materiały w ramach [Gier Frejtaga](#). Autor pierwszej w Polsce publikacji włączającej gry fabularne jako metodę animacyjną w działania w ramach instytucji kultury oraz organizacji pozarządowych: https://bit.ly/RPG_w_instytucji.



Joanna Luśnia

Kulturoznawczyni, zawodowo przez 10 lat związana z Centrum Edukacji Obywatelskiej. W swojej pracy interesowała się zwłaszcza tematami wolnych zasobów, praw autorskich i dostępności, tworzyła i redagowała materiały merytoryczne, zajmowała się grafiką i opiekowała narzędziami internetowymi. Rozwijając swoje zainteresowania w obszarze UX/UI oraz projektowania interfejsów. Wreszcie porzuciła etat, aby realizować swoje wieloletnie marzenie i zostać ilustratorką (portfolio: <https://joannalusnia.pl/>). Kocha dobre opowiadania i to sprawiło, że w 2019 roku po wielu latach powróciła do świata gier fabularnych. Współpracuje z Tomkiem Piątkiem i jego Grami Frejtaga i aktywnie działa nie tylko jako graczka, ale także redaktorka materiałów i publikacji związanych z RPG.

Autorzy: Tomek „Frejtag” Piątek (Gry Frejtaga), Joanna Luśnia
Redakcja i korekta: Joanna Luśnia
Skład i opracowanie graficzne: Alicja Kaim
Autorzy zdjęć: Krzysztof Haczewski, Tomek Piątek, Dom Dziennego Pobytu „Senior +”
[Gry Frejtaga](#)
Warszawa 2023

Zdjęcia wykorzystane w publikacji zostały wykonane w ramach testów innowacji „Teatr przy stole” i zamieszczone w niej za zgodą autorów oraz osób na nich przedstawionych. Wszelkie prawa zastrzeżone.
Żadne ze zdjęć nie może być wykorzystane i reprodukowane w jakiegokolwiek formie i w jakikolwiek sposób bez pisemnej zgody wydawcy.

*Gry
Frejtaga*

Publikacja jest efektem testowania innowacji „Teatr przy stole” rozwijanej w ramach projektu „Innowacje na ludzką miarę 2” finansowanego z Europejskiego Funduszu Społecznego.



Rzeczpospolita
Polska



inkubator
pomysłów

Unia Europejska
Europejski Fundusz Społeczny





TEATR PRZY STOLE