

**Hanna Kozakiewicz**

Szkoła Główna Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie

 <https://orcid.org/0009-0002-9405-1089>e-mail: [hanna\\_kozakiewicz@sggw.edu.pl](mailto:hanna_kozakiewicz@sggw.edu.pl)

## Uczyć się, by przetrwać i wzrastać: Jak edukacja pozaformalna zmienia jakość życia dorosłych?

[https://doi.org/10.25312/kiw.27\\_hko](https://doi.org/10.25312/kiw.27_hko)

**Streszczenie:** Idea edukacji pozaformalnej łączy się z realizacją potrzeb dorosłego człowieka dotyczących nabywania nowych wiadomości i umiejętności oraz kształtowania postaw, które pomogą łatwiej funkcjonować we współczesnym świecie. Edukacja kojarzy się z kształceniem w szkołach i uczelniach wyższych, podobnie postrzegane jest kształcenie ustawiczne dorosłych. Co skłania dorosłych do powrotu do doświadczeń, które nabyli, podążając tradycyjnymi ścieżkami edukacji formalnej? Co motywuje ich do celowego wznowienia procesu uczenia się, już w znacznie innej formie zorganizowanego kształcenia osób dorosłych? Najistotniejsze pytanie dotyczy tego, jakie kompetencje nabywane w ramach podjętej aktywności edukacyjnej po ukończeniu nauki szkolnej wspierają codzienne funkcjonowanie osób dorosłych.

**Słowa kluczowe:** edukacja pozaformalna, uczenie się przez całe życie, pokonywanie wyzwań, rozwój

### Nota autorska

Hanna Kozakiewicz – magister filologii angielskiej oraz pedagogiki. Od października 2024 roku doktorantka Szkoły Doktorskiej w Szkole Głównej Gospodarstwa Wiejskiego w Warszawie w dziedzinie nauk społecznych, w dyscyplinie pedagogika. Zainteresowania naukowo-badawcze: subiektywna jakość życia, problematyka funkcjonowania młodzieży we współczesnym świecie, nierówności edukacyjne, edukacja dorosłych.

Szereg publikacji odnosi się do wpływu edukacji pozaformalnej na kształtowanie kompetencji zawodowych. Rozwój człowieka zawężany jest do jego roli jako pracownika, edukacja w różnych formach ma za zadanie wspieranie go w podążaniu ścieżką kariery. W związku z tym, że problematyka edukacji pozaformalnej określa ważne wartości związane z edukacją dorosłych, podjęłam się przeprowadzenia własnych badań dotyczących tej problematyki. W badaniach tych jako istotne uznałam ujęcie wyzwań życiowych w szerszym kontekście. Interesowało mnie, w jaki sposób badane osoby uzyskują wsparcie w ramach edukacji pozaformalnej i jakie jest oddziaływanie otrzymanego wsparcia na pokonywanie trudności i rozwiązywanie życiowych problemów.

## Formalna, nieformalna oraz pozaformalna aktywność edukacyjna dorosłych

Pojęcie *uczenie się* jest nierozdzielnie związane z indywidualną odpowiedzialnością człowieka za własny rozwój poprzez kształcenie<sup>1</sup>. Uczenie się dorosłych jest procesem poznawczym zachodzącym w uczącym się zarówno w sytuacji zorganizowanej, jak i incydentalnej<sup>2</sup>. Idea *uczenia się przez całe życie* dotyczy rozwoju indywidualnego, a także rozwoju cech społecznych we wszystkich formach i kontekstach, w systemie formalnym i nieformalnym oraz odnosi się do osób w każdym wieku. Obejmuje etapy uczenia się od wczesnego dzieciństwa i okresu edukacji szkolnej, poprzez czas aktywności zawodowej, do wieku senioralnego. Komisja Europejska definiuje pojęcie *lifelong learning* jako „wszelkie działania związane z uczeniem się przez całe życie, zmierzające do poprawy poziomu wiedzy, umiejętności i kompetencji w perspektywie osobistej, obywatelskiej, społecznej i/lub związanej z zatrudnieniem”<sup>3</sup>. W marcu 2000 roku Komisja Europejska przyjęła memorandum (*Memorandum on Lifelong Learning*), w którym przede wszystkim zaprezentowano wykładnię idei *uczenia się przez całe życie*, ale również, respektując wielość przejawów aktywności edukacyjnej i kontekstów, w których proces uczenia się może mieć miejsce, dookreślono obszary takiego działania. W dokumencie tym dokonano definicyjnego rozgraniczenia oraz zrównano formalny status różnych rodzajów aktywności związanych z uczeniem się<sup>4</sup>.

<sup>1</sup> Raport EURYDICE, *Lifelong Learning: the contribution of education systems in the Member States of the European Union*, s. 8, [www.op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/e36cfb-36-b16a-4dd8-99e1-c70482e392b9.pdf](http://www.op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/e36cfb-36-b16a-4dd8-99e1-c70482e392b9.pdf) [dostęp: 4.12.2022].

<sup>2</sup> D. Ciechanowska, *Od edukacji ustawicznej do całożyciowego uczenia się – potrzeba kształcenia kompetencji uczenia się*, [w:] R. Góralska, J. Półturzycki (red.), *Edukacja ustawiczna w szkołach wyższych*, Wydawnictwo Instytutu Technologii Eksploatacji, Płock–Toruń, s. 156.

<sup>3</sup> Komunikat Komisji Europejskiej, *Making a European Area of Lifelong Learning a Reality*, COM (2001) 678, <https://eur-lex.europa.eu/PL/legal-content/summary/european-area-of-lifelong-learning.html> [dostęp: 4.12.2022].

<sup>4</sup> Memorandum Komisji Europejskiej, *Memorandum on Lifelong Learning*, [www.voced.edu.au/content/ngv:2687](http://www.voced.edu.au/content/ngv:2687) [dostęp: 31.12.2022].

Komisja Europejska zaproponowała trzy podstawowe kategorie celowych działań edukacyjnych:

**Edukacja formalna** (*Formal learning*) – odbywa się w instytucjach edukacyjnych i szkoleniowych, jest związana z formalnymi procesami uczenia się, które mają miejsce w instytucjach tworzących ustrój szkolny; także w szkołach i placówkach kształcenia zawodowego. Wynikiem takiej edukacji jest uzyskanie formalnych kwalifikacji potwierdzonych odpowiednim świadectwem lub dyplomem.

**Edukacja pozaformalna** (*Non-formal learning*) – związana z procesami uczenia się, które mają miejsce poza instytucjami edukacyjnymi i nie w ramach systemów oświatowych, poza nurtem systemu nauczania. Nie zawsze efektem takiego kształcenia jest uzyskanie formalnie uznawanego świadectwa lub dyplomu; edukacja ta może odbywać się w miejscu pracy lub poza nim, w różnego rodzaju organizacjach i stowarzyszeniach, klubach i związkach. Uczący się, dzięki tak zorganizowanej aktywności edukacyjnej, mogą zarówno doskonalić posiadane kompetencje zawodowe, jak też podnosić kompetencje ogólne oraz zdobywać wiedzę specjalistyczną i umiejętności szczególne, na przykład artystyczne czy sportowe (zajęcia plastyczne, muzyczne i treningi sportowe lub prywatne korepetycje). Za edukację pozaformalną należy uznać także wszelką działalność polegającą na audytoryjnym lub indywidualnym przygotowywaniu uczących się do zdawania egzaminów formalnych.

**Edukacja nieformalna** (*Informal learning*) – związana z codzienną aktywnością człowieka. Ten rodzaj edukacji nie musi być ani intencjonalny, ani celowy. Może po prostu przydarzać się naturalnie człowiekowi w ciągu całego życia i często nie być przez samego uczącego się uznany za edukacyjny. Może przybierać formę kształcenia zamierzonego (samodzielne uczenie się) lub niezamierzonego (występującego bezwiednie w sytuacjach życia codziennego)<sup>5</sup>.

Analizując zaproponowany przez Komisję Europejską podział, warto zauważyć, że po raz pierwszy w dokumencie tej rangi inne niż formalne konteksty uczenia się zyskały tak wysoki status. Peter Alheit podkreśla również inny aspekt przedstawionej kategoryzacji uczenia się – wszystkie trzy rodzaje edukacji wzajemnie się przenikają, uzupełniają i towarzyszą człowiekowi w trakcie jego całego życia i we wszystkich jego aspektach<sup>6</sup>.

---

<sup>5</sup> Memorandum Komisji Europejskiej, Memorandum on Lifelong Learning, s. 8, [www.voced.edu.au/content/ngv:2687](http://www.voced.edu.au/content/ngv:2687) [dostęp: 31.12.2022].

<sup>6</sup> P. Alheit, *Podwójne oblicza całonocnego uczenia się: dwie analityczne perspektywy „cichej rewolucji”*, „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2002, nr 2, s. 55–78.

## Zagadnienia dotyczące procesów edukacyjnych ludzi dorosłych

Nauczanie i uczenie się ludzi dorosłych ma swoją specyfikę – różną od procesów edukacyjnych dzieci, dlatego warto wziąć pod uwagę zarówno warunki efektywnego uczenia się dorosłych, jak i główne problemy w ich nauczaniu.

Zjawiska, takie jak: korzystanie z nowej wiedzy przez pryzmat wiedzy już nabytej oraz wyrobionych nawyków i przekonań; lęk przed oceną, która może zanegować budowany do tej pory wizerunek i związane z nim poczucie tożsamości; opór przed nowymi rozwiązaniami, które mogą podważyć dotychczasowy dorobek, przekonania o sobie i otaczającym świecie oraz sposób funkcjonowania, a także trudności w zmianie rutyn i przyzwyczajzeń mogą dotyczyć zarówno dorosłych, jak i dzieci, jednak w przypadku tych pierwszych barierę stanowią ugruntowane przez wiele lat przekonania i rutyna postępowania<sup>7</sup>.

Opisując proces uczenia się dorosłych, Olga Czerniawska stwierdziła, że:

jest to powrót do poprzedniej roli życiowej, która nie jest już taka sama, choć ta sama. Dorosły uczy się po uczeniu, nie od nowa. [...] Jest osobą z bagażem życiowych doświadczeń, dobrych, ale także często złych. Z nawykami, których niekiedy musi się oduczyć<sup>8</sup>.

Porównywała również uczenie się dorosłych do budowy. Ujęła ten proces metaforycznie w następujący sposób: „Fundamenty powstały wcześniej. Mur szybko rośnie we wczesnej dorosłości”<sup>9</sup>.

## Edukacja pozaformalna a rozwój jednostki w kontekście wyzwań i problemów życiowych

Badanie jakościowe metodą indywidualnych przypadków przeprowadzono w 2023 roku. Badane to cztery kobiety w wieku od 36 do 70 lat, które uczestniczą w różnorodnych formach edukacji pozaformalnej. Obecnie nie kontynuują kształcenia formalnego. Z badanymi zostały przeprowadzone wywiady w oparciu o przygotowaną listę dyspozycji do wywiadu, a na wstępie osoby te realizowały zadania wprowadzające (linia życia oraz lista zdań niedokończonych), które wskazały kamienie milowe odnoszące się do kompetencji nabytych w ramach edukacji pozaformalnej<sup>10</sup>.

---

<sup>7</sup> W. Karawajczyk, *Kształcenie dorosłych w ujęciu andragogicznym*, „Colloquium Wydziału Nauk Humanistycznych i Społecznych Akademii Marynarki Wojennej” 2009, R. 1, s. 95–108.

<sup>8</sup> O. Czerniawska, *Szkice z andragogiki i gerontologii*, Wydawnictwo WSHE, Łódź 2007, s. 40.

<sup>9</sup> Tamże.

<sup>10</sup> Badania stanowią część pracy magisterskiej napisanej pod kierunkiem dr Kamili Lasocińskiej: H. Kozakiewicz, *Pozaformalna edukacja dorosłych a pokonywanie wyzwań życiowych*, Akademia Humanistyczno-Ekonomiczna, Łódź 2023.

## **Studium pierwszego przypadku**

Pierwsza osoba badana ma 45 lat, z zawodu jest nauczycielką informatyki, od siedmiu lat pełni funkcję dyrektora szkoły. Jest także radną powiatową oraz angażuje się w działalność instytucji wolontariackich, prowadzi fundację i jest inicjatorką, organizatorką, a także uczestniczką wielu akcji społecznych. W ramach edukacji pozaformalnej uczestniczy w zajęciach „Liderzy PAFW” – inicjatywie organizowanej przez Polsko-Amerykańską Fundację Wolności. Ma ona na celu wsparcie rozwoju umiejętności i kwalifikacji osób podejmujących działania na rzecz swoich społeczności, głównie poprzez wykorzystanie metody tutoringu.

### **Jakie motywy kierują osobami decydującymi się na udział w edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana, analizując stworzoną przez siebie linię życia, zauważyła, że decyzja o wysłaniu zgłoszenia do programu „Liderzy PAFW” wynikała przede wszystkim z jej osobistych potrzeb. Poprzez zaangażowanie w życie społeczne zadbała o członków lokalnej społeczności. Nadal aktywnie działa na rzecz wprowadzania zmian w życiu publicznym. Od dziecka zmagала się z niepełnosprawnością ruchową, a ostatnie pół roku intensywnej pracy spowodowało, że jej stan zdrowia znacznie się pogorszył. Konieczne było poddanie się skomplikowanej operacji ortopedycznej, która wymusiła pozostanie w domu, skorzystanie z długotrwałego zwolnienia lekarskiego i przymusowej bezczynności. Ten czas „spowolnienia rollercoastera”, jak to określiła osoba badana, przysłużył się wyciszeniu i pozwolił na chwilę refleksji. Kobieta zdecydowała, że potrzebuje „zrobić coś dla siebie, zatrzymać się w biegu i zaplanować swój rozwój”. Celem osoby badanej stało się przyjrzenie się wartościom, które są ważne w jej życiu, uświadomienie sobie swoich mocnych i słabych stron oraz samorozwój. Osoba badana stwierdziła: „Ciągle robiłam coś dla innych, doba była zbyt krótka, byłam w ciągłym biegu. Nadszedł czas, by pomyśleć o sobie i swoich potrzebach”. Choć program szkoleń w ramach edukacji pozaformalnej, na który się zdecydowała, jest dedykowany liderom i mogłoby się wydawać, że motywacją do udziału był rozwój zawodowy dyrektora szkoły, to osoba badana podkreśla, że nie stało się to powodem, dla którego podjęła się uczestnictwa. W znacznym stopniu wpływ na decyzję miało zaangażowanie się osoby badanej w aktywności na rzecz lokalnej społeczności, chciała nauczyć się efektywnie działać dla innych, nie rezygnując jednocześnie z własnych potrzeb. Przede wszystkim zależało jej na osobistym rozwoju i uzyskaniu równowagi. Czuła, że konieczne jest pogodzenie obowiązków związanych z życiem osobistym, rodzinnym, działalnością społeczną i pracą zawodową. Poszukiwała spokoju i równowagi. Zależało jej na kształtowaniu postawy asertywności. Największą potrzebę stanowiła konieczność „nabrania dystansu i zatrzymania się na chwilę, spojrzenia na siebie z boku”.

## **W jaki sposób przebiega proces uczenia się w ramach edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana w wywiadzie podkreśliła, że najcenniejszą dla niej kompetencją, jaką nabyła podczas zajęć realizowanych w ramach edukacji pozaformalnej, jest akceptacja błędu. Wykształcenie takiej postawy wobec własnej niedoskonałości przyszło badanej z trudem. Wcześniej nie akceptowała tego, że nie wszystko musi wykonać perfekcyjnie. „Danie sobie przyzwolenia na popełnienie błędu jest dla mnie nowe, świeże i niezwykłe. Latami uważałam, że nie tylko na stanowisku dyrektora, ale również w życiu osobistym muszę być nieomylna i zawsze wszystko robić na 100%. Bez prawa do zmęczenia, czy zniechęcenia”. Poprzez uczestnictwo w warsztatach osoba badana rozwija również umiejętność zarządzania czasem – „Nadal nie zawsze sobie radzę z kalendarzem, ale uczestnictwo w szkoleniach uzmysłowiło mi moje prawdziwe priorytety”.

W ramach realizowanej edukacji pozaformalnej osoba badana brała udział w warsztatach, wizytach studyjnych, objęta została również wsparciem tutora. Uważa, że uczeniu się sprzyja przede wszystkim możliwość pracy w grupie, „czerpania garściami” od innych uczestników – wymiana doświadczeń i spojrzenie na problemy z różnej perspektywy. Podkreśliła również rolę tutora, przy wsparciu którego określiła swoje potrzeby, cele i sporządziła plan rozwoju, który obecnie realizuje. Jako zaletę uczenia się w dorosłości kobieta uznaje fakt, że daje jej to poczucie sprawstwa. Nabytą wiedzę i umiejętności wykorzystuje w praktyce, najpierw podczas warsztatów, a następnie pod okiem tutora w codziennym życiu i pracy zawodowej. Elementem hamującym proces uczenia się jest, zdaniem osoby badanej, niekomfortowa formuła zajęć warsztatowych w kręgu.

Czuję się naga i bezbronna. Nie mam nic przeciwko temu, by siadać w kole, tak by być zwróconą twarzą do wszystkich uczestników, ale potrzebowałabym mieć przed sobą jakiś stoliczek, żebym przez tak długi czas nie musiała czuć się odsłonięta. To nie sprzyja uczeniu się, bo skupiam się na niewygodach, a sedno warsztatów mi umyka.

Zdaniem osoby badanej uczenie się w ramach edukacji pozaformalnej różni się w stopniu zasadniczym od edukacji formalnej. Przede wszystkim dotyczy to intencji uczącego się. Wspominając swoją naukę w szkole podstawowej, technikum, a także podczas studiów kobieta podkreśliła rolę motywacji do uczenia się – „chcę kontra muszę”. Nawet podczas studiów, których kierunek wybrała sama zgodnie z zainteresowaniami i pasjami, osoba badana odczuwała presję i przymus. W przypadku edukacji pozaformalnej to uczestnik decyduje czego i jak chce się uczyć. Kursy i szkolenia również mają określone treści i programy, jednak – zdaniem osoby badanej – uczący się ma większą swobodę, co zachęca do uczestnictwa. Kobieta stwierdza: „Teraz jako dorosła osoba w swoim uczeniu się potrzebuję jasno określonego celu i muszę znać oczekiwane rezultaty. Wtedy ten cały proces jest skuteczny i daje mi satysfakcję”. Edukację formalną osoba badana wspomina jako „tresurę w kulturze błędu”. W edukacji pozaformalnej dopuszczalne są pomyłki i błędy. Sprawia to, że uczestnik chce poszu-

kiwać alternatywnych rozwiązań, dzięki czemu uczy się i rozwija. Natomiast w edukacji formalnej błędy są piętnowane i karane. Uczeń nie wyciąga z nich wniosków, bo nie jest do tego zachęcany.

### **Jak edukacja pozaformalna wspiera osoby dorosłe w pokonywaniu trudności życiowych?**

Osoba badana stwierdza, że sama narzuciła sobie szereg ról życiowych, których pogodzenie sprawia jej niemałą trudność. Wykonuje wymagającą pracę, w którą wkłada sporo wysiłku. Obowiązki zawodowe pochłaniają bardzo dużo czasu. Zobowiązania wynikające z pełnienia mandatu radnej powiatu również są czasochłonne. Kompetencje nabyte podczas edukacji pozaformalnej przede wszystkim umożliwiają jej lepszą organizację czasu. Poprzez delegowanie zadań zarządzanie szkołą stało się mniej absorbujące i czasochłonne. Nadal bardzo angażuje się w życie społeczne, jednak umiejętność określania priorytetów pozwala na uzyskanie tak potrzebnej w odczuciu badanej równowagi i spokoju.

Dzięki warsztatom i wsparciu tutora moja codzienność zmieniła się o 180 stopni. Najważniejsi są dla mnie moi synowie, choć starszy jest już samodzielny, to zawsze będzie potrzebował mojej bliskości. Praca teraz jest taka, a za chwilę może będzie inna. Mam tyle kwalifikacji i kompetencji, że o stabilizację zawodową nie muszę się martwić. Dziś jestem dyrektorem, jutro mogę nie być. Nic się nie stanie. Czasu zabranego moim bliskim nie odzyskam.

Osoba badana uznała, że nadal doskonali „umiejętność zarządzania kalendarzem”, jednak dostrzega, jak ważne jest ustalanie priorytetów nie tylko dla niej, ale dla całej rodziny. Uważa, że poprzez uczestnictwo w edukacji pozaformalnej i nabywane kompetencje organizacja czasu nie będzie przysparzała trudności i uda jej się pogodzić różne role życiowe. Godzi się również z myślą, by zrezygnować z części zobowiązań na rzecz uświadomionych w toku zajęć potrzeb.

W opinii osoby badanej kompetencje nabyte w ramach edukacji pozaformalnej wyzwoliły możliwości rozwoju.

Umiejętność organizacji czasu i zrezygnowania z absorbujących czynności, które z pozoru wydają się istotne, a tak naprawdę są typowymi bezproduktywnymi pożeraczami czasu, jest kluczowa. Jest wstępem do dalszego rozwoju, wyzwala nowe możliwości. W moim przypadku, opanowując te umiejętności, mogę sięgać dalej. Szukać nowych ścieżek rozwoju.

Badana odniosła się również do tego, w jaki sposób poprzez uczestnictwo w programie „Liderzy PAFW” zmieniło się postrzeganie przez nią błędu. Według niej stanowi on naturalny element procesu uczenia się i nie hamuje rozwoju. Zachęca do poszukiwań i uczenia się.

## Studium drugiego przypadku

Drugą osobą badaną jest nauczycielka zajęć zintegrowanych oraz języka angielskiego w oddziałach 1–4 chorwackiej szkoły podstawowej. Ma wykształcenie wyższe, ukończyła również kurs kwalifikacyjny dla nauczycieli sztuki. Pasją badanej jest rękodzieło, zwłaszcza wytwarzanie wyrobów ceramicznych. Kobieta prowadzi także ekologiczną uprawę lawendy. Osoba badana w ramach edukacji pozaformalnej uczestniczy w treningach sportowych organizowanych w lokalnym ośrodku sportu. Przez kilka lat pod okiem trenera przygotowywała się do półmaratonu, który w ubiegłym roku po raz pierwszy ukończyła z powodzeniem. Ukończyła też kurs w Akademii Przedsiębiorczości. Przygotowany podczas zajęć plan biznesowy rozwoju firmy ARES-ART – Moje Małe Rzemiosło został wysoko oceniony i uzyskał dofinansowanie Izby Gospodarczej jako najbardziej obiecujący *start-up*.

### Jakie motywy kierują osobami decydującymi się na udział w edukacji pozaformalnej?

Z relacji osoby badanej wynika, że dwa różne aspekty zmotywowały ją do udziału w zajęciach w ramach edukacji pozaformalnej. Przede wszystkim było to podyktowane sytuacją rodzinną i relacjami osobistymi. Mąż osoby badanej w wieku 25 lat został powołany do wojska podczas wojny domowej w Jugosławii. Kobieta została wtedy sama w domu w obłożonym mieście. Przez dwa ostatnie lata działań wojennych młodzi małżonkowie nie mieli ze sobą kontaktu. W latach dziewięćdziesiątych telefony komórkowe czy Internet nie były w powszechnym użyciu jak współcześnie. Osoba badana była przekonana, że jej mąż zginął. Każdego dnia spodziewała się oficjalnej wiadomości o jego śmierci. Kobieta wspomina: „Wiosną 1995 P. stanął w drzwiach naszego mieszkania. Powrócił jakiś mężczyzna, ale to nie był już mój mąż. Jego dusza została uwięziona gdzieś głęboko w nim i tylko czasem na krótki moment powraca”. Mąż osoby badanej długotrwale cierpiał na zespół stresu pourazowego, który przerodził się w głęboką depresję i stany lękowe. Choć od traumatycznych przeżyć minęło ponad trzydzieści lat, to małżonek kobiety „nadal jest więźniem swojej przeszłości”. Wojna w Ukrainie przywołała kolejną falę wspomnień i pogorszenie stanu psychicznego. Kobieta stwierdziła, że przez całe wspólne życie musiała być „silna za nas dwoje”. Nieustannie wspiera swojego męża, ale trudne jest dla niej to, że nie może sobie pozwolić nawet na chwilę przygnębienia, z każdym problemem musi sobie poradzić bez niczyjej pomocy. Każde, choćby niewielkie, obniżenie nastroju kobiety powoduje pogorszenie stanu jej męża. Rozpoczęcie treningów sportowych stało się dla osoby badanej odskocznią: „Gdy biegnę, to nie ma czasu na myślenie. To jedyna taka chwila, gdy mogę ugasić w sobie kotłowanie myśli, ból i niepewność. Biegnę, biegnę, uciekam”. Motywacją do uczestnictwa w kursie przedsiębiorczości była sytuacja finansowa rodziny. „Środki od wojska, które otrzymuje mąż, nie są wysokie. W szkole też zarobki nie są wystarczające. Z jednej pensji trudno się utrzymać”. Pasją kobiety jest rękodzieło. Tworzy ceramiczne ozdoby, biżuterię i naczynia. Prowadzi również ekologiczną uprawę lawendy. Swoje zainteresowania, umiejętności i talent chciała wykorzystać, by wesprzeć budżet domowy.

## **W jaki sposób przebiega proces uczenia się w ramach edukacji pozaformalnej?**

Zdaniem osoby badanej edukacja pozaformalna jest bardziej spersonalizowana niż edukacja formalna. Prowadzący zajęcia wykorzystują zasoby swoich dorosłych uczniów i indywidualnie dobierają treści i formy pracy z każdym uczestnikiem. Trener biegania stosuje techniki coachingowe, wspierając rozwój swojej podopiecznej. Podobnie było w przypadku kursu przedsiębiorczości:

Nauczyłam się wiele dzięki akademii o marketingu, finansach, projektowaniu, komunikacji... ale najwięcej dowiedziałam się o sobie, o swoich mocnych stronach i słabościach. Prowadzący uczyli nas, bazując na tym, co już w nas było. Rozwijali nasze talenty. Uczyliśmy się też od siebie wzajemnie, od innych uczestników.

Na prośbę o wskazanie, co hamuje proces uczenia się w edukacji pozaformalnej, osoba badana nie potrafiła wskazać przykładu: „To, czego sama doświadczyłam, było wyłącznie umiejętnym dodawaniem skrzydeł przez prowadzących zajęcia. Nic mnie nie stopowało, a nawet więcej – mogłam popracować nad swoimi wewnętrznymi barierami, by je przekraczać”. Osoba badana na początku zajęć czuła się niepewnie z powodu wieku (57 lat). Obawiała się, że będąc najstarszym uczestnikiem, gorzej sobie poradzi:

Przerażało mnie, że ci wszyscy młodzi ludzie będą się śmiać z moich potknięć czy błędów, ale okazało się, że radziłam sobie lepiej niż oni. Nie zdawałam sobie wcześniej sprawy z tego, jak dużo wiem i ile potrafię. Prowadzący zajęcia, a zwłaszcza mój coach, pomogli mi odnaleźć w sobie ukryte zasoby.

Doświadczenia szkolne znacznie różnią się od tego, czego osoba badana doświadczyła podczas kursu i treningu. Szkołę podstawową i ponadpodstawową zapamiętała jako „szkołę recytacji”. Kobieta wspomina, że wielu treści musiała uczyć się na pamięć, bez zrozumienia, czy zastosowania w praktyce. Współczesna szkoła chorwacka wygląda już inaczej, jednak nadal na wielu lekcjach brakuje indywidualnego podejścia do ucznia: „Wszyscy uczą się tego samego i tak samo, a przecież każdy ma inne potrzeby i w innym tempie się rozwija”.

## **Jak edukacja pozaformalna wspiera osoby dorosłe w pokonywaniu trudności życiowych?**

Badana kobieta, odnosząc się do kwestii wyzwań dnia codziennego, stwierdziła, że jej każdy dzień wypełniony jest nieustannym zmaganiem z samą sobą. Czuje ciężar opieki nad mężem. Szczególnie trudne jest dla niej to, że nie może sobie pozwolić na chwilę słabości. Musi być silna dla niego, a pokłady tej siły nie są niewyczerpane. Sporym obciążeniem jest również to, że mąż nie tylko nie zdaje sobie sprawy z jej codziennej walki, ale przede wszystkim nie może się dowiedzieć, jak kosztowne psychicznie są te starania. Osoba badana stwierdziła:

Od lat stąpam wokół P. na paluszkach. Wyczulona jestem na każdy grymas na jego twarzy. Widzę w nim ból i mrok. Muszę być silna, jeśli ja się rozpadnę, to pociągnę go za sobą. Moje chwile zmęczenia, czy brak humoru sprawiają, że jego ból się potęguje, toniemy w nim razem. Moje codzienne zmagania to walka o to, by utrzymać się na powierzchni, ponad granicę bólu.

Sposobem na odreagowanie trudnych emocji stało się dla kobiety bieganie. Treningi do maratonu pozwalają jej nie myśleć, oderwać się od codzienności. Współpraca z coachem uświadomiła osobie badanej, że ma w sobie zasoby, których nie była świadoma – są to przede wszystkim wytrwałość, umiejętność radzenia sobie w sytuacjach kryzysowych i empatia.

Innym problemem życiowym osoby badanej jest potrzeba zarobienia dodatkowych pieniędzy. Kurs w Akademii Przedsiębiorczości pozwolił nie tylko na zdobycie kwalifikacji, ale przede wszystkim kształtował kompetencje przydatne w prowadzeniu własnej firmy. Są to zdaniem osoby badanej: umiejętność planowania projektów, zarządzania nimi, zdolności analityczne, negocjowanie i prezentowanie stanowiska, umiejętność oceny ryzyka i jego rozsądnego podejmowania, kreatywność, ale też zdolność do wcielania pomysłów w czyn. Udział w rocznym szkoleniu zakończony został sporządzeniem planu biznesowego dotyczącego rozwoju firmy osoby badanej. Nagroda pieniężna za najlepiej zaplanowany *start-up* umożliwi jej zakup nowego pieca do wypalania ceramiki. Ponadto kobieta mogła sobie pozwolić na odmłodzenie swojej plantacji lawendy, z której już w przyszłym roku będzie mogła sprzedawać zbiory, zasilając tym samym budżet domowy.

W pokonywaniu trudności i wyzwań życiowych przeszkadzały osobie badanej przede wszystkim własne ograniczające opinie i niska samoocena. Zmieniło się to zwłaszcza dzięki treningom biegowym. Kobieta jest teraz bardziej świadoma swojej wartości. To pomaga jej funkcjonować w życiu codziennym. Sukcesy przekładają się na lepsze samopoczucie, a gdy ona jest pogodna, to również jej mężowi udziela się dobre nastawienie: „szczerzy uśmiech jest zaraźliwy”.

### **Studium trzeciego przypadku**

Trzecia osoba badana mieszka na wsi w północnej Polsce. Ma 36 lat i pracuje jako stylistka paznokci. Ukończyła technikum gastronomiczne, ale nigdy nie pracowała w wyuczonym zawodzie kucharza. W ramach edukacji pozaformalnej dołączyła do kobiecej grupy tanecznej „Taniec na szpilkach” działającej przy Gminnym Centrum Kultury.

### **Jakie motywy kierują osobami decydującymi się na udział w edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana kilka lat temu, gdy mieszkała w dużym mieście, uczestniczyła w zajęciach tanecznych. Po przeprowadzeniu się na wieś obowiązki dnia codziennego uniemożliwiły jej rozwijanie swoich tanecznych pasji. Gdy w Gminnym Centrum Kultury ogłoszono nabór na zajęcia, kobieta poczuła, że koniecznie chce do nich dołączyć:

„To było jak gwiazdka z nieba. Mogłam wyrwać się z domu, od pieluch. Non stop gotowanie, pranie, to nie dla mnie”. Czula się przytłoczona rolą matki, stwierdziła: „Byłam bliska zapisania się na kickboxing, byle na coś chodzić”. Kobieta zobaczyła w mediach społecznościowych film reklamujący zajęcia. To zdecydowało o wyborze takiej formy edukacji pozaformalnej. Osoba badana stwierdziła „Gdy zobaczyłam filmik i prowadzącą, to uwiodła mnie jej energia. Też chciałam tak tańczyć. Wiedziałam, że to jest to coś”. Kobieta trochę obawiała się tańca na szpilkach, bo nie nosi wysokich obcasów, ale powiedziała mężowi: „Jak teraz nie spróbuję, to dalej będę tak siedzieć beczynnienie”.

### **W jaki sposób przebiega proces uczenia się w ramach edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana podkreślała, że poprzez realizację zajęć tanecznych w ramach edukacji pozaformalnej w znacznym stopniu wzrosła jej samoocena. Pozbyła się kompleksów, czuje się kobieco. Jest przekonana o swojej wartości. Przełamała opory związane z publicznymi występami. Na finale Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy wystąpiła na scenie, prezentując z innymi uczestniczkami zajęć układ taneczny. Kobieta wykształciła również w sobie postawę wytrwałości. Jest bardziej zdyscyplinowana, więcej wymaga od siebie, ale również od innych ludzi. Ograniczyła kontakty z osobami, które określiła jako „toksyczne”.

Według osoby badanej uczeniu się w ramach edukacji pozaformalnej sprzyja fakt, że zajęcia prowadzone są przez instruktorkę, która „ma osobowość”. Przez to nie mają one tylko charakteru prób tanecznych, ćwiczenia ruchów i układów, ale stanowią spotkania służące wszechstronnemu rozwojowi. Trenerka stosuje techniki coachingowe. Kobiety w grupie czują się bezpieczne, wiedzą, że to, o czym rozmawiają, nie wyjdzie poza salę prób. Mają do siebie zaufanie i wzajemnie się wspierają. Służy to temu, by „z zatrzęsniętej kury domowej przemienić się w samoświadomą kobietę, rozkwitnąć”. Osoba badana nie wskazała elementów hamujących proces uczenia się. Uznała, że zajęcia prowadzone są w taki sposób, że sprzyjają uczeniu się: „Trenerka pracuje z nami tak, żebyśmy te nasze głowy otwierały, nabierały pewności siebie”. Stwierdziła jednak, że czasem na początku blokowała się przy bardziej sensualnych ruchach tanecznych. „Wstydziałam się, nie czułam tego. Musiałyśmy to wspólnie przepracować. Teraz jest już przełom. Wiem, że w tańcu to cała ja”. Osoba badana zauważa również zmianę u innych uczestniczek zajęć: „Na początku każda przychodziła w dresach, koszulce, a teraz legginsy, obcisły top i koniecznie szpilki. One pomagają poczuć się kobieco, bo okazuje się, że bardzo wiele z nas ma z tym problem. Jednak jesteśmy w tym razem i razem nad tym pracujemy”.

Zdaniem kobiety edukacja formalna opiera się na „sztywnym schemacie i przymusie”, z kolei edukacja pozaformalna ma tę zaletę, że są to zajęcia z wyboru. W szkole podstawowej i technikum osoba badana nie doświadczyła zajęć, na których rozwijane byłyby kompetencje miękkie. Liczyła się wiedza i uczenie się zazwyczaj na pamięć.

W edukacji formalnej – według osoby badanej – przydałoby się rozwijanie pewności siebie, zwłaszcza u dziewcząt. „Czasami, jak się patrzy na ulicy, to wydaje się, że niektóre dziewczyny są aż za pewne siebie, ale myślę, że to powierzchowne. To raczej bezczelność i brak wychowania, a nie samoświadomość”. W szkole – zarówno podstawowej, jak i technikum – kobieta nie doświadczyła zajęć kształtujących poczucie własnej wartości. Osoba badana, wspominając swoją edukację formalną, odniosła się również do kwestii szacunku: „W szkole wszyscy nas mieli za nic. Czasami nas, uczniów, obrażano. Nie było do nas szacunku”. Konstrastując swoje doświadczenia z tym, co przeżywa podczas zajęć tańca, kobieta podkreślała, że czuje się doceniana, ważna, a szacunek okazywany przez instruktorkę tańca wobec uczestniczek zachęca je do wyrażania siebie.

### **Jak edukacja pozaformalna wspiera osoby dorosłe w pokonywaniu trudności życiowych?**

Dla osoby badanej sporym wyzwaniem było do niedawna zachowanie spokoju. Przejawiało się to tym, że szybko traciła cierpliwość, zwłaszcza w stosunku do starszego syna, który jest chłopcem z zaburzeniami ze spektrum autyzmu. „Zawsze było dużo krzyku. Nie panowałam nad sobą, swoimi emocjami. Ciągły pośpiech, a syn się guzdrał”. Nerwowa atmosfera jeszcze bardziej zaogniła sytuację. Zdaniem kobiety zajęcia taneczne przyczyniły się do poprawy relacji wśród domowników. Nauczyły ją spokojnie mówić o swoich potrzebach i uczuciach, bez pretensji i wypominania. „Poprzez pracę nad sobą obieram inną drogę, rozmową docieram do mojego syna. Staram się wszystko brać na spokoj, nie powiększać chaosu”. Zajęcia taneczne wybijają osobę badaną z nużącego nurtu codzienności, dodają energii i pozwalają nabrać dystansu w obliczu problemów, pomagają w pokonywaniu trudności i wyzwań życiowych. „Jak sobie wracam z zajęć, to już jestem inną osobą. Wracam cała ja, prawdziwa. Te nasze zajęcia to nie tylko ćwiczenia fizyczne, a taka terapia tańcem”.

Edukacja pozaformalna wyzwoliła w kobiecie możliwości rozwoju. Poszukuje nowych rozwiązań, jest otwarta na inne doświadczenia. Poznaje siebie, czyta książki. Dostrzega, że rozwój stanowi pewien proces, który trwa. Przyjmuje kolejne wyzwania wyznaczone przez instruktorkę tańca. Przełamuje stopniowo kolejne bariery. Kobieta postanowiła spróbować również innych technik tanecznych. Znalazła czas, by uczestniczyć w treningach w szkole w pobliskim dużym mieście. Zaplanowała swój rozwój i w odniesieniu do wspomnianego planu jest – jak to określiła – „w połowie drogi, ale już za zakrętem, widzę, co przede mną”.

### **Studium czwartego przypadku**

Czwarta osoba badana ma 70 lat, od dziesięciu lat jest na emeryturze. Po ukończeniu Technikum Spożywczego przez całe życie pracowała jako sprzedawczyni w wiejskim sklepie. Kobieta w ramach edukacji pozaformalnej uczestniczy w zajęciach chóru „Retro”, który działa w Gminnym Domu Kultury.

### **Jakie motywy kierują osobami decydującymi się na udział w edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana była aktywna zawodowo przez czterdzieści lat. Pracowała w wiejskim sklepie, prowadziła również wraz z mężem gospodarstwo rolne. Kiedy przeszła na emeryturę w czerwcu 2013 roku, była już wdową. Kobieta tak wspomina tamten czas:

Dzieci poszły na swoje, obowiązki w pracy się skończyły i nie miałam, co ze sobą zrobić. Przez tyle lat wstawałam o godzinie piątej, organizm się przyzwyczaił, więc nadal tak wcześnie się budziłam. Nie miałam nic do zrobienia. Posprzątałam, uprałam i przygotowałam do obiadu i koniec zadań.

Osoba badana opowiedziała, że lato było dla niej znośne, bo zajęła się zagospodarowaniem plonów z ogródka, ale najtrudniejszym momentem okazało się nadejście jesieni.

Przez pół roku co rano szukałam powodu, żeby wstać z łóżka. Z pogodnej i zawsze uśmiechniętej kobiety stałam się ponura. Nic mnie nie cieszyło. Nie miałam powodu, żeby zaczynać dzień. To był początek depresji, jakby mnie chór nie uratował, to już by było po mnie.

Kobieta od czasu nauki w technikum bardzo lubiła koncerty w filharmonii i spektakle w teatrze. „Nasza nauczycielka technologii spożywczej twierdziła, że osoba ze średnim wykształceniem musi korzystać z przybytków kultury i zachęcała nas do uczęszczania”. W styczniu 2014 w Gminnym Domu Kultury powstał chór „Retro”, którego członkami stali się ludzie w podeszłym wieku z okolicznych wsi. Osoba badana zdecydowała się dołączyć do grupy, ponieważ bardzo lubi śpiewać, a przede wszystkim – jak to ujęła – „chciałam iść między ludzi”.

### **W jaki sposób przebiega proces uczenia się w ramach edukacji pozaformalnej?**

Osoba badana uważa, że największym atutem zajęć realizowanych w ramach chóru jest prowadząca zajęcia. Dyrygentka potrafi nawiązać dobry kontakt z grupą. Odnosi się do wszystkich z szacunkiem i wie, jak pracować z ludźmi dorosłymi. „My wiemy, że jako chór to my wcale nie umiemy śpiewać, czasami fałszujemy i nie śpiewamy jak chór, tylko *unisono*. To nie ma znaczenia. Dla nas ważne jest spotkanie. To, że możemy być razem”.

Dla kobiety najtrudniejszym etapem w uczeniu się jest poznawanie nowego utworu. Zazwyczaj na początku czuje się zniechęcona i jest przekonana, że nie da rady. Uczeniu się sprzyja zachęta osoby prowadzącej zajęcia i „dobre słowo”. Dyrygentka często odwołuje się do sukcesów, które grupa odniosła, wspomina pracę nad utworami, które na początku wydawały się nie do zaśpiewania, a po „osłuchaniu się”, wielu ćwiczeniach i próbach uczestnicy zajęć nauczyli się je śpiewać. Zniechęcenie przychodzi również wtedy, gdy członkowie grupy przeżywają trudne momenty śmierci chórzystów. Kobieta zdaje sobie sprawę, że „to naturalna kolej rzeczy” i dodaje: „ale jak przychodzi nam kogoś pożegnać na zawsze i trzeba mu po raz ostatni zaśpiewać

na pogrzebie, to tracę siły. Trudno się potem zebrać i uczyć”. Osoba badana podsumowała, że pozytywne emocje sprzyjają uczeniu się i podejmowaniu wyzwań, a hamulcem jest smutek, czasem stres.

Według kobiety uczenie się w ramach edukacji pozaformalnej bardzo różni się od doświadczeń szkolnych: „W chórze jesteśmy jak jedna rodzina. Lubimy ze sobą spędzać czas i chcemy razem być. W szkole nauka była przymusowa”. Osoba badana wspomina również, jak duży był dystans między uczniami a nauczycielami w edukacji formalnej. Nie było miejsca na zażyłe kontakty: „Czuliśmy respekt wobec naszych profesorów. Trochę się ich baliśmy. Nasza Dominika [dyrygentka] jest bardzo miła i ma dużo cierpliwości. Zależy jej, żebyśmy się dobrze czuli na zajęciach”.

### **Jak edukacja pozaformalna wspiera osoby dorosłe w pokonywaniu trudności życiowych?**

Dla kobiety nie ma rzeczy niemożliwych. Uważa, że dobre nastawienie i oczekiwanie sukcesu pomagają w rozwiązywaniu trudnych problemów. „Nie mam czegoś takiego, że boję się do tego podejść. Jak nie w ten sposób, to w inny, ale da się wszystko zrobić”. Osoba badana określiła siebie jako osobę pogodną i to pomaga jej w zmaganiach z codziennością. W pracy zawodowej i w życiu rodzinnym wyzwania traktowała jako szansę na nauczenie się czegoś nowego, zachętę do znalezienia sposobu, by pokonać problemy: „Jak się nie da zrobić czegoś tak, jak się zawsze robiło, to trzeba spróbować inaczej. To pomaga znaleźć rozwiązanie”.

Po przejściu na emeryturę osoba badana czuła się niepotrzebna. Nie miała celu w życiu i motywacji do rozpoczęcia kolejnego dnia. Uczestnictwo w zajęciach w ramach edukacji pozaformalnej wyzwoliło w osobie badanej nowe siły i chęć do życia. Próby chóru odbywają się dwa razy w tygodniu, jednak uczestnicy zajęć spotykają się w Domu Kultury codziennie na poranną kawę. Dla wielu osób stało się to rytuałem, wydarzeniem, na które czekają i przygotowują się do niego: „Trzeba się ogarnąć, wyprostować, bucik założyć, torebkę, apaszkę, szmineczkę i wyjść z domu między innych ludzi. Cały ten klimat daje pozytywne nastawienie i chęć do życia. Codzienne obowiązki nie są wtedy żadnym wyzwaniem”.

Osoba badana nie oczekiwała, że podczas zajęć nauczy się śpiewać, inna motywacja zachęciła ją do dołączenia do chóru. Jednak rozwinęła swoje umiejętności, wyszkoliła głos. Kobieta, od czasu gdy uczestniczy w próbach, stała się bardziej pewna siebie i radośniejsza: „To pomaga w życiu codziennym i w kontaktach z innymi ludźmi. Osoba otwarta, uśmiechnięta, o pozytywnym nastawieniu lepiej dogaduje się z ludźmi. Łatwiej czasem załatwić jakąś sprawę”.

Osoba badana nigdy nie planowała swojego rozwoju. Po ukończeniu szkoły uważała, że zakończyła już edukację i dalej w życiu nie będzie się rozwijać. Okazało się, że w pracy ekspedientki musiała nabywać nowe kompetencje: „Czasy się zmieniały, pojawiły się komputery, kasy fiskalne i metkownice. Inaczej wyglądały dokumenty, gdy po szkole zaczęłam pracę, a inaczej kilka lat później”. Jako absolwentka techni-

kum nie przypuszczała, że będzie się uczyła przez całe życie, bo tego wymagały nowe procedury i zmieniający się świat. Nie sądziła również, że będąc na emeryturze, można się rozwijać. Zajęcia chóru zachęciły osobę badaną do kolejnych poszukiwań i wyzwołyły potrzebę uczenia się.

## Podsumowanie

Przeprowadzone badania jakościowe wykazały, że badane osoby dorosłe uczą się przez całe życie. Również udział w badaniach okazał się dla nich okazją do rozwoju. Wywiad swobodny, zachęcenie do refleksji poprzez zastosowanie technik wizualnej i projekcyjnej wpłynęły na ich samoświadomość. Badanie stało się szansą na biograficzne oraz narracyjne uczenie się dorosłych, a także stanowiło refleksję nad historią własnego życia. Biografia edukacyjna okazała się źródłem wiedzy osób badanych o nich samych. Badanie stworzyło ważną przestrzeń do uczenia się, z której wcześniej osoby badane nie korzystały lub – tak jak miało to miejsce w przypadku jednej z osób badanych – celowo odrzucały taką możliwość. Jedna z kobiet unikała trudnych dla niej wspomnień. Podczas rozmowy, werbalnego tworzenia swojej biografii, podczas snucia opowieści, narracji, „demony przeszłości” – jak swoje traumatyczne przeżycia nazwała kobieta – zostały uwolnione. Osoba badana potrzebowała wyartykułować to, co do tej pory tkwiło w niej głęboko zepchnięte przez mechanizmy obronne. Uznała, że bez wydobytego z zakamarków pamięci bólu, jej opowieść nie byłaby pełna. Nie mogłaby również stanowić cennej okazji, by uczyć się z historii własnego życia.

Osoby badane świadomie podjęły działania, które umożliwiły im uczestnictwo w edukacji pozaformalnej. Jednak część kobiet jako motywację do udziału w zajęciach wymieniła inne względy niż chęć uczenia się. Nabywanie kompetencji stało się ich udziałem niejako dodatkowo, przy okazji spełniania innych potrzeb. Początkowo kursy, szkolenia, próby stanowiły przede wszystkim towarzyskie spotkanie, sposób na miłe spędzenie czasu, możliwość oderwania się od codziennych kłopotów, niekoniernie okazję do uczenia się w dorosłości. Poprzez jasne określanie celów zajęć i ich realizowanie, a także etapowe odnoszenie się do wcześniej ustalonych kryteriów sukcesu, osoby prowadzące wytworzyły atmosferę sprzyjającą uczeniu się. Osoby badane w toku kolejnych warsztatów, prób, wykładów i lekcji zaczęły nabywać kompetencje bezpośrednio związane z realizowanymi treściami. W procesie uczenia się, w sposób najczęściej nieuświadomiony przed uczestnictwem w badaniu, wykazały się wiedzą i umiejętnościami znacząco ułatwiającymi ich codzienne funkcjonowanie. Najistotniejsze okazały się wykształcone postawy – świadomość własnej wartości, wytrwałość, kreatywność i samoakceptacja.

Uczenie się dorosłych w ramach edukacji pozaformalnej wymagało od osób badanych przede wszystkim zmiany nastawienia do samego procesu kształcenia. Ich doświadczenia w edukacji formalnej spowodowały, że ponowne odnalezienie się w roli

ucznia nie było dla osób badanych łatwe. Kobiety przystępowały do zajęć z pewnymi zahamowaniami wynikającymi z bagażu nie zawsze przyjemnych doświadczeń. Uczenie się utożsamiane było przez osoby badane z brakiem elastyczności, uczeniem się na pamięć, przez co nie dostrzegały celu, bały się porażki, oczekując piętnowania błędów. Ich nowe doświadczenia nie tylko diametralnie zmieniły ich postrzeganie uczenia się, ale też wywołały konieczność zmiany czasami złych nawyków. W edukacji pozaformalnej to uczestnik stanowił centrum procesu, jego indywidualne potrzeby i preferencje co do stylu uczenia się były brane pod uwagę. Kobiety opisywały nabywane kompetencje jako przydatne nie tylko w wąskim zakresie związanym z charakterem zajęć, na które dobrowolnie, świadomie i celowo się zdecydowały. Przede wszystkim stanowiły one cenne źródło informacji o samym sobie, pomagały skutecznie zmagać się z codziennymi wyzwaniami i przeciwnościami losu. Edukacja pozaformalna wyzwoliła w osobach badanych chęć dalszego rozwoju, uczenia się, podejmowania kolejnych wyzwań. Są one świadome tego, że znajdują się, czasem mimo wieku, na początku całowyciowego rozwoju.

## Bibliografia

- Alheit P., *Podwójne oblicza całowyciowego uczenia się: dwie analityczne perspektywy „cichej rewolucji”*, „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2002, nr 2, s. 55–78.
- Ciechanowska D., *Od edukacji ustawicznej do całowyciowego uczenia się – potrzeba kształcenia kompetencji uczenia się*, [w:] R. Góralska, J. Pólturzycki (red.), *Edukacja ustawiczna w szkołach wyższych*, Wydawnictwo Instytutu Technologii Eksploatacji, Płock–Toruń 2004, s. 155–160.
- Czerniawska O., *Szkice z andragogiki i gerontologii*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2007.
- Karawajczyk W., *Kształcenie dorosłych w ujęciu andragogicznym*, „Colloquium Wydziału Nauk Humanistycznych i Społecznych Akademii Marynarki Wojennej” 2009, R. 1, s. 95–108.
- Komunikat Komisji Europejskiej, *Making a European Area of Lifelong Learning a Reality*, COM (2001) 678, <https://eur-lex.europa.eu/PL/legal-content/summary/european-area-of-lifelong-learning.html> [dostęp: 4.12.2022].
- Memorandum Komisji Europejskiej, *Memorandum on Lifelong Learning*, [www.voced.edu.au/content/ngv:2687](http://www.voced.edu.au/content/ngv:2687) [dostęp: 31.12.2022].
- Raport EURYDICE, *Lifelong Learning: the contribution of education systems in the Member States of the European Union*, [www.op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/e36cfb36-b16a-4dd8-99e1-c70482e392b9.pdf](http://www.op.europa.eu/en/publication-detail/-/publication/e36cfb36-b16a-4dd8-99e1-c70482e392b9.pdf) [dostęp: 4.12.2022].

**Learning to survive and thrive: How non-formal education transforms the quality of adult life?**

**Abstract:** The idea of non-formal education is linked to the fulfilment of the needs of adults to acquire new knowledge and skills and to develop attitudes that will help them function more easily in the modern world. Education is associated with learning in schools and universities, and adult lifelong learning is perceived similarly. What prompts adults to return to the experiences they acquired while following traditional formal education paths? What motivates them to deliberately resume the learning process, already in a much different form of structured adult education? The most pertinent question is which competences acquired in the post-school educational activity support the daily functioning of adults.

**Keywords:** non-formal education, lifelong learning, overcoming challenges, development

**About the Author**

Hanna Kozakiewicz – Master's degree in English philology and pedagogy. As of October 2024, a doctoral student at the Doctoral School at the Warsaw University of Life Sciences in the field of social sciences, in the discipline of pedagogy. Academic and research interests: subjective quality of life, issues of youth functioning in the modern world, educational inequality, and adult education.