

VR Tiyatro

“Yaşlılara Sosyal Yardım ve Kültürel e-Katılım”

Training format

Diesis Network



VR THEATRE

İçindekiler

İçindekiler	2
Giriş	4
Modül 1: Bu eğitim formatı nedir ve nasıl yapılandırılmıştır?	4
VR Tiyatrosu projesi	4
Eğitimin amaçları ve hedef kitesi	4
Eğitimin yapısı	5
Modül 2: Kısa arka plan ve araştırma bulgularına genel bakış	7
Arka plan	7
Araştırma bulgularına genel bakış	7
Modül 3: Buz kırma ve ekip oluşturma	9
Birden fazla hikaye oyunu	9
Kısım I. Yaşlıların dijital katılımı	11
Modül 1. Covid-19 çağında Kitle Geliştirme	11
Bağlam çerçevesi	11
Gümüş çağda kitle analizi, araştırma ve genişleme	13
Modül 2. "Sosyal Olarak Mesafeli Kültür"	18
Modül 3. Covid-19 çağında yaşlılar için Etkili Sosyal Yardım	21
Modül 4. Covid-19 çağında yenilikçi kültürel ve yaratıcı endüstriler için pazarlama becerileri	
22Kısım III. Dijital kültürel etkinliklerle yaşlıların dahil edilmesi	24
Module 1: Yaratıcı VR	24
Module 2: Yaşlılar için Yaratıcı VR	24
Kısım III. Yaşlıların kaynaşmasına yönelik sahne sanatları ve kültürel faaliyetler	25
Module 1: Yaratıcı Yaşlanma	25
Giriş	25
yaratıcı yaşlanma kavramı	26
Anımsama Sanatları, yaşanmış deneyimlerin sanat yoluyla uygulanması ve keşfedilmesidir.	30
Yaratıcı yaşlanma formları	30
Yaşlılıkta Dijital Etkileşim	34
Dijital Etkileşim Boyutları	35
Özet	35
Ekler	36
Modül 2: Covid-19 çağında Yaratıcı Yaşlanma ve kültürel katılım	43
Birinci Atölye: İçimizdeki Hikayeleri Çözmek	43
İkinci Atölye: Yaşayan Mektuplar	44
Modül 3: Yaşlılarda kültürel kopukluk	45
Genel bakış	45
Yaşlıların kültürel katılımı için olası çözümler	45
Senin silüetin benim – pratik aktivite	46
Kısım IV. Proje çalışması: Bir sosyal yardım kampanyasının planlanması ve yerel çalıştayların yapısı	48
Modül 1. Sosyal Yardım Kampanyası planlaması.	48

Modül 2. Yerel çalıştayların yapısını ve formatını planlama ve geliştirme	49
<i>Kısım V. Değerlendirme</i>	50
Ara değerlendirme	50
Son değerlendirme	50
Proje çalışmasının değerlendirilmesi	50

Giriş

Modül 1: Bu eğitim formatı nedir ve nasıl yapılandırılmıştır?

“Yaşlı Sosyal Yardım ve Kültürel Katılım” Eğitim formatı, VR Tiyatro projesi çerçevesinde geliştirilmiştir.

VR Tiyatro projesi

VR Tiyatro projesi, Avrupa Birliği Erasmus+ programı tarafından ortak finanse edilen bir projedir. Projenin amacı, kültürel ve yaratıcı endüstrilerdeki yetişkin profesyonellere, özellikle sanal gerçeklik gibi dijitalleşmenin kullanımıyla dışlanmış veya dışlanmış hisseden risk altındaki 65 yaş üstü nüfusu hedefleyerek daha geniş bir kitleyi etkilemek için yenilikçi ve yaratıcı araçlar sağlamaktır.

Projenin özel hedefleri şunlardır:

- Uluslar arası işbirliğini artırmak için yerel ve ulusötesi ağları etkinleştirilmesi.
- Kültürel ve Yaratıcı Endüstriler profesyonellerini ve operatörlerini, Covid-19'un ardından yaşlılar için hedef kitle geliştirme, sosyal yardım ve katılım stratejileri konusunda eğitilmesi.
- Katılımcı Tiyatro ile Sanal Gerçeklik (VR) kullanımını birleştirerek, performatif ve dışavurumcu sanat pratisyenlerini sanat aracılığıyla katılım ve topluluk oluşturmaya yönelik yenilikçi bir metodoloji tasarlanması.

Projenin ortakları şunlardır:

- Chicken Shed Theatre Trust (İngiltere) - koordinatör
- Diesis Network (Belçika)
- S.A.F.E. Projects (Hollanda)
- Nara Eğitim Teknolojileri Anonim Şirketi (Türkiye)
- Consorzio MateraHub (İtalya)
- NGO Nest Berlin (Almanya)
- Drustvo Bodi svetloba (Slovenya)

Eğitimin amaçları ve hedef kitlesi

Hedefler

Eğitim formatı, VR gibi teknolojiyle çalışan kültürel ve yaratıcı endüstrilerdeki operatörlerin etkileşim stratejilerini genişletmeleri için gerekli olan beceri ve yetkinlikleri ele almaktadır. Özellikle Covid-19 krizi toparlanması bağlamında ve özellikle yaşlılar üzerinde yoğunlaşarak, etkileşim ve ulaşım stratejileri için etkili araçlar sağlamayı amaçlamaktadır.

Bu, kültürel ve yaratıcı endüstrilerin dijital geçişini herkes için kapsayıcı ve erişilebilir hale getirmeye katkıda bulunmak için uzun vadeli bir hedef olacaktır.

Hedef Grup

Katılımcılar, şu kategorilerden yetişkin profesyonel ve operatörler olmalıdır: CCI çalışanları ve profesyonelleri, kültürel ve sanatsal kuruluşların yetişkin üyeleri, tiyatro şirketleri ve diğer kültürel/kâr amacı gütmeyen/gönüllü kuruluşlar, dijital beceri ve araçlar aracılığıyla sosyal dahililik üzerine çalışan ve etkileşim kapasitelerini artırmaya ve yaşlıları faaliyetlerine dahil etmeye istekli olanlar.

Eğitimin yapısı



Eğitim, beş ana bölümden oluşacaktır:

1. Bölüm: Yaşlıların dijital ortama dahil edilmesi

- **1. Modül:** Covid-19 ağında Kitle Geliştirme: fiziksel mesafe ve izolasyon bağlamında hedef kitlenizi nasıl analiz edip araştıracadıınız ve genişleteceğiniz
- **Modül 2:** "Sosyal Olarak Mesafeli Kültür": Sosyal olarak mesafeli Yaratıcı ve Kültürel faaliyetler nasıl olabilir (veya olacak)? Bunları yaşlılar için nasıl kapsayıcı ve/veya erişilebilir hale getirebiliriz?
- **Modül 3:** Covid-19 ağında yaşlılar için Etkili Sosyal Yardım: yaşlı vatandaşlara ulaşmak için pazarlama stratejileri, ağ kaynakları ve hizmetler
- **Modül 4:** Covid-19 ağında yenilikçi CCİ'ler için pazarlama becerileri: yaşlılar için yenilikçi, dijital kültürel etkinliklerin/içeriklerin nasıl çekici hale getirileceği

Bölüm 2: Yaşlıların dijital kültürel faaliyetler yoluyla dahil edilmesi

- **1. Modül:** Yaratıcı VR: nedir ve neler yapabilir?
- **Modül 2:** Yaşlılar için Yaratıcı VR: Yaşlıları yaratıcı etkinliklere dahil etmek için VR nasıl kullanılabilir (hikaye anlatımı, VR boyama dahil)

Bölüm 3: Yaşlıların dahil edilmesi için sahne sanatları ve kültürel faaliyetler

- **Modül 1:** Yaratıcı Yaşlanma nedir?
- **Modül 2:** Covid-19 ağında Yaratıcı Yaşlanma ve kültürel katılım: yaşlıları kültürel ve yaratıcı faaliyetlerle meşgul etmenin neden önemli olduğunu ve fiziksel mesafenin korunduğu bir durumda bunu nasıl yapabileceğimizi
- **Modül 3:** Yaşlılarda kültürel kopukluk: nedenleri nelerdir (Odak grup sırasında araştırmacılar tarafından belirlenir) ve olası çözümler nelerdir?

Bölüm 4: Proje alışması - Bir sosyal yardım kampanyasının planlanması ve yerel çalıştaylar için yapı

- **Modül 1:** - Sosyal Yardım Kampanyası planması. Yaşlıları hedefleyen etkili bir Sosyal Yardım Kampanyası nasıl planlanır?
- **Modül 2:** IO3'n yerel çalıştaylarının yapısını/formatını planlama ve geliştirme.

Bölüm 5: Değerlendirme

- Ara değerlendirme
- Son değerlendirme
- Proje çalışmasının değerlendirilmesi

Bu eğitim formatı uygulanırken, bu etkinliklerin çalışma ziyaretleri, uzmanlarla görüşmeler ve ilk elden hikayeler ve deneyimlerle eşleştirilmesi önerilir.

Eğitim, teorik ve pratik faaliyetlerin bir karışımıdır:

Aktivite	Format
Kısım 1: Yaşlıların dijital katılımı	
Modül 1	Teorik
Modül 2	Teorik
Modül 3	Pratik
Kısım 2: Dijital kültürel etkinliklerle yaşlıların dahil edilmesi	
Modül 1	Teorik
Modül 2	Pratik
Modül 3	Pratik
Kısım 3: Yaşlıların kaynaşmasına yönelik sahne sanatları ve kültürel faaliyetler	
Modül 1	Teorik
Modül 2	Teorik
Modül 3	Teorik
Modül 4	Pratik
Kısım 4: Proje çalışması - Yerel çalıştaylar için bir sosyal yardım kampanyası ve yapısının planlanması	
Modül 1	Pratik
Modül 2	Pratik
Kısım 5: Evaluation	
Ara değerlendirme	N/A
Son değerlendirme	N/A
Proje çalışmasının değerlendirilmesi	N/A

Modül 2: Kısa arka plan ve araştırma bulgularına genel bakış

Arka Plan

Kültürel ve yaratıcı sektörler (CCI'ler), Covid-19 krizinden ağır bir şekilde etkilendi. AB genelinde sinemalar, tiyatrolar ve kültürel mekanlar hükümet tedbirleriyle ilk kapatılanlar oldu. Faaliyetlerine süreklilik sağlamak için birçoğu tekliflerinin dijital sürümleriyle çevrimiçi oldu. Ancak, geniş bir nüfus grubu dijital fırsatın dışında kalma riskiyle karşı karşıya. 65 yaş üstü yaşlı vatandaşlar, dijital araçlara

ve seçeneklere geçişte genellikle daha yavaştır (Eurostat,2018).

Sosyal izolasyon başka bir endişe kaynağıdır. Araştırmalar, yaşlıların "geleneksel" fiziksel etkinlikleri alışveriş gibi çevrimiçi etkinliklerle değiştirme konusunda dirençli olduklarını, çünkü bunun yüz yüze etkileşimin yerini alacağından ve yalnızlığa yol açacağından korktuklarını ortaya çıkardı (Lancaster University,2018).

Yaşlılar, "geleneksel" faaliyetlerde bulunmak için teknolojik ve dijital çözümleri benimsemeye genellikle daha yavaştır ve bu, tiyatroya gitmek veya bir konsere katılmak gibi kültürel faaliyetler için de geçerlidir. Bu kısmen kendi bilgi ve dijital okuryazarlık eksikliklerinden kaynaklanmaktadır. Bunun da ötesinde, CCI'ler ve kültür kuruluşlarının kendileri, üst düzey bir kamuoyunu VR tiyatrosu veya VR akışı gibi yenilikçi kültürel tekliflere dahil etmek için mücadele ediyor. Sosyal ve fiziksel mesafe önlemleri nedeniyle, giderek daha fazla sayıda kültürel ve yaratıcı varlık, kültürel ürünlerin tüketiminde ana araç olarak teknolojiye yöneldiği için bu konu artık daha alakalı.

Araştırma Bulgularına Genel Bakış

Dijital dönüşüm, bugünün toplumlarında en çok tartışılan konulardan biridir: sanat dünyasına da girmiştir: televarlık, sanal gerçeklik, dijital hareketlilik ve çevrimiçi araçlar hayatın ayrılmaz bir parçası haline gelmiştir. Yeni teknolojiler, kültürel sektöre amaçlanan kitleye daha uygun hale gelen farklı farkındalık, iletim ve sanatsal ve kültürel eğitim süreçleri geliştirerek, farklı kitlelere ulaşma konusunda ayrıcalıklı fırsatlar sunmaktadır.

Sanatların dijitalleşme süreci, yeni ürünler ve yeni disiplinler arası iş birlikleri yaratmanın yanı sıra kültürel ve sosyal refah için fırsatlar sağlamış ve bu doğrultuda gelişmeye devam etmektedir.

Araştırmalar, yaşlı vatandaşların kültür ve yaratıcı endüstrilerde yer almasıyla, güçlenme ve başarılı yaşlanma hissini ilişkili olduğunu göstermiştir. Genel olarak yaşlı vatandaşlar için başarılı yaşlanma, sosyal bir yaşam, kişisel gelişim, öz kabul, özerklik ve sağlık anlamına gelir. Sanatsal yaratıcılık, problem çözme yeteneklerinin, motivasyonun ve algıların gelişimini teşvik ederek, günlük yaşam yönetiminde pratik yaratıcılığa dönüşen tüm bu unsurların başarılı yaşlanmaya katkıda bulunur.

Avrupa'da bu konuda farklı yaklaşımlar ve trendler gözlemliyoruz. Kültürel katılım, aktif ve anlamlı yaşlanmada önemli bir rol oynar. Yaşlılar dahil birçok insan, diğerleriyle birlikte sanat ve kültüre katılmaktan hoşlanır, ancak yaşlandıkça bu zorlaşır. 60 yaşın üzerindeki insanların yarısı kültür etkinliklerine katılırken, diğer yarısı katılmaz. Sadece üçte biri yılda iki kez veya daha fazla bir kültür merkezini ziyaret eder. Yaşlılar için dijital olarak yönlendirilmiş kültürel etkinlikler tasarlamak ve uygulamak için, hangi kültürel etkinliklerin en çok ilgi gördüğünü ve yeni girişimleri nasıl duyuracağını araştırmak önemlidir. Hollanda Kültür Eğitimi ve Amatör Sanatları Ulusal Bilgi Enstitüsü, kültür eğitimi, kültürel katılım ve kültürel erişilebilirliğe odaklanmayı artırmayı taahhüt etmektedir. Bu ihtiyaçlara yanıt veren yapılar arasında, en aktif olanları; müzik dernekleri, korolar, resim, fotoğrafçılık ve film kulüpleri ile tiyatro ve dans dernekleri gibi yapılar yer almaktadır. Çoğu derneğin üyeleri 50-64 (%88) ve 65-80 yaş arasındadır (%85).

Modern bilgi teknolojilerinin yaşlanmanın geleceği için sunduğu fırsatlar ancak son zamanlarda araştırmalarla ortaya konulmuştur. İKT oldukça pahalı olabilir ve bu alandaki hızlı gelişme, cihaz ve yazılımların hızlı bir şekilde değişmesine neden olur, bu da daha az varlıklı insanları bu alanda dezavantajlı hale getirir. Bu yaşlı grubu içinde, 70 yaşın üzerindeki katılımcılar daha genç katılımcılara göre daha az sıklıkla e-posta ve cep telefonu kullanımından bahsederler. Bu kullanıcı grubu için teknolojiler geliştirirken ve uygularken, mevcut nüfusun demografik, sosyal ve ekonomik değişkenleri dikkate alınmalıdır. VR / AR oldukça yeni bir teknolojidir ve sadece (2021 Audience Agency verilerine göre) nüfusun %7'sinin kullandığı bir teknolojidir, çoğu Londra'da ve 16-34 yaş aralığındaki sakinlerde bulunur ve yalnızca %3'ü 65 yaşın üzerindeki kullanıcılar tarafından kullanılır. VR, demans üzerinde olumlu bir etki yapabilir ve genel olarak daha sağlıklı yaşam tarzlarına yol açabilir.

Bugün, dijital dünyada üyelik, günlük internet teknolojilerini oluşturma ve kullanma becerisine bağlı hale gelmiştir. COVID-19 pandemisi, dijital işlerde bir trendi daha ortaya çıkarmış ve yaş, cinsiyet, yaralanma, konum vb. ayırım gözetmeksizin herkes için yeni, iyi işler gerekli hale gelmiştir.

Araştırmalar, yaşlıların dezavantajlı gruplar arasında olduğunu göstermektedir. Yapılması gereken, bir işletmeyi dönüştürmek için mevcut platformları kullanmak yerine, yeni çevrimiçi alanlar oluşturmaktır. Farklı erişim seviyeleri olan yeni dijital alanlar ve pratikler tanımlayarak, içinde yeni türden uygulamalar oluşturmak için deneyler yapmak ve yeni çalışma ortamları oluşturmak gereklidir. Bu hedefe, 65 yaşın üstündekiler dahil olmak üzere farklı yaş gruplarında erişilebilirlik sağlanarak ulaşılmalıdır.

Yaşlıları dahil etmek için sorumluluk almalıyız. Toplum olarak, yaşlılar için dünyayı daha kapsayıcı hale getirmek için harekete geçmeliyiz. Bu, yeni teknolojiler aracılığıyla kültürel katılımın yaşlılar için kolaylaştırılması anlamına gelir. Yeni teknolojiler, kültürel etkinlikler ve iletişim alanındaki aktörler, toplumumuzun dönüşümüne dayanan dahil olma imkanları yaratmak için birlikte çalışmalıdır.

Sosyal içermeyi başarmak için, hedef kitlelerini yansıtan çok çeşitli ve çok sayıda pazarlama aracı kullanmak gerekir. Materyal içerme, hayır kurumlarıyla işbirliği yoluyla da sağlanabilir. Basitçe söylemek gerekirse, yaşlıların sosyal katılımı, izolasyonu önleyen bağları besler.

Tema ve konu tanınmıştır, ancak hedef kitleyi kültürel faaliyetlere dahil etmek için çalışan birkaç proje vardır.

Dijital galeriler sayesinde dijital kültür ve yaratıcı endüstrilerin geleceği heyecan vericidir ve dijital dönüşüm aracılığıyla uygulamalarımızı birleştirebiliriz. VR ve AR dünyasına doğru yönelmeli ve sadece kayıtları yükleyemeyeceğimizi, proje içindeki insanları çevrimiçi olarak dahil etmenin 65 yaş üstü nüfus için en iyi sonuçları ve faydaları sağladığı anlaşılmalıdır. Farklı kanalları keşfetmek, her platformun sınırlarını zorlamak ve güvenli alanlar yaratmak, bu yaş grubunun interneti anlama becerisindeki artışla birlikte tutumlarını yavaş yavaş değiştirecektir. Bu, toplumumuzun en büyük segmentlerinden biridir: "2050 yılına kadar dünya nüfusunun beşte birinin 60 yaşın üzerinde olacağı öngörülmektedir." (Dijital Teknolojiler ve Sosyal Dahil Edilme Grubu (DTSI), 2015). Daha uzun yaşam beklentisi ve daha iyi yaşam standartları ile, CCI'ye çok az katkı sağlayabileceğine inandığımız büyük bir ekonomik kesimi dışlamak istemiyoruz.

Modül 3: Buz kırma ve ekip oluşturma

Bir hikaye oyunundan fazlası

Bir Hikayeden Fazlası, her yaştan, geçmişten ve kültürden insan arasında köprüler kuran benzersiz ve güçlü bir kart oyunudur.

Her oyuncunun kısa bir sunumuyla başlar. En yaşlı katılımcı "yeni soru"ya basarak başlar ve soruyu yüksek sesle okur. Oyuncu daha sonra bir hikaye anlatır. Diğerleri aktif olarak dinler ve sorular

sorarak hikaye anlatıcısını cesaretlendirebilir. Hikaye anlatıcısı bittiğinde oyun saat yönünde devam eder.

Öğrenme hedefleri

Katılımcıların, yaşlı insanların bakış açılarını deneyimleriyle anlamalarına ve takdir etmelerine yardımcı olmak ve farklı yaş, geçmiş ve kültürlerden insanlar arasında bağlantı kurmak

Katılımcıların, deneyimlerin, olumlu ve olumsuz duyguların, özel anların vb. çeşitliliğini tanıyarak akranlarıyla etkileşime girmelerini sağlamak, bunları grup içinde sunmak.

Oyun özellikle şunları ister:

- sizi farklı görünenlerden izole eden kendi korkularınızı veya önyargılarınızı ele alabilmek.
- bütünleşme ve kapsayıcılık sürecini, kalplerin ve zihinlerin açılmasını kolaylaştırmaya yardımcı olmak.
- her bir kişinin benzersiz deneyimleri için empati ve takdir uyandırmak ve aile ve arkadaşlar arasındaki iletişimi derinleştirmek.
- kişisel deneyimleri ve bunlarla bağlantılı duyguları sunmak
- VR Tiyatro Oyunu için fikir almak için

Kaynaklar

Bir dizi kart, daire oluşturan sandalyeler, rahatlatıcı müzik.

Süre: yaklaşık 90 dakika

Talimatlar

Katılımcıları daire oluşturan sandalyelere yerleştirin. Her birinden rastgele iki kart seçmesini isteyin. Onlara iskambil destesinden bir karta kadar başka bir kartla değiştirebileceklerini söyleyin. Onlara her kartın yapacak farklı görevleri olduğunu açıklayın.

Oyuncuların her birinden kısaca kendilerini tanıtmalarını isteyin. Görevini anlatan ilk oyuncuyu seçin.

Kart görevleri şunları içerir:

- Yapmak istediğiniz yeni bir şeyden bahsedin.
- Hayatınızdaki bir deneyimden seçtiğiniz bir hikayeyi anlatın.
- Sahip olduğunuz ve sizin için özel olan bir şey hakkında bir hikaye anlatın.
- Yaptığınız bir geziden bir hikaye anlatın
- Hayatınızda etkisi olan bir kişiden bahsedin.
- Bir filmin veya kitabın sizi nasıl etkilediğini anlatın.

Tüm görevler, sinirlendiğin bir zaman, cömert olduğun bir zaman, hala özlediğin biri hakkında, hayatının her zaman hatırladığın bir dönemi hakkında, vb. gibi çeşitli yaşam hikayeleriyle ilgilidir. Kendi seçtiğiniz bir soruyu başka bir oyuncuya sorduğunuzda da bir kart alabilirsiniz.

Her katılımcı, sahip olduğu karta göre bir hikaye anlatıcısı olur. Diğerleri aktif olarak dinler ve soru sorarak hikaye anlatıcısını cesaretlendirir.

İlk hikaye anlatıcısı bittiğinde, oyun başka bir hikaye anlatıcısı ile saat yönünde devam eder. Her katılımcı iki kez hikaye anlatıcısı olana kadar bu şekilde devam eder.

Herkes bu görevi tamamladığında, katılımcılardan kendilerini açma konusundaki düşüncelerini, hislerini, duygularını veya yorumlarını kartlar yardımıyla paylaşmalarını ve açıklamalarını isteyin.

Kullanılan yöntemler

- Görsel (uzaysal): kartları kullanma
- Sözlü (dilbilimsel): konuşmada sözcükleri kullanma
- Duygusal): hayat hikayeleri aracılığıyla kişisel deneyimler ve bunlarla bağlantılı duyguların paylaşılması
- Sosyal (kişilerarası): gruplar halinde veya diğer insanlarla öğrenme

Mektup

Kartlarına yazdıklarını paylaştıktan sonra, katılımcılara gözlerini kapatmalarını ve duydukları bir hikayeyi veya söylenmemiş kendi hikayelerini hayal etmelerini söyleyin. Rahatlatıcı bir müzik açabilir ve katılımcılara Birden Fazla Hikaye oynamanın her katılımcının benzersiz deneyimleri için empati, şefkat, anlayış ve takdir uyandırıp uyandırmadığını sorarak derinlemesine düşünme anını başlatabilirsiniz. Onlara kartların fikir sormak için değil, kişisel deneyimler ve bunlarla bağlantılı hisler, hepimizin ortak duyguları sormak için tasarlandığını açıklayabilirsiniz.

Sonunda, kendinizi diğerinin yerine koymanın ne anlama geldiğini kişisel olarak düşünmek için kendinize beş dakika verin. Karşılıklı anlayışın bir göstergesi olarak katılımcılardan kucaklaşmalarını isteyerek etkinliği sonlandırabilirsiniz.

Bölüm I. Yaşlıların dijital ortama dahil edilmesi

Modül 1. Covid-19 çağında Kitle Geliştirme



This project has been funded by the Erasmus+ Programme of the European Union (Grant Agreement No 622623-EPP-1-2020-1-DE-SPO-SCP). This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Fiziksel mesafe ve izolasyon bağlamında hedef kitlenizi nasıl analiz edebilir, araştırabilir ve genişletebilirsiniz?

Bağlam çerçevesi

AGE Platformuna göre 2018'in başlarında 28 AB ülkesinde 101,1 milyon yaşlı insan (65 yaş ve üstü) yaşıyordu, bu da toplam nüfusun yaklaşık beşte birini (%19,7) oluşturuyor. Önümüzdeki otuz yılda, bu rakamın 2050'de 149,2 milyon kişiye (toplam nüfusun %28,5'i) yükseleceği tahmin ediliyor. Bununla birlikte, etki heterojenlik dağılmıştır; Yaşlı kadınların (yaşlı erkeklere göre) temel mal ve hizmetler için ödeme yapma konusunda ciddi zorluklarla karşılaşma olasılığı genellikle daha yüksekken, yalnız yaşayan yaşlı insanların (yaşlı kadınların) artan sayısı özellikle endişe vericidir.

Şu anda toplumdaki yalnızlık ve sosyal izolasyon yaşayan yaşlı insanların oranına dair küresel bir tahmin bulunmamakla birlikte, bazı bölgeler ve ülkeler için tahminler mevcuttur. Örneğin, 25 Avrupa ülkesindeki yaşlıların %20-34'ü.¹

DSÖ tarafından yürütülen diğer araştırmalar, sosyal izolasyonu zihinsel ve fiziksel sağlık hasarı ile ilişkilendirerek kardiyovasküler hastalık, inme, diyabet, bilişsel gerileme, bunama, depresyon, anksiyete ve intihar risklerini artırır.² Bunun da ötesinde, insanları sosyal izolasyon ve yalnızlık riskine sokan birçok kesişimsellik bir arada var olur, buna etnik azınlıklar da dahildir; lezbiyen, gey, biseksüel ve trans+ kişiler; fiziksel ve öğrenme güçlüğü çeken ve uzun süreli sağlık sorunları olan kişiler; bakıcılar; ve yatılı ve hemşirelik bakımındaki yaşlı insanlar. Göçmenlerin daha az - özellikle uzun süreli - sosyal bağları ve daha az sosyal entegrasyonu olma eğiliminde olduğundan ve genellikle dil ve iletişim engelleriyle karşı karşıya kaldıklarından, göçmen olmak da bir risk faktörüdür.³

İzolasyon ve yalnızlıkla mücadele etmek için birçok müdahale stratejisi bir arada var olur, ancak dijital çözümlerin etkisini ve rolünü buna dahil eden kişi tarafından kullanılan aşağıdaki çerçeve:



¹ Yang K, Victor C. Age and loneliness in 25 European nations. *Ageing Society*. 2011;31:1368 (<http://dx.doi.org/doi:10.1017/S0144686X1000139X>)

² Jopling K. Promising approaches revisited: effective action on loneliness in later life. London: Campaign to End Loneliness; 2020 (https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising_Approaches_Revisited_FULL_REPORT.pdf).

³ Jopling K. Promising approaches revisited: effective action on loneliness in later life. London: Campaign to End Loneliness; 2020 (https://www.campaigntoendloneliness.org/wp-content/uploads/Promising_Approaches_Revisited_FULL_REPORT.pdf).

Kaynak: Yaşlı insanlar arasında sosyal izolasyon ve yalnızlık

Dijital müdahaleler, hem COVID-19 salgını sırasında kullanımının artması hem de teknolojinin - özellikle internet, akıllı telefonlar ve sosyal medyanın - sosyal ilişkilere aracılık etmede son 10-15 yılda hızla artan rolü nedeniyle özel ilgi görüyor. Dijital müdahaleler arasında internet ve bilgisayar kullanımı eğitimi, görüntülü iletişim desteği, mesajlaşma hizmetleri, çevrimiçi tartışma grupları ve forumlar, telefon arkadaşlığı, sosyal ağ siteleri, sohbet robotları ve sanal yapay zeka "arkadaşlar" yer alır.⁴

Bu çevrimiçi müdahaleler, mahremiyet, bilgilendirilmiş rıza ve özerklik üzerindeki potansiyel ihlal ve erişimdeki eşitsizlikler gibi çeşitli etik kaygılarla ilişkilidir. Ayrıca, dijital müdahalelerin potansiyel zararlı bir etkisi olarak, özellikle yaşlı insanları daha fazla izole etme riskini etkileyen, yüz yüze etkileşimleri tamamlayan çevrimiçi ilişkilerin olasılığı mevcuttur. Dijital olarak bağlanamayan veya bağlanmak istemeyenler için çevrim dışı kalma hakkının korunması ve alternatiflerin geliştirilmesi önemlidir.

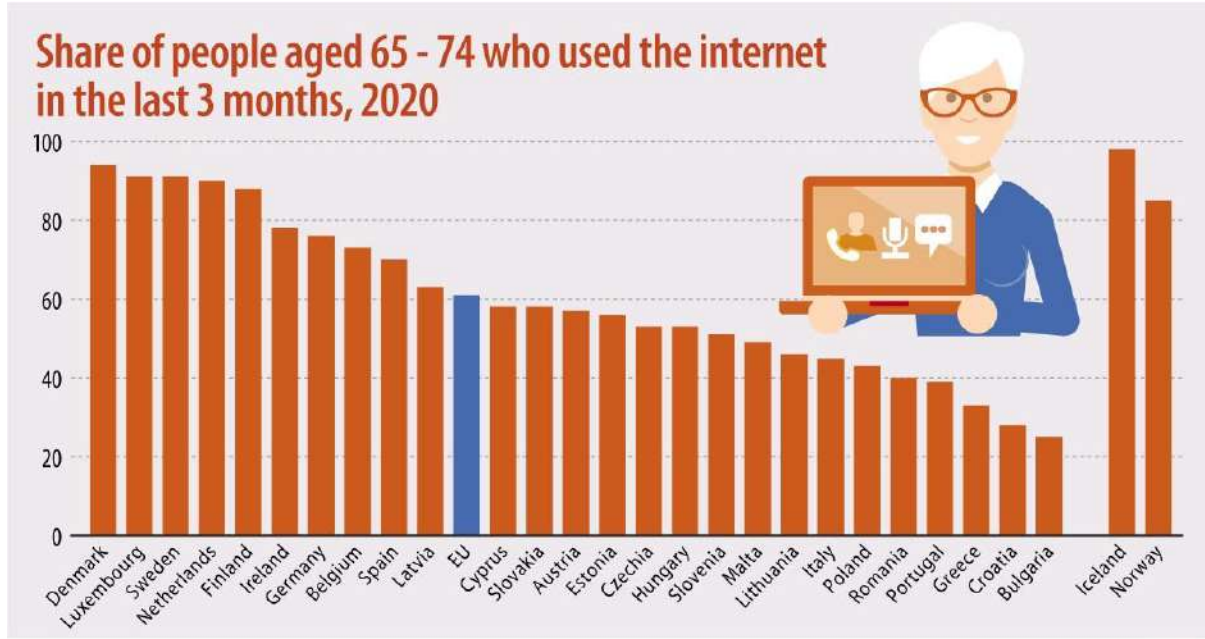
Son olarak, aktif ve sağlıklı bir yaşlanmayı teşvik etmek Avrupa Birliği'nin çıkarıdır; bu, yeni ürün ve hizmetler⁵ tasarlanırken erişilebilirlik yönergelerinin dikkate alınması gereken kapsayıcı dijital ortamların uygulamaya konmasını ve yaşlılar arasında dijital uçurumun artmasındaki zorlukların anlaşılmasını gerektirir. Avrupa; 2020'de, AB'de 16-74 yaş arası kişilerin %88'i son 3 ayda interneti kullandıklarını bildirdi; Bulgaristan'da %70'ten Danimarka'da %99'a kadar değişmektedir.⁶ Ancak bu istatistikler, çoğu zaman tıbbi ve finansal kullanımına başlayan, kültürel çevrimiçi etkinliklerin ardından gelen ve insanların henüz bu kadar aşına olmadığı teknoloji amaçlı belirli kullanımları içermiyor.

⁴ Boulton E, Kneale D, Stansfield C, Heron P, Hanratty B, McMillan D et al. Rapid review of reviews: What remotely delivered interventions can reduce social isolation and loneliness among older adults. London: EPPI Centre, University College London; National Institute for Health Research Older People and Frailty Policy Research Unit; 2020

<https://epi.ioe.ac.uk/CMS/Portals/0/Rapid%20Review%20Remotely%20Delivered%20Interventions%20to%20Reduce%20Loneliness%20and%20S...pdf>

⁵ Ageing in a digital world – from vulnerable to valuable. Geneva: International Telecommunication Union; 2021, https://www.itu.int/hub/publication/d-phcb-dig_age-2021/

⁶ Eurostat: How popular is internet use among older people?; 2021, <https://ec.europa.eu/eurostat/web/products-eurostat-news/-/edn-20210517-1>



France: 2020 data not available. As a result, the EU aggregate has been estimated.

ec.europa.eu/eurostat

Gümüş çağda kitle analizi, araştırma ve genişleme

Kullanılması önerilen ilk çerçeveler, Birleşmiş Milletler tarafından ülkeler genelinde yaşlıların aktif ve sağlıklı yaşlanma için kullanılmayan potansiyelini ölçmek için başlatılan bir araç olan Aktif Yaşlanma Endeksi'ne (AAI) dayanmaktadır. Yaşlıların bağımsız yaşama, ücretli istihdama ve sosyal faaliyetlere katılma ve aktif olarak yaşlanma kapasitelerini ölçmektedir. Ayrıca, daha aktif olmalarını sağlayan çevresel faktörleri de göz önünde bulundurur (örneğin, eğitim ve bakım sistemleri veya refahı, sosyal uyumu ve dijitalleşmeyi destekleyen farklı altyapılar).⁷

Active Ageing Index			
The Active Ageing Index (AAI) is a tool to measure the untapped potential of older people for active and healthy ageing across countries. It measures the level to which older people live independent lives, participate in paid employment and social activities as well as their capacity for active ageing.			
Employment	Participation in Society	Independent, Healthy and Secure Living	Capacity and Enabling Environment for Active Ageing
Employment rate 55-59	Voluntary activities	Physical exercise	Remaining life expectancy at age 55
Employment rate 60-64	Care to children and grandchildren	Access to health services	Share of healthy life expectancy at age 55
Employment rate 65-69	Care to infirm and disabled	Independent living	Mental well-being
Employment rate 70-74	Political participation	Financial security (three indicators)	Use of ICT
		Physical safety	Social connectedness
		Lifelong learning	Educational attainment

⁷ 2018 Active Ageing Index Analytical Report: United Nations, Geneva; 2019, https://unece.org/DAM/pau/age/Active_Ageing_Index/ECE-WG-33.pdf

kaynak: AAI Leaflet

AAI'nin, yaşlanan kitleyi şekillendiren farklı değişkenlerin etkisini çerçevelemek ve böylece sunulan dijital cihazların ve hizmetlerin kullanımıyla etkileşime giren ana engelleri belirlemek için bireysel ve grup düzeyinde kullanılması önerilir.

Ayrıca, Dijital Beceriler ve İşler Platformu, yerleşik Avrupa Dijital Standartlarına dayalı olarak mevcut dijital yeterlikleri iyi bir şekilde anlamak için doğrudan profesyonel rehberlik programlarının kullanıcıları tarafından kullanılabilen dijital beceriler için yeni bir Avrupa çevrimiçi öz değerlendirme aracı başlattı. Yetkinlik Çerçevesi - Hedef kitlenin dijital becerilerine dayalı etkinlikleri belirlemek ve planlamak için başlangıç noktası olan DigComp 2.0. Testin tamamlanması yaklaşık 20 dakika sürer ve bittiğinde, dijital beceri düzeyine göre bir özet rapor verilir.

Hedef kitlemizin özelliklerini anlamak, ihtiyaçlarına en uygun dijital hizmetleri tasarlamak ve sunulan hizmete özel fayda sağlayarak teknoloji benimseme çabasını aşmak için son derece önemlidir. En iyi faydayı aramak ve odaklanılacak benzersiz profilleri anlamak için, belirli kıdemli profil oluşturma konusunda bilgi birikimi oluşturmayı amaçlayan farklı araştırma yöntemleri bir arada bulunur. Uygulamada önemli olan, yaşlıların hizmet ve programların ortak tasarımına, uygulanmasına ve değerlendirilmesine katılımını sağlayan kullanıcı merkezli tasarım süreçleri yaratma ihtiyacıdır.

Aşağıda, Güney Avustralya Hükümeti tarafından yaşlı insanlarla farklı araştırma ve katılım teknikleri çerçevesinde yürütülen bir analiz bulabiliriz.⁸

Odak Grupları

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> Useful for a detailed analysis of a particular issue Can involve training and the use of peer facilitators Can trigger further discussion and group interaction.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> May not be statistically representative of all older people May not be a suitable forum for older people to discuss personal issues.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> Focus groups should be used as a part of a larger engagement process to analyse and comment on particular issues. To increase representativeness, peak, community sector organisations and schools can run focus groups.

Forumlar

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> Can involve a large representative sample of older people Allows older people the opportunity to interact with other people Can develop the communication skills of older people Can be empowering for older people if they are able to influence the forum's agenda and contribute to the outcomes.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> May not be a suitable forum for older people to discuss personal issues Forums need substantial planning Not everyone feels comfortable speaking in front of a large group.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> Ensure older people are adequately prepared to discuss the issues Creative presentations can be part of the forum and inspire discussions Break into smaller groups.

⁸ Better Together: A Practical Guide to Effective Engagement with Older People: Government of South Australia; 2021, <https://www.sahealth.sa.gov.au/wps/wcm/connect/efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365/Better+Together+-+A+Practical+Guide+to+Effective+Engagement+with+Older+People.pdf?MOD=AJPERES&CACHEID=ROOTWORKSPACE-efc56a004efc69f1b7ccf79ea2e2f365-nwLmRMW>

Röportajlar

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Can provide participants with opportunities to talk about issues that may be difficult in large groups • Can be a comfortable and relaxed process that inspires a rapport with the interviewer and participant.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Will not be representative of all older people • Can be intimidating to some older people who have little to no experience with being interviewed and older people with limited English skills. • No group interaction or ability to talk or brainstorm ideas with other people • Unsuitable if a large sample is needed • Unsuitable if the participant or government has limited time • Can be difficult to recruit interviewees.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Interpreters or bilingual interviewers can be used for Aboriginal and CALD participants where required • Provide some skill development for the participant particularly if they have never been interviewed before.

Anketler

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • A useful and quick method of gaining the views of a large cross section of older people • Can be physical (on paper or by telephone) or can be electronic via an email link or posted on a website) • Can allow for anonymity • Useful to include people who are geographically isolated • Surveys can often be completed at the convenience of the participant • Answers are usually easily collated and analysed.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Difficult to determine the seriousness of responses • Literacy abilities and clarity of instructions will determine the quality and accuracy of responses • Older people who are from non-English speaking backgrounds, may not find surveys accessible • No group interaction or ability to talk or brainstorm ideas with other people.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Ensure surveys are short • Ensure clarity of instructions and expectations • Ensure clarity of purpose • Provide language support or translate survey • Ensure adequate options and include opportunities for comments.

Akran sohbetleri

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Can be useful to engage older people who feel more comfortable engaging with their peers • Can involve skill development such as communication skills, research, facilitation and interviewing skills • Builds capacity in the community • Provides a mechanism to better engage with marginalised groups through the potential to train peers from inside harder to reach communities.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • Time may be needed to train peer consultants.
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • Peer consultants can either be employed for the consultation or reimbursed in other ways (out of pocket expenses etc.).

Referans grup

Advantages	<ul style="list-style-type: none"> • Enables government to have an easy and ongoing access to a group of older people • Can be a starting point for other engagement processes for government • Effectively enables older people to provide direct feedback and input to government policies and programs on a regular basis • Can provide a forum in which older people can develop skills, experience and confidence.
Disadvantages	<ul style="list-style-type: none"> • The formal committee approach may exclude some older people • May not be representative of all older people • Can limit participation from marginalised and diverse groups or those who may not have been involved with committees previously • Requires resources to support the group • Formal meetings require a regular, ongoing commitment by older people to the committee (this may be difficult for participants with other commitments).
Suggestions	<ul style="list-style-type: none"> • The group may be more effective and older people will feel greater ownership if they assist in establishing the group including the terms of reference and purpose • Consider a variety of ways for people to participate, other than formal meetings of a reference group – a less formal network can also be effective.

Ayrıca, kapsayıcı bir dijital tasarım, dijital hizmetlere erişimi ve benimsenmeyi garanti etmek için anahtardır; bunu yapmak için, ürünlerin ve ortamların tasarımını mümkün kılmak için özel kılavuzlarla birlikte yedi ilke belirlenmiştir:

1. Adil kullanım: Tasarım, farklı yeteneklere sahip kişiler için yararlı ve pazarlanabilir.
2. Kullanımda esneklik: Tasarım, çok çeşitli bireysel tercihleri ve yetenekleri barındırır.
3. Basit ve sezgisel kullanım: Kullanıcının deneyimi, bilgisi, dil becerileri veya mevcut konsantrasyon düzeyi ne olursa olsun, tasarımın kullanımının anlaşılması kolaydır.
4. Algılanabilir bilgi: Tasarım, ortam koşulları veya kullanıcının duyuşsal yetenekleri ne olursa olsun, gerekli bilgileri kullanıcıya etkili bir şekilde iletir.
5. Hata toleransı: Tasarım, kazara veya kasıtsız eylemlerin tehlikelerini ve olumsuz sonuçlarını en aza indirir.
6. Düşük fiziksel hata: Tasarım, minimum yorulma ile verimli ve rahat bir şekilde kullanılabilir.
7. Yaklaşma ve kullanım için boyut ve alan: Kullanıcının vücut boyutu, duruşu veya hareketliliğine bakılmaksızın yaklaşma, uzanma, manipülasyon ve kullanım için uygun boyut ve alan sağlanır.

Son olarak, yaşlı nüfusun online dijital uygulamaların yaygınlaştırılması üzerinde çalışmak, teknolojik platformların kullanılabilirliğini dikkate alırken, offline katılımı tamamlayıcılığını anlamak, hedef kitlemizin bölgesel ve kültürel bağlantıları etrafında hizmetler inşa etmek ve ayrıca kuşaklararası müdahalelerin faydalarını anlamak gerekmektedir.

Modül 2. "Sosyal Olarak Mesafeli Kültür"

Sosyal mesafeli Yaratıcı ve Kültürel faaliyetler nasıl olacak? Bunları yaşlılar için nasıl kapsayıcı ve/veya erişilebilir hale getirebiliriz?

Bu modül, sanat ve teknoloji arasındaki ve daha spesifik olarak performatif pratikler ve yeni medya teknolojileri arasındaki ilişki etrafında, bunların son on yıllarda birbirleriyle nasıl etkileşimde bulduklarını ve birbirlerini karşılıklı olarak nasıl etkilediklerini anlamaya yönelik konuşmayı çerçevelemeye adanmıştır. Modül, prensip olarak iki belirlenmiş ana ayrılmıştır: ilki, ana yazarların söz konusu ilişkiyi son 40 yılda nasıl incelediklerini araştırmak için tasarlanmıştır; ikincisi çoğunlukla, genel sohbeti zenginleştirebilecek çağdaş vaka çalışmalarını birlikte analiz etmeye adanmıştır.

Sanatın dönüştürücü potansiyeli uzun süredir şiddetli bir tartışma, felsefi spekülasyon ve bilimsel ölçüm konusu olmuştur (Belfiore ve Bennett 2007). Filozoflar, psikologlar, sosyologlar ve sinirbilimciler, sanatın aracılığına ilişkin sorularla ilgilendiler. Sanat ne yapar? Sanatın insan yaşamına etkisi nedir? Sanat toplumu nasıl etkiler? Sanatın sosyal etkisi nedir? Bu soruların cevapları hâlâ açık: sanatın faillğine dair kanıtlar sonuçsuz kalıyor ve sanatın değişim yaratmadaki etkinliği hâlâ tartışılıyor. Bu gözden geçirme ile sanatın fail, aktif ve dinamik etkileri de dahil olmak üzere dönüştürücü etkilerinin kuramsallaştırıldığı, tartışıldığı, ölçüldüğü ve değerlendirildiği çoklu, heterojen ve disiplinler arası yolları ele alıyoruz.

Mevcut dijital dönüşüm, sanal gerçeklikler, akıllı teknolojiler, yapay zeka (AI), Nesnelerin İnterneti (IoT) ve dijital ağları ve veri takip araçları ve algoritmaları bağlayan otomasyon süreçleri gibi teknolojik ilerlemeler tarafından tetiklenen önemli bir sosyal, kültürel ve ekonomik değişim

oluşturmaktadır (Park ve Humphry 2019). Bu derin dijital dönüşüm ortasında, insanlar kendi pozisyonlarını anlamak ve rehberlik ve teselli aramak için sanat yoluyla en azından bir şeyler arama eğilimindedir (Swidler, 2001). Aynı zamanda, sanatçılar sanal gerçeklikler gibi dijital teknolojilerin gücünden yararlanarak ifade araçları olarak kullanarak yeni türler ve yeni etkileşim teknikleriyle deney yapmak veya genellikle siyah kutulu, anlaşılabilir ve düşünülemez yazılım işletme mekanizmaları karşısında insanlığın geleceğiyle ilgili kritik soruları araştırmak için çalışmaktadırlar (örn. Hito Steyerl, Holly Herdon, Krostoffer Ørum ve birçok diğerleri).

Birçok öncü sanatçı ve kurum, dijital ve teknolojik kültürün elçisi haline gelmiş (veya olmaya yönlendirilmiş) olmasına rağmen, ana akım kültürel kurumlar hala dijital teknolojilerden kaynaklanan yeni estetik ve yeni organizasyon ve üretim modellerine karşı belirli bir direnç göstermektedir. Bu tür bir mesafe koymanın kaynakları, canlı performansın geçici, geçici ve tekilliğinin ortadan kaybolmasından duyulan korku (ya da en azından kaygı) olabilir; kolektif deneyimin; insanlık için bir alan, toplumsal bir bağ ve hem örgütlü hem de kendiliğinden politik bir forum olarak sahnenin parçalanması.

Tüm bunların yerini, giderek hastalanan, etik olmayan tüketime aç, otomatikleştirilmiş ve robotlaştırılmış, piyasa kanunları ve Büyük Veri tarafından yönetilen ve kısa sürede insanın, eylemlerinin ve becerilerinin kaybına yol açacak olan bir toplum alabilir. Bu korkuların arkasındaki fikir, temelde kültür ve teknolojinin birbirine karşı çıkmasıdır.

Bu fikir, kültür sektöründe yaygın olan belli bir söylemin arka planında gizleniyor ve dijital teknolojilerin bütünleştiği performans sanatı formlarında estetik mükemmelliğin ve belli bir sanat fikrinin mümkün olmadığına dair uyarıda bulunuyor. Seyirci için fazla deneysel ve arabuluculuk yapmak zor; teknik veya teknolojik bileşenlere fazla odaklanmış ve bu nedenle gerçek sanatsal alakadan yoksun, hatta hayal gücünden yoksun; özel uzmanlık gerektiren; izleyici nihayetinde evde kalıp bir ekran izleyebileceği için sosyallikten uzaklaşma; gerçek duygudan ziyade suskunluğu kıskırtmak: bu tür bir performans, 2000 yılı aşkın bir süredir canlı performansla atfedilen sosyal ve katartik sözleşmeyi yerine getirmiyor. Bu tür performansların kültürel mekanlarımızın "klasik" donanımına getirdiği teknik zorlukların son derece pratik yönünü unutmamak gerekir; bu, eğer programlanırlarsa sahnelenmelerini imkansız - veya en azından çok zor - hale getirir.

Öte yandan, son elli yılda çağdaş görsel sanatlar, performatif estetik ve müzikte dijitalin tanıtılması, hem sanatçıların işlerinde hem de onları davet eden mekan ve kurumlarda farklı sanatsal kategorilerin engellerini aşamalı olarak yıkıyor.

Dijital sanatlar ve bunların sahnedeki sonuçları, izleyicinin fiziksel katılımı ile duyuşal ve eleştirel algısını bütünleştiren gerçek ortamlar anlamına gelir. Dijital sanatlar, sanatta tekniğin rolünü ön plana çıkarıyor, çağdaş dünyanın bazı bölümlerinin gerçekliğini, teknik ilerlemesini ve estetik, sosyal ve ekonomik değişimlerini ele alıyor. Yine de gösteri sanatları dünyasının beklediği ve hak ettiği takdiri alamadıkları görülüyor.

Bu nedenle, diğer profesyonel figürleri, diğer sanatçıları, diğer izleyicileri çeken ve paradoksal bir şekilde bağımsız bir disiplin olduğunu iddia eden bir tür paralel dünyanın, birkaç nadir multidisipliner olanın katıldığı bir uzmanlaşmış kurumlar ağının yükselişiyle karşı karşıyayız. Paradoksal olarak, performans sanatları dünyası gerçekten de zıt yöne, disiplinler arasındaki sınırların kaldırılmasına doğru gittiği için - sanat tarihçisi, eleştirmen ve küratör Christophe Wavelet'in makalesinde yakın zamanda belirttiği gibi, aynı zamanda ideolojik olan engelleri de unutmamalıyız. Cahier de l'Onda'da (Temmuz 2013) 'Malaise dans le performatif' ('Performativitedeki huzursuzluk') 'Les Nouvelles Formes de la scène'; ve Theodor Adorno'nun (ve daha önce diğerlerinin) ünlü makalesi Art and the Arts'ta (1967) belirttiği gibi.

Yapısal değişimler ve ideolojik çatışmalar bağlamında, bazı çağdaş araştırmacılar ve entelektüeller tarafından önerilen daha geniş kavramlara atıfta bulunmak faydalıdır. Örneğin, Amerikalı iktisatçı Jeremy Rifkin'in tarif ettiği "Üçüncü Sanayi Devrimi"ni veya Fransız filozof ve antropolog Bruno

Latour'un bahsettiği "World Wide Lab"ı düşünebiliriz. Fransız filozof Bernard Stiegler (IRCAM3'ün eski yöneticisi, Ars Industrialis4'ün kurucusu ve Centre Pompidou'daki IRI - Institut de recherche et d'innovation - Fransa'nın başlatıcısı), özellikle Fransız kültür dünyasını kışkırtan tartışmalarda aktiftir. O, tekniğin ve araçlarının ikili doğasını düşünüyor - teknoloji ve dijital etrafındaki tartışmalarda yansıtılmıştır - ve antik Yunanca terim olan "pharmakon"a atıfta bulunuyor. Bu terim "bir şeyin bakımını yapmamızı sağlayan ve dikkatli olmamız gereken şey" anlamında aynı zamanda "bir iyileştirme gücüdür, ancak aynı zamanda yıkıcı bir güçtür" ifadesiyle hem ölçüsünde hem de aşırılığında.

Kurumlar, sanatçılar veya entelektüeller açısından olsun, 'dünya'lar - özellikle sahne sanatları dünyası - yeni teknolojilerin ve dijital her şeyin gelgit dalgası karşısında rolünü anlamaya ve kabul etmeye çalışarak kendilerini sorguluyorlar. Bu, genellikle kamuoyu tartışmalarında odak noktası olan ve toplumumuzun tüm alanlarını ve yaşamın tüm yönlerini 'nüfuz eden' ve etkileyen bir durumdur. Tartışma fırsatları çoğalıyor, yeni profesyonel eğitim fırsatları ortaya çıkıyor, kültürel organizasyonlarda yeni uygulamalar filizleniyor, kamu kurumları çerçeveler öneriyor ve ulusal düzeyde veya daha geniş çapta finansman, gündemler veya dijital stratejiler şeklinde destekleyici politikalar uyguluyor (örneğin bkz. Digital Agenda for Europe at the EU level). Dijital teknolojiler, internet ve Web'de çok büyük miktarda içeriğin erişilebilirliği ve dolaşımı nedeniyle davranışları, ilişkileri ve bilişsel süreçleri değişen - ve hala değişmekte olan - izleyicilerle etkileşim kurmak gerçekten çok önemlidir. Yeni araçlar, kültür sektörüne mevcut izleyici kitlesine ulaşmak, yeni kitleler geliştirmek, çağdaş izleyicilere daha fazla uyarlanmış yeni bilinçlendirme, aktarım, sanatsal ve kültürel eğitim süreçleri geliştirmek için büyük ayrıcalıklı fırsatlar sunuyor. Tüm bu konulara bir ekosistem olarak yaklaşılması gerekiyor. Örneğin, bir video kaydını akış yoluyla erişilebilir hale getirmek, öncelikle dijitalleştirmeyi, ardından dijital bir platformun geliştirilmesini gerektirir - bu da fon toplamayı veya ortaklıklar kurmayı, belki bazı araştırmacılarla ve/veya ticari bir şirketle çalışmayı ve bir çevrimiçi platforma anlam katacak yeni etkinlikler düzenlemeyi. Tüm bunlar, aşağıdakiler de dahil olmak üzere yeni sorulara yol açar: neden bir esere veya kültüre yeni (dijital) bir yaklaşım sunmaya karar veriyoruz? Dijitalleştirme, dijital gelişim veya dijital sosyoloji uzmanı olmadığımız halde, araştırma dünyası veya kurumsal dünya ile yeni ortaklıklar nasıl kurulur? Bu yeni ortaklarla nasıl birlikte çalışılır? İş nasıl finanse edilir? Kültürel organizasyonum içinde projeyi tutarlı bir şekilde nasıl yönetebilirim? Departmanları ve insan kaynaklarını yeniden düzenlemem gerekiyor mu? Personelin özel bir eğitime ihtiyacı var mı? İzleyicilerle nasıl iletişim kurulur? İzleyicilerim kimler ve nasıl endişelenecekler?

Bu haritalama, dijital çağın tam da bu anında performans sanatlarının son durumu hakkında athenatik bir genel bakış sunuyor. Bu haritalama, dijital konuya bir ekosistem olarak yaklaşır ve tüm değer zincirini (yaratma, araştırma/üretim, belgeleme, yayma/arabuluculuk) dikkate alır. Farklı disiplinler arasında, arasında ve dışında engelleri zorlayan sanatsal ve kültürel faaliyetlerin ortaya çıkan yeni eğilimleri, çoklu hedefleri ve fazlasıyla disiplinler arası (veya en azından multidisipliner) doğasını vurgular.

Modül 3. Covid-19 çağında yaşlılar için Etkili Sosyal Yardım

Yaşlı vatandaşlara ulaşmak için pazarlama stratejileri, ağ oluşturma kaynakları ve hizmetleri

Küresel demografik eğilimler, dünya çapındaki yaş yapısının her zamankinden daha hızlı değiştiğini gösteriyor. Birleşmiş Milletler yaşlıları, insanların kronolojik yaşlarına göre 65 yaş ve üstü kişiler olarak tanımlar. Şu anda, 703 milyondan fazla yaşlı insan var ve 2050 yılına kadar 2,1 milyara ulaşması bekleniyor. Nüfus projeksiyonları, Avrupa ve Kuzey Amerika'nın en hızlı büyüyen yaşlanan nüfusa sahip olduğunu göstermiştir ve 2050 yılına kadar yaşlı yetişkinlerin nüfus yüzdesinin Avrupa'da% 34'e ve Kuzey Amerika'da% 28'e ulaşması beklenmektedir.

Kötü ve kötüleşen sağlık koşullarına sahip yaşlı insanlar arasında yaşa bağlı değişikliklerin, engelliliğin ve bağımlılığın, sağlık harcamalarının ve bunun toplumun sosyoekonomik yönleri üzerindeki yükünün arttığına dair yaşlanma hakkında süregelen olumsuz bir anlatı vardır. Ayrıca, COVID-19 salgını, çağdaş toplumumuzda yaşlı insanların genel olarak nasıl algılandığının ve değer verildiğinin altını çizdi. Bu kriz, bakım sektöründe yetersiz finansman ve bakıcıların (hem sağlık hem de sosyal sektörde) kronik sıkıntısı gibi mevcut ve köklü eşitsizlikleri şiddetlendirdi. Bununla birlikte, olumsuz anlatının aksine, artan uzun ömür ve iyi sağlık, yaşlı yetişkinlerin sosyal ve ekonomik olarak anlamlı bir şekilde katkıda bulunmalarına ve yaşamlarının sonlarına doğru refahlarını en üst düzeye çıkarmalarına olanak tanır. Hızlı büyüyen dijital teknoloji, sağlıklı ve başarılı yaşlanmayı kolaylaştırmak için tüm dezavantajları, engelleri ve zorluklarıyla birlikte şaşırtıcı bir vaat ve fırsat sunuyor.

Önemli ölçüde karışık ve kesin olmayan bulgulara rağmen, çeşitli araştırmalar ve incelemeler, dijital teknolojilerin yaşlı bir kişinin yaşamının sağlık, barınma, hizmetler ve işlemler, hareketlilik ve ulaşım,

bilgiye erişim, iletişim ve iş, eğlence ve kendini gerçekleştirme gibi farklı boyutları üzerindeki olumlu etkisini göstermiştir. Ayrıca, dijital teknolojiler yaşlı insanların yaşam kalitesini ve bağımsızlığını iyileştirmede önemli bir rol oynamaktadır. Bununla birlikte, bir inceleme, mahremiyet duygusu ve kişisel güvenlik ihlalleri gibi olumsuz etkiler nedeniyle dijital teknolojiye karşı bir kararsızlık olduğunu bildirdi. Oysa acil durumlarda kişisel güvenlik, cep telefonuna sahip olmanın olumlu bir etkisi olarak bildirilmiştir.

Geçtiğimiz on yıllarda, yaşlı popülasyonlar arasında dijital teknoloji kullanımı hem ana akım (günlük yaşamlar) hem de destekli bakımda (sağlık ve sosyal bakım) katlanarak arttı. İş yerindeki değişiklikler ve kamu hizmetlerinin sunulmasına yönelik “varsayılan olarak dijital” stratejisi, yaşlıları dijital olarak çalışmaya zorlayan faktörler arasında yer alıyor. Sağlığın teşviki ve geliştirilmesine dijital katılım ve sağlık bilgileri yoluyla sosyal destek de artıyor. Bununla birlikte, yaşlı insanlar arasında dijital teknoloji kullanımının genişliği ve kapsamı, e-posta gönderme veya alma, anlık mesajlaşma, görüntülü aramalar (Skype) ve sesli aramalar yapma gibi iletişimlerle sınırlı kalmaktadır. Dijital teknolojilerin sınırlı kullanımının olası nedenleri olarak algılanan veya gerçek bir ilgi eksikliği, beceri boşlukları ve sosyoekonomik faktörlerden bahsedilmiştir [14]. Bunun yanı sıra görme, işitme, biliş ve el becerisinde yaşa bağlı gerileme de dijital teknolojilerin sınırlı kullanımına bağlıyor.

Nispeten, genç ve yaşlı nüfus arasında dijital katılım, erişim ve bağlantıda bir tutarsızlık var. Örneğin, Birleşik Krallık'ta 2014 ile 2019 yılları arasında yaşlı nüfusun önemli bir bölümü son 3 ay boyunca hiç dijital olarak hiç bağlanmadı veya interneti kullanmadı. 2019 Ulusal İstatistik Ofisi (ONS) anketi, 65 ila 74 yaş arasındaki yaşlıların %13,5'inin ve 75 yaş ve üzerindeki %47'sinin hiç internet kullanmadığını gösterdi. 7 Avrupa ülkesinde yapılan benzer bir nüfusa dayalı çalışma, yaşlı insanlar (60 yaş ve üstü) arasında yalnızca %12 oranında internet kullanımı bildirdi ve bunların %64'ü sağlıkla ilgili sorunlar için kullandı. Amerika Birleşik Devletleri'nde, 65 yaş ve üstü yaşlılar arasında akıllı telefon sahipliği ulusal ortalamaya kıyasla önemli ölçüde daha düşüktür (% 81; yani, 65 ila 74 yaş arasındakilerin % 59'u akıllı telefon sahibidir, ancak 75 yaş ve üstü arasında % 40'a düşmektedir).

Uluslararası Standardizasyon Örgütü, dijital olarak kapsayıcı ve erişilebilir bir dünya yaratmak için insan merkezli ve erişilebilir tasarımlar önermektedir (ISO 9241-11:2018). Metin yazı tipi boyutu, ekran ayarı, kontrast ve renk ayarları gibi uyarılma yönergeleri önerilen standartlar arasındadır. Bu modaliteler, fiziksel engelli yaşlı kişilerin dijital olarak meşgul olmalarını sağlar. Bununla birlikte, teknoloji tasarımları çoğunlukla kullanıcı talebi çeken faktörlerden ziyade teknoloji iten faktörler tarafından yönlendirilir. Ek olarak, dijital teknolojinin hızla gelişen doğası, yaşlı insanların uyum yönergelerini yakalamasını ve bu yönergelere bağlılığını sürdürmesini zorlaştırıyor.

Modül 4. Covid-19 çağında yenilikçi kültürel ve Yaratıcı Endüstriler için pazarlama becerileri

Yenilikçi, dijital kültürel etkinlikler/içerikler yaşlılar için nasıl çekici hale getirilir?

Grup veya bireysel aktivite	Grup Etkinliği
Uzunluk	1,5 saat
İhtiyaç duyulan malzemeler	Şu anda yazdırılabilir herhangi bir araç gereklidir. Onları doğrudan sağlayacağımız durumda
Alıştırmanın amacı	Dijital etkileşimin nasıl çalıştığını anlamak.
İzlenecek adımlar ve her adımın açıklaması	Pazarlama yaklaşımındaki bir dijital katılım sürecinin üç adımını takiben, bazı dijital katılım araçlarını test etmeye, katılımcının dijital okuryazarlığının değerlendirilmesiyle nasıl başa çıkılacağına ve bazı vaka çalışmalarını birlikte analiz etmeye başlayacağız.

Bölüm III. Dijital kültürel etkinliklerle yaşlıların dahil edilmesi

Modül 1: Yaratıcı VR

Nedir ve ne yapabilir?

VR veya Sanal Gerçeklik, günlük hayatımızdaki yeni teknolojilerden biridir. Sanal gerçeklik (VR) ve artırılmış gerçeklik (AR), çalışma, iletişim kurma ve deneyimleme şeklimizi dönüştürme potansiyeline sahip teknolojilerdir. Sadece günlük yaşamlarımızı etkilemekle kalmayacak, aynı zamanda milyarlarca avruluk bir endüstri yaratmaları da bekleniyor. Hem yeni başlayanlar hem de büyük şirketler VR ve AR'den yararlanabilir. Bu teknolojiler, Avrupa'nın yaratıcılığını, becerilerini ve kültürel çeşitliliğini geliştirme potansiyeline sahiptir ve üretim, mühendislik ve mimarıktan eğitim, sağlık, sanat, eğlence ve kültüre kadar çeşitli alanları etkileyebilir.

Sanal gerçeklik, bilgisayar modellemesi ile oluşturulan yapay bir üç boyutlu ortamdır. Bu ortam, oyunlardan yapay sınıflara kadar her şey olabilir. Aslında VR'nin ana uygulama alanlarından biri eğitim olmuştur. VR, daha sürükleyici ve etkileşimli bir deneyim sunarak daha akılda kalıcı, ilham verici ve ilgi çekici bir eğitim sunar.

VR uygulamaları, kulaklık ve eldiven gibi etkileşimli cihazların kullanımıyla kullanıcıları bu ortama çeker. Oculus, VR başlıklarını geliştiren ilk şirketlerden biriydi ve Oculus Quest, pazarda en çok satan kulaklıklardan biridir. Oculus başlıklarında, kullanıcıların VR uygulamaları satın alabilecekleri veya

ücretsiz olarak indirebilecekleri uygulama mağazaları (toplu olarak Oculus Store olarak adlandırılır) bulunur.

Sanal gerçeklik (VR), çok çeşitli sosyal ve psikolojik etki potansiyeline sahip güçlü bir teknolojidir. Disiplin psikolojisi ve diğer sosyal bilimler, VR ile ilgili proaktif bir duruş sergilemeli ve yönünü etkileyecek bu potansiyel etkinin ana hatlarını belirlemeye yardımcı olacak araştırmalar yapmalıdır. Mühendislik ve sosyal bilimler uzmanları, VR'nin potansiyel toplumsal etkilerine ilişkin araştırmalarda işbirliği yapmalıdır.

Modül 2: Yaşlılar için Yaratıcı VR

Yaşlıları yaratıcı etkinliklere (hikaye anlatımı, VR boyama dahil) dahil etmek için VR nasıl kullanılabilir?

VR gözlüğü takarak bir oyun oynamayı veya bir uygulama göstermeyi planlıyoruz.

Grup veya bireysel aktivite	Bireysel Etkinlik
Uzunluk	Kullanıcı başına 5 dakika
İhtiyaç duyulan malzemeler	Oculus Quest VR Gözlük
Alıştırmanın amacı	VR dünyasını tanımak ve kolaylıklarına tanık olmak.
İzlenecek adımlar ve her adımın açıklaması	Gözlük takılır ve uygulamaya geçilir.

Bölüm III. Yaşlıların kaynaşmasına yönelik sahne sanatları ve kültürel faaliyetler

Modül 1: Yaratıcı Yaşlanma

Yaratıcı yaşlanma nedir ve faydaları nelerdir?

Giriş

Kültürel ve yaratıcı sektörler (CCI'ler), Covid-19 krizinden ağır bir şekilde etkilendi. AB genelinde sinemalar, tiyatrolar ve kültürel mekanlar hükümet tedbirleriyle ilk kapatılanlar oldu. Faaliyetlerine süreklilik sağlamak için birçoğu tekliflerinin dijital sürümleriyle çevrimiçi oldu. Canlı konser ve oyun akışları en yaygın seçenektir; Venedik Sinema Bienali'nin VR odası, izleyicilerine sürükleyici bir deneyim yaşattı; müzeler, dijitalleştirilmiş içeriklerine 360° çevrimiçi ziyaret imkanı sundu; kütüphaneler dijital arşivlerini açtı.

İnsanların fiziksel mesafe veya tecrit durumlarında kültürel faaliyetlerde bulunmalarını sağlamak için bu tür çözümlerin gelecekte çoğalmasını bekleyebiliriz. Aslında Covid-19 zaten devam eden bir süreci hızlandırmış olabilir.

Ancak, geniş bir nüfus grubu dijital fırsatın dışında kalma riskiyle karşı karşıya. 65 yaş üstü yaşlı vatandaşlar, dijital araçlara ve seçeneklere geçişte genellikle daha yavaştır (Eurostat,2018).

DISCoVeR Theatre, CCI'lerdeki yetişkin profesyonellere, dışlanma veya dışlanmış hissetme riski taşıyan 65+ nüfus grubunu hedefleyerek, faaliyetlerine daha geniş bir kitleyi dahil etmek için yenilikçi ve yaratıcı araçlar sağlamayı amaçlamaktadır. Bunun büyük bir kısmı, yaşlılarla etkileşim kurmanın

harika ve yenilikçi bir yolu olan bir konsept olarak Yaratıcı Yaşlanmadır.

Bu modüllerin amaçları şunlardır:

- Yaratıcı yaşlanma kavramını sunmak
- Dijital teknolojiler yoluyla yaratıcı yaşlanma ve yaşlıların katılımına ilişkin en iyi uygulamaları vurgulamak

Tanımlar

Yaşlanma,⁹ yaşlanmanın eski belirtilerini büyütme sürecidir. Son yıllarda, dünya çapında ortalama yaşam süresi¹⁰ arttı - uygarlık, yaşam kalitesi ve iyi gelişmiş sağlık hizmetleri. Yaşlanma normal bir fiziksel süreçtir. Yaşamın süreci, bizim sürecimiz... Bazı teoriler¹¹ hücrelerin önceden belirlenmiş bir ömürleri olduğunu öne sürerken, bazıları da bunun hata ve hasarlardan kaynaklandığını iddia ediyor. Diğer teoriler, yaşlanmanın genetik, evrim veya biyokimyasal reaksiyonlardan kaynaklandığını söylüyor. Bazı sağlıklı yaşam tarzı hastalık riskinizi azaltabilir, yaşamınızı uzatabilir ve yaşam kalitenizi artırabilir.

Aktif yaşlanma¹², insanların yaşlandıkça mümkün olduğunca uzun süre kendi hayatlarından sorumlu olmalarına ve mümkün olduğunda ekonomiye ve topluma katkıda bulunmalarına yardımcı olmak anlamına gelir. Aktif yaşlanma¹³, yaşı, sosyoekonomik durumu veya sağlıklı yaşamın yedi boyutunun tümü içinde hayata sağlıklı bir şekilde dahil olması ne olursa olsun tüm bireylerin vizyonunu geliştirir: duygusal, çevresel, entelektüel/bilişsel, fiziksel, profesyonel/mesleki, sosyal ve manevi (*International Council on Active Aging*).

Beyninizi sorularla ısındırın

- Sanat ? kiminle yenir ve nasıl kullanılır?
- Sanat nedir?
- Hayal gücü nedir?
- Beceri nedir?
- Zevk nedir?
- Yaratıcılık nedir?
- Sanat sağlıklı yaşlanma için neden faydalı olabilir?
- Yaşlı yetişkinlerin ihtiyaçları

Yaratıcı Yaşlanma Kavramı

Yaşlı yetişkinler¹⁴, 55 yaş ve üstü yetişkinler için sanat eğitimine dahil edilir ve yaşlı yetişkinlere hizmet veren kuruluşlarda profesyonel sanat programlarının dahil edilmesini teşvik eder; sanatçıları yaşlı yetişkinlerle çalışacak şekilde hazırlamak ve topluluklarımızda yaşam boyu öğrenmeyi teşvik etmek.

⁹ https://www.oxfordlearnersdictionaries.com/definition/english/ageing_1

¹⁰ <https://www.healthline.com/health/why-do-we-age#life-expectancies>

¹¹ <https://www.healthline.com/health/why-do-we-age#life-expectancies>

¹² <https://ec.europa.eu/social/main.jsp?langId=en&catId=1062>

¹³ <https://www.icaa.cc/activeagingandwellness/what-is-active-aging.htm>

¹⁴ <https://www.lifetimearts.org/creative-aging/>

Sanat yoluyla (müzik, tiyatro, dans, resim vb.) yaratıcı bir şekilde yaşlanmak, hak edilen boş zamanın keyfini çıkarma vaadini taşır.

Yaratıcı yaşlanma konseptinin ana fikri - binlerce yaşlı yetişkinin yaşamının nasıl iyileştirileceği. Birçok biçimiyle yaratıcı yaşlanma umut vericidir, genellikle dönüştürücüdür ve genellikle eğlencelidir.



"Yaratıcılık ve Yaşlanma Çalışması: Profesyonel Olarak Yürütülen Kültürel Programların Yaşlı Yetişkinler Üzerindeki Etkisi"¹⁵ adlı yayında, yaratıcı ve olumlu katılımı teşvik eden etkinliklere katılım vurgulanmıştır. Bu bağlilik, yaşlı yetişkinler için psikolojik, fiziksel ve duygusal sağlığı olumlu yönde etkiler.

Yaşlı¹⁶ yetişkinlerin, yaratıcılar ve topluluk üyeleri olarak topluma yapacakları hayati katkıları vardır. lifearts.org makalesine göre "sanat katılımı yaşlı yetişkinlerin duygusal esenliğini geliştirir, sağlığı destekler, sosyal bağları güçlendirir ve biz olgunlaştıkça hayatımıza yüksek bir amaç ve neşe deneyimi getirir". Yaşlı ayrımcılığının etkileri - yalnızlık, tecrit, depresyon, yaratıcı faaliyetlere sınırlı erişim. Yaratıcı yaşlanma, sağlıklı ve pozitif kalmaya, geleceğin faydalarını görmeye, hayattaki her günün tadını çıkarmaya yardımcı olur. Yaşam kalitesi ve zindelik, hayatın her bölümünde önemlidir, ancak **yaratıcılığı** kullanan zindelik, zinde kalmaya ve yaşam deneyimlerinden keyif almaya yardımcı olur. Ulusal Devlet Sanat Ajansları meclisi araştırmasına göre "Araştırmalar, 65 yaş üstü kişiler için haftalık sanat programlarına katılan kişilerin, yaratıcı çıkışları olmayanlara göre daha az doktor ziyareti yaptığını ve daha az **ilaç** aldığını gösteriyor". Farklı araştırmalar, sanatın zihinsel aktiviteyi teşvik edebileceğini ve becerilerin geliştirilmesine yardımcı olabileceğini doğrulamaktadır.

Farmakolojik olmayan terapilerin¹⁷ nöropsikiyatrik semptomlar ve yaşam kalitesi üzerindeki etkisi muazzamdır ve sanata dayalı müdahaleler, hem bilişsel işlevler hem de yaşam kalitesi üzerinde etkili oldukları için özellikle yaşlıların rehabilitasyonu için uygun görünmektedir. Sonuç olarak, Ulusal Devlet Sanat Ajansları Meclisi¹⁸, "sanatın özellikle yaşlı nüfus için sağlık ve zindelik yararlarını kanıtlayan çok güçlü kanıtlar olduğunu" vurgulamaktadır.

Sosyal katılım, yaratıcı yaşlanma, güvence zihinsel, fiziksel sağlık ile bağlantılı yaratıcı öğrenme¹⁹. Yaşlandığınızda ne öğrenmeli, yaygın öğrenme aktivitelerinden nasıl keyif almalısınız. Yaşam kalitesi için iyi duygular önemlidir. Müzik, insanların duygularını, hislerini birbirine bağlar, ortak faaliyetlerde



¹⁵ <https://www.lifetimearts.org/creative-aging/>

¹⁶ https://nasaa-arts.org/nasaa_research/creative-aging/

¹⁷ <https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2020.01>

¹⁸ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creati>

¹⁹ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creati>

korolar oluşturur, yaşlı insanların refahını artıran yararlı fiziksel aktiviteler söyler. Şarkı söylemek, dinlemek ve eşlik etmek, yaşlı insanların meşgul olmalarını ve sağlık sorunları hakkında düşünmemelerini sağlayan farklı becerilerin geliştirilmesine yardımcı olur.

Ulusal Devlet Sanat Ajansları Meclisi'ne göre "Müzik, yaşlı yetişkinlerin sevdiklerini kaybetmenin acısıyla baş etmelerine yardımcı olabilirken, herhangi bir sanat türüyle uğraşmak, kanser teşhisi konması gibi başka türlü ifade edilmesi zor olan deneyimlerin ifade edilmesini sağlayabilir." . Bir koro ile şarkı söyleyen yaşlı yetişkinler, söylemeyenlere göre daha az doktor ziyareti, daha az ilaç kullanımı, daha düşük hipertansiyon oranları ve daha iyi genel fiziksel sağlık bildirir. Müziğin eklem ağrısı ve amfizem gibi kronik sorunları azaltabileceğine, müzik aleti çalmanın ise işitme zorluklarını hafifletebileceğine dair kanıtlar da var".



Duyuların hareketle (dansla) ifade edilmesi şarkı söylemeye benzer bir biçim olabilir, ancak müzikle birleştiğinde dans, motorik becerilerin düzenli kalmasına yardımcı olur. Dans etmek, yaşı ne olursa olsun herkes için faydalıdır. Ulusal Devlet Sanat Ajansları meclisi, dansın bir fiziksel sağlık aracı olarak Parkinson semptomlarını hafifletebileceğini vurgulamaktadır. "Ayrıca, bale derslerine katılan yaşlı yetişkinler kendilerini daha hareketli hissettiklerini ve daha iyi duruş, esneklik, vücut kontrolü ve genel olarak fiziksel esenlik duygusuna sahip olduklarını bildirdiler. Sanat yaratan ve sanat etkinliklerine katılan yaşlı yetişkinler, ikisini de yapmayanlara göre daha fazla hafıza ve bilişsel işlev bildirir. Araştırmalar, sıklıkla bir enstrüman çalan 75 yaşın üzerindeki yetişkinlerin, çalmayanlara kıyasla bunama geliştirme olasılığının daha düşük olduğunu

gösteriyor".

Ulusal Devlet Sanat Ajansları Meclisi, müzik terapisini, hafıza kaybı deneyimini daha iyi yaşam kalitesiyle yönetme kapasitesinin gösterilmesi olarak tanımlar. "Yaşam sonu bakımı, yaşlanmanın zor bir gerçeğidir, ancak sanatın kolaylaştırabileceği bir gerçektir. Sanat, yaşam sonu bakım alan hastaların fiziksel ve kaygı ve yorgunluğu azaltarak duygusal konforunu etkili bir şekilde artırabilir. Araştırmalar, müzik terapisinin özellikle darülaceze hastalarının yanı sıra hastanelerde palyatif bakım alan hastaların duygusal ve ruhsal esenliğini desteklemek için etkili bir araç olduğunu göstermektedir. Daha genel olarak, ancak yine de hastalar ve aileleri için önemli olan hastane temelli sanat programları, hastaların yaşam sonu bakım deneyimlerini kişiselleştirebilir ve kurumsallaşma duygularını azaltabilir."

Yaratıcı yaşlanma faydaları, sağlık, esenlik ve mutluluk için Ana faydaların açıklandığı tablo 1'de tanımlanmıştır. Sanat etkinlikleri²⁰ çok çeşitli faydalar sunar (bireylerin rahatlamasına yardımcı olur; bir kontrol duygusu sağlar; depresyon ve kaygıyı azaltır; sosyalleşmeye yardımcı olur; oyunculuğu ve mizah duygusunu teşvik eder; bilişi geliştirir; duygusal uyarım sunar; daha güçlü bir kimlik duygusunu teşvik eder; benlik saygısını artırmak, maneviyatı beslemek ve can sıkıntısını azaltmak. İfade edici sanat egzersizleri, kendini ifade etmeyi teşvik etmek ve başkalarıyla iletişimi geliştirmek için yenilikçi

20

https://www.todaysgeriatricmedicine.com/news/ex_082809_03.shtml#:~:text=Therapeutic%20art%20experiences%20can%20supply,pathways%20and%20thicker%2C%20stronger%20dendrites.

müdahaleler oluşturur". Peishan Yang²¹ araştırması, "katılımcıların daha düşük yalnızlık ve depresyon oranlarına, daha yüksek morale ve gelişmiş el becerilerine sahip olduğunu gösteriyor. Buna ek olarak, katılımcılar, programlar sayesinde yeni sosyal rollere sahip olmanın ruh halini ve güveni, daha iyi aile ilişkilerini ve hatta bazı durumlarda geliri artırdığını keşfettiler".

Sağlık için	Yalnızlığı azaltın ve bilişi geliştirin	Zihinsel katılımı artırın depresyon ve kaygıyı azaltmak
Refah için	Can sıkıntısını azaltın	Artan fiziksel aktivite Bireylerin rahatlamasına yardımcı olmak
Mutluluk için	Sosyal katılım	Aktif olarak yaşamla meşgul

Tablo 1. Yaratıcı yaşlanma faydaları (Ž.Navikienė, 2022)

Sanata katılmak, sağlıklı yaşlanmanın²² yollarını açar. Yaratıcı yaşlanma²³ çabaları, sanat, beşeri bilimler, eğitim, sağlık ve yaşlanma sektörlerindeki uzmanlık ve uygulamaları çeşitli şekillerde birleştirir. Disiplinler arası doğası göz önüne alındığında, devlet sanat ajanslarının yaratıcı yaşlanma faaliyetlerine olanak sağlamak için birçok seçeneği vardır.

İnsanların farklı zevkleri ve kültürel referans noktaları vardır, ancak hepsi yaratıcı kapasitelerini kullanmaktan faydalanır ve bunu yaparken eğlenirler.

Artan yaşam süresi²⁴, sosyal ve ekonomik yaşamı etkileyen biyo-demografik değişikliklerin yalnızca bir parçasıdır. Yaratıcı yaşlanma, "yaşlı yetişkinleri (55+) sosyal katılım ve becerilerde ustalaşmaya odaklanan katılımcı, profesyonelce yürütülen sanat programlarına dahil etme pratiğidir. Görsel, edebi ve sahne sanatları atölyeleri aracılığıyla anlamlı yaratıcı ifade fırsatları sağlamak için tasarlanmıştır. Hepimizin yaşlandığı gerçeğine olumlu bir yaklaşımla, yaratıcı yaşlanmanın dikkate alınması gereken büyük bir güç haline gelmesi şaşırtıcı değil.

Aktif yaşlanma için önemli olan toplumsal katılım ve gönüllülük (tablo no.2) Sanatı kullanmaya odaklı gönüllü faaliyetlere katılım, yaşlanma için olası aktiviteler (tiyatro, müzik, dans, resim vb.) yaratır.

AKTİF YAŞLANMA

²¹ <https://www.forbes.com/sites/nextavenue/2016/10/03/the-arts-and-aging-5-surprising-insights-on-creativity/?sh=278369797be0>

²² <https://www.nia.nih.gov/news/participating-arts-creates-paths-healthy-aging>

²³ <https://nasaa-arts.org/wp-content/uploads/2019/03/creative-aging-strategy-sampler.pdf>

²⁴ <https://www.psychologytoday.com/us/blog/boomers-30/201709/creative-aging>

Sosyal katılım ve gönüllülük	Tiyatro	şiir, edebiyat,
	Müzik	Korolar, şarkı söyleme, hikaye anlatımı
	Dans	İfade
	Resim	Görsel Sanatlar

Tablo 2. Yaratıcı yaşlanma olası aktiviteler (Ž.Navikienė, 2022)

"Hatırlama Sanatları"²⁵, Age Exchange'in yaratıcı bir şekilde çalışmaya yönelik benzersiz yaklaşımıdır. Basitçe söylemek gerekirse, anıların yaratıcı keşfidir.

- Yaşayan hafızanın ve paylaşılan yaşam deneyimlerinin sanat aracılığıyla keşfi
- Tarihi nesnelere arşivimizden hikaye anlatımı ve hafıza tetikleyicileri aracılığıyla geçmişin kilidini açmak
- Geçmiş, bugün ve gelecek arasında sağlığı ve refahı doğrudan etkileyen köprüler oluşturmak

Hikayelerimizi ve deneyimlerimizi, ortak mirasımızı ve hatta ortak alanlarımızın tarihini hayata geçiriyoruz. Bu nedenle çalışmalarımız doğrusal bir anlatı olabilir veya hafıza gücünü çeken insanlarla çalışırken, bir eylemle hatırlanan bir hafıza olabilir.

Örneğin, annenizin tuvalet masasında Chanel kokusunun kilidini açmak, soğuk bir günde yün çorapların verdiği his, tıpkı bisiklete binmek gibi, asla unutamayacağınız bir şey.

Anımsama Sanatları, yaşanmış deneyimlerin sanat yoluyla uygulanması ve keşfedilmesidir.

Anımsama Sanatları, anlatsal, doğrusal, somutlaştırılmış bellek yoluyla deneyimlenen ve duygusal bellek olarak olabilir. Etkili olduğunda, şimdiki zamanda ilişkileri, öğrenmeyi, ilgiyi ve yaratıcılığı etkilemek için geçmiş yaşam deneyimlerini keşfetmeye odaklanan bir yankı ve değere sahiptir.

Anımsama Sanatlarının kalbinde, bireyin anılarını çeşitli sanat ortamları aracılığıyla paylaşmasına ve başkalarıyla yaratıcı ve olumlu bir şekilde etkileşime girmesine olanak tanıyarak güçlendirmeye odaklanma vardır.

Anma Sanatlarının kültürler ve nesiller arasında önemi vardır. Anımsama, etik ve etkinlik üzerine odaklanmış bir eğitimin, yaşanmış deneyimlerle bağlantıları tetikleyerek yaşlı insanları güçlendirme potansiyellerini zenginleştirdiği multidisipliner sanat geçmişlerinden profesyoneller tarafından uygulanmaktadır.

Savunmasız yaşlı insanlarla, özellikle demansı olan yaşlı insanlarla çalışırken oldukça etkilidir. Bu bakım ve topluluk ortamlarında profesyoneller, son derece kişi merkezli ve empatik bir odaklanma ile çalışırlar. Profesyonel, katılımcının etkileşime geçmesini, iletişim kurmasını ve yaratmasını sağlayan tetikleyiciyi bulmaya çalışırken, anımsama çok çeşitli uyarılar aracılığıyla organik olarak keşfedilir. Bu, duyu hafızasını, kokuyu, dokunmayı, tadı veya müzik kullanımını teşvik ederek veya en etkili şekilde dilin ve biçimsel hafızanın kaybolmuş gibi görünebileceği durumlarda - bedenlenmiş hafıza yoluyla olabilir. Bir iş hareketinin, ev işinin, dansın şimdiki zamanla nasıl yeniden bağlantı kurabileceğine ve bundan keyif alınabileceğine bakmak. Bu çalışma alanında Anımsama Sanatları, bir kişinin yaşam öyküsünü yaşam kalitesini ve şu andaki refahını etkilemek için kullanma konusunda oldukça değerlidir.

Anımsama Sanatları, bakım personelinin eğitimi, onlara asistanların veya hastaların yaşam öykülerini kullanmalarını sağlayacak ilgili beceriler kazandırmak ve kişi merkezli anlamlı etkinlikler sağlamak için

²⁵ <https://www.age-exchange.org.uk/who-we-are/what-is-reminiscence-arts/>

kullanılır. Bu şekilde anımsama, yalnızca uzun süreli belleğe ulaşmak amacıyla değil, bir kişinin günlük olarak aldığı bakımın kalitesini etkilemek için yaşam öyküsü bilgisini kullanmak için kullanılır”.

Yaratıcı yaşlanma formları

Yaratıcı yaşlanma formları ve yöntemleri farklı olabilir ve yaratıcı yaşlanmanın nasıl uygulanabileceğine dair pek çok olasılık vardır. STK'larda, belediyelerde, kültürel - yaratıcı faaliyetlerden sorumlu kamu kuruluşlarında önemli bir faktör olarak yaşlıların katılımı ve katılımı bulunmalıdır. Tablo 3'te birkaç farklı yaratıcı yaşlanma biçimi toplanmıştır (terapötik sanat, toplum temelli sanat, dışavurumcu sanat, anımsama sanatı, performatif sanat, canlılık sanatı program modeli. Katılımcı²⁶ kuruluşlar bilgi, beceri, yapı ve ağlar dahil olmak üzere) planlamak için kapasitelerini genişletti. , Vitality Arts programlarını uygular, değerlendirir ve sürdürür. Birçoğu, yaşlı yetişkinler için katılımcı sanat öğrenimi sunmalarıyla daha iyi tanındıkça kimliklerini değiştirdi. Birçoğu, Vitality Arts katılımcıları arasındaki büyüme ve coşkuya tanık olmanın çalışanlarına enerji verdiğini ve görev duygularını derinleştirdiğini bildirdi. Aroha tarafından finanse edilen iki yıllık programlarının sonunda, 28 organizasyondan 27'si Vitality Arts programları sunmaya devam etmeyi planladıklarını söyledi. Bu programlar ve halka açık son etkinlikleri, toplumun yaşlı yetişkinlere yönelik tutumları üzerinde bir miktar etkiye sahip gibi görünüyordu: Son olay izleyici anketine katılanların üçte ikisinden fazlası, etkinliğin yaşlı yetişkinlerin yeteneklerine ilişkin görüşlerini genişlettiği konusunda hemfikirdi. Bu, özellikle %79'u bu ifadeye katılan 55 yaşından genç katılımcılar arasında doğrudu.

Yaratıcı yaşlanma biçimleri	Tanım
terapötik sanat	bağımlılık, akıl hastalığı ve özellikle demans dahil olmak üzere bilişsel ve davranışsal koşullar
Topluluk temelli sanatlar	Yaşlı yetişkinlere hizmet veren kuruluşları sanat eğitimi programları geliştirmeye teşvik edilmesi
Canlılık sanatları program modeli	Yaratıcı yaşlanma programlarının gücünü ve etkisini ulusal bir izleyici kitlesine gösterin. Sanat ve kültür kuruluşlarını yaşlı yetişkinler için katılımcı sanat eğitimi programları geliştirmeye teşvik edin.
Dışavurum sanatı	sosyal etkileşim için bir bağlantı sağlamak
Anı Sanatları	Yaşam deneyimi ve anılar
Performans sanatı	görsel sanatı dramatik performansla birleştiren bir sanat biçimi

Tablo 3. Yaratıcı yaşlanma biçimleri (Ž.Navikienė, 2022)

“Terapötik sanat²⁷ deneyimleri, yaşlı yetişkinlerin yaşamlarına destekleyici,

²⁶ <https://bbe.037.myftpupload.com/wp-content/uploads/>

²⁷

https://www.todaygeriatricmedicine.com/news/ex_08_ways%20and%20thicker%2C%20stronger%20dendrites



tehdit edici olmayan yollarla anlam ve amaç sağlayabilir. Nörolojik araştırmalar, sanat yapmanın hem yeni nöral yollar hem de daha kalın, daha güçlü dendritler üreterek bilişsel işlevleri geliştirebileceğini gösteriyor". Sanat terapisi²⁸ - "psikoterapötik bir ilişki içinde aktif sanat yapma, yaratıcı süreç, uygulamalı psikolojik teori ve insan deneyimi yoluyla bireylerin, ailelerin ve toplulukların yaşamlarını zenginleştiren bütünleştirici bir ruh sağlığı ve insan hizmetleri mesleğidir. Profesyonel bir sanat terapisti tarafından yürütölen sanat terapisi, kişisel ve ilişkisel tedavi hedeflerinin yanı sıra topluluk kaygılarını da etkili bir şekilde destekler. Sanat terapisi, bilişsel ve duyuşsal-motor işlevleri geliştirmek, benlik saygısı ve öz farkındalığı geliştirmek, duyuşsal dayanıklılığı geliştirmek, içgörüyü geliştirmek, sosyal becerileri geliştirmek, çatışmaları ve sıkıntıları azaltmak ve çözmek ve toplumsal ve ekolojik değişimi ilerletmek için kullanılır".

"Sanat terapisi²⁹ uzun uzadıya incelendi ve bağımlılık, akıl hastalığı ve özellikle bunama dahil olmak üzere çok sayıda bilişsel ve davranışsal duruma yardımcı olduğu kanıtlandı. Boyama, çizim ve resim yapma etkinliklerinin, bireylerde benlik saygısını geliştiren ve bunun sonucunda sosyal etkileşimi artıran anlamlı uyarılar sağladığı gösterilmiştir. <...> Etkileyici sanatlar, yaşlı insanların bireysel ustalığı deneyimleyebilecekleri bir katılım platformu sağlar. Doğduğumuz andan itibaren insanların doğası hakkında düşünmeyi bıraktığımızda anlam kazanır. Eğitimimize ilk adımlarımızı atmaktan, kariyerimize, çocuk yetiştirmeye ve emekliliğe kadar sürekli bir şeylerde ustalaşmak için çalışıyoruz. Artık çabalayacak veya dört gözle bekleyecek bir şey yoksa, insanlar reddetme eğilimindedir. Bir şeyler yaratmak bu düşüşü yavaşlatır. Bireysel ustalıklı bağlantılı olarak, dışavurumcu sanatların onları farmasötik olmayan geçerli bir seçenek haline getiren diğer yönü, başkalarıyla sosyal ilişki kurma fırsatıdır. Demansın doğasını ve demans bakımını genişletme ihtiyacını inceleyen çok sayıda araştırma çıkıyor. Yaşam kalitesini bir hastalık için genelleştirilmiş bir tedaviden ziyade bireysel bir deneyim olarak görmek için daha büyük girişimlerde bulunmaktadır. Başkalarıyla sosyal etkileşim ve dışavurumcu sanat terapisi, bu noktayı son derece alakalı bir şekilde eve götürür".

Yaşam yolculuğu bizi farklı yaşam evrelerine getirir. Vitality Arts³⁰ programları, yaşlı yetişkinlerin sanatsal, zihinsel ve sosyal olarak büyümelerine yardımcı olmada oldukça etkiliydi. Bu olağanüstü sonuçları sağlayan program modeli Lifetime Arts tarafından öğretilir ve şu temel özelliklere sahiptir:

- Sıralı öğrenme müfredatı
- Profesyonel bir öğretim sanatçısı tarafından hazırlanmıştır. bu yaş grubuyla çalışmak
- Sanatsal gelişimin yanı sıra kasıtlı sosyal katılım
- Halka açık etkinliklerle en az 90 dakikalık minimum 8 seans

Önemli ikincil özellikler şunları içerir: kaliteli malzeme ve gereçler (örn. müzik Enstrümanları); katılan yaşlı yetişkinlerin fiziksel sınırlamalarına göre gerektiği şekilde uyarlanmış, öğrenme ve etkinliklerin sonuçlandırılması için uygun alan/tesis; ve yerel yaşlı yetişkinlerin yelpazesi için ücretsiz veya uygun bir fiyata sunulur. Sanat programları, yaşlı yetişkinlerin toplumun dinamik üyeleri ve topluluklarının önemli bir parçası olarak kalmalarına yardımcı olmak için gereklidir. Topluluk temelli sanat programları, genç nesillere güçlü bir anlam ve amaç duygusunu teşvik eden olumlu rol modelleri de sağlar. Yaratıcı yaşlanma, yerel ve ulusal düzeyde herkes için iyi bir şeydir. Nesiller arası faaliyetler, toplum merkezleri, huzurevleri, yardımcı yaşam, yetişkin kreşleri, sanat kurumları ve kütüphaneler gibi çeşitli ortamlarda kentsel, banliyö ve kırsal topluluklarda gerçekleşir.

"Uygulamalı Tiyatro: Yaratıcı Yaşlanma" kitabında³¹ tiyatronun "refah ve sosyal katılım gibi sonuçları teşvik etmek için yaşlı yetişkinlerin ihtiyaçlarına cevap verdiğini" tanımlıyor. Uygulamalı tiyatro uygulamalarının bunu hem olumlu hem de kapsayıcı bir şekilde yapmamıza nasıl yardımcı olabileceğini tartışan kitapta.

²⁸ <https://arttherapy.org/about-art-therapy/>

²⁹ <https://www.seniormatter.com/expressive-arts-for-the-elderly/2491906/>

³⁰ <https://bbe.037.myftpupload.com/wp-content/uploads/2020/06/SVA-MN-final-report-final-DS.pdf>

³¹ <https://www.abebooks.com/9781474233828/Applied-Theatre-Creative-Ageing-Sheila-1474233821/plp>

Performans sanatı. Hollanda, Concertgebouw ve Nederlands Dans Theatre gibi tüm disiplinlerde çok sayıda büyük sanat organizasyonuna sahiptir. Hollanda'nın görsel sanatlardaki gücü, Rembrandt'ın Altın Çağ'ından van Gogh ve Mondrian'a ve günümüzün en ileri dijital sanatlarına kadar özellikle iyi bilinir ve Rijksmuseum gibi bir dizi ünlü müzenin yanı sıra ülke çapında dağılmış müzeler ve galerilerde sergilenir.³²

Aile bağları ve komşuların mevcudiyeti gibi sosyal kaynakların ileriki yaşamda sosyal refahın gelişimi üzerinde derin bir etkisi olduğu iyi bilinmektedir. Yaşlı yetişkinler, sosyal bağlılığı başarılı yaşlanmanın en önemli belirleyicilerinden biri olarak değerlendirir. Kendini yönetme yetenekleri, daha sonraki yaşamda refahı sürdürmek için davranışsal ve bilişsel yetenekler, statü, davranışsal onay ve sevgi gibi temel sosyal ihtiyaçların karşılanmasında işlevseldir. Refah için temel özyönetim becerilerinin güçlendirilmesi, yaşlı yetişkinler³³ arasında yaşa bağlı sosyal sorunların önlenmesine yardımcı olabilir.

Bilgisayarlar, tabletler veya cep telefonları gibi bilgi ve iletişim teknolojilerine (BİT) erişim, daha fazla yaşam doyumu, daha düşük depresyon ve daha az yalnızlık duygusu ile ilişkilidir. Bugüne kadar, yaşlı yetişkinlerin çoğunluğu Hollanda'da internet tabanlı iletişim hizmetlerine erişim sağladı. Dijital katılım, her türlü yüz yüze etkinliğin yerini almasa da, sosyal kaynaklar azalırken özyönetim becerilerini desteklemek için internet yararlı bir araç olabilir. Sosyal amaçlar için dijital katılım ile insanların özyönetim becerileri arasındaki ilişki hakkında çok az şey bilinmektedir. Bu nedenle, bu kesitsel araştırma, toplulukta yaşayan yaşlı yetişkinler arasında öz yönetim becerileri ile sosyal ağ sitelerini ziyaret etme ve dijital arama gibi sosyal internet kullanımı arasındaki ilişkileri araştırdı³⁴.

Kültürel katılım. [Toepoel](#) V. (2011) şu sonuca varıyor³⁵: “Yaşlı insanlar, genel olarak yetişkin nüfusa göre sosyal toplantılara daha az katılıyor ve daha az yakın teması var. Ayrıca artan yalnızlık duyguları yaşarlar. Buna karşılık, daha yaşlı Hollandalı yetişkinler sosyal olarak daha iyi bütünleşmiş hissediyorlar, bu da sosyal bütünleşme ve yalnızlık duygularının birbirinden bağımsız olduğunu gösteriyor. Daha yaşlı yetişkinler, bir bütün olarak yetişkin nüfusa kıyasla entelektüel faaliyetlere daha yüksek katılım oranları göstermektedir. Ancak bu çalışma, alçakgönüllü veya ayırım gözetmeyen davranışların sosyal bütünleşmeyi ve yaşamdan memnuniyeti artırabileceğini göstermektedir. Sonuç olarak, yaşlıları popüler müzik etkinlikleri, kabare ve sinema gibi düşük seviyeli etkinliklere sık sık katılmaya teşvik etmek uygun olabilir. Bu nedenle, kamu politika yapımcıları, ileri yaşla ilişkili sosyal zorluklara yanıt vermek için odağı ukala faaliyetlerden alçakgönüllü faaliyetlere değiştirmeyi düşünebilirler”.

Mieras M., kültürel katılımı³⁶ yaşamın önemli bir parçası olarak analiz ediyor. “Dans, tiyatro, müzik ve görsel sanatlara aktif katılımın etkisi konusunda bir dizi sağlam bilimsel çalışma hemfikirlerdir. Olumlu etkiler, sanatsal faaliyetler yoluyla çoğul uyarım ve sanatın neden olabileceği büyülenmenin bir sonucu olarak ortaya çıkar. Büyülenme, beyindeki odaklanmış dikkati ve öğrenme süreçlerini uyarır.

³² Cutler D. Dutch old master and mistresses. Creative ageing in the Netherlands. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

³³ Scheffer, M.M., Menting, J. & Boeije, H.R. Self-management of social well-being in a cross-sectional study among community-dwelling older adults: The added value of digital participation. *BMC Geriatr* 21, 539 (2021). <https://doi.org/10.1186/s12877-021-02482-6>
<https://bmgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-021-02482-6>

³⁴ <https://bmgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-021-02482-6>

[Toepoel](#)

[International Journal on Disability and Human Development](#)

DOI:[10.1515/ijhd.2011.027](https://doi.org/10.1515/ijhd.2011.027)

Older, culturally active and full of life How arts participation contributes to health, welfare and independence. In opdracht van: [Fonds voor Cultuurparticipatie](#)



This project has been funded by the Erasmus+ Programme of the European Union (Grant Agreement No 622623-EPP-1-2020-1-DE-SPO-SCP). This publication [communication] reflects the views only of the author, and the Commission cannot be held responsible for any use which may be made of the information contained therein.



Sanat programları, katılımcılar kendilerine kişisel olarak uyan bir şey yaptıklarında en etkili oluyor. Dram, komedi, kabare veya danstan hoşlanan biri, en çok o etkinlikten yararlanacaktır.[43] En büyük etki, sanat programları öğrenme ve sınırları zorlama hırsına sahip olduğunda ve profesyonel sanat, tiyatro, müzik ve dans öğretmenleri tarafından öğretildiğinde ortaya çıkar. Dikkat, teknik engellere değil sanatsal değere odaklanmalıdır. Kültürel faaliyetlerin sosyal bağlamı da önemlidir. Haftalık grup etkinliklerinin uyumu yalnızlığı azaltabilir veya ortadan kaldırabilir. Yalnızlığın beden ve zihin üzerinde güçlü bir olumsuz etkisi vardır". Ruut Veenhoven³⁷, kültürel katılımın mutluluğa yol açtığı sonucuna varıyor.

Hollanda'daki Ulusal Kültürel Eğitim ve Amatör Sanat Bilgi Enstitüsü³⁸, kültürel eğitime, kültürel katılıma ve kültürün erişilebilirliğine olan ilgiyi artırmaya kendini adanmıştır. Müzik dernekleri, korolar, resim, fotoğraf ve film kulüpleri, drama ve dans dernekleri, Hollanda'daki sanat pratisyenlerinin büyük bir kısmı için önemli bir testistir. Çoğu derneğin³⁹ 50 ila 64 yaş arası (derneklerin %88'i) ve 65 ila 80 yaş arası (%85) üyeleri vardır. Bu yaş kategorileri aynı zamanda üyeliğin ortalama olarak en büyük payına sahiptir. %14'ünün 11 yaş ve altı ve %22'sinin 12 ila 19 yaş arası üyeleri var ve aslında sadece müzik, dans ve drama dernekleriyle ilgileniyorlar.

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin, 2021 "dijital teknolojilerin yaşlı insanların yaşam kalitesini ve bağımsızlığını iyileştirmede önemli bir rol oynadığını" vurguluyor. Geçtiğimiz yıllarda, yaşlı popülasyonlar arasında dijital teknoloji kullanımı hem ana akım (günlük yaşamlar) hem de destekli bakımda (sağlık ve sosyal bakım⁴⁰) katlanarak arttı [19,20]. Sağlığın teşviki⁴¹ ve geliştirilmesine dijital katılım ve sağlık bilgileri yoluyla sosyal destek de artıyor. Bunun yanı sıra görme, işitme, biliş ve el becerisinde yaşa bağlı gerileme de dijital teknolojilerin sınırlı kullanımına bağlıyor.

Yaşlılıkta Dijital Etkileşim

İki yıllık pandemik Covid19'dan sonra dijital etkileşim, dijital becerilerin arttığını ve bilgi teknolojilerinin kullanıldığını gösterdi. Dijital katılım, savunmasız gruplar için önemlidir (özellikle bilgisayarlardan daha önce doğmuş, internet kullanımında olan yerli dijital kullanıcılar için değil).

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin (2021) "dijital angajman aşamaları (kullanmama, ilk benimseme ve sürekli angajman) aracılığıyla yaşlı insanların dijital angajmanı hakkındaki mevcut bilgi durumunu anlamayı önermektedir. Bu, dijital eşitsizliği azaltmak için devam eden bir çabayı kolaylaştıracak ve bunu yaparken yaşlı insanların esenliğini teşvik etmek için yeni anlayışlar sağlayacaktır. Ayrıca, dijital teknolojiyi kullanmayan yaşlı insanlar için potansiyel alternatiflerin belirlenmesine yardımcı olacaktır". Günümüzde kültürel eğlenceler, özgürce ulaşılabilen farklı dijital platformlarda, sosyal platformlarda bulunabilmektedir.

³⁷ Veenhoven, R. Healthy happiness: effects of happiness on physical health and the consequences for preventive health care. *Journal of Happiness Studies* 9, 449–469 (2008)

³⁸ <https://www.lkca.nl/kennis/>

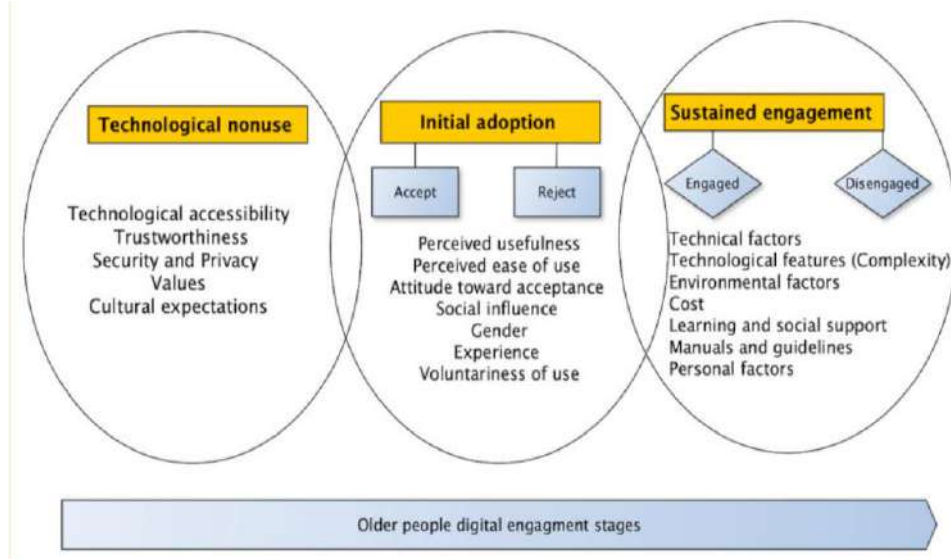
³⁹ <https://www.lkca.nl/wp-content/uploads/2021/09/210916-VERENIGINGSMONITOR2021-DT.pdf>

⁴⁰ Ageing in place *Technology In Our Life Today And How It Has Changed*. 2019. <https://www.aginginplace.org/technology-in-our-life-today-and-how-it-has-changed/>

⁴¹ Vaportzis E, Clausen Maria Giatsi, Gow AJ. Older adults perceptions of technology and barriers to interacting with tablet computers: a focus group study. *Front Psychol*. 2017 Oct 04;8:1687. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01687. doi: 10.3389/fpsyg.2017.01687. [PMC free article] [PubMed] [CrossRef] [CrossRef] [Google Scholar]

Dijital Etkileşim Boyutları

Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin (2021), yaşlı insanların dijital katılımını ve dijital ortamdan ayrılmasını tanımlar (Şekil 1). Aşağıda, teknolojinin kullanılmaması, başlangıçta benimsenmesi veya kabul edilmesi ve sürekli dijital katılımın yer aldığı üç aşamalı bir yaklaşım gösterilmektedir.



Şekil 1. Yaşlı insanların dijital etkileşim boyutları ve yaşamlarının sonraki evreleri⁴² (Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin, 2021)

Bahsedilen tüm kategoriler (teknolojik erişilebilirlik, güvenilirlik, değerler, kültürel beklentiler, algılanan fayda, teknik faktörler vb. yaşlıların dijital olarak yaratıcı faaliyetlere dahil olmaları için içerik oluşturma açısından önemlidir.

Özet

- Sanat yoluyla (müzik, tiyatro, dans, resim vb.) yaratıcı bir şekilde yaşlanmak, hak edilmiş boş zamanları iyi kullanarak hayattan zevk almanın önemli süreci. Yaratıcı yaşlanma kavramının ana fikri, yaşlı yetişkinlerin hayatlarının nasıl iyileştirileceğidir. Dijital yaratıcı etkinliklere başarılı katılım için, yaşlı insanların dijital olarak yaratıcı etkinliklere dahil olması için içerik oluştururken uygulanan birkaç önemli faktör (teknolojik erişilebilirlik, güvenilirlik, değerler, kültürel beklentiler, algılanan fayda, teknik faktörler vb.) olmalıdır. Sanat etkinliklerinin önemine inanarak, yaratıcı yaşlanmanın sağlık, esenlik ve mutluluk için faydaları.
- İki yıllık pandemik Covid19'dan sonra dijital katılım, dijital becerilerin arttığını ve bilgi teknolojilerinin kullanıldığını gösterdi. Dijital katılım, savunmasız gruplar için önemlidir (özellikle bilgisayarlardan daha önce doğmuş, internet kullanımında olan yerli dijital kullanıcılar için değil).
- Müzik dernekleri, korolar, resim, fotoğraf ve film kulüpleri, drama ve dans dernekleri, yaşlılarla çalışan sanat uygulayıcılarının büyük bir bölümü için önemli bir tesistir.
- Yaratıcı yaşlanma formları ve yöntemleri farklı olabilir (terapötik sanat, toplum temelli sanat, dışavurumcu sanat, anımsama sanatı, performatif sanat, canlılık sanatı program modeli) ve yaratıcı yaşlanmanın nasıl uygulanacağı pek çok olasılıktır. Kültürel-yaratıcı faaliyetlerden

⁴² Abraham Sahilemichael Kebede, Lise-Lotte Ozolins, Hanna Holst, Kathleen Galvin. Originally published in JMIR Research Protocols (https://www.researchprotocols.org), 05.07.2021 <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC8406116/>

sorumlu STK'larda, belediyelerde, kamu kuruluşlarında önemli bir faktör olarak yaşlıların katılımı ve katılımı bulunmalıdır.

Ekler

Hollanda'da iyi uygulamalar

Hollanda'nın büyük ilgi gören yeniliği⁴³, üniversite çağındaki altı öğrenciye Deventer bakım evinde ücretsiz konaklama sağlayan Humanitas bakım evi grubu tarafından gerçekleştirildi. Her öğrenci 26 yaşılıyla bir birimde yaşıyor. Öğrenciler, yemek ve barınma karşılığında ayda en az 30 saat konut sakinlerine komşuluk yapıyor. Katkıları, sosyal medya ve skype kullanımı ve hatta grafiti sanatı gibi becerileri aktarmayı içerir. Genel olarak öğrencilerin toplum üzerinde canlandırıcı bir etkisi var gibi görünmektedir ve sakinlerle bakım personelinin farklı bir ilişkileri vardır.

Kitle Etkileşimi. Van Gogh Müzesi⁴⁴, yaşlıları “yerinde yaratıcı atölye çalışmalarına” katılmaya teşvik ediyor ve müze ayrıca özellikle 70'lerin üzerindeki için yeni etkinlikler geliştiriyor. Ocak 2018'de müze, yaşlı ziyaretçiler için özel öğleden sonraları ağırlamaya başladı. Program, hedef grubun özel ihtiyaç ve isteklerine cevap verir ve gerektiğinde katılımcıları destekler. Yaşlı Dostu Müze Ağı. Van Gogh Müzesi, uzmanlığını ve deneyimini diğer kurumlarla paylaşmaya isteklidir. Müze sürekli olarak yaşlı insanları harekete geçirmek için yeni ve yenilikçi yollar arıyor. Bu alanda bilgi alışverişini başlatmak için 2018 yılının başlarında bir uzman toplantısı düzenlendi. Önümüzdeki yıllarda müze, Yaşlı Dostu Müze Ağı oluşturmak için çalışacak: kurumlarını yaşlı insanlar için erişilebilir kılmaya adanmış, benzer düşüncelere sahip müzelerden oluşan bir ağ.”

Hollanda'nın⁴⁵ Lahey ve Zoetermeer belediyeleri ve yaş ayrımcılığının açıkça veya zımnen ortaya çıkıp çıkmadığı. Beş mahallede Yaşlı Dostu Şehirlerin Temel Özellikleri Kontrol Listesine dayalı nitel bir fotoğraf üretimi çalışması yürütülmüştür. Her iki belediye de, DSÖ modelinin beş alanında, yani iletişim ve bilgide ortaya çıkan çok sayıda görsel yaşlı dostu özelliğe sahiptir; Konut; Toplu taşıma; Topluluk desteği ve sağlık hizmetleri; ve Açık alanlar ve binalar. Hem olumlu hem de olumsuz yaş klişeleri, iletişim ve bilgi alanında, özellikle üçüncü yaşların kazananlar olarak tasvirinde gözlemlenebilir. Aynı zamanda, yaşlılar ve yaşlı dostu özellikler, her iki belediyenin şehir planlarında çok belirgindir ve bu, değişen demografik yapının olumlu bir ifadesidir.

<...>Lahey ve Zoetermeer belediyeleri, toplumlarını daha yaşlı yaş grupları için daha kapsayıcı hale getirmek için kendi mahallelerinde çok sayıda yaşlı dostu özelliği entegre etti. Lahey şehri, DSÖ'nün Küresel Yaşlı Dostu Şehirler Rehberi'nin bir konsorsiyum üyesidir. Her iki belediyenin de sokaklarında gözlenebilen hem kolaylaştırıcı hem de engelleyici çok sayıda görsel özelliği bulunmaktadır. Bu özellikler özellikle Küresel Yaşlı Dostu Şehirler modelinin beş alanında kendini göstermektedir: İletişim ve bilgi; Konut; Toplu taşıma; Topluluk desteği ve sağlık hizmetleri; ve Açık alanlar ve binalar. Hem belediyeler hem de girişimciler (mağazalar) şehirleri tüm yaş grupları için erişilebilir hale getirmek için büyük çaba harcamış ve yaşlı insanlara çok çeşitli hizmetler ve etkinlikler sunulmaktadır. Gelecekteki araştırmalar, işletmelerini daha yaşlı dostu hale getirmenin bir yolu olarak girişimciler tarafından sunulan çözümleri ele almalıdır. Hem olumlu hem de olumsuz yaş klişeleri, iletişim ve bilgi alanında, özellikle üçüncü yaşların kazananlar olarak tasvirinde gözlemlenebilir. Aynı zamanda, yaşlılar her iki belediyenin şehir manzaralarında çok belirgindir ve toplumlarımızda yaşlıları hedef alan tabela ve reklamların ortaya çıkması değişen demografik yapının bir ifadesidir. Hollanda'daki diğer şehirler, bu çalışmanın sonuçlarını, kendi şehirlerini daha yaş dostu hale getirmek için kullanabilir, örneğin, kendi şehir planlamalarına uygulanabilecek en iyi

⁴³ Cutler D. Dutch old master and mistresses. Creative ageing in the Netherlands. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

⁴⁴ <https://www.vangoghmuseum.nl/en/about/organisation/inclusion-and-accessibility-policy/age-friendly-van-gogh-museum>

⁴⁵ <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1420326X19857216>

uygulamalara veya mobilite scooter'ları için park yerlerinin mevcudiyeti gibi kamu hizmetlerinin tasarımına bakarak, bu tür modeller ülke genelinde çok benzerdir. Yurt dışındaki şehirler, en iyi uygulamaları dikkate almaktan ve bu bulguları yerel kentsel bağlama ve hizmet sağlama düzeyine çevirmeye çalışmaktan yararlanabilir⁴⁶.

Toplumun her kesiminden yaşlı yetişkinleri bir araya getirmenin ve yaşam kalitelerini arttırmanın güçlü yolları⁴⁷, güzel sanatlar, tiyatro, müzik ve dans gibi kültürel arayışların, nüfusun seçkin bir dilimi için hoş bir dikkat dağıtıcı unsurdan daha fazlası olduğunun ülke çapında artan bir kabulünün kanıtıdır.

Bu gündeki Cobra Müzesi'ndeki az sayıda yaşlı, Amsterdam merkezli bir kuruluş olan Museum Plus Bus ile burada. Bu kuruluş, Hollanda genelinde 14 müzede - Rijksmuseum ve Van Gogh Müzesi gibi ünlü kurumlar ile Kröller-Müller ve Cobra gibi daha az bilinen mücevherler de dahil olmak üzere - yaşlı yetişkinler için ücretsiz turlar düzenleyen bir organizasyondur. Son on yılda, Museum Plus Bus binlerce Hollandalı yaşlıya sanat ve kültüre erişim sağlamayı başardı. İki dev tur otobüsleri ile yılda yaklaşık 300 kez müzelere gruplar taşıyorlar.

Plus Bus gibi birçok program ve girişim, sanatın faydalarını Hollanda'nın hızla yaşlanan nüfusuna uzatmak için yenilikçi yollar geliştiriyor. Bu, Rembrandt, Vermeer ve Van Gogh gibi Hollandalı ikonların sadece birkaçını adlandırmakla kalmayıp, etkileyici sanat kuruluşlarının da olduğu zengin bir sanatsal mirasa sahip bir ülke olduğundan şaşırtıcı değil. Hollanda, Avrupa'da kültürel katılımın dördüncü en yüksek düzeyine sahip olup, vatandaşların %58'i aktif olarak kültürel etkinliklere katılıyor. Museum Plus Bus, tamamen sanat amaçlarına destek veren ulusal bir lot olan BankGiro Loterij tarafından finanse ediliyor. Bu ülkenin sanat ve kültürü derin bir takdirle karşıladığının bir işareti olsa gerek; tamamen kültürel takdir çabalarını finanse etmek için gelirin yarısını veren bir piyango bileti satın almayı hayal edin. Ve bu Hollanda olduğundan, elbette tüm bunlar araştırmalarla destekleniyor. Detaylı Hollandalı akademisyenler tarafından yapılan bol miktarda çalışma, kültürel katılımın her yaş grubundaki insanların iyi olma durumu üzerinde olumlu bir etkisi olduğunu doğruluyor.

2013 yılında, yaşlı yetişkinlere kültürel etkinliklere daha fazla erişim sağlamayı amaçlayan ulusal bir girişim olan Long Live Arts (Lang Leve Kunst) başlatıldı. Çeşitli kamu-özel işbirliklerinden yararlanarak, Long Live Arts, üç yıl içinde, 400.000'den fazla yaşlıya ulaşan 950 kültürel projeye yaklaşık 10 milyon avro yatırılabildi.

Long Live Arts programı, Stichting RCOAK, Sluyterman van Loo Fonu, Ulusal Kültür Eğitimi ve Amatör Sanatlar Uzmanlık Merkezi (LKCA), VSB Fonds ve FCP arasındaki kamu-özel işbirliği olarak 2013 yılında başladı. Bu, önceki yıl yayınlanan "Kunstbeoefening met ambitie" adlı bir çalışmadan kaynaklandı. Bu çalışma, sanatsal yeteneklerini geliştiren yaşlı insanların daha sağlıklı ve mutlu olduğunu ortaya koymuştur. Hollanda Eğitim, Kültür ve Bilim Bakanı Jet Bussemaker, Sağlık, Refah ve Spor Devlet Sekreteri Martin van Rijn ve Hollanda Gönüllü Çaba Kuruluşları Birliği arasında politik destek sağlamak için bir anlaşma imzalandı. Long Live Arts ortakları, bir hibe programı ve uluslararası, ulusal ve bölgesel konferanslar düzenledi. İki rapor yayınlandı ve 150 Avrupa kültür kuruluşunun imzaladığı sonuçta bir Avrupa Birliği Manifestosu ortaya çıktı.⁴⁸

⁴⁶ <https://journals.sagepub.com/doi/full/10.1177/1420326X19857216>

⁴⁷ <https://www.aarpinternational.org/the-journal/past-editions/artful-aging>

⁴⁸ Cutler D. Dutch old master and mistresses. Creative ageing in the Netherlands. <https://baringfoundation.org.uk/wp-content/uploads/2017/11/Dutch-Old-Masters-Final.pdf>

Resimler

Creative Aging

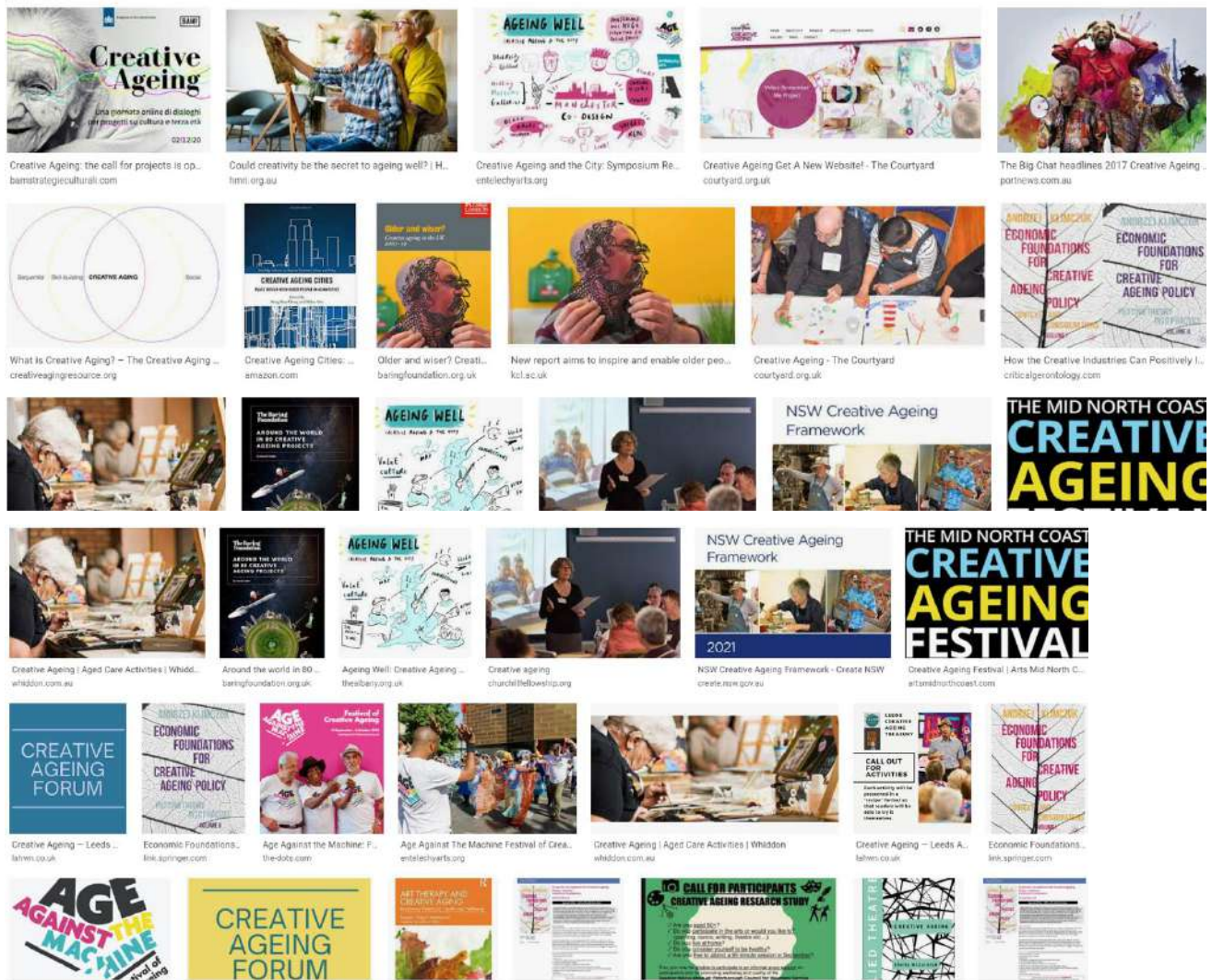
News, images, and resources related to the arts and older adults
- 280 Pins by



Collection by Art Therapy Alliance

The image displays a collection of 15 pins from the 'Creative Aging' board. Each pin features a photograph or graphic with a title and a brief description. The pins are arranged in a grid-like fashion, with some overlapping. The content includes:

- Nursing School Scholarships**: Research shows there are numerous benefits to working with clay and being...
- Alzheimer's**: A Level Exams, Expressive Art
- Vascular Dementia**: Art Therapy Today Highlights Art Therapy as a Way to Promote Communication for...
- Quotes To Live By**: "The privilege of a lifetime is to become who you really are." -Carl Jung
- Alzheimer's And Dementia**: Music, Art and Alzheimer's (Caregiver Center | Alzheimer's Association)
- Art Therapy Benefits**: How does art therapy benefit Alzheimer's patients?
- Brisk Walking**: How art breaks boundaries of time and memory for people with dementia
- Arteries And Veins**: Creativity lightens darkness of dementia
- Brain Games**: Arts, crafts and socializing keep the brain young
- Dont Understand**: Creativity lightens darkness of dementia
- West Texas**: A breakthrough in co-operation between arts, health and ageing departments will...
- Art Museum**: The El Paso Museum of Art and the Alzheimer's Association & West Texas...
- Stage**: Creative Arts Therapy, Social Enviro
- Urban Graffiti**: Senior Graffiti Artists Shatter Every Aging Stereotype, One Street At A Time
- Elderly Activities**: Using art to cure old age ills
- Aged Care**: Why the Arts Are Key to Dementia Care
- Friendship**: Healing At Friendship Village Due To Art Therapy
- The Past**: Dementia Care Homes, Wooden Per
- Healing**: Why the Arts Are Key to Dementia Care





Sorular⁴⁹

- Yetişkinler neden onlar kadar yaratıcı değil?

Yetişkinler olarak, yaratıcı düşünme yeteneğimizin önünde iki engel keşfettim: 1) iyi görünme ihtiyacı ve 2) bilgi ve uzmanlık. Sık sık söylediğim gibi, uzmanlık yaratıcılığın düşmanıdır. Bilgimiz arttıkça aynı şekilde düşünmeye alıştığımız için olaylara farklı bakmamız zorlaşıyor.

- Yaratıcılık yaşla birlikte nasıl değişir?

Yaratıcı çıktı, en azından üretkenlikle veya bilim ve sanat gibi alanlara değerli katkılarla ölçüldüğünde, yaşlandıkça artmaz. Bu ölçüm, çıktının biz yaşlandıkça arttığını, 30'larımızın sonlarında veya 40'ların başlarında zirveye ulaştığını ve ardından düştüğünü gösteriyor.

- Yaş sanatı nasıl etkiler?

Genç sanatçıların daha yaşlı sanatçıların daha özgün, daha olgun, risk almaya daha istekli ve sanat dünyası hakkında daha bilgili olduğuna inanma eğilimindeyken, daha yaşlı sanatçıların daha genç sanatçıların daha fazla ilham aldığını düşünme eğiliminde oldukları gözlemlendi.

- Zeka ve yaratıcılık yaşla birlikte azalır mı?

Yaşlıların akıcı zekasının genç yaşta gerilediği birçok araştırmaya dayalı olarak biliniyor. Kristalize zeka, deneyim ve yeni beceriler öğrenme nedeniyle yaşlandıkça azalırken, aslında yaşla birlikte büyür.

- Yaratıcılık neden yaşla birlikte azalır?

Çoğu durumda, gerçek çağrılarını keşfetmeden önce ilham vermeyen işler yaparak onlarca yıl harcadılar. Bu bulguların çarpıcı çıkarımları arasında, yaşlanmanın yaratıcı gerilemelere katkıda bulunduğu fikrini desteklememeleri yer alıyor. Geç olgunlaşanlar, erken olgunlaşanların en iyi dönemini geçtiği bir zamanda zirve yaptığından, yaratıcı bir şekilde yetenekli olmaları mantıklıdır.

- Hayal gücünüz yaşla birlikte azalıyor mu?

Yaşlandıkça, hafızanın zayıflaması nedeniyle daha az canlı hayal gücüne sahip olabiliriz. Yaşlandıkça, sadece değer verdiğimiz anıları kaybetmekle kalmıyoruz; hayal kurma yeteneğimizi de kaybederiz.

⁴⁹ <https://artadarjournal.com/art-education/why-are-old-people-less-artistic/>

- İnsanlar yaratıcılığını kaybeder mi?

Son birkaç on yılda, psikolog Dean Keith Simonton tarafından yürütülen araştırmalar, artan yaratıcılığın 20'li yaşların ortasındaki hızlı büyümeyle ilişkili olduğunu, 30'ların sonu ile 40'ların başında zirveye ulaştığını ve ardından yavaş yavaş düştüğünü ileri sürdü.

- Yaşlandıkça neden hayal gücümüzü kaybederiz?

Öte yandan olgun bir yetişkin, uygulanabilir bir plan oluşturmak için geçmiş deneyimleri ve bilgileri düşünür. Fikirler daha az yaratıcı değil, ancak bir çocuğun fikirleri kadar çocuksu da değil. Daha fazla bilgi edindikçe hayal gücü zamanla kaybolur.

- Yetişkinler neden yaratıcı olmayı bırakıyor?

"İnsanların temel yetenekleri sorgulanmıyor, bu da yaratıcılığın azalmasına neden oluyor. Sıkıcı işlere veya durumlara saplanıp kalıyorlar. Yetişkinler olarak bir aileyi desteklememiz gerekirse, yaratıcılığımızı büyük ölçüde engelleyen işler almak zorunda kalabiliriz.

- Bir insan hangi yaşta en yaratıcıdır?

Yaşam döngüleri boyunca yaratıcılığı inceleyen psikologlar için yaratıcı çabalar genellikle 30'ların sonunda veya 40'ların başında zirveye ulaşır. Yaratıcılığa bireysel başarı merceğinden bakmak yerine, onu yaratıcı ve yenilikçi disiplinlerin merceğinden görme eğilimindedirler.

- Yaş, yaratıcılığı nasıl etkiler?

UC Berkeley'deki araştırmacılar, yaratıcılığın ve psikologların, yaratıcılığın genellikle biz yaşlandıkça azalma eğiliminde olduğunu ileri sürdüklerini bulmuşlardır. Deneylere göre yetişkinler, çocuklara göre daha az yaratıcı düşünce süreçleri sergiledi. Yetişkin eğilimlerimizi anlayarak çocuklar kadar yaratıcı olmamız mümkündür.

- Sanat yaşlı insanlara nasıl yardımcı olur?

Sanat eseri oluşturmak için küçük, amaca yönelik hareketlerin kullanılması koordinasyonu geliştirerek ağrının azalmasına ve hatta bağımsızlık fonksiyonunun iyileşmesine yol açabilir. Kişinin ağrularına ve ağrularına odaklanmak, yaşlılar için sanatla azaltılabilir. Yaratıcı sürece odaklanarak, yaşlılar en iyi yaptıkları şeye konsantre olabiliyorlar.

- Yetişkinler yaratıcı olabilir mi?

Deneylere göre yetişkinler, çocuklara göre daha az yaratıcı düşünce süreçleri sergiledi. Yetişkin eğilimlerimizi anlayarak çocuklar kadar yaratıcı olmamız mümkündür.

- Yetişkinler daha mı az yaratıcı?

UC Berkeley'deki araştırmacılar, yaratıcılığın ve psikologların, yaratıcılığın genellikle biz yaşlandıkça azalma eğiliminde olduğunu ileri sürdüklerini bulmuşlardır. Deneylere göre yetişkinler, çocuklara göre daha az yaratıcı düşünce süreçleri sergiledi.

- Yaratıcı olmamakta sorun var mı?

Ne yazık ki, anket verilerimiz, öyle olduğunuzu düşünseniz bile yaratıcı olma ihtimalinizin düşük olduğunu gösteriyor. Yine de hepsi kötü haber değil; farklı bir zihniyet benimserseniz aslında daha yaratıcı olabilirsiniz. İsteyen herkes yenilik yapabilir. Statükoyu bozan girişimciler bunu tesadüfen değil, bilinçli olarak yaparlar.

- Yaşlı insanlar neden daha az sanatsaldır?

Kendilerini tekrar eden veya sıkıcı durumlarda kilitli bulan insanlar, artık eskisi kadar yaratıcı

olmadıklarını hissetmeye başlarlar. Yaşlanmanın nihai sonucu sorumluluklar, "rutinlere kilitlenmek" için yanlış gereklilik ve bir anda daha az yaratıcı hissetmektir.

- Yaşlandıkça neden hayal gücümüzü kaybederiz?

Ayrıca, insanlar yaşlandıkça ve daha bilgili hale geldikçe, dünya algıları daha sağlam hale gelir ve bu nedenle hayal güçleri zayıflar. İşin, sorumlulukların, ailenin ve duyguların yükü, boş zaman veya yaratıcı ifade için çok az yer bırakır.

- Yetişkinler neden yaratıcı değil?

"İnsanların temel yetenekleri sorgulanmıyor, bu da yaratıcılığın azalmasına yol açıyor. Sıkıcı işlere veya durumlara saplanıp kalıyorlar. Bir aileyi geçindirmek zorunda olmak çoğu zaman kendimizi istediğimizden daha az yaratıcı olan bir işe hapsetmek anlamına geliyor.

- İnsanlar neden yaratıcı olmadıklarını düşünüyor?

Tüm bunları bir kenara itin. Sadece mümkün olduğu bilineni kabul ederler. Yaratıcı olduklarına inanmayan insanlar, bu korkunun peşini bırakmadıkları için bunu yaparlar.

- Neden yaşlandıkça daha az yaratıcı oluyoruz?

"İnsanların altta yatan yeteneklerine meydan okunmuyor, bu da yaratıcılığın azalmasına neden oluyor. Sıkıcı işlerde veya durumlarda sıkışıp kalırlar. Yaşlanmanın nihai sonucu sorumluluklar, "rutinlere kilitlenme" konusundaki yanlış gereklilik ve aynı anda daha az yaratıcı hissetmektir.

- Yaratıcılık kaç yaşında başlar?

Okul öncesi çocuklar, hayal gücüyle dolu büyülü bir dünyada yaşarlar. Altı yaşından önce çoğu çocuğun yaratıcı yetenekleri zirveye ulaşır. Daha sonra, resmi eğitimin başlaması ve uyumluluğa yönelik gelişme ile yaratıcılık gerileyecektir.

- Yaratıcı olmamak ne anlama geliyor?

Aşağıdaki örnekler yaratıcı değildir. Yaratıcı olmayan insanlar, yaratma yeteneklerinden veya güçlerinden yoksun olsalar bile, izin verildiğinde ilginç gözlemler yapabilirler.

- İnsanlar yaşlandıkça neden yaratıcılığını kaybeder?

Yetişkin olduğumuzda, yaratıcı yeteneğimizi kaybederiz, ancak beklediğiniz şekilde değil. Yaşlanmadan ziyade bilişsel tuzaklara düştüğümüz için yaratıcı yeteneklerimizi kaybetmemiz daha olasıdır.

- Sanat yaşlı insanlara nasıl yardımcı olur?

Alzheimer ve demans hastaları, yaratıcı sanatların kullanımından yararlanabilir. Çocukluk ve eski zamanların unutulmuş anıları bile resim veya müzik aracılığıyla ortaya çıkarılabilir. Ek olarak, hafıza kaybıyla uğraşanlara netlik sağlayabilir ve en iyi şekilde işlev görme yeteneklerini geliştirebilir.

Videolar

- Yaratıcılık <https://www.youtube.com/watch?v=D4jsGBIp8wY&t=105s>
- Anma Sanatları https://www.youtube.com/watch?v=dfgyr8_vl0&t=8s

Modül 2: Covid-19 çağında Yaratıcı Yaşlanma ve kültürel katılım

Yaşlıları kültürel ve yaratıcı faaliyetlerle meşgul etmek neden önemlidir ve fiziksel mesafenin korunduğu bir durumda bunu nasıl yapabiliriz?

Birinci Atölye: İçimizdeki Hikayeleri Çözmek

Chickenshed'deki THE SPACE BETWEEN US Programı ekibi, bu ilk çalıştayda nesiller arası uygulama araçlarını tanıttak.

“SBU yerleşik, nüanslı bir programdır. Topluluk oluşturma, kişiler arası bağlantı ve bireysel ve ortak yaşamlarının ilişkisel ve yaratıcı alanlarında güven geliştirme amacıyla insan gruplarını bir araya getirir. Kesin biçimi, refleksif, şekillendirilebilir ve katılımcılar ile kolaylaştırıcılar arasındaki işbirliğinden gerçekten katılımcı merkezli ve katılımcı odaklı bir şekilde kalıplanmıştır. (BUPA 2021 Raporu)

Bu Elleri başlangıç noktası olarak kullanan ekip, odada yaşanan deneyimlerden sanatsal içerik geliştirmek için katılımcıları bir dizi yaratıcı görevden geçirecek.

Aktivite türleri

Grup aktivitesi

İhtiyac duyulan malzemeler

- El işi malzemeleri - Kağıt, kalemler, renkli kalemler, kolaj malzemesi
- Kayıt ekipmanı - Dave ve Tiia'nın sağlaması
- Büyük kağıt parçaları A1

Etkinliğin amacı

Bu soruların cevaplarını keşfetmek için:

- Katılımcıları hızlı ve etkili bir şekilde nasıl tanırız?
- Bir atölye ortamında nasıl hızlı insan bağlantıları kurarız?
- Bunu, katılımcılar arasındaki bağları derinleştiren ve performans için malzeme oluşturan anlamlı bir şekilde nasıl kaydedebiliriz?

Etkinliğin Gelişimi

Adım bir

Tanıtlar - buzları kıran ve bağlantılar kuran hızlı ve anında konuşmalar oluşturma süreci

Adım iki

Katılımcılar bu atölye çalışmasına, ellerinin hayat boyunca yaptıklarını paylaşarak başlarlar. Örneğin. “Bu eller çok bez değiştirmiş”, “Bu eller çok ev yapmış”

Adım üç

Bu görev, ortak deneyimler sağlayarak odaya gruptaki bireyler hakkında nazik bir farkındalık sağlar, insanlar benzerlikleri fark ederek bağlantı kurmaya başlar, bu görev insanlara oturum dışında daha fazla konuşma için hızlı erişilebilir bir giriş sağlar, insanlar isteme eğilimindedir. İnsanlar bunu bağlantı kurmak için kullandıkça daha fazlasını öğrenme ve arkadaşlıklar başlar.

Adım dört

Bu görev, ana sanat biçimi olarak hareketin kullanıldığı kolaylaştırılmış bir oturumla takip edilir. Müziğe "Bu ellerin görevi var" dan bazı sözler eşlik eder.

Adım beş

Oturumun yansıtıcı bölümü, insanların bir yaşam haritası oluşturmak için ellerini bir başlangıç noktası olarak kullandıkları görsel sanatlar etrafında toplanmıştır.

Bu bölüm sırasında insanlar yarattıkları şey hakkında konuşurken kaydedilir.

İkinci Atölye: Yaşayan Mektuplar

Bu, çağlar boyunca bağlantıları derinleştirmenin yeni yollarını arayan, yalnızlığı ve izolasyonu ortadan kaldıran bir atölye çalışmasıdır.

"SBU, katılımcılara kendileriyle ve başkalarıyla olan bağlantılarını derinleştirmeleri için farklı bir ifade deneyimi sunuyor ve yaşam boyu refah için en büyük tampon olduğu kanıtlanan ilişkisel güvenliği güçlendiriyor." BUPA RAPORU

Bu atölye, film, ses, enstalasyon ve canlı tiyatro gibi farklı ortamlar aracılığıyla hikayeleri nasıl hayata geçirebileceğimizi araştırıyor.

Chickenshed ekibi, birlikte çalıştıkları insanlardan ilham alan filmleri ve seslendirmeleri paylaşacak. Ekip daha sonra süreci çözmek için bir dizi yaratıcı görevde katılımcıları yönlendirecek.

Atölye türü

Grup atölyesi

İhtiyaç duyulan malzemeler

- Filmleri göstermek için gerekli ekran
- Kağıt, kalemler
- Büyük A1 kağıt
- Hoparlörler

Amaç

Film, ses, enstalasyon ve canlı tiyatro gibi farklı ortamlar aracılığıyla hikayeleri nasıl hayata geçirebileceğimiz konusunda yaratıcı bir diyalog başlatmak.

Etkinliğin gelişimi

Adım bir

Chickenshed'den filme alınmış bir malzeme seçkisini görüntülemek için

Adım iki

Film ve kayıt üzerine yaratıcı süreç-tartışma ve örnekler ayırmak için

Adım üç

Gruplara ayrılmak ve bir anı yazısını hayata geçirmek için yaratıcı bir konsept oluşturmak. Bir röportajdan elde edilen materyali teatral anlara nasıl dönüştürebiliriz?

Modül 3: Yaşlılarda kültürel kopukluk

Sebepler nelerdir (araştırmacılar tarafından Odak grup sırasında tespit edilmiştir) ve olası çözümler nelerdir?

Genel bakış

En azından Slovenya'da, yaşlılarda kültürel uzaklaşmanın çeşitli nedenleri vardır.

1 Ocak 2021'de 2.108.977 olan Sloven emeklilerin sayısı 624.800'dü. 1 Ekim 2020 Uluslararası Yaşlılar Günü'nden önce, Slovenya'da 424.000 yaşlı kişi (65 yaş ve üzeri kişiler) veya nüfusunun yaklaşık %20'si vardı. dolayısıyla Birleşmiş Milletler tarafından tanımlanan “yaşlanan toplum” eşliğini çoktan geçmiştir. Sürdürülebilir bir emeklilik sistemi sağlamak için kapsamlı bir emeklilik reformuna ihtiyaç vardır çünkü her yıl kamu emeklilik fonu, devlet bütçesinden sağlanan fonların yetersiz geliri nedeniyle oluşan açığı kapatmaktadır (2021'de, açığı kapatmak için 718,7 milyon Avro harcanmıştır). Gelecekte yaşlılar için daha fazla fon, yaklaşık 8,6 milyar Avro değerindeki devlet varlıklarını yöneten, planlanan ulusal demografik fondan gelecek.

Yaşlılardaki kültürel kopuşun ilk nedeni, yaşlılar arasındaki yoksulluktur. Slovenya'da çoğu yaşlı olmak üzere 254.000 kişi yoksulluk sınırının altında yaşıyor (97.000 kişi, üçte ikisi kadın).

İkinci sebep sağlıkla bağlantılıdır. resmi rakamlara göre, Slovenya'da 130.000 yetişkinin şu anda aralarında pek çok yaşlını da bulunduğu seçilmiş bir aile doktoru yok. Yaşa bağlı sağlık sorunları da yaşlılarda kültürel uzaklaşmaya katkıda bulunur.

Kültürel kopuşun üçüncü nedeni ise covid pandemileri ve buna karşı alınan önlemler oldu. 2020'nin başlarındaki pandemiden bu yana, birçok yaşlı arkadaş çevrelerinden izole edilirken, bakıcılar artan sorumluluklar üstlenmek zorunda kaldı. Yaşlıların toplumda daha az aktif olmaları ve korona virüs salgınının ortasında evde daha fazla zaman geçirmeleriyle, daha fazla ihmal ve kendini ihmal vakası meydana geldi. Pek çok insan yaşlı ebeveynlerine evden çalıştı ve baktı, bu da bağların uzun süre yakın çevrede olmaktan kaynaklanan stres ve sürtüşmelerden dolayı acı çekmesine neden oldu. Slovenya'da yaşlılar arasında da yüksek oranda covid ile ilgili ölüm vakaları olmuştur.

Öte yandan, dijital teknolojinin kullanımı yaşlıların yaşam kalitesini artırmakla kalmamış, aynı zamanda onların sosyal bağlantılarını sürdürmelerine ve yeni öğrenme ve konuları yaşamlarına sokmalarına olanak sağlamıştır. Kovid kısıtlamalarının çoğu artık kaldırıldığı için yaşlılar yeniden kültürel faaliyetlere katılabilir. Bazıları zaten çevrimiçi etkinliklere de adapte oldu.

Yaşlıların kültürel katılımı için olası çözümler

Yaşlılar için sanal gerçeklik tiyatrosu Slovenya'da pratik olarak bilinmiyor ancak bunun birçok avantajı var. Yaşlılar büyük bir kulaklıkla tamamen farklı bir dünyaya dalabilirler. Örneğin, VR tiyatro oyununda, oyuncular ekrandaki küçük insanlar değil, yaşlılar boyutunda olabilir ve gerçekten yaklaşabilir ve yaşlılarla kişisel düzeyde etkileşim kurabilirler. Sahnenin bir parçası olursunuz ve pasif bir şekilde oturan ve izleyen seyirci, sahneyi birlikte yaratan aktif oyuncuya dönüşür. VR, sensörleri ve teknolojileri bizi ve bedenlerimizi sanal dünyalara yönlendirmeyi amaçladığından, bedenlenmeyi dijital olarak yeniden kurar. Sanal gerçeklik kulaklıkları, ellerin hareketlerini kendileri izleyerek denetleyicilerin ötesine geçiyor. Fiziksel nesnelere yakalanması ve sanal dünyalara eşlenmesi, sanal nesnelere kullanıcının kendi elleriyle dokunulmasına ve taşınmasına olanak tanır. Tüm bu gelişmeler yakın gelecekte sanal dünyaları çok daha yoğun bir şekilde deneyimleyebileceğimize işaret ediyor.

VR tiyatrosu, sağlıktaki yaşıllara yardımcı olabilir. Sanal gerçeklik kulaklığıyla yapılan performanslar, insanların kaygılarının üstesinden gelmesine (gerçek hayattaki durumlardan (agorafobi) kaçınmasına), güven oluşturmaya ve günlük görevleri tamamlamasına yardımcı olur. VR, yaşılların yeni bir şey deneyebileceklerini veya duruma farklı bir şekilde yaklaşabileceklerini hissetmelerini sağlar. Sanal gerçekte bir şeyi aşarlarsa, gerçek dünyada da atlatırlar. VR kulaklıkları, sağlık üzerinde olumlu etkisi olan harika bir eğlence kaynağı olabilir.

Kültür ve dijital teknoloji deneyimi ve bilgisi arasında bir alışverişe yol açacak ve nesiller arası etkileşim ve iletişim öğrenimiyle sonuçlanacak bir işbirliği ve paylaşım sistemi inşa edilmelidir. Anahtar faktörler, oyunun yaşıllar için çekici olması, metnin basitleştirilmiş olması ve oyunun bir başarı duygusu oluşturmaya gerektiğidir. Bu tür oyunlar yaşılların dijital açığını iyileştirebilir. Oyunun teması rekabetçi olmamalı, böylece katılımcılar hikayenin veya performansın içeriğı hakkında birbirleriyle tartışmalı ve yardım etmelidir. Sanal Gerçeklik Tiyatro oyununun işleyişine uyum sağlamak ve öğrenmek için daha fazla zamana ihtiyaçları vardır. VR oyunu, sanal ortamın inşa ettiğı gerçekliğı vurgulasa da, oyunun işleyişi yine de talimatlara dayanmaktadır. Yaşıllar, farklı türde bilgileri düzgün bir şekilde almak için oyunun daha yavaş işlenmesini bekler. Bu aynı zamanda nesiller arası ilişkileri ve iletişimi olumlu yönde etkileyebilir. VR tiyatro oyununun içeriğı ve konuları nedeniyle, yaşıllar yeni konular geliştirebilir ve bu, sosyal etkileşimlerini önemli ölçüde artırır. Bu, etkileşimli VR tiyatro oyunundaki işbirliğini geliştirecektir.

Salgınin halen devam etmesi nedeniyle, VR tiyatro oyununda yer alacak katılımcıların seçiminde ve istekliliklerinde zorluklarla karşılaşılabilir. Tüm yaşıllar başarılı bir şekilde oynayamasa da, yine de ilginç konular ve etkileşimler geliştirecek ve böylece birbirlerinden bir şeyler öğrenecek ve kavrayacaklardır. Yaşılların aşına olduğı konuyu VR tiyatro oyununda birleştirmek, yaşılların oyun içeriğine ve işleyişine daha hızlı uyum sağlamasına yardımcı olabilir. Anahtar faktör, yaşılların özgüvenini güçlendirmesi gereken oyunun tasarımında yatmaktadır.

Sesli iletişim, görüntülü iletişim ve oyunlar gibi etkileşimli işlevler olsa da, sanal sosyal ağlar gerçekçi kişilerarası bağlantıların yerini alamaz. Ancak birçok insan için dijital teknoloji bu tür ilişkileri sürdürmekte ve mesafeleri azaltmakta, böylece yaşam ve iş için vazgeçilmez hale gelmektedir. Sanal etkileşim, ilişkileri sürdürmek ve duygu alışverişinde bulunmak için kesinlikle mevcut seçenektir.

Gelecekte, VR tiyatro oyunu, toplum içinde bağlantı kurmak ve yaşam kalitesini artırmak için faydalı olabilecek hedeflere ulaşmak için yaşılların anılarından ve deneyimlerinden yararlanmak için farkındalık teknikleriyle birleştirilebilir.

Senin silüetin benim – pratik aktivite

Öğrenme hedefleri

Katılımcıların silüetleri kullanarak başkalarının bakış açılarını anlamalarına ve takdir etmelerine yardımcı olmak.

Katılımcıların ihtiyaçların, düşüncelerin, duyguların çeşitliliğini tanıyarak, grup içinde sunarak akranlarıyla etkileşime girmelerini sağlamak.

Kaynaklar

Büyük kağıtlar (birkaç kağıt tahtası, bir duvar kağıdının arkası veya benzeri bir şey kullanın), renkli kalemler veya keçeli kalemler, yatıştırıcı müzik.

Süre: 30 dakika

Talimatlar

Bu faaliyetler sırasında ortak olarak çalışacaklarını açıklayarak katılımcıları ikili gruplara ayırın. Her katılımcıya bir sayfa kağıt verin (insan boyutunda). Kağıdı yere koymalarını ve sırayla eşin silüetini üzerine çizmelerini isteyin.

Silüeti bitirdiklerinde, her katılımcıdan kendi silüetlerine aşağıdaki bilgileri yazmalarını isteyin:

başta: bir düşünce, göğüste/kalpde: bir his, midede: bir ihtiyaç, ellerde: bir şey yapma arzusu, ayaklarda: hoşlandığı bir aktivite

Herkes bu görevi tamamladığında, katılımcılardan eşleriyle bilgi paylaşmalarını ve nedenini açıklamadan onları mutlu eden her düşüncüyü, duyguyu, ihtiyacı veya arzuyu açıklamalarını isteyin.

Kullanılan yöntemler

- Görsel (uzaysal): resimlerin kullanılması ve uzamsal anlayış
- Sözlü (dilbilimsel): sözcükleri hem konuşmada hem de yazıda kullanma
- Fiziksel (kinestetik): vücudunuzu, ellerinizi ve dokunma duyunuzu kullanma
- Sosyal (kişilerarası): gruplar halinde veya diğer insanlarla öğrenme

Bilgilendirme

Kendi silüetlerine yazdıklarını paylaştıktan sonra, katılımcılara başkalarının silüetlerinin üzerine uzanmalarını, gözlerini kapatmalarını ve diğer kişi olduklarını hayal etmelerini söyleyin. Rahatlatıcı bir müzik açabilir ve katılımcılara “kendi zihinlerinden çıkıp partnerlerinin zihnine girmelerini” önererek, diğerinin düşüncelerini düşünmeye çalışmalarını önererek derin düşünme anını başlatabilirsiniz. Karşısındakinin ihtiyaçlarını hissetmek, onun istediğini istemek ve partnerinin keyif aldığı aktiviteleri yaptığını hayal etmek.

Sonunda, kendinizi diğerinin yerine koymanın her biri için ne anlama geldiğini kişisel olarak düşünmek için kendinize beş dakika verin. Karşılıklı anlayışın bir göstergesi olarak katılımcılardan kucaklaşmalarını isteyerek etkinliği sonlandırabilirsiniz.

Kısım IV. Proje çalışması: Bir sosyal yardım kampanyasının planlanması ve yerel çalıştayların yapısı

Modül 1. Sosyal Yardım Kampanyası planlaması.

Yaşlıları hedefleyen etkili bir Sosyal Yardım Kampanyası, onları sanal gerçeklik gibi teknolojik bir bileşenle kültürel etkinliklere dahil etmek için nasıl planlanır?

Grup veya bireysel etkinlik	Grup Etkinliği
Uzunluk	2 saat
İhtiyaç duyulan malzemeler	Sunuma eklenen araçları yazdırma ihtiyacı vardır. Ek olarak, diğer yazdırılabilir araçlar da entegre edilebilir. Ayrıca bir PC ve bir projektöre ihtiyaç vardır.
Alıştırmanın amacı	Yaşlılar için bir katılım sürecinin nasıl tasarlanacağını anlamak.
İzlenecek adımlar ve her adımın açıklaması	<p>Genellikle, sunumda belirtilen aşamaları takip ederek, rapor edilen araçlar ve metodolojiler hakkındaki bilgileri derinleştirerek, yaşlıların katılımını sağlayacak belirli bir aktivite tasarlayacağız:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Etkinliğin tasarımı <ul style="list-style-type: none"> o Hedef ile geliştirilmek istenen etkinliğin ilk tasarımı (bu taslak araştırma kısmından sonra onaylanacaktır) - Araştırma <ul style="list-style-type: none"> o Masabaşı Araştırması: her ortağın/paydaşın deneyimine dayanarak, proje hedefinin ihtiyaçlarını, hedeflerini ve duygularını anlamak. o Sahada: masa başı araştırması sırasında rapor edilen bilgilerin sahada veri toplama ile teyit edilmesi. - Uygulama <ul style="list-style-type: none"> o Dijital yaşlıların katılımıyla ilgili bazı vaka çalışmalarının analizi. - Değerlendirme <ul style="list-style-type: none"> o Çalışmamızı değerlendirirken nasıl davranacağımızı, ilgili göstergeleri ve temsilleri nasıl oluşturacağımızı anlamak.

Modül 2. Yerel çalıştayların yapısını ve biçimini planlamak ve geliştirmek

Grup veya bireysel aktivite	Grup Etkinliği
Uzunluk	3 saat
İhtiyaç duyulan malzemeler	Yerel çalıştaylar için Yönergeler basılabilir ve dağıtılabilir. Yönergelerin bazı bölümlerini sunmak ve bazı örnekler göstermek için PC ve projektör.
Alıştırmanın amacı	Yerel çalıştayları uygulamak ve ana sonuçları ve aşamaları analiz etmek için yönergeleri anlamak.
İzlenecek adımlar ve her adımın açıklaması	<p>1. Aşama (aktiviteden önce): Katılımcılardan yerel çalıştaylar için Yönergeleri okumalarını ve onlara net olmayan soruların ve/veya öğelerin bir listesini yapmalarını isteyin.</p> <p>2. Aşama (30 dakika): Yerel çalıştayların ana hedeflerini ve ayrıca çalıştaylara dahil edilmesi gereken temel öğeleri sunun. Çalıştayın yapısının esnek olabileceğini ve kuruluşların ve katılımcıların ihtiyaçlarına göre uyarlanabileceğini açıklayın.</p> <p>3. Aşama (1 saat): Katılımcıların küçük gruplar halinde aşağıdaki konularda beyin fırtınası yapmasına izin verin:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Onlara göre bu atölyelerin temel faaliyetleri nelerdir? - En iyi yapı hangisi olabilir? - Bu aktiviteyi kuruluşlarının mevcut aktivitelerine nasıl ekleyebilirim? - Alandaki katılımcıları ve diğer kuruluşları nasıl dahil eder ve çekersiniz? <p>4. Aşama (30 dakika): katılımcılardan bireysel olarak tüm temel etkinlikleri içeren atölye çalışmalarının bir yapısını tasarlamalarını isteyin</p> <p>5. Aşama (1 saat): tüm katılımcılardan yapılarını sunmalarını isteyin ve kolaylaştırıcılar ve diğerleri bu konuda geri bildirimde bulunsun.</p>

Bölüm V. Değerlendirme

Ara değerlendirme

Lütfen bir ara dönem değerlendirmesi örneğini [BURADAN](#) bulabilirsiniz.

Son değerlendirme

Lütfen bir son dönem değerlendirmesi örneğini [BURADAN](#) bulabilirsiniz.

Proje çalışmasının değerlendirilmesi

Bu etkinlik için şu adımların izlenmesi önerilir:

- Örgütsel ekiplerde, ekibinizde gerçekten yankı uyandıran projenin bir unsuru hakkında beyin fırtınası yapın/tartışın. Bunu hedef grubunuz için nasıl uyarlayacak/geliştireceksiniz? Kuruluşunuz için (varsa) hangi değişiklikleri yapmanız gerekir? Bu etkinlikte ne gibi zorluklar yaşayabilirsiniz? (15 dakika)
- Bu etkinliği/yöntemi/yaklaşımı kullanarak kısa bir pratik oturum planlayın (15 dakika)
- Takımın geliştirdiği kısa bir aktiviteyi yürüterek veya süreç boyunca konuşarak daha geniş gruba sunum yapın. (kuruluş başına 10 dakika)
- Hangi unsurların işe yaradığına, nelerin zor olduğuna ve hangi başka fikirlerin projeyi geliştirmeye yardımcı olacağına dair organizasyonlar arası bir tartışma (30 dakika)