

Pismo Studentów

WUJ

Wiadomości Uniwersytetu Jagiellońskiego

MIESIĘCZNIK NR 5 (313) • ROK XXVIII • LUTY 2024 • ISSN 1429-995X

WWW.ISSUU.COM/PISMOWUJ • ROZDAWANY BEZPŁATNIE

Strefa Studenta, czyli idealne miejsce
dla młodych – str. 5

Co oferuje Muzeum HERstorii Sztuki? –
str. 7

Kultura inceli. Porozmawialiśmy
o zjawisku – str. 13



**Sidey Myoo (prof. Michał Ostrowicki)
promuje technologię VR i rozwija
Metawersum na UJ** str. 8–9

Na wstępie

AUTOR:
ADRIAN
BURTAN

Młodość, czyli opowieść o zmianie, błędach, strachu i poszukiwaniach

O młodości mówi się, że jest pięknym okresem w ludzkim życiorysie. Pierwsze miłości, przyjaźnie na lata, studia, premierowa wypłata, długie wakacje... Niewątpliwie jednak jest to też czas wyzwań, zmian, niepewnego jutra i bolesnych upadków, smutków i radości dawkowanych po trochu. Młodość wyrzuca z nas to, co najlepsze, ale jest też czasem, kiedy po głowie snują się myśli: jak sobie poradzę, w którym kierunku pójść, czy zrobiłem lub zrobiłam dobrze?

I nie są to pytania bezzasadne. Młodzi zadają je sobie regularnie, zastanawiając się nad przyszłością, ale też przeszłością i związanymi z nią wyborami. Dynamika życia, która ma miejsce około dwudziestego roku życia (a związana jest z podejmowaniem ważnych życiowych decyzji w krótkich odstępach czasu) wpływa w mniejszym lub większym stopniu na młode umysły. Konia z rzędem temu, kto nie zadał sobie nigdy pytania, czy wybrany przez niego kierunek studiów jest na pewno tym najbardziej odpowiednim. Towarzyszące tym refleksjom emocje,



Młodość to próba odpowiedzenia na pytanie: czy idę odpowiednią drogą? Każdy z nas musi sam sobie udzielić odpowiedzi. Nie warto jednak zamartwiać się skutkami podjętych już decyzji, a tym bardziej przyszłością.

takie jak niepokój, lęk czy niepewność, wzmagają obawy.

Presja jest tym silniejsza, gdy ma się dostęp do zdigitalizowanych pamiętników swoich rówieśników, którzy w mediach społecznościowych co rusz publikują ważne dla siebie chwile czy informacje o sukcesach. Kultura social mediów jednak – zamiast wyzwać w młodym człowieku motywację czy uznanie wobec osiągnięć znanych – powoduje jeszcze większą destrukcję dobrostanu. Bo skoro on czy ona się rozwijają, kończą kolejne fakultety, wygrywają konkursy czy podróżują na inny kontynent, to co złego jest ze mną, że nie doświadczam takich sytuacji? Gdzie popełniłem błąd?

Te negatywne emocje towarzyszą też temu, co ma dopiero nastąpić. Przyszłość to tajemnica, a tajemnica to niepewność, co oznacza, że czasem trapiamy się, co jest po drugiej stronie. I tak młody człowiek boi się, czy znajdzie pracę po studiach, czy utrzyma się w wielkim mieście, czy dorówna kolegom, czy będzie go stać na zakup

mieszkania, które w jego rodzinnych stronach drożeje z miesiąca na miesiąc.

Młodzi nie mają łatwo. Oczywiście – powiedzą nieco starsi czytelnicy tego tekstu – każdy z nas to przechodził i prawie każdy stykał się z podobnymi problemami i bólami codzienności. Nie mniej jednak jest coś wyjątkowego we współczesnej odmianie cierpień młodego człowieka. Towarzyszą mu nie tylko wszechobecne macki mediów społecznościowych karmiących nas idealnymi obrazami życia obserwowanych. Jeszcze większym winowajcą wydaje się wzrastające tempo – że chcemy rozwijać kariery przez 10 lat w jednej firmie. Nie zamierzamy odraczać gratyfikacji na okres „kiedyś sobie odbiję”. Chcemy wszystkiego tu i teraz, a brak pewności znalezienia odpowiedzi na to, co nastąpi, potrafi nas zniewolić i dość zmartwić.

Pęd nie jest czymś dobrym na dłuższą metę, choć potrzeba roz-

woju towarzyszy nam niemal codziennie. Nie ma co bać się przyszłości i związanych z nią modyfikacji. Jak to mówią – jest ona jedyną stałą w życiu. Nie zamartwiamy się swoimi decyzjami, nie oceniamy ich zbyt surowo. Każda z nich do czegoś nas doprowadziła – i znając już efekty tej drogi, starajmy się do nich dostosować, tworząc dla siebie korzystne warunki. Zmieniamy, poszukujemy swojej drogi, eksperymentujemy, popełniamy błędy. Pozwoli nam to nie tylko poznać samych siebie, ale też wybrać tę ścieżkę, która jest dla nas najlepsza.

Młodość to próba odpowiedzenia na pytanie: czy idę odpowiednią drogą? Każdy z nas musi sam sobie udzielić odpowiedzi. Nie warto jednak zamartwiać się skutkami podjętych już decyzji, a tym bardziej przyszłością. Los już nieraz płatał figle największym planistom. Kluczem jest podążanie własną drogą, wdrażanie zmian i dostosowywanie się do okoliczności, w których się znajdujemy. ■

Felierton

AUTORKA:
WERONIKA
ADAMEK

Życie w naszej studenckiej dżungli

Od zamierzcztych czasów, a dokładniej od 660 lat, studencka bracia nawiguje gęszcz wykładów, ćwiczeń, zaliczeń, egzaminów. Tłumy żaków przeszły nierzadko trudny szlak prowadzący – ubitymi i nieubitymi ścieżkami – między pniami drzew mądrości, aby dotrzeć do strumienia wytchnienia. Spróbujmy bliżej przyjrzeć się codzienności wielobarwnych postaci, które spędzają swój czas w studenckiej dżungli.



Nasz zespół badawczy na bazie zebranych informacji doszedł do konkluzji, że ludzie kategorii studenta dzielą się na podgatunki, które zależą od lokalizacji występowania, ale również i w tej kategorii występują odmiany zależne od piętra lub skrzydła, w którym się znajdują. Bracia studencka okazuje się bardzo zaparta w swoich przekonaniach i rzadko wpuszcza studentów innego gatunku na swój teren. Z najnowszych danych wynika, że jest wyjątek od tej zasady, czyli tak zwany gatunek hybrydowy, który należy do co najmniej dwóch podgatunków lub odmian. Taki osobnik jest mile widziany we wszystkich lokalizacjach, do których przynależy.

Sztuka przetrwania dyktuje nam Zasadę Trójkę, aby poradzić sobie z dala od cywilizacji. Z obserwacji uczonych wynika, że tą samą zasadą kierują się studenci, przeżywając kolejne semestry na uczelni.

Zasada numer 1 mówi, że człowiek może przeżyć trzy minuty bez tlenu. Bardzo często w okresie przerw między zajęciami tłum żaków zsuwa się po lianach, aby jak najszybciej zażyć świeżego powietrza – o ile w krakowskim klima-

cie jest to w ogóle możliwe. Część studenckiej braci odprawia w tym czasie pradawny rytuał palenia liści i owiewania się powstałym dymem. W ten sposób po ponownym przekroczeniu progu uczelni wysyłają niewerbalnie wiadomość do reszty studentów, że obrządek został wykonany. Z naszych obserwacji wynika, że pełnią oni funkcję kapłanów w tej społeczności, a każdy żak w potrzebie może do nich podejść po poradę oraz pomoc w opanowaniu emocji.

Zasada numer 2 mówi, że człowiek może przeżyć trzy godziny bez schronienia w skrajnych warunkach atmosferycznych. Niejednokrotnie zdarza się, że plan zajęć żaków jest dość napięty, co sprawia, że ciężko wygospodarować im czas na powrót do domowego ogniska. Student okazuje się jednak bardzo zaradny i z nieludzką szybkością nawiguje kolejne piętra ekosystemu w poszukiwaniu bezpiecznej przystani, aby ochronić się przed drapieżnikami. Miejsce, w którym student może zażyć chwili wytchnienia, jest na wagę złota i toczą się o nie krwawe walki międzyodmianowe. W akcie najwyższej desperacji żacy wybierają

się na tereny innego gatunku, aby tam zaznać schronienia, ale najczęściej na próżno. Tereny nawet sąsiadujących ze sobą podgatunków dla studentów nierodzimych dla tej lokalizacji są jak labirynt – wedle naszych obserwacji jest to mechanizm ochronny, aby zapobiec otwarciu konfliktowi między podgatunkami.

Zasady numer 3 i 4 mówią, że człowiek może przeżyć trzy dni bez wody oraz trzy tygodnie bez jedzenia. W celu zapobiegnięcia śmierci głodowej studenci spotykają się przy głównym wodopoju. Tam można zarówno zaspokoić pragnienie, jak i zakupić posiłek podawany na plastikowych tabliczkach. Poza celami oczywistymi przestrzeń wodopojowa jest miejscem socjalizacji studentów, gdzie dochodzi do wymiany informacji między poszczególnymi odmianami lub też w obrębie tego samego szczepu. Poza głównym wodopojem żacy są częściej widywani przy mniejszych strumykach, które zaspokajają głód i pragnienie, ale na krótszy czas. Nierzadko zdarza się, że grupy najodważniejszych studentów wyruszają na wyprawę poza tereny dżungli, aby zdobyć poży-

wienie z innych pobliskich źródełek i stawów. Jednak częstym efektem niepożądanym jest brak zwierzyzny i powrót z pustymi rękami lub też spóźnienie na zajęcia spowodowane napływem łowców z okolicy.

Ciągle ewoluująca społeczność studencka to fascynujący temat do badań. Nasz zespół badawczy stale ją obserwuje, zbierając dane na temat jej zwyczajów, rytuałów, zachowania, języka oraz nawyków żywieniowych. To niekończąca się kopalnia wiedzy na temat tego gatunku, który przecież od setek lat żyje tuż obok nas. Zachęcamy do prowadzenia własnych badań i obserwacji, ale pamiętajmy, że studenci to też ludzie i z powodów etycznych eksperymentowanie na nich jest surowo zabronione. Wciąż zagadką dla nas pozostaje zagadnienie życia studenckiego poza dżunglą, która zdaje się ich domem, jednak z naszych danych wynika, że każdy z nich ma swoje domowe ognisko, do którego udaje się nierzadko już po zmierzchu, aby wrócić do dżungli często przed świtem. Nasuwa się pytanie: dlaczego po prostu nie spędzają nocy wśród drzew? Jest to najwyraźniej zbyt niebezpieczne. ■



Pismo Studentów „WUJ – Wiadomości Uniwersytetu Jagiellońskiego”

Redakcja: ul. Piastowska 47, 30-067 Kraków

Wydawca: Fundacja Studentów i Absolwentów UJ „Bratniak”

e-mail: wuj.redakcja@gmail.com; tel. 668 717 167

Strony internetowe: issuu.com/pismowuj oraz facebook.com/pismowuj

Redaktor naczelny: Adrian Burtan

Zespół: Justyna Arlet-Głowacka, Ewa Zwolińska, Klaudia Katarzyńska, Izabela Biernat, Martyna Lalik, Karolina Iwaniec, Lucjan Kos (foto), Marta Kwasek, Agata Maláková, Marcelina Koncewicz, Martyna Szulakiewicz-Gaweł (foto), Krzysztof Materny, Paulina Bednarek, Oliwia Wójciak, Emilia Czaja (foto), Wojciech Skucha, Tomasz Łysoń, Alicja Bazan, Szymon Binda, Weronika Adamek, Aleksandra Gregorczyk (foto), Wojciech Seweryn, Maja Andrzejak, Helena Iskra

Korekta: Ewa Zwolińska

Okładka: Emilia Czaja

Reklama: wuj_reklama@op.pl

Numer zamknięto: 30 stycznia 2024 roku

Co nowego na UJ?

AUTORKA:
MARTYNA
LALIK

Maja Chyla króluje na włoskich stokach



Maja Chyla z Instytutu Psychologii Uniwersytetu Jagiellońskiego nie miała sobie równych na Akademickich Mistrzostwach Europy w sportach zimowych. W zawodach rozegranych we włoskiej Val di Zoldo studentka UJ zdobyła złoty medal w slalomie kobiet, a w slalomie gigancie zajęła drugie miejsce. Jak wspominała, przyjechała na zawody nastawiona na wygraną i, pomimo że pierwszy zjazd nie poszedł po jej myśli, udało się jej zdobyć srebrny krążek. Następnie w slalomie kobiet, już pewniejsza siebie, zdobyła najwyższe miejsce na podium. Po wygranej stwierdziła, że jest to jeden z jej największych dotychczasowych sukcesów.

Nie żyje Krystyna Dyrek, była prorektor UJ

Profesor Krystyna Dyrek, wybitna uczona i wieloletnia pracownica Uniwersytetu Jagiellońskiego, zmarła 12 stycznia 2024 roku. Była związana z uczelnią przez całą swoją karierę i pełniła w niej kluczowe funkcje, m.in. jako prodziekan i prorektor. Obszary badawcze, na których się koncentrowała, dotyczyły chemii nieorganicznej i katalizy. Jej praca na wszystkich stanowiskach spotykała się zawsze z wielkim szacunkiem i uznaniem ze strony uczniów i współpracowników. Profesor Dyrek nawiązała owocną współpracę z zagranicznymi ośrodkami naukowymi, zdobywając uznanie nie tylko w Polsce, ale i za granicą. Jej zasługi dla nauki i społeczności akademickiej zostały uhonorowane licznymi odznaczeniami, a praca pozostawiła trwałe dziedzictwo w polskiej nauce. Była ceniona nie tylko za ogromną wiedzę, ale również za dobroć, charyzmę i zaangażowanie w realizowane przez siebie projekty. Uroczystości pogrzebowe odbyły się na cmentarzu Rakowickim.

Prof. Pyrc będzie monitorował choroby zakaźne



Prof. Krzysztof Pyrc z Małopolskiego Centrum Biotechnologii UJ został członkiem nowo utworzonego ministerialnego zespołu monitorującego sytuację dotyczącą zagrożeń związanych z chorobami zakaźnymi w Polsce. Zadania zespołu obejmują m.in. monitorowanie informacji medycznych i epidemiologicznych, a także doradztwo w zakresie epidemiologii, profilaktyki, diagnostyki i terapii chorób zakaźnych. Oprócz prof. Pyrcia w składzie znaleźli się eksperci z różnych dziedzin medycyny – przewodniczącym został prof. Robert Flisiak z Uniwersytetu Medycznego w Białymstoku.

– Naszym zadaniem będzie monitorowanie zagrożeń dla Polski i Polaków oraz doradztwo w zakresie epidemiologii, profilaktyki, diagnostyki i terapii – napisał w mediach społecznościowych prof. Krzysztof Pyrc, który ma na swoim koncie ponad 150 publikacji, w tym w renomowanych czasopismach, jest laureatem wielu prestiżowych nagród i zalicza się go do 2% najbardziej wpływowych naukowców na świecie.

Krok ku rewolucji w magazynowaniu danych

Paweł Bonarek, student Wydziału Chemii Uniwersytetu Jagiellońskiego, zdobył wyróżnienie w Konkursie Złoty Medal Chemii 2023 za pracę licencjacką. Jury nagrodziło jego badania nad „Dicyjanofenylopyrydynowymi kompleksami Pt(II) i fosfotlenkami do generowania luminescencyjnych nanomagnesów opartych na Dy(III)”, które prowadził pod opieką dr. hab. Szymona Chorażego. Konkurs, zorganizowany przez Instytut Chemii Fizycznej Polskiej Akademii Nauk i firmę DuPont, wyłonił autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich z chemii i jej pogranicza. Przyznano trzy medale (złoty, srebrny i brązowy) oraz wskazano trzech wyróżnionych, wśród których znalazł się Bonarek. W swojej pracy autor podjął się zaprojektowania nanomagnesów molekularnych na podstawie nowej strategii, w której wykorzystuje się policyjanometalany. Mogą one zrewolucjonizować możliwości magazynowania danych.



Doktorant UJ z nagrodą za najlepszą pracę dyplomową

Grzegorz Łukasiewicz, doktorant Wydziału Fizyki, Astronomii i Informatyki Stosowanej UJ, został nagrodzony przez Polski Komitet Optoelektroniki za najlepszą pracę dyplomową w zakresie optoelektroniki. Jego praca „Poszukiwania ultralekkiej ciemnej materii za pomocą sieci czujników kwantowych nowej generacji” (promotor prof. Szymon Pustelny) została wyróżniona w XXXII Ogólnopolskim Konkursie im. prof. Adama Smolińskiego.

Pomimo skupienia się na badaniach podstawowych, a nie inżynierskich praca zdobyła uznanie za innowacyjność. Autor opisał zasadę działania komagnetometra K-3He, którego czułość jest o cztery rzędy wielkości większa w porównaniu do wcześniejszych magnetometrów. Dodatkowo Łukasiewicz przeprowadził analizę danych z sesji pomiarowej GNOME, otwierając nowe możliwości badania obszaru przestrzeni parametrycznej. Nagroda to uznanie dla wkładu Łukasiewicza w rozwój polskiej optoelektroniki.

Źródło informacji: uj.edu.pl

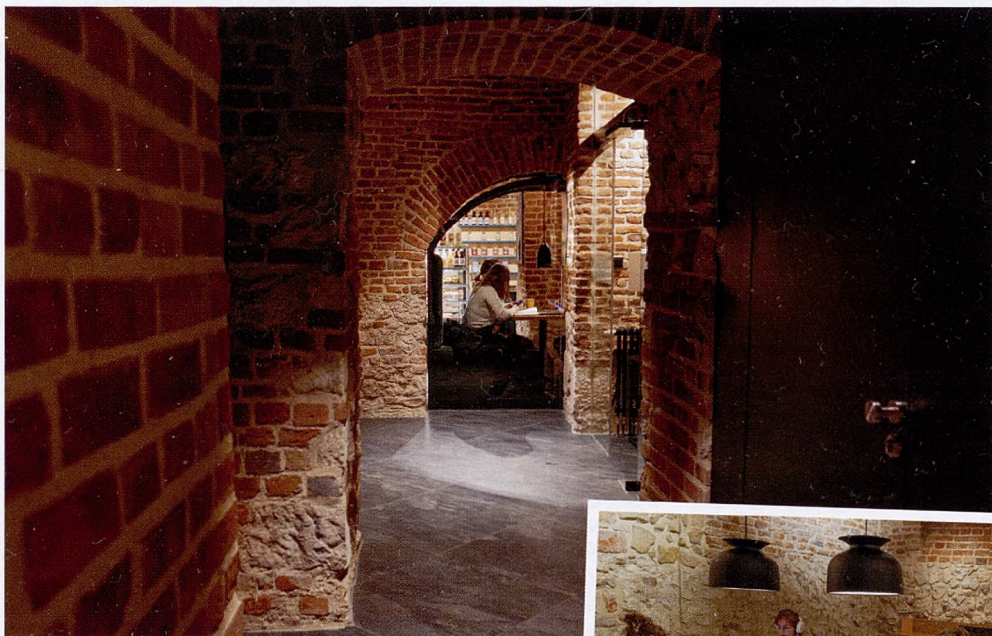
Strefa studencka UJ

AUTORKA:
MARTYNA
LALIK

Nauka, odpoczynek i... praca. Jak spędzisz czas w Strefie Studenckiej UJ?

Masz „okienko” między zajęciami, szukasz miejsca do relaksu, robienia wspólnego projektu lub pracy? Znajdziesz je w Strefie Studenckiej UJ, popularnej lokalizacji wśród studentów.

– Jest tutaj poczucie wspólnoty, wszyscy należymy do jednej społeczności – słyszymy od Pauliny, jednej z pracujących w Strefie studentek.



Jedną z charakterystycznych cech Strefy Studenckiej UJ, z której na szczęście nie zrezygnowano podczas remontu piwnic, jest połączenie nowoczesności z historią. Tworzy to niepowtarzalną atmosferę sprzyjającą zarówno nauce, jak i nawiązywaniu nowych znajomości. Współczesne wnętrza harmonijnie współgrają z XV-wiecznymi murami, nadając miejscu wyjątkowy charakter.



Pomysł utworzenia Strefy narodził się wśród członków Samorządu Studentów UJ pod koniec 2014 roku i szybko zdobył aprobatę władz uczelni. Był on odpowiedzią na oczekiwania studentów, którzy potrzebowali komfortowego miejsca, stworzonego z myślą o spotkaniach, współpracy, kreatywnej nauce i odpoczynku w czasie wolnym. Wykorzystano przestrzeń o historii sięgającej XIV i XV wieku oraz piwnice kamienic, gdzie kiedyś istniało Collegium Nobilium. Stworzona w tej lokalizacji Strefa przywróciła tym miejscom dawny blask i ponownie zaczęła służyć studentom – w latach 80. znajdowały się tu kluby studenckie, a w latach 90. – także restauracja.

Kawa, nauka i nowi przyjaciele

Jedną z charakterystycznych cech Strefy Studenckiej UJ, z której na szczęście nie zrezygnowano podczas remontu piwnic, jest połączenie nowoczesności z historią. Tworzy to niepowtarzalną atmosferę sprzyjającą zarówno nauce, jak

i nawiązywaniu nowych znajomości. Współczesne wnętrza harmonijnie współgrają z XV-wiecznymi murami, nadając miejscu wyjątkowy charakter.

Studenci mają też dostęp do przestrzeni, które umożliwiają zaspokojenie różnorodnych potrzeb – komfortowe fotele i kafejka, w której mogą kupić pyszną kawę oraz przekąski wege, służą nie tylko zaspokojeniu głodu, ale również tworzą atmosferę sprzyjającą integracji i wymianie pomysłów. Ponadto sala konferencyjna, dostęp do komputerów i sprzętu audiowizualnego pozwalają na komfortową naukę i jak najlepsze przygotowanie do zajęć czy egzaminów.

– W Strefie łatwo poznawać nowych ludzi, a jest to bardzo cenne zwłaszcza na 1. lub 2. roku stu-

diów – przekonuje Paulina, która pracuje tam już kilka miesięcy. Oprócz niej w Strefie działa kilka innych studentek, które łączą pracę ze studiami lub dorabiają sobie w czasie wolnym.

Paulina zapytana o to, co najbardziej podoba się jej w pracy w Strefie, mówi: – Najfajniejsze jest chyba to, że możemy zwracać się do klientów po imieniu i oni również tak robią. Przez to atmosfera jest bardzo luźna i czujemy, że należymy wszyscy do jednej społeczności. Poza tym łatwo się tutaj prowadzi tzw. small talk i poznaje nowych przyjaciół.

Lokalizacja idealna dla studentów

Dlaczego to właśnie Strefa Studencka wyróżnia się na tle innych krakowskich kawiarni? Bo nie jest

ona jedynie miejscem, w którym możesz sobie zjeść pyszne pierogi z tofu lub wypić ciepłą kawę. To punkt na mapie Krakowa stworzony przez studentów i dla studentów, który codziennie wypełniają ciekawe rozmowy i dyskusje.

Strefa mieści się w budynku Collegium Kołłątaja przy ulicy św. Anny 6 i jest otwarta od poniedziałku do piątku w godzinach sprzyjających większości planów studenckich, to znaczy od 9:00 do 20:00. To miejsce, gdzie historia przeplata się z nowoczesnością, a nauka spleta z relaksem. Dla wielu studentów to nie tylko przestrzeń do nauki, ale także drugi dom, w którym mogą się rozwijać, spotykać przyjaciół i czerpać z bogactwa akademickiego życia.. ■



Spacer pomaga. Jak aktywność fizyczna poprawia nasze zdrowie?

Dla studentów, którzy często prowadzą stresujący tryb życia, regularne ćwiczenia mogą być kluczem do zachowania zdrowia na lata. Zapytaliśmy Ekspertów – mgr Milenę Maturę, trenerkę personalną i nauczycielkę Studium WF UJ, oraz mgr. Tomasza Koziół, fizjoterapeutę, pracownika Collegium Medicum UJ – o to, jak na co dzień możemy włączyć aktywność fizyczną do swojego życia.

Aktywność fizyczna odgrywa kluczową rolę w utrzymaniu zdrowia i dobrego samopoczucia. – Poza oczywistymi korzyściami, takimi jak poprawa cech motorycznych, ruch jest dobrodziejstwem dla naszego zdrowia fizycznego i psychicznego – mówi mgr Milena Matura. Ekspertka podkreśla też to, że regularne ćwiczenia przynoszą szereg innych benefitów. – Regularne uprawianie aktywności fizycznej obniża poziom stresu, reguluje przemianę materii, dotlenia komórki, zwiększa odporność organizmu i powoduje zwiększone wydzielanie serotoniny, której wysoki poziom w organizmie przekłada się na dobry nastrój i spokojny sen – wymienia.

Z drugiej strony, jak zauważa mgr Koziół, brak odpowiedniej dawki ruchu wiąże się z ryzykiem. – Analogicznie brak wystarczającej dawki ruchu może skutkować większym ryzykiem wystąpienia chorób oraz długofalowo skrócić długość naszego życia. Ruch jest najtańszym suplementem, o którego dostarczanie powinniśmy dbać równie starannie co o zbilansowaną dietę, by nie cierpieć potem z powodu jego deficytu – wskazuje mgr Tomasz Koziół.



lansowaną dietę, by nie cierpieć potem z powodu jego deficytu – wskazuje.

Muszę iść na siłownię?

Pamiętajmy też, że nie zawsze do treningów potrzebny jest nam specjalistyczny sprzęt, ale nasza ekspertka zwraca uwagę, że:

– Apetyt rośnie w miarę jedzenia i z czasem rodzi się potrzeba zwiększenia intensywności i objętości treningowej. Szukamy wtedy dyscypliny, która nas pociąga i inspirować i niektóre z nich rzeczywiście wymagają specjalistycznego sprzętu.

Tomasz Koziół wskazuje na przyjemność płynącą z aktywności fizycznej. – Najważniejsze, by aktywność sprawiała nam przyjemność, bo wtedy będziemy mieli większą motywację do systematycznego ruchu.

Podkreśla też, że jeśli tradycyjne formy aktywności, jak siłownia, komuś nie odpowiadają, warto poszukać innych opcji. – Jeśli ktoś nie czuje się dobrze na siłowni, niech spróbuje innych form aktywności, bo jest ich naprawdę dużo – mówi.

10 tysięcy kroków – mit czy recepta na zdrowie?

Światowa Organizacja Zdrowia ustaliła, że każdego dnia

– Regularne uprawianie aktywności fizycznej obniża poziom stresu, reguluje przemianę materii, dotlenia komórki, zwiększa odporność organizmu i powoduje zwiększone wydzielanie serotoniny, której wysoki poziom w organizmie przekłada się na dobry nastrój i spokojny sen – wymienia mgr Milena Matura.

powinniśmy zrobić 10 tysięcy kroków.

– Jednak narzucenie osobie początkującej tej liczby kroków może spowodować zniechęcenie i frustrację za każdym razem, gdy liczby tej nie uda się osiągnąć. Osobiście zgadzam się z powiedzeniem, że „zły trening to taki, który się nie odbył”, dlatego uważam, że lepiej postawić na wygospodarowanie codziennie 20–30 min na dowolną aktywność fizyczną. Z czasem ruch zacznie sprawiać nam przyjemność, będziemy chcieli więcej, dłużej, intensywniej. Wtedy liczby przyjdą same – zwraca uwagę mgr Matura.

– Warto nadmienić, że jeśli wracamy z intensywnego treningu na siłowni i brakuje nam kroków do osiągnięcia tego celu, to nie znaczy, że dostarczyliśmy naszemu organizmowi za mało ruchu, tylko skompensowaliśmy go innymi rodzajami ćwiczeń – dodaje mgr Koziół.

Zacznij od... spaceru

– Najlepsze na początek naszej przygody z ruchem są spacer. Nie muszą to być planowane wyjścia do parku, ale początkowo można zacząć chodzić na kolejny przystanek lub krótsze trasy pokonywać pieszo, bez pomocy samochodu lub komunikacji miejskiej. Jak już złapiemy dobry nawyk, to będzie nam łatwiej wytrwać w kolejnych etapach, którymi mogą być ćwiczenia w domu lub na zewnątrz – mówi mgr Koziół.

Przykłady ćwiczeń, które możemy wykonywać w ciągu dnia, przygotowała dla nas mgr Matura. Są to: przeciąganie się w górę i na boki, skłony, rolowanie kręgosłupa, rozciąganie mięśni szyi, karku, pleców i klatki piersiowej.



– Brak wystarczającej dawki ruchu może skutkować większym ryzykiem wystąpienia chorób oraz długofalowo skrócić długość naszego życia. Ruch jest najtańszym suplementem, o którego dostarczanie powinniśmy dbać równie starannie co o zbilansowaną dietę, by nie cierpieć potem z powodu jego deficytu – wskazuje mgr Tomasz Koziół.

– Wykonując pracę przy biurku, możemy zamienić zwykłe krzesło na dużą piłkę fitness, która odciąży kręgosłup i zachęci do wykonywania ruchów w trakcie pracy. Oglądając film, możemy rozciągać się w siadzie lub korzystając z rolleira, wykonywać automasaż – wylicza ekspertka. ■

Wizyta w Muzeum HERstorii Sztuki

AUTORKA:
IZABELA
BIERNAT

Uchronić przed zapomnieniem. Muzeum HERstorii Sztuki

Czy HIStoria może wyprzeć HERstorię? Jaki udział ma w tym procesie dialog międzyludzki? Dlaczego tak ważnym spoiwem jest tutaj właśnie sztuka? Odpowiedzi na te pytania szukaliśmy w Muzeum HERstorii Sztuki.



Muzeum HERstorii Sztuki (MuHER) jest inicjatywą obywatelską powstałą z zaangażowania w tę ideę Aśki (tak woli, by ją nazywać) Warchał-Beneschi. Pomysł zrodził się w jej głowie, gdy w maju 2021 roku rozgorzała dyskusja o przyszłości Kossakówki. Podjęła ona szereg działań, by niedługo później móc otworzyć Muzeum HERstorii Sztuki przy Muzeum Rodziny Kossaków. MuHER nie ma jednak nigdzie stałej siedziby, dlatego mówi się o nim „muzeum latające” czy „muzeum rozproszone”.

Pomysł na nazwę Muzeum zaczerpnięty został z angielskiego sformułowania „herstory”, które narodziło się w Wielkiej Brytanii już w latach 70. XX wieku. To zagadnienie skupia się na opisywaniu dziejów historycznych z perspektywy kobiet i wpływu, jaki wywarły one swoimi działaniami na bieg

wydarzeń. Do tych wartości odwołuje się Muzeum HERstorii Sztuki w swojej dewizie – „Działamy dla kobiet wczoraj, dziś i jutro!”.

Siostrzeństwo to jedna z kluczowych idei towarzyszących MuHER. W związku z tym jednym z podstawowych celów inicjatywy jest popularyzowanie opowieści o kobietach – zwłaszcza tych, których życie i zasługi zostały zapomniane wraz z upływem czasu. Nierzadko też dzieła się w historii, którą przez wieki dominowali mężczyźni. Stąd wzięła się taka, a nie inna nazwa, pisana wielkimi literami – Muzeum HERstorii Sztuki.

Obecny skład zarządu Fundacji Muzeum HERstorii Sztuki przedstawia się następująco: Patrycja Chlebus-Grudzień (prezeska), Marta Grabowska (wiceprezeska), Anka Miśkiewicz (wiceprezeska).

Wiedza, sprawczość, dialog

Muzeum HERstorii Sztuki opiera swoją działalność o trzy filary – wiedzę, sprawczość, dialog. Rozpowszechniając wiedzę o życiu i działalności kobiet na przestrzeni wieków, wzmacnia zarazem poczucie sprawczości wśród kobiet. Podbudowuje w nich przekonanie, że mogą osiągnąć wiele i zapisać się na kartach historii. MuHER usilnie dąży do tego, aby zapobiec zapomnieniu o roli kobiet, jaką odegrały one przez te wszystkie wieki.

Trzecim elementem działalności MuHER jest również dialog. Na stronie internetowej MuHER czytamy: „[...] naszym nadrzędnym celem jest działać egalitarnie i równościowo, tworząc przestrzeń otwartą i odważną”. Wsparcie zarówno dialogu międzypokolenio-

wego, jak i tego pomiędzy osobami o odmiennych światopoglądach odbywa się za pośrednictwem szeroko pojętej sztuki.

Co z tą sztuką?

MuHER ma na swoim koncie wiele organizowanych wydarzeń edukacyjno-kulturalnych. Wymienić tutaj można np. cykle: #herstoryawewtorek, Nasze poruszenia, Jak one to robią, Poszukiwaczki. Działalność Muzeum HERstorii Sztuki śledzić można na Instagramie, Facebooku czy bezpośrednio poprzez stronę internetową. Dla tych, którzy zamiast czytania preferują słuchanie, powstał również podcast „Mówi MuHER”. Organizowane wydarzenia czy podejmowane inicjatywy skierowane są do różnicowanych grup wiekowych – nastolatków, młodych dorosłych i tych starszych. Niektóre z nich adresowane są do konkretnych społeczności, np. akademickiej – jak konferencja naukowa „Czas Pozytywistek” z 2022 roku.

Wszystkie postawione sobie cele MuHER realizuje za pośrednictwem sztuki, którą uznaje za pewnego rodzaju spoiwo; element łączący ludzi ponad wszelkimi podziałami. Koncentruje się głównie na sztuce osób wykluczanych przez społeczeństwo (w tym zwłaszcza kobiet, jak nie trudno się domyślić). O roli sztuki w procesie przełamywania niewidzialnych barier pomiędzy ludźmi najlepiej wspominała jedna z członkiń zespołu MuHER, Aneta Pawłowska, w podcaście Dominika Juszczyka „Z pasją o mocnych stronach”. Padają tam słowa, które trafnie podsumowują działalność Muzeum HERstorii Sztuki: „Ja wierzę w to, że sztuka porusza ponadczasowo – między pokoleniami i epokami. Sztuka jest pomostem między artystą(-ką) a odbiorcą(-czynią). Sztuka jest medium, by pokazać sprawczość”. ■



Pomysł na nazwę Muzeum zaczerpnięty został z angielskiego sformułowania „herstory”, które narodziło się w Wielkiej Brytanii już w latach 70. XX wieku. Zagadnienie skupia się na opisywaniu dziejów historycznych z perspektywy kobiet i wpływu, jaki wywarły one swoimi działaniami na bieg wydarzeń. Do tych wartości odwołuje się Muzeum HERstorii Sztuki w swojej dewizie – „Działamy dla kobiet wczoraj, dziś i jutro!”.

Rozmowa z prof. Michałem Ostrowickim | Sideyem Myoo

AUTORKA:
JUSTYNA
ARLET-
-GŁOWACKA



Metawersum na UJ.
„Traktuję to jako formę uniwersytetu przyszłości”

– Badając wirtualną rzeczywistość i przebywając w światach wirtualnych od prawie siedemnastu lat, czuję się zobowiązany do takiej aktywności w ramach uniwersytetu. Dochodzę do wniosku, że ta idea mogłaby być głębiej i szerzej zaszczerpiona na uczelniach, gdyż jest szansą, która określa przyszłe zmiany – o VR, Metawersum oraz projekcie Academia Electronica rozmawiamy z jego twórcą, profesorem Instytutu Filozofii UJ Michałem Ostrowickim | Sideyem Myoo.

Jak zaczęła się Pana przygoda z wirtualną przestrzenią?

PROF. MICHAŁ OSTROWICKI |
SIDEY MY00: Geneza jest dość
przypaddingowa; zainteresowałem
się rzeczywistością wirtualną
w pierwszej połowie lat 90., ponie-
waż wtedy pojawił się u nas w do-
mu pierwszy komputer, a wraz
z nim programy, początek internetu,
a przede wszystkim świat, który
zaczynał powstawać na wyświetla-
czu, do którego rodził się u mnie
sentyment i zainteresowanie ba-
dawcze, więc to wszystko było
bardzo ekscytujące i wciągające.

W pewnym momencie żona podpowiedziała mi, że pojawił się wirtualny świat Second Life i że być może powinienem się tym

zainteresować. Wtedy zrozumiałem, że jako filozof mogę mieć tutaj swoją rolę do spełnienia, którą będąc reprezentowanie uniwersytetu, nauki i wiedzy w tym świecie. Zacząłem się tam zadawać, budować siebie i tworzyć zaczątek uczelni pod nazwą Academia Electronica.

Kontynuowane badania, opierające się głównie na obserwacji uczestniczącej oraz analizie zaobserwowanych fenomenów i badaniu faktów na temat VR [Virtual Reality, czyli wirtualna rzeczywistość – przyp. red.], umożliwiły mi wyprowadzenie wniosków zawartych w dwóch książkach: „Wirtualne realis. Estetyka w epoce elektroniki” i szczególnie w „On-

toelektronice" – książce, w której stawiam tezę, że rzeczywistość wirtualna jest sferą ludzkiego bytowania, alternatywną w stosunku do świata fizycznego, w pełni wartościową, choć odmienną od fizyczności.

Czym zatem jest Academia Electronica?

Jest wirtualna uczelnia, reprezentacją Uniwersytetu Jagiellońskiego w sieci. Nie jest instytucjonalizowana, ale działa pod egidą UJ, posługując się jego logo i funkcjonuje przy Wydziale Filozoficznym, wyrastając z Instytutu Filozofii. Traktuje Akademię jak formę uniwersytetu przyszłości w Metawersum. Wszystkiego zaczęło się

w 2007 w Second Life, a pierwszy oficjalny kurs akademicki, „Środowisko elektroniczne jako rzeczywistość człowieka”, został przeprowadzony w 2008 r. Odbyły się tutaj pierwsze w Polsce (w otwartej Sieci) obrony zarówno doktora (2012), magisterium (2012), jak i egzaminu licencjackiego (2015).

Badając VR i przebywając w światach wirtualnych od prawie siedemnastu lat, czuję się zobowiązany do takiej aktywności w ramach uniwersytetu. Dochodzę do wniosku, że ta idea mogłaby być głębiej i szerzej zaszczepiona na uczelniach, gdyż jest szansa, która określa przyszłe zmiany w sensie paradygmatycznym, w perspektywie światowej. To szansa, byśmy



– Myślę, że wciąż czekamy na to, aż rzeczywistość wirtualna w większym stopniu zagości na uczelniach i w naszej codziennej przestrzeni. Następują zmiany w mentalności, gdyż jeszcze dziesięć lat temu pojedyncze osoby przenikały do Second Life, a w ostatnich latach, po pandemii, jest coraz więcej jest tych, którzy używają rzeczywistości wirtualnej w sposób naturalny – twierdzi prof. Ostrowski.

jako ośrodek akademicki za parę lat byli gotowi ze swoją delegaturą wirtualnej rzeczywistości. W nadchodzącej przyszłości takie działania będą się wydarzać. Niemniej moją działalność wspierało wiele osób, głównie takich, które znaty się na programowaniu i kreacji przy pomocy grafiki 3D, zwłaszcza dwoje osób, czyli mgr Jolanta Chowańska (RL) | Neutrinka Lisle (Netname) i mgr inż. Dominik Undak | Dex Euro-mat (Netname), kreujące przestrzeń Akademii, praktycznie od początku zapewniające jej istnienie pod względem technicznym.

Czyli od czasu założenia Akademii ciągle możemy się tam... zalogować?

Zdecydowanie tak. Uniwersytet wspiera moją działalność, chociażby sprzętowo, a moją rolą jest prowadzić tu kursy i pracę naukową, zapraszając do współpracy osoby z innych ośrodków akademickich i innych środowisk. Odbywają się tutaj wykłady, konferencje, wystawy sztuki, dostępne są różne kursy prowadzone przez naukowców i naukowczynie z polskich ośrodków akademickich. W 2022 i 2023 przeprowadziliśmy dwie konferencje w VR z wykorzystaniem ocu-lusów [gogle do VR – przyp. red.]: „Wirtualium I” i „Wirtualium II”, zorganizowane w światach wirtualnych AltSpaceVR i Spatial. W 2023 roku odbył się w Akademii pierwszy w Polsce egzamin magisterski w VR z wykorzystaniem gogli, a od 2015 r. działa tutaj Sekcja Filozofii Techniki Koła Naukowego Studentów Filozofii UJ, która skupia młodych naukowców i naukowczynie.

Kto może skorzystać z Akademii Electronica?

Prowadzone kursy są dostępne dla wszystkich chętnych, mają miejsce albo w Second Life, albo w Spatial. Ostatnio miałem słuchacza będącego wykładowcą na jednym z college'ów w Ontario, który stworzył w tej przestrzeni aulę i teraz prowadzi tam zajęcia. W prowadzonych przeze mnie prelekcjach uczestniczą osoby z innych ośrodków akademickich i zdarza się, że czasami dostaję prośbę o wystawienie zaświadczenia o odbytym kursie w Akademii Electronica – wtedy podpisuję taki dokument, ponieważ wszystko dzieje się tak, jak na uniwersytecie, co wiąże się z ideą profilowania studiów poprzez dobieranie kursów w ramach różnych uczelni.

Myślę, że wciąż czekamy na to, aż rzeczywistość wirtualna w większym stopniu zagości na uczelniach i w naszej co-



– Czasem żartem mówię, że o wiele lepiej się czuję i wyglądam pod postacią awatara niż jako osoba fizyczna (śmiech). Pojawiając się w świecie wirtualnym pod postacią awatara, przyjąłem imię sieciowe i obecnie się z nim utożsamiam. Konsekwentnie korzystam z niego w obydwu światach – mówi profesor, występujący w Metawersum pod nazwą Sidey Myoo.

dziennej przestrzeni. Następują zmiany w mentalności, gdyż jeszcze dziesięć lat temu pojedyncze osoby przenikały do Second Life, a w ostatnich latach, po pandemii, jest coraz więcej tych, którzy używają rzeczywistości wirtualnej w sposób naturalny, przy czym sama rzeczywistość wirtualna też się przez te lata rozwijała. Zławsza młodzie ludzkie rozumieją te mechanizmy, strukturę, przestrzeń, oni bez problemu wchodzi do Spatial i wygłaszają referaty lub przeprowadzają tutaj wystąpienia konferencyjne.

Jak widzi Pan przyszłość wirtualnego uniwersytetu?

Patrząc na to z perspektywy filozoficznej, nie traktuję tego jako czegoś przypadkowego, tylko jako realizowanie się futurologicznych poglądów sprzed lat. Zawiera się w nich to, że nasz świat będzie się rozwijał również w postaci Metawersum – od tego nie ma odwrotu. Przecież już się przeniósł, przynajmniej w części, do rzeczywistości

dziwe. Kolejna rzecz to kwestia mentalności, co wydaje mi się bardzo ważne. Technologia ostatnich lat pokazała dużą rozpiętość: od ludzi, którzy się dobrze na tym znają, fascynują i są na bieżąco, po takich, którzy pozostali w tyle z akceptacją zmian. To może czasami być trudne, by zaakceptować obecny stan rzeczy, by się w tym odnaleźć, ale mentalność, w zależności od typu ludzkich charakterów, albo dopuszcza tę technologię, albo nie, a to niedopuszczanie może mieć różne skutki w przyszłości.

Na płaszczyźnie zawodowej funkcjonuje Pan jako awatar Sidey Myoo – dlaczego?

Czasem żartem mówię, że o wiele lepiej się czuję i wyglądam pod postacią awatara niż jako osoba fizyczna (śmiech). Pojawiając się w świecie wirtualnym pod postacią awatara, przyjąłem imię sieciowe i obecnie się z nim utożsamiam. Konsekwentnie korzystam z niego w obydwu światach.

Jakieś marzenia pewnie też Pan ma w związku z przyszłością Akademii?

Mam nadzieję, że Akademia nadal będzie się rozwijać, skupiać wokół siebie osoby zainteresowane VR. Może także przybędzie więcej auli, przestrzeni, ale raczej trudno o obawy związane z brakiem studentek(-ów), wykładowczyń(-ców), co daje się dostrzec zarówno w Polsce, jak i przykładowo w aktualnie realizowanym międzynarodowym grancie „Horizon”.

Moim zdaniem istnieje potrzeba tworzenia VR-owego UJ i takie rozmowy staram się prowadzić. Zależy mi na tym, aby rozpocząć działanie pod szyldem „VR UJ”; posługuję się tym określeniem na różnych szczeblach, także tych dziekańskich i rektorskich. Dążę do tego, od czego zaczęliśmy, do stworzenia delegatury Uniwersytetu Jagiellońskiego w Metawersum. Moim marzeniem zawsze było i jest powstanie wirtualnego Uniwersytetu Jagiellońskiego, który rozpocząłby historyczny etap kształcenia w Metawersum. Skupiam się teraz na analizie naukowej tych możliwości, jak i samej filozofii rzeczywistości wirtualnej w kontekście akademickim oraz na przekazaniu tego naszym władzom. Jesteśmy w przełomowym momencie historycznym, w którym Metawersum się rodzi i uniwersytety też tam będą, więc staram się zwracać na to uwagę. Możemy być dzięki temu w światowej czołówce. ■

Ale pewnie są jakieś ograniczenia takiego projektu.

Można by mówić o sprzęcie, o mocniejszych komputerach, ale te ograniczenia techniczne są czasowe, ponieważ patrząc na to z szerszej perspektywy, nie można negować rozwoju i działań w VR ze względu na brak dostępu do interfejsów, urządzeń – jest to z pewnością w danym czasie ograniczeniem, ale w istocie nie o to chodzi.

Inną linią argumentacyjną, zresztą wadliwą, jest mówienie, że wirtualna rzeczywistość to iluzoryczna, chwilowa moda, co moim zdaniem jest błędne, niepraw-



„Nade wszystko muzyki!”

Za miesiąc, 20 marca, będziemy obchodzić Międzynarodowy Dzień Frankofonii. To idealna okazja, by zagłębić się w działalność kolejnego koła na naszej liście, czyli Koła Naukowego Romanistów UJ.

Funkcjonujące na Wydziale Filologicznym Koło Naukowe Romanistów UJ liczy obecnie dwudziestu pięciu członków. Jego opiekunką jest dr Agnieszka Kocik, a przewodniczącą, pełniącą tę funkcję już drugą kadencję – Natalia Matuszewska.

– Do koła dołączyłam na początku studiów na filologii francuskiej, ponieważ chciałam mieć możliwość realizowania swojej pasji do dwudziestowiecznej literatury francuskiej. Czym innym jest bowiem kurs literatury francuskiej przewidziany w programie studiów, a czym innym – spotkanie z tomikiem wierszy w kawiarni – wspomina Natalia.

Koło powstało z myślą o zapewnieniu przestrzeni osobom zainteresowanym kulturą francuską i frankofońską, zatem otwarte jest na studentów różnych kierunków. W ich gronie znajdują się przedstawiciele nie tylko filologii francuskiej, ale również np. chemii.

Paul Verlaine

– Nasze koło pełne jest kreatywnych studentów zafascynowanych szerokim wachlarzem dziedzin artystycznych – zauważa Natalia.

Właśnie dlatego sztuka jest dla nich szczególnie istotna. Podejmują różnorodne inicjatywy skupione wokół literatury, muzyki czy filmu. Soirée du cinéma (wieczór filmowy) przeniósł ich w świat klasyki kina francuskiego. Spotkanie poświęcone poezji XIX-wiecznej stało się nie tylko okazją do czytania oryginalnych utworów przy aromatycznej herbacie, ale także możliwością dyskusji na temat twórczości „poètes maudits” (poetów przeklętych).

Warto również zwrócić uwagę na Soirée chanson française (wieczór piosenki francuskiej), zorganizowany we współpracy z Samorządem Studentów Wydziału Filologicznego. To wydarzenie nie tylko dało studentom możliwość zaprezentowania talentu wokalnego, ale także zapewniło integrację poprzez śpiew i grę na instrumentach. Spotkanie z sukcesem przeszło do historii jako coroczna tra-



– Najbardziej cieszy mnie, że koło stanowi przestrzeń do ekspresji i realizowania różnego rodzaju spotkań i projektów, na które na zajęciach przecież nie zawsze jest czas – przyznaje Natalia Matuszewska, przewodnicząca koła.

dycja, której trzecia edycja zaplanowana jest na obecny rok.

W listopadzie koło gościło tłumacza Wisławy Szymborskiej podczas spotkania poświęconego tłumaczeniu poezji artystki na język francuski. To jedno z wielu planowanych wydarzeń w ramach cyklu „Comment traduire?” (Jak przetłumaczyć?).

Chociaż koło nie ma oficjalnego motto, jego członkowie zauważają, że idealnie do tej roli pasowałby fragment utworu Paula Verlaine’a o roli sztuki:

„Nade wszystko muzyki! Dla niej
Przenoś wiersz nieparzysty
nad inne,
Roztopiony w powietrzu
płynnie,
Bez cięzarów, co wstrzymują
zdanie”.

Miesiąc frankofonii

Marzec uznawany jest za miesiąc języka i kultury krajów frankofońskich, dlatego członkowie koła zamierzają w tym czasie zorganizować ciekawe projekty. Wśród planowanych wydarzeń znajdują się dyktando dla studentów oraz seria spotkań, w trakcie których uczestnicy poznają historię wybitnych francuskich kobiet, takich jak Simone de Beauvoir, Coco Chanel

czy Dalida. Głównym celem tego przedsięwzięcia jest ukazanie trudnej drogi, jaką pokonały kobiety, zdobywając prawa we Francji.

Na początek marca zaplanowano drugie wydarzenie z cyklu „Comment traduire?”, na które zaproszono dwie doświadczone tłumaczki z Parlamentu. Spotkanie poświęcone będzie sztuce tłumaczenia symultanicznego.

W planach koła na dalsze miesiące jest zorganizowanie konferencji naukowej poświęconej literaturze awangardowej. Przewidziano również kolejną odsłonę wieczoru piosenki francuskiej. Wśród przyszłych projektów znajduje się także plan wprowadzenia francuskich konwersacji studen-

kich, które pozwoliłyby studentom doskonalić umiejętności językowe w kameralnym gronie.

Jak widać – planów jest wiele, dlatego warto śledzić losy Koła Naukowego Romanistów UJ.

– Najbardziej cieszy mnie, że koło stanowi przestrzeń do ekspresji i realizowania różnego rodzaju spotkań i projektów, na które na zajęciach przecież nie zawsze jest czas – przyznaje Natalia Matuszewska.

– Koło stanowi też cenny dodatek do standardowej ścieżki edukacyjnej, motywujący do głębszego zanurzenia się w świat krajów frankofońskich i poznania lepiej ich interesującej kultury – dodaje Dominika Kliber, członkini koła. ■



E-mail:
koloromanistowifruj@gmail.com

Facebook:
facebook.com/
kolonaukoweromanistowuj

Instagram:
instagram.com/
kolo_romanistow_uj



Kluczem jest szybka reakcja.

O komunikacji kryzysowej

Umiejętność efektywnej komunikacji w sytuacjach kryzysowych jest ważna w czasach, kiedy informacje rozchodzą się z prędkością światła. Zrozumienie jej zasad i wprowadzenie ich w odpowiednim momencie pozwoli ochronić, ale też budować pozytywny wizerunek instytucji czy marki osobistej. Odpowiednia strategia komunikacji kryzysowej może nie tylko pomóc w trudnych sytuacjach, ale także wzmocnić relacje z klientami i partnerami biznesowymi. Kluczem jest szybka reakcja.

Komunikacja kryzysowa opiera się na opracowaniu i zastosowaniu odpowiedniej strategii, która będzie reakcją na nieprzewidziane, często negatywne wydarzenia. Jej najważniejszym celem jest efektywne zarządzanie przepływem informacji w taki sposób, by zminimalizować potencjalne szkody i nie stracić zaufania wszystkich zainteresowanych stron: pracowników, klientów, inwestorów, mediów i opinii publicznej. Komunikację kryzysową powinno się wdrożyć w sytuacjach, które mogą zagrażać reputacji marki, czyli np. kiedy występują problemy techniczne, gdy wybuchą skandal finansowy albo zdarzają się błędy w zarządzaniu.

i efektywnego komunikowania w sytuacji kryzysowej jest niezbędna do ochrony wizerunku marki. Transparentność i uczciwość w przekazywaniu treści budują i utrzymują zaufanie klientów. Po drugie, aktywne zarządzanie komunikacją daje markom kontrolę nad narracją, zapobiegając kształtowaniu jej przez spekulacje czy dezinformację. Wreszcie, skuteczna komunikacja kryzysowa ma kluczowe znaczenie w ograniczaniu negatywnych skutków kryzysu, zarówno w krótkiej, jak i w długiej perspektywie, co w efekcie pozwala marce szybciej powrócić do normalnego funkcjonowania.

Jak przygotować się na kryzys?

Pierwszym krokiem w celu przygotowania się na sytuację kryzysową powinno być stworzenie planu komunikacji na różne

scenariusze, które mogą się wydarzyć. W planie należy określić osoby odpowiedzialne za wdrażanie komunikacji kryzysowej i wymienić kanały, którymi będą przesyłane informacje. Kolejnym ważnym elementem planu kryzysowego jest monitoring, który pozwala na wczesne wykrywanie potencjalnych kryzysów i odpowiednie przygotowanie się do nich. Testowanie ułożonego planu poprzez symulację różnych scenariuszy kryzysowych jest niezbędne do identyfikacji i usprawnienia ewentualnych słabych punktów w strategii komunikacji. Ponadto dobrze jest przygotować szablony komunikatów, które będzie można wtedy zastosować.

Komunikacja kryzysowa – jak ją prowadzić?

By komunikacja w sytuacji kryzysowej była efektywna, należy

przestrzegać określonych zasad. Najważniejszą z nich jest szybka reakcja – im prędzej odpowiemy na kryzys, tym lepiej zapanujemy nad rozwojem wydarzeń. Przekazywane informacje muszą być jasne i konkretne, tak aby każdy odbiorca mógł je bez problemu zrozumieć.

Istotna jest również konsekwencja w komunikacji – wszystkie wiadomości rozpowszechniane przez markę na jej profilach w mediach społecznościowych powinny być spójne. Zapobiegnie to dezorientacji i niepewności. Ważne jest również przejście odpowiedzialności za zaistniałą sytuację, ponieważ buduje to zaufanie i wzmacnia szacunek w oczach odbiorców. Po pierwszym opanowaniu kryzysu należy pamiętać o regularnych aktualizacjach, które będą informować o bieżących działaniach podejmowanych w celu rozwiązania problemu.

Jak marki radzą sobie z komunikacją kryzysową?

W mediach społecznościowych co roku pojawia się wiele kryzysów wizerunkowych, przed którymi stają znane firmy. Na ich przykładach agencje PR, portale internetowe, specjaliści od komunikacji, a nawet studenci piszą case study. Według badania Kryzysometr 2023/2024 przeprowadzonego przez agencję Alert Media Communications w sferze biznesowej największy kryzys wizerunkowy dotknął w tym roku Orlenu, a w obszarze marek osobistych – Natalię Janoszek oraz youtuberów uwikłanych w Pandoragate. Na liście znajdują się także afery polityczne. Warto szczegółowo przeanalizować ich komunikację kryzysową, by zrozumieć, jakie działania były efektywne, a jakich błędów najlepiej unikać. ■



Pierwszym krokiem w celu przygotowania się na sytuację kryzysową powinno być stworzenie planu komunikacji na różne scenariusze, które mogą się wydarzyć. W planie należy określić osoby odpowiedzialne za wdrażanie komunikacji kryzysowej i wymienić kanały, którymi będą przesyłane informacje.

Najlepsze filmy według Kina pod Baranami

AUTORKA:
MAJA
ANDRZEJAK

Wybuchy, kostiumy czy emocjonalne uniesienia?

Popularne filmy ubiegłego roku oczami kinomanów

Każdy, kto choć raz przechadzał się po Rynku Głównym pośród zdobionych kamienic, z pewnością przynajmniej na chwilę zatrzymał się przy siedzibie Kina pod Baranami. Założone w 1969 roku kino studyjne już kolejny raz w historii zaprezentowało ranking najlepszych filmów minionych dwunastu miesięcy.

Zwyczajnie pozycje wyłoniono na podstawie preferencji widzów poprzez ogólnodostępną, anonimową ankietę oraz przez zespół Kina. Wybór był bardzo zróżnicowany – odnaleźli się tam fani zarówno kina sensacyjnego, jak i kreacji historycznych, a nawet lżejszych produkcji komediowych. Które filmy oceniono najlepiej? Przedstawiamy kilka wartych obejrzenia propozycji. ■

1

Zdaniem ankietyowanych niezaprzeczalnym filmowym odkryciem był „Oppenheimer”. Triumfator wielu międzynarodowych konkursów w reżyserii Christophera Nolana został oparty na nagrodzonej Pulitzerem książce „Oppenheimer. Triumf i tragedia ojca bomby atomowej”.

Gwiazdorska obsada, w której znaleźli się m.in. Cillian Murphy, Robert Downey Jr., Matt Damon, Emily Blunt czy Florence Pugh, zachwyciła widzów kreacją postaci i wzniosła produkcję na zupełnie inny poziom.

Film opowiada o losach Roberta Oppenheimera, będącego jednym z najsłynniejszych naukowców swojego pokolenia. Co jest w nim takiego wyjątkowego? To wybitny fizyk, twórca bomby atomowej i, co ważniejsze, zagorzały przeciwnik wykorzystywania podobnej technologii. Warto obejrzeć ten film, aby przekonać się na własne oczy, jak wielka moc oznacza jeszcze większą odpowiedzialność.



2

Wskazana przez większość zespołu Kina pod Baranami produkcja musicalowo-dramatyczna „TÁR” powstała w roku 2022, ale swoją premierę na polskich ekranach miała dopiero na początku 2023. Film został bardzo pozytywnie przyjęty na festiwalu w Wenecji, co przełożyło się na światową fascynację losami bohaterki, niezwyklej dyrygentki i kompozytorki Lydii Tár. Jej filmowa historia jest wielopłaszczyznowym, queerowym i przede wszystkim ludzkim odbiciem spojrzenia na przemotność losu. Cate Blanchett jako Tár dała wybitny występ – ta rola została wręcz dla niej stworzona.

Muzyka koi zmysły, a zdjęcia skłaniają do refleksji – reżyser Todd Field stworzył prawdziwą ucztę, której powinien doświadczyć przynajmniej raz w życiu każdy fan kina.



4

Początek roku 2023 otworzyła specyficzna tragikomedia „Duchy Inisherin”. Film w reżyserii Martina McDonagha porusza z wielu powodów – historia nagle przerwanej przyjaźni pomiędzy Pádraicem Sülleabháinem (w którego rolę wcielił się Colin Farrell) i Colmem Dohertym (zagrany przez Brendana Gleesona) skłania do zadawania licznych pytań. Doceniona przez liczne festiwale filmowe produkcja zdobyła między innymi trzy Złote Globy i sto nominacji. Poszukiwanie własnego miejsca na świecie, fikcyjna wyspa, nagle nienawiść, której przyczyny próbuje doszukać się odrzucony bohater, i uciekający przed kresem czasu przyjaciel – to główne elementy, które kształtują fabułę dzieła McDonagha.

„Duchy Inisherin” nie są filmem, którego obejrzenie gwarantuje uspokojenie wewnętrznych demonów – ten obraz rzuca im wyzwanie i skłania człowieka do stawienia czoła samotności, odrzuceniu i bezkresnej nienawiści.



3

Uznawane za arcydzieło kina „Aftersun” eksponuje zawziętości relacji międzyludzkich. W czasie wakacji w tureckim kurorcie młody ojciec Calum (grany przez Paula Mescal) i jego córka Sophie (debiutująca Frankie Corio) odśladają emocjonalną stronę człowieczeństwa. Szkocka reżyserka Charlotte Wells stworzyła dzieło narracyjnie nieoczywiste, ale z takim ładunkiem szczerych uczuć, że jedynie zobaczenie samej produkcji będzie najskuteczniejszym opisem i uzasadnieniem tego, dlaczego znalazła się ona w rankingu Kina pod Baranami.



5

Każdy, kto zmuszony był kiedykolwiek sięgnąć po utwór Władysława Reymonta w czasie szkolnej nauki, wie, że czasami pomiędzy nienawiścią a miłością do literatury biegnie cienka linia. Filmowa wersja „Chłopów” jest nieoczywistym pokazaniem podobnego problemu, bo obejrzenie animacji w reżyserii DK Welchman i Hugh Welchmana zaskakująco odmiennie spojrzenie na historię Jagny, Antka i Macieja Boryny.



Rozmowa z Aleksandrą Herzyk, współautorką reportażu „Przegryw”

AUTOR:
KRZYSZTOF
MATERNY

Incele, syndrom „przegrywu” i samotność mężczyzn

– Mężczyźni mają mniej możliwości wsparcia niż kobiety. Potwierdzają to badania, które pokazują, że problemy związane z samotnością częściej dotyczą właśnie ich, bo nie są socjalizowani do tworzenia grup wsparcia. Z tego też powodu mają mniej przyjaciół niż kobiety. Te ostatnie mają z kim porozmawiać o problemach. – O reportażu „Przegryw”, który porusza problem tzw. inceli, opowiada jedna z jego autorek, Aleksandra Herzyk, absolwentka krakowskiej Akademii Sztuk Pięknych oraz studentka piątego roku prawa na UJ.

Kim jest tytułowy „przegryw”?

Aleksandra Herzyk, współautorka książki-reportażu „Przegryw”: To najczęściej osoby, które na różnych polach doświadczają wykluczenia, czują, że nie nadążają za światem i wymaganiami stawianymi przed mężczyznami. Ich „przegryw” objawia się też w braku relacji romantycznych. Takie osoby stosują wobec siebie określenie „incel”.

Razem z Patrycją Wieczorkiewicz skłoniłyście bohaterów reportażu do zwierzenia się z ich problemów. Łatwo było Wam ich do tego przekonać, biorąc pod uwagę, że niektórzy z nich nie kryją niechęci do kobiet?

Przypuszczam, że te osoby potrzebowały się komuś wygadać i niespecjalnie miały komu. A jak nie miały komu, to postanowiły o swoich rozterkach opowiedzieć nawet feministkom, które są autorkami tej książki. Z niektórymi bohaterami spotkałyśmy się też na żywo. Byli bardzo chętni na rozmowę, choć potrzebowali na to czasu.

Dlaczego bohaterami Waszej książki są tylko mężczyźni? Czy ten problem nie dotyczy też kobiet?

Na portalach i forach internetowych typu Wykop w tym temacie piszą głównie mężczyźni i z ich teorii wynika, że kobiety nie mogą być przegrywkami. Oni myślą, że bycie kobietą to „wygryw” sam w sobie. Na forum spotykają się głównie mężczyźni, ponieważ mają mniej możliwości wsparcia niż kobiety. Potwierdzają to badania, które pokazują, że problemy związane z samotnością częściej dotyczą właśnie ich, bo nie



– Sam wygląd nie byłoby w stanie wyjaśnić tego, dlaczego ktoś nigdy w życiu nie był nawet blisko relacji romantycznej (mimo że tego pragnął). Musi być jakiś inny powód. Wpływ mogą mieć także takie czynniki, jak lęk społeczny, pochodzenie z małej miejscowości albo wykluczenie komunikacyjne – mówi w rozmowie z nami Aleksandra Herzyk, współautorka książki „Przegryw”.

Na zdjęciu od lewej: autorki książki – Patrycja Wieczorkiewicz i Aleksandra Herzyk.

są socjalizowani do tworzenia tego typu grup wsparcia. Z tego też powodu mają mniej przyjaciół niż kobiety. Te ostatnie mają z kim o tym porozmawiać. Mężczyźni częściej będą szukać wsparcia na różnego rodzaju incelskich forach.

Czytając Waszą książkę, rzucił mi się w oczy fakt, że wielu Waszych bohaterów albo cierpi na choroby psychiczne, albo pochodzi z patologicznych rodzin. Czy to przypadek przy wyborze rozmówców, czy faktycznie te problemy przyczyniają się do zostania incelem?

Niestety te problemy odgrywają ogromną rolę. Te zaburzenia utrudniają kontakt z innymi i przyczyniają się do lęku społecznego. Kolejnym czynnikiem jest też np. bycie w spektrum autyzmu. Te wszystkie aspekty są sprzeczne z dominującym modelem męskości, który zakłada bycie dynamicznym, zaradnym itd. I w związku z tym takie osoby, jako że np. nie potrafią zrobić pierwszego kroku w związku z drugą osobą, mają trudności ze zrozumieniem relacji romantycznych. Niestety problemy rodzinne też nie są bez znaczenia. Bardzo często wśród naszych bohaterów zdarzali się rozmów-

cy, którzy mają np. przemocowego ojca. Problemy z samotnością pogłębia cyfryzacja, w szczególności nasiliła je pandemia.

Kolejną kwestią, na którą zwracają uwagę bohaterowie książki, jest niska samoocena odnosząca się do wyglądu. Czy Waszym zdaniem jest ona przesadzona?

Trudno mi się wypowiedzieć, ponieważ nie widziałyśmy wszystkich naszych bohaterów. Jednak ci, których spotkałyśmy, moim zdaniem wyglądają normalnie. Wielu z nich mocno odstaje od przyjętego kanonu – jeden z bo-

haterów ma problem z rozszczepem wargi i podniebienia, a inny z niepełnosprawnością związaną z bardzo niskim wzrostem. Wydaje mi się, że w wielu przypadkach te kompleksy bardzo często są wyolbrzymione. Sam wygląd nie byłby w stanie wyjaśnić tego, dlaczego ktoś nigdy w życiu nie był nawet blisko relacji romantycznej (mimo że tego pragnął). Musi być jakiś inny powód. Wpływ mogą mieć także takie czynniki jak lęk społeczny, pochodzenie z małej miejscowości albo wykluczenie komunikacyjne.

Wydaje się, że to kwestia gustu decyduje o tym, że jedyną osobą, która się podoba, a innym nie.

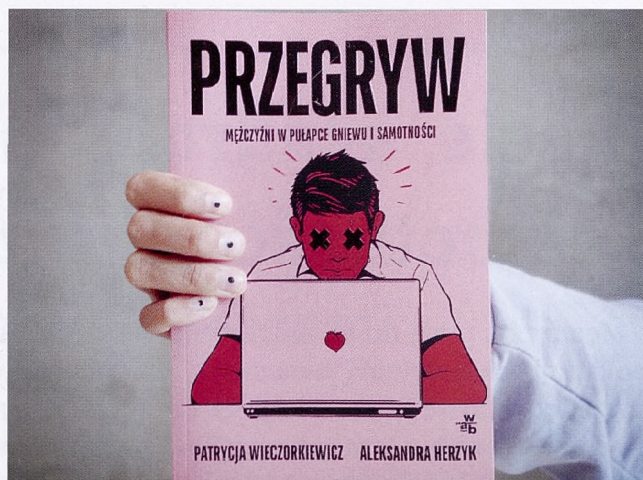
W jakimś stopniu tak. W każdej epoce mamy jakiś rodzaj cech, które wpływają na bycie atrakcyjnym. Jednak ich posiadanie nie zawsze daje gwarancję znalezienia partnera. Osoba, która ich nie ma, też może znaleźć drugą połówkę, np. dzięki charyzmatycznej osobowości. Uroda nie powinna być jedynym czynnikiem w tej kwestii, choć w aplikacjach randkowych faktycznie ten czynnik ma znaczenie ze względu na zamieszczane tam zdjęcia. Tam zazwyczaj pierwsze wrażenie jest decydujące. Ponadto kobiety generalnie nie lubią niepewnych siebie mężczyzn.

Czy Waszym zdaniem istnieje szansa na wyjście z syndromu „przegrywu”?

Osoby określające się incelami sądzą, że jeśli któryś z nich znalazł sobie dziewczynę, to oznacza, że nigdy nie był prawdziwym przegrymem. Myślę, że jest to trochę błędne przekonanie.

Terapia nie zawsze okazuje się pomocna. Wielu przegrywów i inceli korzysta z niej od lat. Jeden z naszych ulubionych bohaterów, z którym do tej pory mamy kontakt, funkcjonujący pod nazwą „Goblinus”, od lat jest w terapii. Próbował naprawdę wszystkiego. Był hospitalizowany w szpitalach psychiatrycznych, korzystał z terapii, które miały mu pomóc w znalezieniu dziewczyny.

On ma bardzo poważny lęk społeczny, przez co prawie nie wychodzi z domu i w efekcie ma kłopoty z nawiązywaniem znajomości. Z nami zgodził się spotkać dopiero po kilku miesiącach. I niestety psychoterapie mu nie pomogły. Mimo że dużo dzięki nim się o sobie dowiedział, nadal jest całkowicie samotny. Dlatego niestety nie umiem zaproponować wyjścia z przegrywu. Dobrze by było, gdyby istniało większe wsparcie dla osób w takich kryzysach. Chciałabym też, aby społeczność w większym stopniu akceptowała mężczyzn, którzy po-



Herzyk: – Terapia nie zawsze okazuje się pomocna. Wielu przegrywów i inceli korzysta z niej od lat.

trzebują pomocy dlatego, że są nieśmiali lub słabsi.

ze Patrycją Wieczorkiewicz myślimy o napisaniu kolejnych.

Dotychczas specjalizowałaś się w tworzeniu komiksów. Jak się odnalazłaś w roli reportażystki, w której dopiero zadebiutowałaś?

Tematami społecznymi oraz naukami humanistycznymi zajmuję się od dawna. Wielokrotnie poruszałam je w moich komiksach. Te czynniki sprawiły, że napisanie reportażu nie było dla mnie wielkim przeskokiem. Obecnie razem

Na jakim etapie są Twoje prace nad nową częścią komiksu „Wolność albo śmierć”?

Prace idą intensywnie. Z racji tego, że we wrześniu otrzymałam nagrodę literacką Hestii, nie muszę szukać innych zleceń, tylko mogę się skupić wyłącznie na rysowaniu. Myślę, że skończę drugą część „Wolności albo śmierci” w tym roku. ■

Cykl o muzeach Krakowa

Oszukać zmysły, czyli jak nie dać się iluzji

Czas na kolejne muzeum z naszej krakowskiej serii. Tym razem przeniesiemy się do świata, w którym nigdy nie wiadomo, co jest fikcją, a co prawdą... Przed Wami Muzeum Iluzji.

Czasem trudno nam oddzielić to, co realne, od tego, co podsuwa nam bujna wyobraźnia. Czy zdarzyło

Wam się kiedyś widzieć coś, czego tak naprawdę nie ma, lub usłyszeć dźwięki, które nigdy nie wybrzmiały? Świat zewnętrzny często zaskakuje nas takimi omamami, jednak nie za sprawą magii, a różnych zjawisk fizycznych.

Muzeum Iluzji Krakil to miejsce, które poprzez edukacyjne doświadczenia i rozrywkę prezentuje odwiedzającym wyjątkowy świat nauki i sztuki. Ekspozycje podzielone są na cztery kategorie: iluzje optyczne, fizyczne, historyczne i specjalne. Pierwsze skutecznie oszukują zmysł naszego wzroku, drugie natomiast odwołują się do świata fizyki i naukowców takich jak np. Nikola Tesla. Iluzje histo-

ryczne związane są natomiast ze sztuką: „Wraz z rozwojem świata w późniejszych okresach wielu rzemieślników i artystów wykorzystywało różne techniki stosowane w tworzeniu iluzji w obrazach, rzeźbach i innych rodzajach sztuki”. Ostatnia kategoria to ekspozycje specjalne, czyli takie, które łączą w sobie kilka mniejszych percepcyjnych zagadek. Jak czytamy: „Nasza stała ekspozycja trochę się zmienia: co roku do kolekcji przybywa kilka nowych eksponatów. To zasługa zespołu muzeum, który nieustannie bada świat nauki i sztuki oraz poszukuje nowych rozwiązań artystycznych”.

AUTORKA:
JUSTYNA
ARLET-
GŁOWACKA



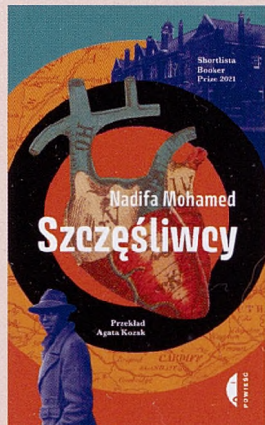
KRAKIL MUZEUM ILUZJI

Krakil znajduje się na ul. Straszewskiego 15 w Krakowie w zabytkowym dworcu, będącym kiedyś w posiadaniu rodziny Potockich. Jak słyszymy, „pozwala nam pokazać polską historię i styl życia w połączeniu z wystawą iluzji współczesnych. W budynku znajdują się dziesiątki oryginalnych elementów dekoracyjnych oraz oryginalne kominki z XIX wieku”.

Czy Wasze umysły dadzą się omamić? Wystawcie swoje zdolności percepcyjne na próbę i sprawdźcie, jak to jest przebywać w świecie, w którym nic nie jest pewne... ■

Rekomendacje kulturalne dziennikarzy „WUJ-a”:

Poruszająca historia o uprzedzeniach, niesprawiedliwości i samotności



W 1952 roku w Cardiff została brutalnie zamordowana sklepikarka. Wydarzenie wstrząsnęło opinią publiczną. Za tak okrutny czyn należało wymierzyć sprawiedliwość. Czy jednak można liczyć na sprawiedliwość w systemie, w którym panuje segregacja rasowa?

Nadifa Mohamed w powieści „Szczęśliwcy” przedstawiła opartą na prawdziwych wydarzeniach historię Mahmooda Mattana – Somalijszczyka, byłego marynarza handlowego, oskarżonego o dokonanie wspomnianego morderstwa i skazanego na śmierć mimo braku dowodów przemawiających przeciwko niemu. Powieściopisarka zobrazowała sposób funkcjonowania ówczesnego systemu sprawiedliwości w Wielkiej Brytanii, metody zbierania zeznań oraz prowadzenia procesów – toczących się

w nieznanym oskarżonemu języku, niedających mu możliwości obrony.

Chociaż Mattan bardzo długo, niemal do ostatniej chwili, wierzył w sprawiedliwy wyrok, pobyt w więzieniu był dla niego straszny. Doświadczał przemocy, czuł się bardzo samotny. Otuchy dodawały mu jedynie modlitwa i odwiedziny żony Laury oraz jego trzech synków. Z zakratowanego okna często patrzył w stronę swojego domu, który stał na tyle blisko jego więzienia, że mógł dostrzec ukochaną i dzieci stojące na podwórku i machające do niego. Każdy dzień pobytu w areszcie nieuchronnie przybliżał go do wyroku. W pewnym momencie Mohammed zdał sobie sprawę z tego, że może zostać powieszony tylko z uwagi na kolor swojej skóry i że z racji wyznaczonej przez rodzinę zamordowanej

wysokiej nagrody pieniężnej wiele osób jest gotowych fałszywie zeznawać przeciwko niemu.

Książka wywołała ogromne poruszenie i szybko zyskała wielu czytelników. Została nominowana do Nagrody Bookera 2021. Wciąż trzyma czytelnika w napięciu, a także skłania do refleksji nad żywymi w społeczeństwie uprzedzeniami, nad problemem rasizmu i ksenofobii, który – chociaż od tamtych wydarzeń minęło ponad pół wieku, a systemy sprawiedliwości większości państw bardzo się zmieniły – wciąż pozostaje aktualny.

Alicja Bazan

Mohamed Nadifa,
„Szczęśliwcy”, Wydawnictwo
Czarne 2023

Egzotyczna podróż



„Współrzędne tęsknoty” to powieść przenosząca czytelnika w magiczny świat. Shubhangi Swarup misternie tworzy narrację, splatając fakty historyczne i fantastykę oraz zostawia ponadczasowe przesłanie i skłania do refleksji. Powieść utrzymana jest w konwencji realizmu magicznego. Razem z bohaterami przeżywamy historie rodzinne i miłosne, ale także przenosimy się w ciekawe zakamarki przyrody oraz do tajemniczego świata duchów i snów.

Książka porusza uniwersalne, ale bardzo ważne wartości oraz kwestie społeczne, polityczne, kulturowe i ekologiczne. Historie przedstawione w książce skłaniają czytelnika do refleksji, ponieważ

są smutne, nieodwracalne i ostateczne. Z drugiej strony mamy naturę ukazaną w postaci barwnej, dodającej energii zieleni i błękitu.

Ciekawym zabiegiem jest splątanie czterech opowieści, które pozornie są od siebie oddzielone, a jednak łączą się nierozwalny wątek natury. Na ponad 300 stronach poruszone zostały ważne wątki zmuszające do refleksji nad relacjami międzyludzkimi, międzygatunkowymi i nad miejscem człowieka we wszechświecie.

Lektura wymaga od czytelnika cierpliwości i uważności. Język, którym posługuje się autorka, jest pełen zaskakujących i nieoczywistych metafor, a także barwnych

opisów, które zostają z nami na długo po skończeniu czytania.

W tej debiutanckiej powieści możemy podziwiać wrażliwość i talent narracyjny autorki. Zaletami książki są jej wielowymiarowość oraz połączenie poetyckości i sensualności z brutalną szczerością na temat rzeczywistości. Warto zwrócić na nią uwagę, szczególnie że jest to powieść napisana w formie, jakiej jeszcze nie było na polskim rynku wydawniczym.

Klaudia Katarzyńska

Shubhangi Swarup,
„Współrzędne tęsknoty”,
Wydawnictwo Uniwersytetu
Jagiellońskiego, Kraków 2023

Inni, ale tacy sami



Chociaż tytuł tej sztuki wskazuje na „innych ludzi”, tak naprawdę mówi o nas samych. O tym, co w nas jest, o naszych lękach, obawach, pragnieniach, pożądaniach i marzeniach. Czasem wydaje się, że niektóre życiowe rozterki dotyczą tych „innych”, ale przecież nie mnie. Alkohole, narkotyki, zdrady – przecież to wszystko to jakaś równoległa rzeczywistość, na którą nie ma miejsca w moim uporządkowanym świecie. Jednak okazuje się, że „my” i „oni” to w rzeczywistości to samo. Wszyscy rozpaczliwie szukamy szczęścia, miłości i ramion, które sprawią, że nie będziemy samotni.

„Inni ludzie” w Teatrze BARAKAH to spektakl oparty na powieści Doroty Masłowskiej, utrzymany

w hip-hopowej, dresiarzkiej formie, niezwykle wymownej i sugestywnej. Chociaż gust muzyczny widzów jest różny, to ciężko przejść obojętnie obok ścieżki dźwiękowej wykorzystanej w tej sztuce, będącej głównym narratorem historii. Ta opowieść nie jest optymistyczna, ocieka miejskim brudem, niezgodą na z góry przesądzony los, emanuje złością na rzeczywistość, w której przyszło żyć bohaterom. Nie jest to propozycja dla widzów, którzy chcą zrelaksować się w teatrze przy lekkiej komedii.

„Inni ludzie” zmuszają do zadawania pytań, wykorzystują wulgarność, nagość, by pobudzić nas do myślenia, refleksji i skonfrontowania z postawami, które sami prezentujemy na co dzień. Ory-

ginalne elementy scenograficzne, światło i prowokująca muzyka sprawiają, że spektakl chłonie się każdym zmysłem, czekając w napięciu na kolejny zaskakujący moment. Aktorzy zabierają nas w świat pozornie tak daleki od tego, który znamy, a jednocześnie tak bliski, bo chociaż wiele nas różni, wszyscy w życiu szukamy tego samego. Każdy jednak wybiera inną drogę, aby dojść do szczęścia na końcu tęcz.

Justyna Arlet-Głowacka

„Inni ludzie”, reż. Maciej
Gorczyński, Teatr BARAKAH,
2020, Kraków

FOTOREPORTAŻ

Strefa Studencka UJ

AUTORKA:
EMILIA
CZAJA

