



Fundusze Europejskie
dla Rozwoju Społecznego



Rzeczpospolita
Polska

Dofinansowane przez
Unię Europejską



Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Trening umiejętności społecznych w świecie cyfrowym

dr Małgorzata Gogolewska-Tośka



Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa

Czym jest TUS?

Program rozwijania kompetencji społecznych

► Nauka:

- komunikacji
- współpracy
- regulacji emocji
- rozwiązywania konfliktów

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Dlaczego przenosimy TUS do świata cyfrowego?

- ▶ Młodzież spędza 6–9 h dziennie online
- ▶ Duża część interakcji społecznych odbywa się w sieci
- ▶ Dostępność dla osób z małych miejscowości i nieśmiałych
- ▶ Pandemic boom – rozwój narzędzi online

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Zalety TUS online

- ▶ Bezpieczna, kontrolowana przestrzeń
- ▶ Możliwość nagrywania własnych wypowiedzi i analizy
- ▶ Większa otwartość młodych osób
- ▶ Dostęp do multimediiów: quizy, aplikacje, gry
- ▶ Mniej stresu związanego z bezpośrednią ekspozycją

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Wyzwania TUS online

- ▶ Trudniejsza obserwacja mowy niewerbalnej
- ▶ Ryzyko rozproszenia (social media w tle)
- ▶ Problemy techniczne
- ▶ Ograniczona praca na emocjach w „tu i teraz”
- ▶ Mniej spontanicznych interakcji między uczestnikami

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Kompetencje społeczne w świecie cyfrowym

Jakie umiejętności rozwijać online?

- ▶ Komunikacja tekstowa i emoji – interpretacja
- ▶ Grzeczność w sieci (netykieta)
- ▶ Reagowanie na hejt i prowokacje
- ▶ Budowanie relacji w grupach online
- ▶ Krytyczne myślenie i analiza fake news

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Narzędzia cyfrowe wspierające TUS

- ▶ **Zoom / Teams / Google Meet** – zajęcia grupowe
- ▶ **Padlet** – burza mózgów
- ▶ **Jamboard** – mapy myśli
- ▶ **Mentimeter / Kahoot** – quizy i testy emocji
- ▶ **Canva** – karty emocji i infografiki
- ▶ **VR i symulatory interakcji społecznych** (opcjonalnie)

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Mowa ciała w cyfrowym świecie – czy nadal istnieje?

- ▶ Mikroekspresje na kamerze
- ▶ Ton głosu jako kluczowy element
- ▶ Opóźnienia i zakłócenia → fałszywe interpretacje
- ▶ Znaczenie tła, wyglądu, ustawienia kamery
- ▶ Jak uczyć „cyfrowej mowy ciała”?

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

TUS dla osób z trudnościami społecznymi online

Sprawdza się szczególnie przy:

- ▶ lęku społecznym
- ▶ mutyzmie wybiórczym
- ▶ nieśmiałości
- ▶ spektrum autyzmu
- ▶ ADHD (przy krótkich aktywnościach)

Uczestnicy czują większą kontrolę środowiska.

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

Przykład: ćwiczenia TUS w wersji online

- ▶ **1. „Emocja na kamerkę”**
- ▶ Uczestnicy pokazują emocję mimiką → grupa zgaduje.
- ▶ **2. „Chatowe nieporozumienie”**
- ▶ Grupa analizuje rozmowę tekstową, w której doszło do błędnej interpretacji.
- ▶ **3. Mapa relacji online”**
- ▶ Tworzenie mapy: kto z kim komunikuje się najczęściej i jakim stylem.
- ▶ **4. „Stop hejterom!”**
- ▶ Analiza komentarzy z sieci i tworzenie konstruktywnych reakcji.

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula

- *Serdecznie dziękuję za uwagę –
zainteresowanych zapraszam do kontakt*

TUS online =   
 → laptop
 → dymek rozmowy (komunikacja)
 → uśmiech, pozytywna interakcja

m.gogolewska-toska@vistula.edu.pl

Nr projektu	FERS.03.01-IP.08-0216/24
Tytuł projektu	Nowy wymiar dostępności <u>SGTiHV</u> w Warszawie
Beneficjent:	Szkoła Główna Turystyki i Hotelarstwa Vistula