

WSPÓŁPRACA MIĘDZYPOKOLENIOWA

Raport z badań

na podstawie Indywidualnych Wywiadów Pogłębionych (IDI)
przeprowadzonych z młodzieżą

Beata Romejko



Europejski Dom Spotkań Fundacja Nowy Staw

Lublin, lipiec 2024

SPIS TREŚCI

SPIS TREŚCI	2
WSTĘP	3
METRYCZKA	4
1.ZROZUMIENIE POTRZEB I OCZEKIWAŃ RÓŻNYCH POKOLEŃ W KONTEKŚCIE WSPÓŁPRACY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ	5
1.1. Potrzeby we współpracy z seniorami	5
1.2. Wartość wspólnych działań obu pokoleń	8
1.3. Potrzeby młodych ludzi, które starsze pokolenia powinny zrozumieć zdaniem osób badanych	13
1.4. Korzyści ze współpracy z seniorami	17
1.5. Umiejętności i wiedza, którymi osoby młode chciałyby się podzielić z seniorami	21
2. ZROZUMIENIE RÓŻNIC KULTUROWYCH I POKOLENIOWYCH W PODEJŚCIU DO PRACY I ŻYCIA	25
2.1 Różnice międzypokoleniowe w podejściu do pracy	25
2.2 Najważniejsze wartości w pracy zawodowej	30
2.3. Kwestia równowagi między pracą a życiem prywatnym w kontekście różnic międzypokoleniowych	34
2.4. Wartości i priorytety w życiu prywatnym i rodzinnym	39
2.5. Różnice kulturowe w podejściu do wychowania dzieci	43
2.6. Strategie skutecznej współpracy z osobami ze starszych pokoleń	48
3. IDENTYFIKACJA WYZWAŃ I BARIER W KONTEKŚCIE EFEKTYWNEJ WSPÓŁPRACY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ	52
3.1. Różnice w sposobie komunikacji między pokoleniami	52
3.2. Bariery technologiczne w pracy z seniorami	55
3.3. Stereotypy utrudniające efektywną współpracę między pokoleniami	59
3.4 Szacunek i zrozumienie w stosunku do młodszego pokolenia	63
4. ROZPOZNANIE KONKRETNÝCH PROBLEMÓW, KTÓRE MOGĄ UTRUDNIAĆ KOMUNIKACJĘ I ZROZUMIENIE MIĘDZY RÓŻNYMI POKOLENIAMI	67
4.1. Brak zrozumienia punktu widzenia młodszego pokolenia przez starsze	67
4.2. Bariery językowe utrudniające komunikację między pokoleniami	72
4.3. Wpływ różnic w sposobie korzystania z technologii na komunikację między pokoleniami	76
4.4. Rozwiązania pomocne w zmniejszeniu technologicznych barier komunikacyjnych między pokoleniami	80
4.5. Działania na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji pomiędzy pokoleniami	86
WNIOSKI I REKOMENDACJE	92

WSTĘP

Niniejsza analiza została opracowana w ramach projektu „Aktywni społecznie!”, współfinansowanego ze środków Funduszu Współpracy Dwustronnej Mechanizmu Finansowego Europejskiego Obszaru Gospodarczego 2014-2021 i Norweskiego Mechanizmu Finansowego 2014-2021. Projekt realizowany jest przez Europejski Dom Spotkań-Fundację Nowy Staw, a partnerem projektu jest Stiftelsen Mangfold i Arbeidslivet (Norwegia, Oslo).

Celem projektu jest integracja i współpraca międzypokoleniowa, a także wymiana wiedzy i doświadczeń pomiędzy przedstawicielami Młodzieżowej Rady Powiatu Biłgorajskiego a seniorami należącymi do Klubu Seniora w Biłgoraju poprzez udział w pilotażowych warsztatach międzypokoleniowych.

W ramach projektu zaplanowano badania zarówno osób młodych z Młodzieżowych Rad Powiatu/Miasta jak i osób starszych działających w Klubach Seniora. Metoda badawcza to Indywidualne Wywiady Pogłębione (IDI). W każdej grupie badaniem objęto po 13 respondentów. Niniejszy raport przedstawia wyniki wywiadów z osobami młodymi działającymi z Młodzieżowych Radach Powiatu/Miasta. Równolegle powstał drugi raport prezentujący wyniki badań osób starszych.

Celem badań jest:

- zrozumienie potrzeb i oczekiwań różnych pokoleń w kontekście współpracy międzypokoleniowej,
- zrozumienie różnic kulturowych i pokoleniowych w podejściu do pracy i życia,
- identyfikacja wyzwań i barier dla skutecznej współpracy międzypokoleniowej,
- identyfikacja czynników, które mogą utrudniać komunikację i zrozumienie między pokoleniami.

W ramach projektu powstały dwie analizy desk research dotyczące dobrych praktyk współpracy międzypokoleniowej, jedna prezentująca rozwiązania polskie, natomiast w drugiej analizie przedstawiono rozwiązania norweskie.

Opracowane materiały badawcze (2 raporty oraz 2 analizy des-research) posłużą do opracowania E-Podręcznika pt. Kreatywne rytuały wzmacniające współpracę i integrację międzypokoleniową.

METRYCZKA

PŁEĆ

W badaniu uczestniczyło 13 osób, w tym 8 kobiet i 5 mężczyzn.

WIEK

Wiek osób badanych mieścił się w przedziale od 17 do 26 lat. Średnia wieku uczestników badania wynosiła 20 lat.

STATUS NA RYNKU PRACY

Dziewięciu uczestników badania to uczniowie, dwóch to studenci, dwóch to osoby pracujące.

WYKSZTAŁCENIE

Osiem osób badanych ma wykształcenie średnie, trzy - podstawowe i dwie - wykształcenie wyższe

MIEJSCE ZAMIESZKANIA

Ośmiu uczestników badania mieszka w mieście, pięciu na wsi.

1. ZROZUMIENIE POTRZEB I OCZEKIWAŃ RÓŻNYCH POKOLEŃ W KONTEKŚCIE WSPÓŁPRACY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ

1.1. Potrzeby we współpracy z seniorami

Osoby młode uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, jakie są ich potrzeby w kontekście współpracy z seniorami. Zwróciły uwagę na różne aspekty.

POTRZEBA ZDOBYCIA WIEDZY NA TEMAT ŻYCIA I UZYSKANIA PORAD ŻYCIOWYCH

Najczęściej wymienianą przez uczestników badania potrzebą jest możliwość poznania doświadczeń osób ze starszych pokoleń, ich przemyśleń, punktu widzenia. Uczestnicy ci chcą czerpać wiedzę z przeżyć starszych od nich osób.

- *Zdecydowanie stawiałabym tutaj na to, że **podczas rozmowy z tymi osobami starszymi mogę zdobyć bardzo dużo takich życiowych porad.** To jest bardzo rozwijające, kształtujące. I zdecydowanie to jest plus.*
- *Uważam, że młodzież nie tyle powinna czuć potrzebę, co byłoby bardzo dobrze, gdyby te dwa pokolenia mogły się ze sobą integrować. Dlatego, że **to, czego młodzież potrzebuje od seniorów, to jest ich wkład i doświadczenie.** Wiadomo, przeżyte lata, inne potrzeby. Chociaż my młodzi chcielibyśmy robić sami dla siebie, żeby rozwijać to najmłodsze pokolenie i jego widoczność w naszym mieście, to liczne na przykład kluby seniora [...] - z*

*pewnością gdybyśmy weszli z nimi w taką współpracę, to **daliby nam spory wkład doświadczenia, takich wyjaśnień jak, co robić itd.***

Jedna z uczestniczek badania wspomniała o możliwości zdobycia porad na temat kariery.

- *Seniorzy mogą nauczyć nas swojego podejścia do konkretnych spraw, doświadczenia, podzielić się tym z nami. Ponieważ oczywiście **młoda osoba wchodząca na rynek pracy nie wie, jak konkretna praca wygląda, co jest oczywiste, a starsza osoba może jej pomóc.***

Inny uczestnik badania podkreślił wagę wiedzy osób starszych, która jego zdaniem może być niedostępna do uzyskania poprzez żadne inne źródła. Stwierdził, że informacji tych nie można uzyskać w aktualnie popularnych środkach przekazu ani w szkole.

- *Bo mimo wszystko, **mimo całej wiedzy dostępnej w szkole i w Internecie, to jednak pewnych lekcji social media i portale nie przekazują. I ta wiedza jest przekazywana praktycznie tylko przez dziadków**, jeżeli chodzi o przedstawicieli starszego pokolenia w naszym życiu. A też nie każdy człowiek ma żyjących dziadków, nie każdy ma dziadków, którzy są w odpowiedniej kondycji psychofizycznej, żeby taką wiedzę przekazywać. Więc jak najbardziej myślę, że taka **potrzeba faktycznie istnieje w tej integracji.***

POTRZEBA ZDOBYCIA WIEDZY HISTORYCZNEJ

Jeden spośród uczestników badania zwrócił uwagę na możliwość poznania dawnych zwyczajów i stylu życia, jakiego doświadczyli w przeszłości reprezentanci starszego pokolenia.

- *Ja od seniorów **bardzo dużo wynoszę takiej wiedzy, jak to kiedyś wyglądało.** Bardzo mnie fascynuje, ciekawi. Jestem ogólnie zwolennikiem takiego życia, można powiedzieć, pierwotnego. Aktualnie to wszystko jest takie strasznie przepracowane, dużo chemii jakiejś w tych artykułach spożywczych. Co chwilę jakieś zasady się zmieniają, że ileś tam jajek można,*

ileś tam jajek nie można i takie inne sprawy. I ja wychodzę z założenia, że kiedyś ludzie się żywili w sposób inny niż aktualnie. Ale wtedy tak naprawdę było o wiele mniej różnego rodzaju chorób i w ogóle problemów zdrowotnych. Bardzo fajnie, lubię sobie porozmawiać z osobami starszymi, popytać jak to u nich wyglądało. Na przykład jak szli na pole pracować, co tam pili, co jedli, jak sobie radzili. I z tego wydaje mi się, że największą wartość wynoszę.

POTRZEBA ZROZUMIENIA STARSZYCH POKOLEŃ I POTRZEBA BYCIA ZROZUMIANYM, POTRZEBA NAWIĄZANIA DIALOGU I ZNALEZIENIA WSPÓLNEGO JĘZYKA

Część osób badanych mówiła o potrzebie nawiązania dialogu ze starszym pokoleniem i potrzebie znalezienia wspólnego języka. Zwracali oni uwagę na możliwość obustronnego dzielenia się wiedzą, opiniami i doświadczeniami. Ich zdaniem ważne jest wzajemne zrozumienie się między pokoleniami.

- *Moim zdaniem ta współpraca jest potrzebna, żeby jednak to młodsze pokolenie dogadywało się z tym starszym.*
- *Wydaje mi się, że największą potrzebą to jest takie **zrozumienie obu stron i przekazanie swoich punktów widzenia, żebyśmy po prostu byli w stanie lepiej siebie zrozumieć i nawiązać taką głębszą, fajniejszą relację.***
- *Jeżeli chodzi o pracę z seniorami, to uważam, że **obustronne doświadczenie czerpane przez dwie strony** jest bardzo ważne.*
- ***Można wiele się od nich nauczyć, też im pomóc i tak naprawdę nauczyć ich też takiego naszego świata, w naszym wieku, więc myślę, że są takie relacje dość ważne z takimi osobami.***

POTRZEBA ZWALCZANIA STEREOTYPÓW NA TEMAT POKOLENIA MŁODSZEGO, JAK I STARSZEGO ORAZ POTRZEBA WZAJEMNEJ AKCEPTACJI

Część uczestników badania wspominała o potrzebie walki ze stereotypami.

- *Wiem, że teraz czasami jest różnie. I właśnie **młodzi do seniorów mają uprzedzenia i odwrotnie - seniorzy do młodych**. A warto jest po prostu zwrócić uwagę na te różnice, które są ze względu po pierwsze na wiek, po drugie na czasy, w których my się teraz wychowaliśmy i po prostu przyknać na niektóre rzeczy oko.*
- *Ja myślę, że pierwszą rzeczą, która jest potrzebna to jest taka **wzajemna otwartość i wzajemna tolerancja**. Bo nie możemy ominąć tego, że jest pomiędzy nami jakaś przerwa pokoleniowa, a razem z tą różnicą przychodzą różne sposoby robienia rzeczy albo różne zdania, albo widoki na świat. I musimy się wzajemnie zrozumieć, otworzyć na siebie, tolerować, bo bez tego nie będziemy mogli współpracować.*

POTRZEBA ŻYCZLIWOŚCI

Jedna z osób badanych stwierdziła, że od seniorów można nauczyć się pomocności i życzliwości, których jej zdaniem osobom młodym brakuje.

- *Są oni też proaktywni, jeżeli chodzi o wkład własny. Na przykład jeżeli tworzymy wydarzenia, gdzie potrzebujemy wyżywienia, poczęstunku, to **seniorów, przynajmniej w moich doświadczeniach, charakteryzuje taka chęć do pomocy w najbardziej prozaicznych rzeczach**. W młodym czasie brakuje takich rzeczy, brakuje takiego zapału, wkrada się takie lenistwo, a właśnie **potrzebujemy takiej pomocnej życzliwości, moim zdaniem seniorzy właśnie to zapewniają i taką atmosferę wprowadzają**.*

1.2. Wartość wspólnych działań obu pokoleń

Osoby uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, jakie wspólne działania z seniorami oceniają jako wartościowe.

WSPÓLNE SPĘDZANIE CZASU, MOŻLIWOŚĆ POZNANIA SIĘ, MOŻLIWOŚĆ ROZMOWY

Wielu uczestników badania stwierdziło, że dla nich samo wspólne spędzanie czasu jest wartościowe. Podkreślali wagę rozmowy i możliwości wymiany doświadczeń między pokoleniem starszym i młodszym.

- *Na pewno jakies takie wspólne spędzenie czasu, gdzie można się właśnie tymi doświadczeniami wymienić.*
- *Jakies wspólne spędzanie czasu, dogadywanie się tak, zaprzyjaźnianie się, szukanie jakichś tam wspólnych zajęć. Wartości. Żeby ten czas jakoś inaczej może leciał. I żeby lepiej się dogadywać. Poznawanie siebie nawzajem.*
- *Wydaje mi się, że najbardziej wartościowym jest po prostu spędzanie czasu ze sobą i rozmowa.*
- *Na pewno jakies takie **wspólne spędzenie czasu, gdzie można się właśnie tymi doświadczeniami wymienić.***
- *No na pewno **lepsza komunikacja**, bo jednak starsze pokolenie ma troszeczkę inne poglądy, my mamy troszeczkę inne poglądy, inny styl życia. To jednak jak jest ta współpraca, to **oni by poznali naszą stronę, my ich** i po prostu współpraca lepiej by wyglądała. Lepiej by nam się komunikowało, kontaktowało, lepiej nawet rozmawiało, bo czasami to bywa różnie.*

Jedna z osób badanych podzieliła się swoim pomysłem o zorganizowaniu interaktywnych spotkań, w trakcie których możliwa byłaby wymiana wiedzy na różne tematy oraz wzajemna nauka różnych umiejętności.

- *Myślę, że pierwszą ciekawą rzeczą, jaką można robić z seniorami to są takie może nawet tematyczne... Nie pogadanki, a bardziej rozmowy. Bardzo ciekawie czasami się zebrać z kimś, kto może mieć inne zdanie, kto może mieć doświadczenie na jakiś temat i trochę na ten temat porozmawiać. Albo na tematy, na które możemy nie mieć zdania, albo na tematy, w których oni mają doświadczenie, albo my. Myślę, że to jest bardzo fajna inicjatywa, żeby się tak trochę bardziej zrozumieć. **Można to robić na przykład w formie spotkań interaktywnych. Np. teraz rozmawiamy o jedzeniu, to różne pokolenia mogą przynosić swoje dania, które bardziej znają.***

Seniorzy dania z tych wcześniejszych czasów, my z dzisiejszych takie rzeczy bardziej.

ZORGANIZOWANIE FORUM DYSKUSYJNEGO

Jedna z osób badanych zaproponowała także zorganizowanie forum dyskusyjnego, aby móc wzajemnie dzielić się swoimi poglądami i przekonaniem z pokoleniem starszym.

- *Myślę, że wartościowym działaniem, które można byłoby zrealizować w [naszym mieście] z seniorami jest swego rodzaju forum dyskusyjne. Seniorzy, wiadomo, w większości to ludzie bardzo rozmowni, potrzebujący kontaktu z drugim człowiekiem. I myślę, że taka **wymiana nawet ustna, poglądów, doświadczeń, swego rodzaju planów, które można wdrożyć nie tylko w życie miasta, ale i w życie prywatne, w życie społeczne, takie poglądy mówiąc krótko, to by były bardzo wartościowe dla obu stron.***

ZAPEWNIENIE TOWARZYSTWA STARSZYM SAMOTNYM OSOBOM

Osoby badane mówiły też o tym, że ich zdaniem wartościowe jest spędzenie czasu z osobami, które mogą czuć się samotne, zwracając uwagę na to, że ich zdaniem jest to częste zjawisko.

- *Uważam, że wszelkiego rodzaju integracje, rozmowy. Dla mnie to jest dosyć znaczące. Fajnie tak popatrzeć z tego względu, że i my dostajemy jakąś wartość i ludzie starsi dostają wartość tego, że mogą się z nami spotkać. **Często bywa tak, że osoby starsze są trochę samotne i dzięki temu oni mogą porozmawiać, spotkać się z taką młodą energią. A my również potrzebujemy wiedzy, która jest dla nas bardzo znacząca.***

POMOC OSOBOM STARSZYM W CODZIENNYCH CZYNNOŚCIACH

Część uczestników uznała, że wartościowym działaniem byłaby pomoc seniorom, którzy mogą mieć różnego rodzaju fizyczne ograniczenia w codziennych czynnościach.

- *Myślę, że też na pewno i pomoc jakaś. **W sensie wiadomo, że nie ze wszystkim sobie osoby starsze radzą, więc jakieś takie inicjatywy, na przykład jakieś organizowanie zakupów.** Albo jestem nauczycielką, pracuję w szkole i mam na przykład takie akcje, że np. dla pani z DPS-u organizujemy paczki świąteczne, żeby gdzieś tam też w jakiejś... [...] chodzimy, z występami artystycznymi.*

WSPÓŁPRACA PRZY WYDARZENIACH KULTURALNYCH

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że wartościowa jest międzypokoleniowa współpraca przy organizowaniu wydarzeń kulturalnych lub przy braniu czynnego udziału w tego typu działaniach.

- *Jeżeli działamy lokalnie, to uważam, że w ogóle międzypokoleniowe działanie jest niezwykle ważne. Nawet przy organizacji jakichś wydarzeń kulturalnych. Z tego powodu, że starsze osoby po prostu mają na przykład inne kręgi muzyczne niż młodzi ludzie i uważam, że **współpraca przy tym pozwoli zaspokoić potrzeby kulturalne wszystkich grup społecznych w danym miejscu, lokalnie.***

Jedna z osób badanych opowiedziała o **wspólnym uczestnictwie w grupie teatralnej** różnych pokoleń. Stwierdziła, że mają one wartość ze względu na to, że tworzą możliwość nawiązania relacji między pokoleniem starszym i młodszym.

- *Ja mogę powiedzieć na swoim przykładzie, bo jestem w grupie teatralnej właśnie z Domu Kultury i tam my właśnie przygotowujemy się do spektakli. To są takie naprawdę fajne, na dosyć wysokim poziomie spektakle, które później wystawiamy na scenie. Przychodzą na nie mieszkańcy z Biłgoraja, muszą kupić bilety, sale są zapelnione i właśnie wtedy **to jest bardzo duża współpraca międzypokoleniowa**, ponieważ nasza reżyserka zarówno bierze jako aktorów nas, czyli uczniów, ale też osoby z uniwersytetu trzeciego wieku, seniorów. **Także my wtedy możemy bardzo siebie poznać na tych kilkugodzinnych próbach. Musimy zagrać się ze sobą, [zbudować] właśnie jakieś relacje.***

ZORGANIZOWANIE WSPÓLNYCH WARSZTATÓW DLA POKOLENIA MŁODSZEGO I STARSZEGO

Niektóre osoby badane stwierdziły, że wartościowym mogłoby być zorganizowanie warsztatów związanych z umiejętnościami i wiedzą posiadaną przez różne pokolenia.

- *Myślę, że np. jakieś warsztaty wspólne. Np. **pierwsze co mi przyszło teraz do głowy to warsztaty kulinarne, ponieważ moglibyśmy się dowiedzieć różnych ciekawostek kulinarnych, ale i też w taki luźny sposób porozmawiać na różne tematy.** Myślę, że to byłoby przyjemne.*
- *A jeżeli chodzi o inne coś może bardziej takich, żeby były naoczne efekty takiej współpracy międzypokoleniowej, to wspólne zajęcia typu warsztaty. No bo oczywiście starsze osoby mają pewne umiejętności, których nie mają młodszy i vice versa. I mogłyby być takie łączone, wzajemne warsztaty, gdy **osoby starsze mogłyby nas uczyć, powiedzmy, gotowania czy jakichś robótek ręcznych.** To by było wartościowe, czy nawet nauka gry w szachy. Też myślę, że wiele osób by skorzystało, a **młodszy mogliby na przykład edukować na temat zagrożeń w Internecie** albo po prostu na temat posługiwania się elektroniką. Bo też często się słyszy, jak ktoś, jakiś emeryt, emerytka zostali oszukani przez Internet i wysłali jakąś dużą sumę pieniędzy. No i też, czy jakieś piramidy finansowe, zostali zaangażowani w formie MLM-ów i tym podobnych rzeczy. No bo oni nie wiedzą po prostu też jakie zagrożenie się z tym wiąże, jak łatwo na coś takiego wpaść i nie widzą pod tym zagrożenia powierzchownie. Więc myślę tego typu podwójne warsztaty.*

WSPÓLNE DZIAŁANIA OSÓB Z DOMU SENIORA I OSÓB Z DOMU DZIECKA

Jedna z osób badanych stwierdziła, że wartościowa mogłaby być współpraca osób ze starszego pokolenia przebywających w domu seniora z dziećmi przebywającymi w domu dziecka, ze względu na możliwość integracji.

- W telewizji w jakichś wydarzeniach [widziałam], że w którymś miejscu został **połączony dom starców z sierocińcem**, czyli z osobami starszymi mogli się integrować i to podobno miało bardzo dobre skutki.

1.3. Potrzeby młodych ludzi, które starsze pokolenia powinny zrozumieć zdaniem osób badanych

Uczestnicy badania powiedzieli o najważniejszych potrzebach młodych ludzi, które chcieliby by zostały zrozumiane przez starsze pokolenia.

POTRZEBA BYCIA TRAKTOWANYM NA RÓWNI PRZEZ STARSZE POKOLENIE I NIE BYCIA POSTRZEGANYM PRZEZ PRYZMAT STEREOTYPÓW

Wielu uczestników badania powiedziało, że chcieliby, aby starsze pokolenia rozumiały ich potrzebę bycia traktowanym na równi ze starszym pokoleniem. Wspomnieli o tym, że potrzebują tego, aby traktować ich ze zrozumieniem i podchodzić do nich bez uprzedzeń i stereotypów na temat młodego pokolenia.

Wiele spośród osób badanych podkreśla szczególnie stereotyp o tym, że młodzi ludzie nie posiadają wiedzy na żaden temat. Mówili też o stereotypie na temat tego, że młode pokolenie nie robi nic innego oprócz korzystania z telefonu i Internetu. Kolejnym wymienianym przez nich stereotypem było to, że młodzi ludzie są egoistyczni i aroganccy.

- *Uważam, że przede wszystkim starsze **pokolenie bardzo często popełnia taki błąd, że zakłada z góry, że młody człowiek czegoś nie wie, a dzisiejsze czasy są troszkę inne. Młodzi ludzie bardzo często mogą zdobyć wiele kompetencji szybciej, ponieważ mamy dostęp do Internetu, mamy również szybszy transport i jesteśmy bardzo mobilnym pokoleniem. Możemy wielu rzeczy nauczyć się szybciej niż starsze pokolenie przewiduje, że się nauczymy i uważam, że ze strony starszego pokolenia powinno być takie zrozumienie i w ogóle chęć do współpracy, a nie zakładanie z góry, że młody człowiek niczego nie wie.***
- *Ja myślę, że jedną taką ważną rzeczą jest to, **że my też mamy swoje doświadczenia.** My też momentami mieliśmy trudno. **Żeby traktować nas***

po prostu jako równych. Bo czasami przy takich spotkaniach są takie zdarzenia bądź osoby, które ze względu na to doświadczenie **aż za bardzo może traktują siebie jako tych ważniejszych.** I czasami to po prostu przeszkadza w rozmowie. Więc myślę, że też taka otwartość i zrozumienie.

- Myślę, że co młodzi ludzie chcieliby, żeby starsi o nich zrozumieli, [...] **to, że młodzież to jednak nie tylko zamknięcie w Internecie, nie tylko zamknięcie we własnym pokoju, ale też dużo więcej aktywnych inicjatyw.** Inicjatyw na zewnątrz, w szkole.
- Mam wrażenie, że wśród starszych osób istnieje **przeświadczenie o tym, że młodzież jest arogancka, że jest egoistyczna, że uważa, że wszystko się jej należy i wszystko im łatwo przychodzi, że mają duże wymagania do świata itd.** Myślę, że takie spojrzenie może być trochę krzywdzące, bo w gruncie rzeczy wszyscy ludzie są tacy sami czy starsi, czy młodszy. I myślę, że młodzi ludzie mogliby chcieć, żeby to zostało zrozumiane, **że oni niekoniecznie są tymi egoistycznymi, zamkniętymi w jednym pokoju jednostkami, ale też chcą działać, działają i mają dużo różnych zainteresowań.**
- Myślę też, że **młodzi ludzie mają też jakieś tam swoje doświadczenia i swoją wiedzę** i starsi ludzie nie powinni tego całkowicie ignorować przez to, że są starsi.

POTRZEBA SAMODZIELNEGO ZDOBYWANIA DOŚWIADCZEŃ I PODEJMOWANIA DECYZJI

Jedna z osób badanych wspomniała o tym, że chciałaby, aby starsze pokolenie zrozumiało potrzebę samodzielnego zdobywania różnych doświadczeń wśród młodych ludzi.

- Na pewno taka **potrzeba próbowania swoich doświadczeń**, bo momentami jest tak, że starsze osoby już dużo przeżyły i niektóre rzeczy wiedzą, a młodzież mam wrażenie, że dość często potrzebuje spróbować i tak samemu popełnić te błędy i dopiero na tych doświadczeniach się gdzieś

*nauczyć też trochę. To jest taka **potrzeba wolności, próbowania samodzielnie podejmować różne decyzje.***

POTRZEBA BRANIA POD UWAGĘ WŁASNYCH POTRZEB

Uczestnicy badania mówili też o tym, że chcieliby, aby starsze pokolenia zrozumiały to, że chcą brać pod uwagę też samych siebie, **swoje potrzeby, w tym szczególnie potrzebę odpoczynku.** Podkreślali przy tym, że **chcieliby, aby rozumiano to, że myślenie nie wyłącznie o innych, ale też o sobie samym nie jest egoizmem.**

- *Myślę, że w dzisiejszych czasach to jest np. **stawianie na siebie.** I wytłumaczę, co mam na myśli. To na przykład, że dużo młodych osób teraz stawia się na pierwszym miejscu i nie mam na myśli czegoś takiego egoistycznego bardzo, tylko **żeby pamiętać o swoich potrzebach. Żeby nie zaniedbywać po prostu siebie i posłuchać siebie.***

POTRZEBA ROZRYWKI

Jedna z osób badanych stwierdziła też, że **starsze pokolenia powinny zrozumieć to, że młode osoby potrzebują rozrywki i zaakceptować to, że formy tej rozrywki mogą się różnić od tych, które wybierało starsze pokolenie.**

- *Myślę, że ludzie, nie tylko seniorzy, ale też dorośli, czyli powiedzmy nie nasze babcie, a na przykład mamy niektóre starsze - ci ludzie generalnie moim zdaniem powinni z większą taką litością, dziwne słowo, ale tak spojrzeć na potrzebę przede wszystkim naszej rozrywki. Jakakolwiek by ona nie była. Można oceniać oczywiście, że w tych czasach młodzi nie potrafią się bawić, że zabawa, którą mamy jest taka bezmyślna, niedojrzała, ale moim zdaniem generalnie starsze pokolenia powinny troszkę bardziej to respektować. Najbardziej prozaiczny przykład, jaki mogę podać: są na przykład koncerty różnego rodzaju, jakieś dyskoteki. Żeby po prostu respektować to, że młodzież potrzebuje zabawy. Ta zabawa jest inna niż była kiedyś, ale dla nas jest równie wartościowa i po prostu potrzebujemy takich na przykład miejsc, żeby się rozerwać, wydarzeń, żeby się móc spotykać ze znajomymi.*

POTRZEBA KORZYSTANIA Z INTERNETU I NOWYCH TECHNOLOGII

Część uczestników mówiło też o tym, że chcieliby, aby starsze pokolenia rozumiały ich potrzebę korzystania z Internetu oraz nowych technologii, podkreślając przy tym, że są one źródłem zdobywania wiedzy, dają możliwość rozwoju, a także mogą być źródłem zarobków.

- *Potrzeby, które starsze pokolenie powinno zrozumieć przede wszystkim **to, że świat się zmienia**, że na pewno świat nie wygląda już tak samo. I to warto zauważyć na samym początku. Najprostszy przykład - technologia. Kiedyś tak nie było, kiedyś był jedyny komputer na całą wioskę i to był naprawdę wyczyn. A teraz każdy człowiek posiada w swojej kieszeni urządzenie, które ma moc obliczeniową o kilka zer większą niż tamto urządzenie, które nawet używało NASA. Więc to jest taka znacząca zmiana, która się pojawiła. I ludzie starsi **nie rozumieją takiej nowszej technologii. Nie rozumieją na przykład, że pieniądze można zarabiać w sposób zdalny, że przez Internet można prowadzić jakąś firmę, jakąś działalność. Dla nich to się wydaje, że to jest jakieś oszustwo, że tu zaraz się policja zjawi. Takie niezaznajomienie z technologią. Przede wszystkim to powinni zrozumieć. Powinni zrozumieć to, że świat się zmienia i nie stoi w miejscu. To, co kiedyś było, niekoniecznie będzie też i dzisiaj.***
- *Wydaje mi się, że samo używanie Internetu i bycie cały czas w tym. **Internet jednak nam jest potrzebny do zdobywania wiedzy.***
- *Może Internet jest taką odpowiedzią? Żeby bardziej rozumiały technologię.*

POTRZEBA WYRAŻANIA SIEBIE

Jedna z uczestniczek badania powiedziała też, że chciała, aby starsze pokolenia rozumiały potrzebę wyrażania siebie młodych ludzi, podkreślając szczególnie potrzebę wyrażania siebie poprzez ubiór.

- *Na pewno potrzeba rozwoju i też potrzeba takiego pokazania siebie, wyrażania. **Wyrażania siebie na przykład poprzez ubiór, bo starsze pokolenie ma czasami takie podejście sceptyczne do tego, jak***

młódzież się ubiera. Każde pokolenie, moim zdaniem, się inaczej ubierało. I właśnie takie zrozumienie młodego człowieka pod względem tego, jak on siebie wyraża. Przez różne rzeczy, przez jego hobby, przez jego ubiór, zachowanie czasami.

1.4. Korzyści ze współpracy z seniorami

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie korzyści pracy z seniorami dostrzegają.

OBUSTRONNA WYMIANA DOŚWIADCZEŃ I WIEDZY

Wielu uczestników badania stwierdziło, że korzyścią współpracy z seniorami jest możliwość wymiany doświadczeń i wiedzy. Niektórzy uznali, że jest to obustronna korzyść, ponieważ zarówno seniorzy mogą nauczyć się wielu rzeczy od osób młodych, jak i osoby młode od seniorów.

- *Uważam, że **obustronne doświadczenie czerpane przez dwie strony jest bardzo ważne**, ponieważ seniorzy mogą nauczyć nas swojego podejścia do konkretnych spraw, doświadczenia, podzielić się tym z nami. [...] Uważam, że to jest bardzo ważne, ponieważ nawet młody człowiek, który się rozwija, ciągle może poszerzać swój zakres wiedzy. I właśnie **starsze osoby mogą dawać swoje doświadczenie, pokazywać jak oni rozwiązują pewne rzeczy. Ponieważ czasami jest tak, że młodemu człowiekowi wydaje się, że bardzo trudno jest coś zrobić, ale kiedy starsza osoba da narzędzia, które umożliwią zrobienie danej rzeczy, okazuje się, że coś jest bardzo proste**, tylko właśnie starsze osoby mogą przekazywać wiedzę.*
- *To doświadczenie na pewno, **od nich można sporo się mimo wszystko nauczyć, gdzieś tak wynieść tego doświadczenia życiowego**, bo mają zdecydowanie dużo więcej lat przed nami, dużo więcej sytuacji gdzieś tam przerobili, przeżyli.*

- *Wydaje mi się, że starsze pokolenie ma **większy zasób wiedzy**, więcej przeżywa, także bardziej takie życiowe sprawy.*
- *Wydaje mi się, że właśnie dzięki rozmowom z nimi. **Takiego innego świata, którego oni też mogą nas nauczyć, takiej odpowiedzialności i samodzielności**, bo kiedyś też inne czasy były. Wydaje mi się, że właśnie ta rozmowa i takie nauczanie nas i **pokazywanie innego świata, w którym oni się wychowywali**.*
- *Na pewno byśmy zebrali doświadczenia jakies od starszego pokolenia.*
- *Na pewno zdobycie jakiejś wiedzy życiowej, posłuchanie ich doświadczenia itd. Bo myślę, że oni mogą dużo więcej powiedzieć na ten temat niż my.*
- *Na pewno możliwość skorzystania z ich doświadczenia, z ich wiedzy też takiej bardziej szczegółowej, bo jednak przeżyli dużo więcej i dużo dłużej. **[Seniorzy] dzięki młodym ludziom mogą nabrać nowej perspektywy, świeższej. Myślę, że to taka dwustronna korzyść by była.***
- *Jeżeli chodzi o to, co mnie personalnie interesuje, to myślę, że **historie, jakie są w tych ludziach. Bo wiadomo, że możemy się uczyć z doświadczeń innych. A z czyich doświadczeń najlepiej się uczyć jak nie od tych najbardziej doświadczonych?** Czyli właśnie tych osób starszych, więc oni mają długie, bogate życiorysy, życiorysy pełne sukcesów, ale pełne też porażek, więc myślę, że **szkoda by nie skorzystać z takich skarbnic wiedzy i doświadczeń.***

PODZIELENIE SIĘ WIEDZĄ NA TEMAT TECHNOLOGII Z SENIORAMI

Część uczestników podkreśliła, że korzyścią może być nauczanie seniorów różnych rzeczy związanych z technologią, jak np. korzystanie z Internetu, telefonu, social mediów itd.

- ***Korzyści dla seniorów mogłyby być takie, że też ta nowa technologia, te nowe aplikacje, social media.** Przez to, że ten kontakt będzie z seniorem, to może też troszeczkę się o tym dowiedzieć. A z naszej strony po*

prostu możemy pomóc też właśnie seniorom w tym, żeby się troszeczkę przekonali do tych nowych technologii.

ZDOBYCIE WIEDZY NA TEMAT HISTORII REGIONU

Jeden z uczestników wspomniał też o korzyści w postaci możliwości zdobycia wiedzy na temat tego, jak dawniej wyglądał region, w którym żyje.

- *Ja od seniorów **bardzo dużo wynoszę takiej wiedzy, jak to kiedyś wyglądało.** [...] Tak jak wspomniałem wcześniej, przede wszystkim wiedza, którą możemy od nich uzyskać. **Możemy dowiedzieć się, jak wygląda historia nasza, nawet tutaj regionalna, jak to wyglądało.** [...] Widzę, że **miejsca, w których ja się za dzieciaka bawiłem, wyglądały zupełnie inaczej kiedyś. Było więcej lasów, mniej budynków na przykład.** Taką historię naszego regionu o wiele łatwiej i sympatyczniej można przyjąć. Tak samo osoby naprawdę starsze, które pamiętają czasy wojny, mogą opowiedzieć, jak to wyglądało za życia zwykłego obywatela. Nie tylko dowiadujemy się tego z książek, ale i z opowieści. To jest taka wiedza, która wydaje mi się, że jest cenna.*

MOŻLIWOŚĆ NAUCZENIA SIĘ SZACUNKU DO INNYCH I CIERPLIWOŚCI

Jedna z osób badanych powiedziała o tym, że dzięki współpracy z seniorami jest w stanie nauczyć się większej cierpliwości i szacunku do innych, a także zrozumienia problemów innych.

- ***Uczę się w ogóle szacunku do innych ludzi, cierpliwości,** bo też często ta cierpliwość jednak jest potrzebna, bo ludzie są różni. Mogę poznawać nowych ludzi, **mogę właśnie uczyć się takiego funkcjonowania z przeróżnymi ludźmi, z ich problemami, z ich jakimiś potrzebami.** Także wydaje mi się, że coś takiego. Bardziej psychologiczna strona tego.*

MOŻLIWOŚĆ NAUCZENIA SIĘ ŻYCZLIWOŚCI

Jedna z uczestniczek badania stwierdziła, że osoby młode mogą nauczyć się od seniorów życzliwości, której jej zdaniem młodemu pokoleniu brakuje.

- *Korzyścią jest przede wszystkim ich taka **pomocna życzliwość, wkład, który jest poparty długoletnim doświadczeniem oraz unikatowe poglądy, sposób postrzegania życia i pracy na rzecz ludzi, którego nie mamy my młodzi.***

RADOŚĆ Z NIESIENIA POMOCY INNYM

Jedna z osób badanych wspomniała o tym, że sprawia jej radość możliwość pomagania ludziom.

- *W ogóle to mi sprawia dużą radość, kiedy **ja lubię pomagać ludziom, lubię sprawiać im radość.** Także cieszę się, gdy mogę wywołać dosłownie na twarzy seniora uśmiech. To jest dla mnie bardzo miłe.*

MOŻLIWOŚĆ ZDOBYCIA WIEDZY NIEDOSTĘPNEJ W INNYCH ŹRÓDŁACH

- *Bo mimo wszystko, **mimo całej wiedzy dostępnej w szkole i w Internecie, to jednak pewnych lekcji social media i portale nie przekazują. I ta wiedza jest przekazywana praktycznie tylko przez dziadków,** jeżeli chodzi o przedstawicieli starszego pokolenia w naszym życiu. A też nie każdy człowiek ma żyjących dziadków, nie każdy ma dziadków, którzy są w odpowiedniej kondycji psychofizycznej, żeby taką wiedzę przekazywać.*

ŁĄCZENIE POKOLEŃ

Jedna z osób badanych stwierdziła, że korzyścią jest integracja pokoleń.

- *Współpraca pomiędzy młodszym pokoleniem a starszym pokoleniem, właśnie z takimi seniorami, **jest bardzo dobrą drogą do w ogóle łączenia całego naszego pokolenia, bo łączymy dwie skrajne ze sobą grupy, przez co myślę, że łatwiej będzie nam połączyć takie grupy bliższe siebie.** Myślę, że do tego to prowadzi.*
- *To jest dosyć ważny temat, bo **jeżeli będziemy przez cały czas różnicowani, będziemy się przez cały czas kłócić, to tak naprawdę to będzie działało się bez przerwy, to będzie trochę błędne koło. Jeżeli***

my się nie nauczymy rozmawiać z seniorami teraz, to później my będziemy tymi seniorami, którzy nie będą umieli rozmawiać z młodszym pokoleniem.

MOŻLIWOŚĆ POZNANIA KULTURY Z PRZESZŁOŚCI

Jedna z osób badanych stwierdziła, że korzyścią jest możliwość poznania kultury z dawnych lat.

- *Na pewno nabywanie informacji. Nabywanie informacji głównie z ich doświadczeń. **Poznawanie też starszej kultury, bo jednak nie wszystko jest dobrze udokumentowane, a oni widzieli to własnymi oczami, więc to są bardzo cenne rzeczy.***

1.5. Umiejętności i wiedza, którymi osoby młode chciałyby się podzielić z seniorami

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakimi umiejętnościami lub wiedzą chcieliby się podzielić z seniorami.

UMIĘJĘTNOŚCI ZWIĄZANE Z NOWYMI TECHNOLOGIAMI

Większość uczestników mówiła o umiejętnościach technologicznych, związanych z social mediami, obsługą komputera i telefonu, działaniem Internetu i cyberbezpieczeństwem.

- *Z kolei my jako młodzi ludzie, przez fakt, że jesteśmy już takim pokoleniem bardzo mocno związanym z technologią, wręcz takim już digital native pokoleniem, to **możemy również pomóc seniorom w zdobywaniu wiedzy technologicznej, związanej z mediami społecznościowymi, ponieważ wszystko co jest przekazywane do młodego odbiorcy praktycznie wywodzi się już z mediów społecznościowych.** Więc my*

możemy nauczyć tego, jak przenosić ten nasz świat rzeczywisty do świata wirtualnego.

- *Na pewno takie umiejętności komputerowe, chociaż wiadomo, że w tym wieku ciężko jest się uczyć nowych rzeczy, ale najczęściej zauważam, że taka potrzeba właśnie w tym kierunku. **Jakieś pytania są, żeby coś w telefonie sprawdzić, w Internecie,** tak z doświadczenia.*
- ***Używanie tego Internetu i telefonu,** żeby po prostu umieli się tak dobrze posługiwać, **żeby mieć z nimi jak najszybszy kontakt** i żeby po prostu porozumieć się z nimi jak najszybciej. **Żeby cały czas mieć z nimi kontakt.***
- *No **umiejętność korzystania z urządzeń multimedialnych,** typu telefon, komputer, bo to naprawdę pomaga.*
- *Myszę, że pierwszą rzeczą jest **cyberbezpieczeństwo.** Myszę, że to jest bardzo ważne i widać to potem na przykład, jak często seniorzy padają ofiarą oszustw przez Internet albo tego typu rzeczy. Ogólnie chciałbym się dzielić z seniorami takimi informacjami na temat dzisiejszej technologii, sposobów komunikacji albo nabywania informacji, bo czasami tego brakuje. To są nowe rzeczy, które postępują bardzo szybko i jednak trudno jest to na bieżąco załapać.*
- *Przede wszystkim wydaje mi się, że chciałbym się podzielić umiejętnością korzystania z technologii. **Teraz jest dużo różnego rodzaju oszustów,** metoda na wnuczka itd. I wydaje mi się, że dla bezpieczeństwa nas jako społeczeństwa i dla tych osób starszych warto mówić, jak to wygląda. Mówić, jak mają reagować w takich sytuacjach. Teraz ta sztuczna inteligencja jest coraz bardziej powszechna. **Możliwość modulacji głosu, podawanie się za kogoś z rodziny,** że szybko potrzebuje pieniądze wysłać. Warto na takie coś uczyć i mówić, pokazywać tę technologię i żeby mieli świadomość, że takie coś może naprawdę decydować o ich finansach.*

- *To, jak używać social mediów, jak pobrać, zarejestrować się, co zaobserwować, to też, to właśnie mi się wydawało takie bardziej oczywiste, ale też jak najbardziej właśnie te **social media**.*
- *Wydaje mi się, że teraz potrzebna [jest] jakaś wiedza, jeśli chodzi o technologię, która jest seniorom bardzo potrzebna. Bo jednak ten świat się bardzo mocno zmienił przez ostatnie lata i seniorom ciężko jest nadążyć za tym. Więc wydaje mi się, że to jest bardzo ważne dla nich.*

WIEDZA NA TEMAT ZAANGAŻOWANIA MŁODZIEŻY W DZIAŁANIA SPOŁECZNE

Jedna z osób badanych stwierdziła, że chciałaby, aby seniorzy mieli świadomość tego, że młodzi ludzie nie spędzają czasu tylko w wirtualnym świecie, ale też angażują się w różnego rodzaju działania społeczne.

- *Gdybym miała taką okazję, chciałabym może nie konkretnie umiejętności, ale **wiedzę na temat tego, jak my jako młodzież, zaangażowana młodzież w działania społeczne potrafimy tak naprawdę działać.** Ponieważ wydaje mi się, że bardzo często starsi ludzie podchodzą do nas na zasadzie właśnie takiej, że my nic nie umiemy i że tylko siedzimy w telefonach. To nie jest prawdą, ponieważ jest bardzo wiele młodych zaangażowanych osób i chciałabym podzielić się tą wiedzą, że tak naprawdę my jesteśmy pokoleniem, które jest również zdolne do działania.*

UMIEJĘTNOŚĆ ODPOCZYNKU

Jedna spośród uczestniczek badania powiedziała, że chciałaby podzielić się z seniorami umiejętnością odpoczynku i relaksu.

- *Na pewno też, żeby mieli te **umiejętności takiego czasami oderwania się od swojej pracy. Do tego znalezienia czasu dla siebie po prostu, do takiego relaksu.** Bo też mam wrażenie, że starsze osoby czasami po prostu pracują, pracują, pracują i to jest dla nich najważniejsze. Dom, praca, dom, praca itd. A trzeba czas na odpoczynek też.*

ZNAJOMOŚĆ JĘZYKA ANGIELSKIEGO

- *Ja się generalnie dzielę, bo [...] ja jestem wolontariuszką na rzecz Uniwersytetu Trzeciego Wieku, więc już mam mały wkład, ponieważ tam prowadzę takie wolontariackie zajęcia z **języka angielskiego**. [...] Ja chętnie przekazałabym nie tylko w ten sposób, który już to robię, seniorom, takie umiejętności, które młodzież uważa za oczywiste. A dla seniorów takie nie są. Tutaj mogę na przykład język angielski, płynne użycie telefonu i internetu, komputera - to też są zajęcia prowadzone.*

WIEDZA MUZYCZNA

Jeden z uczestników badania stwierdził, że chciałby się podzielić z seniorami wiedzą muzyczną.

- *Myszę, że jak jest jakaś wiedza, którą ja mógłbym się podzielić, to byłaby to stricte **muzyczna**. Więc jeżeli chodzi o jakieś takie lekcje dla początkujących, powiedzmy na gitarze czy tym podobnych, to to jest coś, co z moim doświadczeniem mógłbym zrobić.*

UMIEJĘTNOŚCI RĘKODZIELNICZE

Jedna z osób badanych powiedziała, że chciałaby podzielić się z seniorami umiejętnościami rękodzielniczymi.

- *Mam sporo kreatywnych pomysłów. **Zajmuję się rękodziełem też, więc może czymś takim**. Może seniorom czasami jest trochę ciężiej wymyślać nowości. Ja bym w tym [mogła] pomagać.*

2. ZROZUMIENIE RÓŻNIC KULTUROWYCH I POKOLENIOWYCH W PODEJŚCIU DO PRACY I ŻYCIA

2.1 Różnice międzypokoleniowe w podejściu do pracy

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie różnice zauważają między swoim pokoleniem a starszymi pokoleniami w podejściu do pracy.

CZĘSTE ZMIANY MIEJSCA PRACY

Wiele osób badanych stwierdziło, że główną różnicą między starszym a młodszym pokoleniem jest podejście do zmian miejsca pracy. Ich zdaniem starsze pokolenia chciały pracować jak najdłużej w jednym miejscu, natomiast młodsze pokolenia zwracają większą uwagę na możliwość rozwoju, poczucie komfortu w miejscu pracy, możliwość wykonywania pracy zgodnej z ich zainteresowaniami, w związku z czym wiele osób młodych często zmienia miejsce pracy.

- *Myślę, że główną różnicą jest to, że kiedyś doceniano bardziej po prostu posiadanie pracy. Sam fakt, że posiadało się pracę. **Teraz myślę, że bardziej patrzy się na to już jaką pracę się posiada, nawet nie konkretnie na to czy ona będzie dobrze płatna, ale na przykład czy my z tego wynosimy jakąś satysfakcję. Albo czy nie wracamy do domu kompletnie zamecczeni, więc myślę, że to jest główna różnica.***

- *Na pewno ciężiej im zaakceptować częstą zmianę pracy, bo **młode pokolenie nie ma takiego problemu i takiego podejścia, że jedna praca jest na zawsze, że w jednej pracy się zatrudniamy i pracujemy 30 lat.***
- *Przede wszystkim **starsze pokolenie było bardziej związane z jedną firmą.** Zazwyczaj to wyglądało tak, że oni jeśli zaczynali pracę w jakimś jednym oddziale, w jakiejś jednej firmie, to w tej firmie pracowali do końca swojego życia. **My jako młodzi o wiele częściej zmieniamy nasze miejsce pracy, szukamy czegoś lepszego gdzieś indziej, czegoś nowego, fajniejszego.***
- *Mam wrażenie, że jednak **młodzi mają coś takiego, że jak im praca nie pasuje, to znajdzie się następna.** Nie siedzą w jednym zakładzie pracy przez całe życie, tak jak niektórzy potrafią ze starszego pokolenia. Tylko po prostu nie pasuje im coś, idą to powiedzieć przełożonemu, **nie będą tego kryć, że są niezadowoleni z czegoś.** W większości mam takie wrażenie, że jak nam coś nie pasuje, nie da się tego zmienić, no to zmieniamy zakład pracy. **Nie spełniamy się w tej pracy, w której jesteśmy, to zmieniamy pracę. Po prostu praca nam nie pasuje, to ją zmieniamy.** Starsze pokolenie jednak jak się do jakiejś pracy przyzwyczało, to po prostu w niej zostaje.*
- *Myszę, że mogę wyszczególnić dwie różnice. Pierwszą jest swego rodzaju podejście do zmian w miejscach pracy. **Najczęściej starsze pokolenia pozostają w jednym miejscu,** w jednej firmie itd. Tkwią tam, oczekując takiego rozwoju szczebel po szczeblu. Natomiast nowe pokolenie, powiedzmy ta **generacja Z i niektóre roczniki przed nią, wniosły takie podejście, że miejsce pracy można z bardzo dużą łatwością zmieniać.***

WYBÓR ZAWODU

Część uczestników badania stwierdziła, że starsze pokolenia, wybierając swój zawód, kierowały się głównie kwestią finansów i zależało im na tym, żeby zawód ten był dobrze płatny i aby nie było dużego ryzyka braku zatrudnienia. Młode osoby

natomiast, zdaniem uczestników badania, kierują się swoimi zainteresowaniami, możliwością rozwoju i komfortem w miejscu pracy.

- *Myślę, że główną różnicą jest to, że kiedyś doceniano bardziej po prostu posiadanie pracy. Sam fakt, że posiadało się pracę. **Teraz myślę, że bardziej patrzy się na to już jaką pracę się posiada, nawet nie konkretnie na to czy ona będzie dobrze płatna, ale na przykład czy my z tego wynosimy jakąś satysfakcję. Albo czy nie wracamy do domu kompletnie zameęczeni, więc myślę, że to jest główna różnica.***
- *Wydaje mi się, że starsze pokolenie bardzo często **zaharowuje się w swojej pracy. Bardzo dużo uwagi poświęca zarobkom, pracy.** Bardzo często ludzie ze starszego pokolenia biorą nadgodziny. Z kolei wydaje mi się, że w moim pokoleniu **my bardziej stawiamy na taki rozwój osobisty.** Więcej osób angażuje się właśnie w **wolontariat**, który jak wiadomo nie jest płatny, czy więcej osób stawia na **podróżowanie**. I widzę również taką różnicę, że bardzo często kiedy rozmawia się ze starszymi ludźmi odnośnie studiów, to niewątpliwie stawiają na to wykształcenie. **Uważają, że tak, koniecznie trzeba iść na studia**, a z kolei młodszy ludzie coraz częściej biorą na przykład gap year, czyli wolny rok, aby zastanowić się w zasadzie, co robić w życiu. **Czy więcej osób decyduje się na przykład na studiowanie na Akademii Sztuk Pięknych, czyli na takim bardzo ryzykownym rynku, ryzykownej płaszczyźnie jeżeli chodzi o zatrudnienia, czyli kultura. A starsze osoby bardziej stawiają na te praktyczne zawody**, że jednak uważają, że studia to jednak prawnik, lekarz, nauczyciel, coś takiego, co będzie na 100% płatne w życiu.*

ZAANGAŻOWANIE W PRACĘ

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że młodsze pokolenie mniej stara się przy wykonywaniu swojej pracy niż starsze pokolenia.

- ***Bardziej chyba się starają starsze pokolenia. Młodsze już nie aż tak.** Więcej czasu [poświęcają pracy]. Może dokładniejsi są.*

- *Szczerze, wydaje mi się, że **moje pokolenie jest takie, żeby pójść do pracy, zrobić to i nieważne czy to dobrze, czy źle.** Po prostu żeby to zrobić i wrócić do domu. A wydaje mi się, że starsze pokolenie zostało tak nauczone, żeby zrobić to tak, żeby było to dobrze zrobione i żeby tego nie poprawiać. Wydaje mi się, że to właśnie nas różni, że my po prostu chcemy to zrobić, tak powiem w cudzysłowie, że **odbębnić i zostawić, a starsze osoby, wydaje mi się, że podchodzą do tego z większą dokładnością.***

Część uczestników badania miała przeciwne zdanie do wspomnianego powyżej.

Według nich stwierdzenie, że osoby z młodego pokolenia są złymi pracownikami i są leniwe jest nieprawdziwe. Ich zdaniem młodzi ludzie chcą, aby ich prawa były szanowane i nie boją się mówić głośno o tym, że coś im nie odpowiada.

- *Mówi się, że generacja Z nie jest dobrymi pracownikami, ale ja się z tym nie zgadzam. Generalnie nie tylko w pracy, ale w społeczeństwie **zaczynamy zauważać jakie mamy prawa, swobody, do czego możemy sobie rościć prawa,** żeby po prostu pracować jak najlepiej i najefektywniej. Starsze pokolenia nie do końca zdawały sobie z tego sprawę i to generuje taką różnicę, która może stawiać młodsze pokolenia w złym świecie, np. jako osoby leniwe, ale tak według mnie zupełnie nie jest.*

CZAS POŚWIĘCANY PRACY I EFEKTYWNOŚĆ

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że starsze pokolenie ma przekonanie, że praca musi być ciężka i że trzeba poświęcać na nią bardzo dużo czasu. Ich zdaniem młode pokolenie ma świadomość, że można pracować krócej, być bardziej efektywnym i zarabiać więcej niż pracując dużo i ciężko. Zwrócili też uwagę na to, że osoby młode szukają rozwiązań na to, jak ułatwić sobie pracę i wykonać ją szybciej, czego ich zdaniem nie robią osoby ze starszych pokoleń.

- ***Wydaje mi się, że moje pokolenie zdecydowanie odchodzi od tego kultu pracy i pracoholizmu.** My staramy się znaleźć taką **pracę, która będzie sprawiać nam przyjemność,** dzięki której nie będziemy aż tak ciężko pracować. I zdajemy sobie sprawę z tego, że **nie zawsze ciężka praca jest ogromnie nagradzana,** że można rzeczywiście mieć przyjemną,*

*lżejszą pracę, która będzie dla nas bardzo korzystna. **A u seniorów wydaje mi się, że jest w dalszym ciągu takie przekonanie, że trzeba ciężko pracować i wtedy dopiero ta praca jest coś warta.***

- *Na pewno **starsze pokolenie jest bardziej skupione na tym, żeby pracować dużo i ciężko.** I wtedy według ich opinii będą mieć więcej pieniędzy za to, więcej korzyści. A młodsze pokolenie zauważa, że to wcale nie musi być tak, że trzeba pracować całe życie, cały czas, żeby się dorobić. Tylko **można to robić efektywniej i krócej i więcej odpoczywać. Starsze pokolenie nie za bardzo umie odpoczywać.***
- *Myszę, że młodszy próbuje trochę tak na skróty, w sensie **jak da się coś ułatwić, to próbują nowych rzeczy i próbują tych nowych rozwiązań, żeby właśnie je uprościć.** A starsze pokolenie, tak jak powiedzmy już przez 20 lat robiło tak samo, to nadal chcą iść tym schematem.*

ODPOCZYNEK I DBANIE O ZDROWIE PSYCHICZNE I FIZYCZNE

Część uczestników badania stwierdziła, że różnicą między pokoleniem młodym a starszym jest podejście do odpoczynku. Stwierdzili, że starsze pokolenia nie potrafiły odpoczywać i chciały pracować jak najwięcej i jak najciężej. Osoby badane mówiły także o kwestii dbania o swoje zdrowie psychiczne i fizyczne oraz kwestii zwracania uwagi na swoje potrzeby.

- *Starsi ludzie są przyzwyczajeni też do tego, żeby chodzić do pracy itd. A dzisiejsza młodzież - myślę, że są bardzo, że tak powiem, wybredni, jeżeli chodzi o pracę. **Że stawiają bardzo na swój komfort psychiczny i fizyczny w tej pracy** i też bardzo zwracają uwagę na koszty i na wynagrodzenia, które otrzymają.*
- *Myszę, że **obecne pokolenie pracę traktuje czysto jako środek do pozyskiwania pieniędzy, który ma nie przeszkadzać w reszcie życia, czyli to wszystko co się dzieje poza pracą jest zdecydowanie najważniejsze.** Absolutnie nie można się poświęcać dla pracy, praca to tylko środek do pieniędzy i jako taki ma być traktowany. Więc **nie ma takiego***

poświęcenia, dużego brania nadgodzin czy planowania życia pod pracę, a jest raczej skupienie się na życiu, zainteresowaniach, wszystkim innym, gdzie praca to tylko dodatek.

2.2 Najważniejsze wartości w pracy zawodowej

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie są dla nich najważniejsze wartości w pracy zawodowej.

ROZWÓJ OSOBISTY I WYKONYWANIE PRACY ZGODNEJ Z ZAINTERESOWANIAM I STAWIANE NA PIERWSZYM MIEJSCU PRZED ZAROBKAMI

Wielu uczestników badania na pierwszym miejscu stawia rozwój osobisty, wykonywanie pracy, którą się lubi i przyjazną atmosferę ponad kwestiami finansowymi. Niektórzy z nich wspominali też o zarobkach, podkreślając jednak, że nie są one pierwszorzędą kwestią.

- *Bardzo często ludzie ze starszego pokolenia biorą nadgodziny. Z kolei wydaje mi się, że w moim pokoleniu my **bardziej stawiamy na taki rozwój osobisty**. Więcej osób angażuje się właśnie w wolontariat, który jak wiadomo nie jest płatny, czy więcej osób stawia na podróżowanie.*
- ***Oczywiście jak się skupiać na finansach, to ta praca by była nudna. Trzeba szukać pracy takiej, którą się lubi, a nie patrzeć na finanse głównie.***
- *Osobiście w mojej pracy zawodowej najważniejsze dla mnie wartości to są właśnie taka **satysfakcja, ja chciałbym pracować w czymś, co lubię, czymś, co mnie przynajmniej trochę interesuje.***

- **Spełnianie siebie, jednak żeby nie pracować na siłę.** Na pewno dobre zarobki też, może nie na początku, ale właśnie jakieś awanse poprzez staranie się w tej pracy.
- Na pewno właśnie **komfort i robienie tego, co sprawia mi przyjemność i** na pewno współpraca z innymi osobami też.
- Przede wszystkim, **żeby robić to, co się lubi, żeby nie zmuszać się do jakiejś pracy,** żeby nie było tego wypalenia, żeby jakąś przyjemność z tego wynosić, bo chcąc nie chcąc przez większość swojego życia będziemy pracować. **I jeśli mamy przez większość życia robić coś, czego zupełnie nie lubimy, to dla mnie to jest zupełnie bez sensu.**
- Osobiście w mojej pracy zawodowej najważniejsze dla mnie wartości to są właśnie taka **satysfakcja, ja chciałbym pracować w czymś, co lubię, czymś, co mnie przynajmniej trochę interesuje.** Na pewno ważny jest też zarobek, to ile zarabiam, ale myślę, że to są takie dwie główne rzeczy, na które patrzę. Później trochę patrzę na czas, na ilość tej pracy.
- Uważam, że jak najbardziej **pasja,** ponieważ **planuję pracować w takim obrębie zawodów, który jest bardzo związany z moimi zainteresowaniami.** Mam tu na myśli języki, więc najważniejszy jest dla mnie **rozwój tego, że osiągam jakieś cele,** które były moimi marzeniami. **Pogłębianie jeszcze bardziej swojej ekspertyzy** w danym kierunku. Wynagrodzenie oczywiście jest ważne, szczególnie w tych czasach, kiedy pojawia się coraz większy kryzys, np. mieszkaniowy. Ale wydaje mi się, że **rozwój jest bardziej istotny,** bo można z niego wynieść także **korzyść duchową,** satysfakcję z tego, co sam człowiek mógł osiągnąć.

DOBRA ATMOSFERA W PRACY, OKAZYWANIE SZACUNKU PRZEZ PRACODAWCĘ, DOBRY KONTAKT ZE WSPÓŁPRACOWNIKAMI I PRACODAWCĄ

Część uczestników na pierwszym miejscu stawia dobrą wspierającą atmosferę w pracy, dobre kontakty ze współpracownikami oraz szacunek okazywany pracownikom przez pracodawcę.

- *Uważam, że przede wszystkim ważna jest **atmosfera między ludźmi**, ponieważ praca, czy wolontariat, czy nawet szkoła jest miejscem, w którym spędza się ogromną ilość czasu. I w momencie, kiedy relacje międzyludzkie są strasznie napięte, sztywne, ludzie nie potrafią rozmawiać ze sobą o niczym innym niż o pracy, to to bardzo mocno wpływa na pracownika, który wręcz męczy się pracując. Więc uważam, że przede wszystkim atmosfera. Również z pewnością w przyszłości będę na to patrzyła bardziej, na wynagrodzenie, ale myślę, że **pracodawca, który szanuje swojego pracownika**, na czym również by mi zależało, potrafi go również docenić pod tym względem.*
- *Właśnie taka współpraca, dogadywanie się.*
- ***Osoby, z którymi można pogadać i które pomogą w pracy.***
- *Bardzo cenię sobie **kontakt z ludźmi**, z klientami, ale też dobrze jest, kiedy w pracy jest przewidzianych trochę przerw, kiedy można tak odetchnąć. Cenię sobie też **dobrą atmosferę między pracownikami**.*
- *Najważniejsze wartości to wynagrodzenie i **osoby, z którymi pracuję, jak się dogaduję i moje szefostwo**.*
- *W pracy zawodowej myślę, że to **żeby środowisko było dobre, nietoksyczne**, tylko wspierające. **A ludzie rozumiejący i też szef, który nie będzie wykorzystywał pracownika**, tylko traktował go uczciwie, jak człowieka, nie jak tylko osobę, która wykonuje jakąś pracę. No i oczywiście **uczciwość żeby była**, bo to chyba najważniejsze, żeby tam nie było oszukiwania ani po jednej, ani po drugiej stronie*
- *Przede wszystkim chciałabym robić to, co lubię. Ważne jest też dla mnie to, żebym pracowała z **przyjemnym zespołem**, który mnie zrozumie, żebyśmy też byli równi sobie, **żeby mój pracodawca traktował nas wszystkich na równo, sprawiedliwie**, żeby moje potrzeby zostały wysłuchane.*

NIESIENIE POMOCY INNYM, POCZUCIE SENSU WYKONYWANEJ PRACY

Część uczestników stawia na pierwszym miejscu poczucie spełnienia i sensu wykonywanej pracy. Mówili o niesieniu pomocy innym.

- *Żeby po prostu chciała wstawać do tej pracy codziennie i **żebym wiedziała, że to, co robię, ma jakiś realny wpływ czy na ludzi, czy na zwierzęta, czy w ogóle na środowisko. Żebym widziała w tym sens.***
- *Ja właśnie pracuję z młodzieżą, więc powiedzmy, że w tym kierunku kształcenia, więc właśnie **taka współpraca z tymi dziećmi i ich wychowywanie jest dla mnie wartością.***

KWESTIE FINANSOWE

Nieliczni uczestnicy badania stwierdzili, że najważniejsze są dla nich zarobki, wymieniając przy tym jednak też inne rzeczy, takie jak atmosfera w pracy.

- *Najważniejsze wartości to **wynagrodzenie i osoby, z którymi pracuję, jak się dogaduję i moje szefostwo.***

2.3. Kwestia równowagi między pracą a życiem prywatnym w kontekście różnic międzypokoleniowych

Osoby badane zostały zapytane o to, jakie są ich zdaniem różnice między pokoleniem młodym a pokoleniem starszym w kontekście równowagi między pracą a życiem prywatnym.

WPŁYW CZASU PRL-U NA UMIEJĘTNOŚĆ ZACHOWANIA RÓWNOWAGI MIĘDZY PRACĄ A ŻYCIEM PRYWATNYM U OSÓB STARSZYCH ORAZ WPŁYW OBECNYCH REALIÓW NA UMIEJĘTNOŚĆ ZACHOWANIA

RÓWNOWAGI MIĘDZY PRACĄ A ŻYCIEM PRYWATNYM WŚRÓD OSÓB MŁODYCH

Osoby badane mówiły o wpływie czasu PRL-u na umiejętność zachowania równowagi między pracą a życiem prywatnym wśród starszych pokoleń. Porównywali też sytuację starszych pokoleń do aktualnych realiów wpływających na młode pokolenia. Stwierdzili m.in., że z powodu dużej dostępności do wielu dóbr, mogą pozwolić sobie na skupienie się na odpoczynku i osiągnięciu tej równowagi.

- **Starsze pokolenie więcej poświęca się pracy.** *Jako osoba, która pisała maturę z historii, to myślę, że dosyć mocno **wpłynął na nas okres w PRL-u, na to starsze pokolenie.** Że jednak rynek pracy wyglądał wtedy inaczej. [...] I wydaje mi się, że ludzie byli tak przyzwyczajeni do tej pracy i również do tego, że [...] **brakowało dostępu do tych podstawowych rzeczy.** I teraz, kiedy ludzie wiedzą, że „jeżeli zarobię, to będę miał więcej rzeczy”, to wydaje mi się, że to właśnie również napędza to starsze pokolenie. A ja, czy osoby z mojego pokolenia, czyli takie, które już żyją na tym rynku, gdzie mamy ogromny dostęp do wszelkiego rodzaju dóbr, nie jesteśmy przyzwyczajeni do tego, że jakiejś tam rzeczy nie ma. Tylko, że wszystko jest praktycznie na wyciągnięcie ręki, więc **trochę bardziej pozwalamy sobie na zarobienie troszkę mniej względem naszego życia prywatnego, ponieważ wiemy, że jeżeli nie kupimy sobie czegoś nie wiadomo jak drogiego, to znajdziemy taki sam tani odpowiednik.***
- *Myślę, że wiele osób, obecnych seniorów, seniorek wywodzi się jeszcze z tego czasu PRL-u, czyli czasu kultu pracy, ale też czasu, gdzie trzeba było naprawdę ciężko pracować, żeby zapewnić sobie dobre życie. Był nacisk na wyrabianie norm, czy pracy ponad normę. **I w całej tej propagandzie było dużo o kulcie pracy i przez to myślę, że mogło wejść takie myślenie, że praca to jest jednak nadrzędna wartość w życiu.** I przez to też doświadczenie trudnych czasów, gdzie faktycznie ci ludzie musieli naprawdę dużo pracować, żeby zapewnić dobre życie swoim rodzinom, **są przyzwyczajeni do takiego patrzenia na to, że takie jest po prostu***

życie, że trzeba ciężko pracować i z tej ciężkiej pracy przychodzi później dobre życie. A nie przy okazji, że praca nie jest tak przy okazji.

- Uważam, że faktycznie starsze pokolenie ma inne o tym zdanie. Nietrudno stwierdzić, że dla starszego pokolenia **ten work-life balance przechyla się w stronę pracy**, która ma większe znaczenie, ale trudno stwierdzić, dlaczego tak jest. Moim zdaniem tutaj wchodzi w grę **czynnik takiej mnogości możliwości, jakie ma w obecnych czasach młodzież**, młode pokolenie na rynku pracy. Mnogość możliwości w kierunku uregulowania pracy i życia prywatnego. Przykład, jaki mogę podać, bo nie do końca wiem, jak to wytłumaczyć. Ludzie pracujący, założmy, w Warszawie, w Krakowie, w Poznaniu, w jakichś korporacjach i tak dalej, taka praca stricte biurowa albo na przykład studenci, doktoranci i tak dalej mają większe możliwości na przykład pojechania sobie na festiwal muzyczny, spotkania się z jakimiś znajomymi i tak dalej. Starsze pokolenie również takie miało, oczywiście, bo młode pokolenie jedzie na Openera na przykład, a starsi jechali na przykład do Jarocina, ale większa szansa była moim zdaniem w starszym pokoleniu na to, że jakies konsekwencje spotkają pracownika za mniejsze przykładanie się do pracy. **Kiedyś też były w ogóle problemy, był PRL, były kartki i bardziej ludzie martwili się o to wszystko, a dzisiaj też pracodawca zmienił podejście moim zdaniem do młodego pracownika i jest taki większy nacisk na zdrowie psychiczne i bardziej zauważa się to, że ten odpoczynek jest potrzebny.**
- Tak, uważam, że istnieje u nich taka różnica trochę, bo u nich doceniane było to bardziej, że się po prostu ma pracę. I często ta praca była najważniejsza. Zresztą jak wiemy z badań, Polacy ogólnie, to starsze pokolenie, trochę kocha tę pracę i jesteśmy jednym z najciężej pracujących narodów. I myślę, że **nie patrzyli oni aż tak bardzo na to, ile mają tego wolnego czasu przez to, że kiedyś było ciężko** i ta praca była jednak na pierwszym miejscu. **Najważniejsze było to, żeby przeżyć**, żeby być w stanie wychować dzieci, żeby być w stanie sobie coś kupić. A nie ten czas poboczny.

WPŁYW WYCHOWANIA NA PODEJŚCIE DO PRACY I ODPOCZYNKU WŚRÓD OSÓB STARSZYCH

Część osób badanych stwierdziła, że z powodu wychowania osób ze starszego pokolenia, mają oni problem z odpoczywaniem i skupiają się za bardzo na pracy.

- *Wydaje mi się, że oni, [starsi], aż tak nie odróżniają, **bo są od małego wychowywani, że praca, praca i praca.** Więc wydaje mi się, że **takim priorytetem jest właśnie pójście do pracy i po pracy spędzenie czasu z rodziną.** Tak mi się wydaje, bo czy rozmawiam z moimi dziadkami, czy ze starszymi osobami, większość, to po prostu ich czas to była praca.*
- *Mam wrażenie, że po prostu **zostali tak nauczeni, że jednak praca jest ważna, żeby były pieniądze, żeby było za co żyć. Czasami lepiej im się żyje pod względem finansowym, ale pod względem rodzinnym to upada jakoś.***
- *Wydaje mi się, że rzeczywiście inne jest podejście. Kiedyś, **myślę, że w czasach, gdy seniorzy się wychowywali, ta praca była nieodłączną częścią człowieka,** po prostu żeby przeżyć. Teraz my możemy sobie pozwolić na to, żeby tylko jedna osoba w rodzinie pracowała i jesteśmy w stanie wyżyć z tego. Więc to podejście na pewno się bardzo mocno zmieniło. Myślę, że właśnie **seniorzy dużo bardziej chcą pracować, są nawet, można powiedzieć, trochę uzależnieni od tej pracy** i gdy nic nie robią czują, że coś jest nie tak, że to nie jest w porządku. **I nie dają sobie często czasu na odpoczynek.***

UMIĘJĘTNOŚĆ ZACHOWANIA RÓWNOWAGI MIĘDZY PRACĄ A ŻYCIEM PRYWATNYM JAKO INDYWIDUALNA KWESTIA

Jeden z uczestników badania stwierdził, że umiejętność zachowania równowagi między pracą a życiem prywatnym jest kwestią indywidualną i zależy od konkretnej osoby, a nie od tego, z jakiego jest pokolenia.

- ***Potrafię sobie wyobrazić osobę, która pracowała np. na roli i wtedy praca zajmowała całe życie, że nie tylko od 7 do 15, tylko non stop,***

dzień, noc, dzień, noc się pracowało. Ale również mogę sobie wyobrazić osobę pracującą w jakimś serwisie z naprawą jakichś kosiarek czy czegoś w tym stylu. Wtedy interesowała go praca od 7 do 15 i na tym się kończył jego dzień. Wydaje mi się, że aktualnie w naszym społeczeństwie ***u ludzi młodych również występuje taka sytuacja, że są osoby, które są całkowicie pochłonięte pracą, że pracują dzień i noc,*** czyli mało czasu na życie prywatne i rodzinne. Głównie to dotyczy osób prowadzących swoją działalność, bądź na bardzo wysokim stopniu menadżerskim. Są ludzie, którym pasuje tylko i wyłącznie zamknięty grafik, 7 do 15, „ja się wyłączam, telefon służby jest wyłączony i mam czas dla rodziny.” Więc wydaje mi się, że to są te wartości, które zależą głównie.

PRZEKONANIE O TYM, ŻE MOŻNA ZAROBIĆ WYŁĄCZNIE PRACUJĄC DUŻO I CIĘŻKO WŚRÓD STARSZEGO POKOLENIA

Część osób badanych stwierdziła, że osoby ze starszego pokolenia nadmiernie skupiają się na pracy dlatego, że są przekonani, że aby zarobić trzeba pracować ciężko i dużo.

- *Wydaje mi się, że też tak z obserwacji rodziców, dziadków, wujków, cioć, **starsze pokolenie nie za bardzo umie odpoczywać.** Jeżeli umie, to od razu kojarzy im się to może z takimi jakimiś bardzo drogimi wakacjami, na które muszą wyjechać, dopiero wtedy odpoczną. A tak, żeby po prostu odetchnąć chwilę od pracy, to jest problem. Jednak z tą równowagą między pracą a odpoczynkiem to tak średnio, bo jednak wychodzi na to, że **dużo więcej pracują niż odpoczywają.** Na pewno starsze pokolenie jest bardziej skupione na tym, żeby pracować dużo i ciężko. I wtedy według ich opinii będą mieć więcej pieniędzy za to, więcej korzyści. **A młodsze pokolenie zauważa, że to wcale nie musi być tak, że trzeba pracować całe życie, cały czas, żeby się dorobić. Tylko można to robić efektywniej i krócej i więcej odpoczywać.** Starsze pokolenie nie za bardzo umie odpoczywać.*

- *Tak samo mówią o nas, jeśli ktoś nie pracuje, czy **jeśli ktoś pracuje bardzo lekko, a zarabia dobre pieniądze, to to dla nich czasami nawet wydaje się jakimś oszustwem, że ktoś nie haruje, a ma pieniądze.***

BRAK ŚWIADOMOŚCI NA TEMAT ZDROWIA PSYCHICZNEGO WŚRÓD STARSZYCH POKOLEŃ

Część uczestników badania stwierdziła, że starsze pokolenie nie potrafi odpoczywać z powodu mniejszej świadomości na temat zdrowia psychicznego w czasach, w których dorastali niż w obecnym momencie.

- *Myślę, że nie, [że starsze pokolenie nie potrafi oddzielić czasu spędzonego w pracy od czasu na życie prywatne], że **dopiero teraz stworzyła się taka świadomość właśnie, jak oddzielać to życie prywatne od zawodowego.** A jakie są tego przyczyny, że starsi tego nie oddzielają? Myślę, że dużo więcej energii swojej wkładają w tę pracę i **mniej dbają też o swoje zdrowie psychiczne** i chyba [mniej potrafią] oddzielić faktycznie tę pracę od życia rodzinnego.*
- ***Dzisiaj też pracodawca zmienił podejście moim zdaniem do młodego pracownika i jest taki większy nacisk na zdrowie psychiczne i bardziej zauważa się to, że ten odpoczynek jest potrzebny.***

WIĘKSZA UMIEJĘTNOŚĆ ZACHOWANIA RÓWNOWAGI MIĘDZY PRACĄ A ŻYCIEM PRYWATNYM WŚRÓD STARSZYCH POKOLEŃ

Niektóre osoby badane stwierdziły, że osoby ze starszego pokolenia lepiej potrafią zachować równowagę między pracą a życiem prywatnym niż młodsze pokolenie.

- *Chyba bardziej przykładają uwagę starsi. Już jakoś życie ich trochę nauczyło tego. **Każdy zrozumiał takie swoje miejsce, w którym się znajduje z tych starszych i godzi jedno z drugim.***
- *Myślę, że **starsze osoby więcej odpoczywają po pracy niż te młodsze,** bo te młodsze na razie nie potrzebują aż takiego poświęcenia dla siebie. Bardziej dążą, żeby być wyżej zawodowo.*

2.4. Wartości i priorytety w życiu prywatnym i rodzinnym

Osoby uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, jakie wartości i priorytety w życiu prywatnym i rodzinnym ich zdaniem mają osoby z młodego pokolenia.

RELACJE MIĘDZYLUDZKIE

Według wielu osób badanych nadrzędną wartością dla wielu młodych osób są relacje międzyludzkie. Część z nich mówiła o tym, że przyjaźń jest najważniejsza. Niektórzy mówili też o spędzaniu czasu zarówno z przyjaciółmi, jak i rodziną. Jedna z uczestniczek badania podkreśliła, że jej zdaniem dla młodego pokolenia relacje z ludźmi są bardzo ważne, jednak nie muszą być to relacje rodzinne. Inna osoba badana powiedziała, że jej zdaniem czasami osoby młode poświęcają czas na bliskość z innymi kosztem pracy.

- *Na pewno **spędzanie razem czasu. I to takiego bez telefonów, bez Internetu. I takiego po prostu życia chwilą tu i teraz.** Skupienie się na tym, co mnie otacza i na tych osobach, które są. Między sobą.*
- *Na pewno chciałabym w przyszłości, zakładając swoją rodzinę, żebyśmy jednak wszyscy potrafili rodzinnie spędzać czas. **Wspólne spędzanie czasu. Też rozmowy. Taka szczerść po prostu w tych relacjach.***
- *Moje pokolenie też się skupia bardzo na tym, żeby mieć czas dla znajomych, dla przyjaciół, dla rodziny.*
- *To rodzina i przyjaciele. Myślę, że tak niezależnie od pokolenia. Również w tym pokoleniu to są takie górujące wartości w tej piramidzie.*
- *Jeżeli chodzi o życie społeczne, wydaje mi się, że mimo wszystko **jest jedna rzecz, która przez generacje nie słabnie i to jest przyjaźń.** Ludzie nadal chcą utrzymywać ze sobą bardzo bliskie relacje, nadal to ma mimo wszystko*

*taką samą siłę, jaką miało lata temu. Miłość jest już inaczej trochę postrzegana, ale to byłby bardzo długi temat, więc myślę, że mimo wszystko **przyjaźń jest najważniejszym priorytetem.***

- *Po pierwsze **komfort i jakość relacji. Tylko nie muszą być to konkretnie właśnie relacje rodzinne, bo myślę, że to się akurat zmieniło.** W moim pokoleniu trochę mniej trzyma się rodziny niż w starszym, a bardziej to są po prostu relacje, jakiegokolwiek tak naprawdę. Głównie swój komfort, relacje. Bardziej takie rzeczy społeczne.*
- *Myślę, że bardzo **dużo osób młodych stawia na prywatność, na swoje "ja". Nawet czasami może kosztem tej pracy,** że na przykład nie biorę tych nadgodzin, po prostu po to, aby więcej przebywać ze sobą, więcej przebywać z rodziną. Czyli wydaje mi się, że **taka bliskość jednak ze sobą, z bliskimi.***
- *W moim pokoleniu, wbrew pozorom, chociaż bardzo wiele osób mówi, że to pokolenie już trochę jest zepsute, to dla mnie zdecydowanie **największymi wartościami jest miłość, rodzina, przyjaciele, zdrowie, takie ciepło rodzinne,** to rodzinne ognisko. To jest dla mnie zdecydowanie najważniejsze.*

STABILNOŚĆ FINANSOWA

Część uczestników badania stwierdziła, że obecnie priorytetem dla młodych osób są kwestie finansowe.

- *Myślę, że dążenie do godnego statusu społecznego, że finanse. Żeby po prostu godnie żyć.*
- *Myślę, że **priorytetem obecnie dla dużej części młodych są zarobki** przede wszystkim, żeby mieć jakąś taką stabilną sytuację finansową.*
- *No u mnie to chyba... Właśnie **mieszkanie czy dom. Jakieś nieruchomości.** Taka może **niezależność** od kogoś.*

ZAKŁADANIE WŁASNEJ RODZINY

Część osób badanych stwierdziła, że dla młodego pokolenia założenie rodziny nie jest tak ważne, jak dla starszych pokoleń.

- *Starsze pokolenie raczej nie widzę, żeby się aż tak tym przejmowało, żeby na przykład przed założeniem rodziny ustabilizować właśnie sytuację finansową, znaleźć dobrą pracę i dopiero w tym kierunku wtedy myślimy. **Kiedyś to po prostu wystarczyło pracować i rodzina od razu już się zakładała, takie mam wrażenie.***
- *Wydaje mi się, że obecnie coraz mniej osób zakłada rodziny.*
- *Zmienia się to, że **na pierwszym miejscu nie jest już założenie rodziny, tylko kariera i praca.***

ZMIANA POSTRZEGANIA RODZINY

Uczestnicy badania wspominali też o tym, w jaki sposób zmieniło się postrzeganie rodziny przez społeczeństwo. Mówili o **świadomości dotyczącej wagi zdrowia psychicznego w kontekście budowania zdrowych relacji, w tym tych z rodziną. Zwracali uwagę na większą świadomość w kwestii przemocy w rodzinie** i większą skłonność do walczenia o siebie. Jedna osoba badana powiedziała, że **ważne jest dla niej to, aby jej dzieci w przyszłości czuły się na tyle komfortowo, by szczerze z nią rozmawiać, co jej zdaniem w starszych pokoleniach nie było czymś oczywistym.**

- *Jeśli chodzi o rodziny, sytuacja już może być trochę inna niż kiedyś. Np. pamiętam jak z moją babcią czasami rozmawiałem, jak to wtedy było, jak za ich czasów jak ktoś wziął rozwód, to było "co oni zrobili?". I się śmiali i tak dalej. Każdy o tym mówił. A teraz w ogóle ludzie potrafią brać rozwód po dwa, trzy razy i to jest sprawa normalna. **Nie zmuszają się do tego, aby być z jedną osobą, której tak naprawdę nie lubią przez resztę życia.***
- *Też rozmowy. Taka szczerść po prostu w tych relacjach. **Żeby nie bało się dziecko mi powiedzieć, że coś się stało. Żeby umiało rozmawiać. Ta rozmowa, szacunek też, żeby były wzajemne. Żeby nie było przemocy.** Żeby była po prostu bezpieczna, szczęśliwa, szczerą rodziną.*

- ***Coraz bardziej odchodzi się od takiego poglądu, który był w starszym pokoleniu, że mamę i tatę trzeba kochać niezależnie od wszystkiego. Brzmi to bardzo źle i brzmi jakby jakiś upadek wartości, natomiast coraz bardziej się zauważa, że czasami rodzina nie jest aż tak nam przyjazna jak może się wydawać.***

POŚWIĘCENIE CZASU NA SWOJE PASJE I SAMOROZWÓJ

Część uczestników badania stwierdziła, że jedną z najważniejszych obecnie wartości dla młodego pokolenia jest możliwość poświęcania czasu na swoje pasje oraz rozwój umiejętności.

- *Wydaje mi się, że aktualnie duży nacisk na takie życie prywatne się nakłada, na samorozwój.*
- *Żeby móc poświęcić się też swoim pasjom. A nie tak, że od rana do nocy siedzi się w pracy i jak się wraca to już tylko spać, bo nic więcej nie da się zrobić.*

2.5. Różnice kulturowe w podejściu do wychowania dzieci

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie różnice kulturowe dostrzegają w podejściu do wychowania dzieci między swoim pokoleniem a starszym.

ŚWIADOMOŚĆ NA TEMAT ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Wielu uczestników badania zwracało uwagę na to, że aktualnie **świadomość na temat zdrowia psychicznego wśród społeczeństwa jest znacznie wyższa niż kiedyś**, co ich zdaniem wpływa także w znaczący sposób na podejście do wychowywania dzieci wśród młodego pokolenia. Dzięki temu, ich zdaniem, **obecnie dzieci mają przestrzeń do okazywania emocji i do szczerości w relacji**

rodzic-dziecko, a także mniej narażone są na choroby i zaburzenia psychiczne powstałe z traum spowodowanych zachowaniem rodziców.

- *Uważam, że obecnie coraz częściej, co oczywiście uważam za niezwykle dobre i wartościowe, **odchodzi się na przykład od takich rzeczy jak krzyk względem dziecka oraz ustanawianie hierarchii w domu** rodzic-dziecko. Tylko coraz częściej jest to taka relacja partnerska, co uważam oczywiście za dobre. Ponieważ **dziecko więcej nauczy się, kiedy nie jest w domu, że tak powiem, terroryzowane, takie straszone, tylko kiedy ma spokój** i wydaje mi się, że to jest bardzo dobra zmiana, jeżeli chodzi o nasze pokolenie.*
- *Na pewno to, że **teraz rodzice bardziej słuchają potrzeb swoich dzieci i rozmawiają z nimi**. A wydaje mi się, że **kiedyś mniejszą uwagę zwracało się na zdrowie psychiczne**.*
- *Myślę, że **sprawy zdrowia psychicznego przez starsze pokolenie były traktowane troszkę po macoszemu, nie jest to zbyt istotne dla nich. "Jeżeli jest smutno, to zaraz przejdzie"**. A młodsze pokolenie zwraca na to dużo większą uwagę. I głośniej się mówi o badaniach, o chodzeniu na terapię. Jest to bardziej taki omawiany temat.*
- *Można dawać kary moim zdaniem, ale nie takie właśnie cielesne albo mocno wpływające na psychikę, tylko żeby pokazać dziecku, że jednak "dostaniesz jakąś karę i żebyś tego więcej nie robił". Tylko właśnie, żeby to się nie odbijało mocno na psychice, bo potem dzieci potrafią dostać depresji. **Są takie przypadki, gdzie właśnie tak przez starsze pokolenie się stało, że dziecko jest w depresji.***
- *W tym młodszym pokoleniu rzeczywiście rodzice bardzo dużą uwagę zwracają na to, żeby poświęcić ogrom czasu dziecku, bo **wiedzą jak to jest ważne, żeby pokazać im tę miłość**. W tym starszym pokoleniu trochę można powiedzieć, że panował taki zimny wychów, tak mi się wydaje, tak mogę to nazwać. **Tych emocji nie pozwalano dziecku okazywać, tak samo rodzice nie okazywali. Dzieci, chłopcy szczególnie, nie mogli płakać,***

a teraz to jest normalne, że po prostu chłopiec płacze, to jest jak najbardziej ok. Po prostu swoje emocje pokazuje, odreagowuje.

- *Wydaje mi się, że nie było takie, że martwiło się o emocje i poczucie dziecka psychiczne. A wydaje mi się, że właśnie **nasze pokolenie jest takie, że po samych swoich doświadczeniach próbują też zrozumieć dziecko.** I nie mieć dziecka jako dziecko, tylko też jako przyjaciela i pokazać wsparcie, że ma u nich.*

DYSCYPLINOWANIE DZIECI I PRZEMOC

Wielu uczestników badania wypowiadało się także na temat różnicy między starszym a młodszym pokoleniem w kwestii dyscyplinowania swoich dzieci. **Zwracali uwagę na temat przemocy, który według nich, w wychowaniu poprzednich pokoleń był obecny na dużą skalę.** Zdaniem osób badanych aktualne relacje pomiędzy rodzicami a dziećmi w większości przypadków są znacznie bardziej pozytywne.

- ***Wcześniej było takie spojrzenie, z tym bardziej surowym wychowaniem.*** *Że to przez dyscyplinę kształtuje się charakter, dlatego też trzeba było utrzymywać dyscyplinę jakimiś środkami czasem. To wiadomo. A teraz myślę, że przez tyle lat badań i tego, co mówią różni lekarze czy psychiatry, jednak to podejście się zmieniło i mniejszy jest nacisk na samą dyscyplinę, a większy jest **na tę bezstresowość, na pomoc, na zrozumienie, na otwartość.***
- ***Starsze pokolenie bardziej rygorystyczne jest.*** *Młodsze nie aż tak. Chociaż powinno to być takie wypośrodkowane, ja tak uważam.*

ZAANGAŻOWANIE W ŻYCIE DZIECKA

Część badanych stwierdziła, że różnicą między starszym a młodszym pokoleniem jest stopień zaangażowania w życie dziecka i podejście do tego, w jakich kwestiach wymaga ono wsparcia. Ich zdaniem starsze pokolenie mniej było zaangażowane w sprawy dotyczące życia ich dzieci.

- *Wydaje mi się, że teraz **nasze pokolenie strasznie chucha i dmucha na swoje dzieci**. Warto zauważyć również, że w starszym pokoleniu w jednym domu potrafiło być po pięcioro dzieci. A aktualnie to jest jedno dziecko, dwoje albo nawet bez żadnego dziecka. Więc to jest taka różnica w ilości przede wszystkim. Wydaje mi się, że takie **starsze pokolenie do dzieci podchodziło z większą swobodą**. Ja takie wrażenie odczuwam.*
- *Najważniejsze, to wydaje mi się, że nasze pokolenie [...] **zwraca większą uwagę na dzieci i bardziej się o nie troszczy**. Wydaje mi się, że **starsze pokolenie martwiło się o swoje dzieci, ale było takie, że "dobra, poradzisz sobie samemu, dasz radę i tyle"**.*
- *[Teraz] jednak **tych dzieci się bardziej pilnuje**. W tym względzie, że o której wracają, gdzie wychodzą, a kiedyś po prostu dziecko potrafiło wyjść rano z kolegami, wrócić wieczorem i nikt go nie szukał, nie martwił się aż tak. Ale **teraz rodzice bardziej walczą o dzieci na przykład w szkole właśnie, czyli kiedyś myślę, że bardziej się wysyłało dziecko, żeby załatwiło coś z nauczycielem samo**. A teraz na przykład jest tak, że dość często to rodzice przychodzą i rozmawiają właśnie za dzieci.*
- ***Często ci rodzice [ze starszego pokolenia] w ogóle nie mieli czasu dla swoich dzieci, te dzieci się tak naprawdę same wychowały**, a jednak w tym młodszym pokoleniu rzeczywiście rodzice bardzo dużą uwagę zwracają na to, żeby poświęcić ogrom czasu dziecku, bo **wiedzą jak to jest ważne, żeby pokazać im tą miłość**.*

WOLNOŚĆ DO PODEJMOWANIA WŁASNYCH DECYZJI

Zdaniem osób badanych rodzice z młodszego pokolenia dają większą swobodę w podejmowaniu decyzji, np. **nie wymuszają na dzieciach wyboru konkretnej ścieżki kariery, a pokazują im, że ważna jest nie tylko nauka i praca, ale też dają im przestrzeń do rozwijania swoich zainteresowań**. Według nich starsze pokolenie też inaczej podchodziło do kwestii odpoczynku, twierdząc, że nie jest on potrzebny.

- *Myszę, że główną różnicą jest to, że [...] rodzice dają swoim dzieciom trochę więcej wyborów, nawet jeżeli chodzi o takie rzeczy jak wiara bądź kierunek nauki. Kiedyś te rzeczy zwykle były, zresztą ja sam jestem tego przykładem, bardziej wpajane od dziecka i dziecko było bardziej tak jakby budowane przez tego swojego rodzica. **To był mniej taki model wolnościowy.***
- *Myszę, że kiedyś większy był nacisk na to, żeby się uczyć, pójść na dobre studia, znaleźć dobrą pracę. A teraz myślę, tak przynajmniej po rówieśnikach widzę, że chyba **jest mniejszy nacisk na to, że tak powiem, zabijanie się w tej szkole, zaharowywanie. Tylko większy nacisk na po prostu takie codzienne przyjemności z życia i te zainteresowania, a niekoniecznie tylko nauka, nauka, praca, praca.***
- *Myszę, że starsze pokolenie przekazuje swoim dzieciom wartości dotyczące pracy i odpoczynku - odnośnie tego, że **odpoczynek nie jest też taki ważny.***

WPŁYW TECHNOLOGII NA SPOSÓB WYCHOWYWANIA DZIECI

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że obecnie wpływ na wychowanie dzieci ma technologia. Jedna z osób badanych wspomniała o kierowaniu się trendami obecnymi w Internecie przy podejmowaniu decyzji na temat wychowywania dzieci, a druga stwierdziła, że negatywnym zjawiskiem jest nadmierne korzystanie z telefonów przez dzieci.

- ***Różne trendy wpływają na wychowanie dzieci.** Kiedyś też były trendy, wiadomo, aczkolwiek w tym momencie np. otaczanie dzieci tylko beżowymi kolorami albo wegetarianizm od najmłodszych lat. **Dużo decyzji nie jest dyktowanych już przez matki i babcie, a to jest np. Internet.** To jest, wydaje mi się, największa różnica, którą zauważam. Na przykład ja mam takich starszych rodziców i faktycznie moje wychowanie i wychowanie mojej siostry ciotecznej było dyktowane tym, że mama dała mi radę, babcia dała mi radę, czasami nawet prababcia babci dała radę. **A jeżeli chodzi o młodych***

rodziców, to ci dziadkowie już powoli przestają być aż takim autorytetem.

- *To starsze pokolenie wydaje mi się, że lepiej podchodziło do wychowywania dzieci, bo **teraz pokolenie współczesne bardziej pozwala telefonów używać, co trochę może ogłupiać te dzieci.***

PODEJŚCIE DO DECYZJI NA TEMAT POSIADANIA DZIECI

Jedna z osób badanych stwierdziła, że obecnie ludzie młodzi z większym zastanowieniem podchodzą do decyzji o posiadaniu dzieci niż pokolenia starsze.

- *Na pewno jest różnica taka, że **to młodsze pokolenie jest bardziej świadome trudu, jakim jest wychowanie dzieci.** I generalnie **decyduje się na dziecko w tym momencie, kiedy rzeczywiście wie, że będzie w stanie je godnie wychować.** I da im godne życie. A w tym starszym pokoleniu często było tak, że to były bardzo duże rodziny, rodziło się bardzo dużo dzieci i tak naprawdę później już trzeba było się zastanawiać, jak te dzieci wychować, jak te dzieci wyżywić. **Często ci rodzice w ogóle nie mieli czasu dla swoich dzieci, te dzieci się tak naprawdę same wychowały.***

2.6. Strategie skutecznej współpracy z osobami ze starszych pokoleń

Osoby badane zostały zapytane o to, jakie strategie stosują, aby skutecznie współpracować z osobami ze starszych pokoleń.

ROZMOWA, WYMIANA POGLĄDÓW, PRÓBA ZROZUMIENIA PERSPEKTYWY DRUGIEJ STRONY, OTWARTOŚĆ, KOMPROMIS

Wielu uczestników badania stwierdziło, że najważniejszymi kwestiami dla skutecznej współpracy z osobami ze starszych pokoleń jest prowadzenie rozmowy.

Wyszczególniali często między innymi wagę wymiany poglądów, próby zrozumienia drugiej strony, otwartości oraz chęci wypracowywania kompromisów.

- *Najprostszą moim zdaniem drogą to jest **rozmowa**. Ja często stosuję rozmowę, staram się rozmawiać. Nawet jeśli osoba starsza stawia jakieś swoje zdanie, **próbuję go też jakoś przekonać do swojego zdania, żeby zrozumiał też mnie**. Jakoś innych jakichś sposobów nie stosuję, staram się nie kłócić, jakieś **kompromisy**.*
- *Dogadywać się, **rozmawiać dużo. Znaleźć jakieś wspólne wyjście z sytuacji**.*
- *Jeżeli spotykam na swojej drodze osobę, która ma jakieś takie bardzo radykalne poglądy dotyczące np. tego [zdrowia] psychicznego, ponieważ jest to dosyć bliski mi temat, to **staram się, jeżeli się uda, nieco wytłumaczyć, o co chodzi tak naprawdę**. Że to wcale nie jest takie czarno-białe, że wcale nie jest tak, że cały czas trzeba być zadowolonym, a jeżeli się nie jest, to zaraz przejdzie. I że to wcale nie jest nic dziwnego - chodzenie do psychiatry, branie leków. Staram się to tłumaczyć, bo nie zawsze też ludzie przyjmują to do wiadomości, ale się staram.*
- *Trzeba tak jakby **wejść w ich skórę, żeby zrozumieć**, w jakiej są sytuacji i to pomoże na pewno.*
- *Myślę, że najlepszą strategią jest **śluchanie, co mają do powiedzenia** i do zakomunikowania i zachowanie z uwzględnieniem tego, czyli taka **otwartość**.*
- *Trzeba **szukać kompromisów** przede wszystkim, czyli **porozmawiać, wyjaśnić swoje stanowisko, posłuchać** tej drugiej strony, dlaczego ona uważa tak, a nie inaczej i spróbować dojść do porozumienia, czyli przede wszystkim rozmawiając.*
- *Starałam się **zrozumieć podejście starszych osób** ode mnie, ponieważ miałam świadomość, że kiedy ja będę starsza, to również młodsze pokolenie będzie zupełnie inaczej patrzyło na świat. I starałam się podchodzić do tych ludzi, na zasadzie **trochę nakładać ich okulary, rozumieć dlaczego na***

przykład mają konkretne podejście względem jakiejś sprawy, albo dlaczego nie są w stanie zrozumieć, że my mamy inne potrzeby. I próbować rozmawiać na ten temat.

- *Przede wszystkim **zrozumienie** jest tutaj kluczowe. My jako ludzie młodzi, może się nam wydawać, że coś jest niezrozumiałe, że coś jest głupie. Jak np. osoby starsze postrzegają pewne sprawy. Ale **musimy się postawić w ich sytuacji**. My nie przeżyliśmy tego, co oni. Oni żyli w innych czasach. Różnie gospodarka wtedy funkcjonowała i różne czasy oni przeżyli. **Nie możemy z własnego doświadczenia mówić, jak powinien się ktoś zachowywać**. Nie wiemy, co ta osoba czuje, jakie dana rzecz emocje u nich wywołuje. Przede wszystkim zrozumienie jest kluczowe.*

CIERPLIWOŚĆ

Część uczestników badania stwierdziła także, że ważną strategią skutecznej współpracy z osobami ze starszych pokoleń jest okazywanie cierpliwości.

- *Wydaje mi się, że przede wszystkim uzbrajam się w **cierpliwość**. Oczywiście jestem bardzo **miła, bardzo rozumiejąca, rozumiem ich potrzeby**. Rozumiem, że oni zwykle nie nadają na tych samych falach, co my młodzi. Więc po prostu zdaję sobie sprawę z tego, że trochę więcej czasu muszę poświęcić na właśnie taką rozmowę. Na zrozumienie tych osób, na dowiedzenie się czegoś, aczkolwiek właśnie wydaje mi się, że ta **cierpliwość i takie okazanie im ciepła, takiej troski** jest bardzo ważne.*
- *Na pewno komunikacja to jest podstawa. Czyli rozmowa po prostu. Po prostu **zrozumienie i wyrozumiałość, cierpliwość**. Zrozumienie, co ta osoba chce dokładnie przekazać, co ma na myśli.*

POWOLNE KROKI

Jedna z osób badanych stwierdziła, że według niej skuteczną strategią współpracy z osobami starszymi jest tłumaczenie im zagadnień technologicznych powoli oraz rozbijając je na poszczególne kroki.

- *Ja staram się głównie słuchać i rozumieć i **podejmować powolne kroki**. My jako młode pokolenie **jesteśmy trochę przyzwyczajeni do takich szybkich przeskoków informacji, trendów, ale starsze pokolenie trochę mniej**. Myślę, że to, co powinniśmy robić to podejmować takie powoli drobne kroki, rozmawiając głównie z nimi albo pokazując im, co działa, co nie. I ja się staram iść takim tokiem, nawet tłumacząc moim własnym dziadkom, jak działają nowe technologie.*

TRAKTOWANIE Z SZACUNKIEM

Uczestnicy badania wspominali także o wadze traktowania osób starszych z szacunkiem. Jedna z osób badanych podkreśliła, że nie należy seniorów traktować jak dzieci, ani tak, jakby byli gorsi.

- *Generalnie pierwsza zasada jest taka, nieważne jak bardzo ktoś może mieć takie przewrotne poglądy, ale **seniorzy to nie są dzieci**. To nie są dzieci i według mnie pierwszą zasadą jest, żeby ich tak nie traktować, **bo to jest brak szacunku**. I oni to momentalnie odkryją, bo to są bardzo wartościowi ludzie, ciekawi świata, ciekawi jak ich postrzegają inni i momentalnie to odkryją, że ktoś nie ma do nich szacunku. A **wtedy już jest po współpracy**, bo gdyby to była współpraca równolatków, to nie wiem, czy ktoś chciałby współpracować z osobą, **która postrzega innych w sposób, jakby byli gorsi**. To jest moim zdaniem pierwsza zasada i pierwsza strategia.*

UWZGLĘDNIENIE POTENCJALNYCH PROBLEMÓW ZE SŁUCHEM

Jedna z osób badanych stwierdziła, że ważne jest to, aby uczyć seniorów jakichś zagadnień, wziąć pod uwagę, że mogą oni mieć problemy ze słuchem.

- *To jest taka [strategia] bardziej stricte związana z uczeniem, w roli uczeń-nauczyciel. [...] **Czasami pojawiają się problemy ze słuchem, problemy ze wzrokiem. Podchodzić blisko, jak najbliżej tłumaczyć**. Nie mówię tu o kontakcie fizycznym, aczkolwiek podchodzić jak najbliżej, **żeby to takie wyobcowanie, te takie granice, że są seniorzy i jest młoda pani, w ogóle zniknęło**. Bo seniorzy lubią, kiedy zacierają się granice, czują*

się wtedy na równi, ponieważ są na równi i trzeba ich utrzymywać w tym przekonaniu, że są.

3. IDENTYFIKACJA WYZWAŃ I BARIER W KONTEKŚCIE EFEKTYWNEJ WSPÓŁPRACY MIĘDZYPOKOLENIOWEJ

3.1. Różnice w sposobie komunikacji między pokoleniami

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie zauważają różnice w sposobie komunikacji między pokoleniem starszym a młodszym i jakie trudności ich zdaniem wynikają z tych różnic.

ODMIENNE ŚRODKI KOMUNIKACJI

Wielu uczestników badania stwierdziło, że główną różnicą w sposobie komunikacji, a zarazem przyczyną trudności, jest fakt preferowania odmiennych środków komunikacji. W przypadku ludzi młodych - przez Internet, w przypadku pokoleń starszych - na żywo.

- ***Ze starszymi zazwyczaj się rozmawia przez telefon albo osobiście. Z młodszymi jakies tam sprawy się załatwia przez Internet czy SMS.***
- ***Myślę, że tak, że [różnice] są ogromne. W naszym pokoleniu jednak głównie komunikuje się za pomocą komunikatorów, [...] jakies aplikacje takie jak Messenger czy Instagram. I utrudnia to w ten sposób, że nasze pokolenie żyje trochę szybciej i po prostu idziemy tym tokiem, że można z kimś porozmawiać zawsze, wszędzie, nie trzeba się na nic***

umawiać. Oni jednak preferują ten kontakt w cztery oczy i dla nich, powiedziałbym, mniej komfortowe jest korzystanie z takich komunikatorów, dla nas to jest codzienność. Dla nich to nawet może się wydawać taką nieprawdziwą rozmową. Spotykałem się już z takimi przypadkami, że na przykład rozmawiałem z jakimś seniorem przez telefon, a później otrzymałem prośbę, że no "to może umówmy się na jakąś taką normalną rozmowę".

- Różnica właśnie jest taka, że na przykład **moja babcia bardzo rzadko korzysta z telefonu. Zazwyczaj muszę do niej przyjechać, z nią porozmawiać na żywo.** Właśnie ta technologia zmienia tę komunikację, bo młodzi się komunikują zazwyczaj przez telefon. "O tej, o tej godzinie tu i tam się widzimy", dostajemy SMS-a, spoko. **A ze starszymi osobami musisz się umówić w cztery oczy zazwyczaj.** Takie osoby, co właśnie nie są przekonane do tej technologii mówią, że też w ogóle tego nie ma. **I przez te różnice właśnie jest utrudniony czasami ten kontakt. Bo nie zawsze ma się czas przyjechać i powiedzieć coś.**
- Wydaje mi się, że **moje pokolenie zdecydowanie częściej komunikuje się przez telefon.** To są jakieś po prostu czaty, pisanie czy rozmowy telefoniczne, wideo, a w starszym pokoleniu tego po prostu nie było, więc ci ludzie **są już nastawieni na spotkanie się z ludźmi twarzą w twarz.** Takie rozmowy wartościowe właśnie na żywo. No i u nas tą trudnością jest to, że **my się coraz bardziej od tych ludzi takich realnych odsuwamy i wolimy sobie po prostu siedzieć w domu i ewentualnie z kimś pisać i to nam czasami wystarcza,** co też nie jest dobre. A ci starsi ludzie rzeczywiście lgną do innych i bardzo potrzebują tego kontaktu, którego są nauczeni.

PREFEROWANE FORMY PRZEKAZU

Jedna z osób badanych stwierdziła, że trudności mogą wynikać z tego, że ludzie młodzi przyzwyczajeni są do szybkich treści, starsze pokolenia zaś do dłuższych form.

- Wydaje mi się, że obecnie my jako młodzi ludzie **jesteśmy bardzo mocno przyzwyczajeni do szybkich treści i my chcemy załatwić sprawy**

szybko, jak najkrótszymi komunikatami, co oczywiście wynika z tego, że dużą częścią naszego życia jest Internet i media społecznościowe. Z kolei starsze pokolenie, które jest jeszcze przyzwyczajone do długich form, bardzo często stara się załatwiać rzeczy w bardzo powolny sposób, dużo tłumacząc, dużo mówiąc, a my jesteśmy tacy bardziej do brzegu, szybciej chcemy wszystko.

ODMIENNOŚĆ ZWYCZAJÓW, PRZEKONAŃ I POGLĄDÓW

Niektórzy uczestnicy badania zwracali uwagę na trudność, jaką może być odmienność zwyczajów, wartości i poglądów. Jedna z osób badanych wskazała jako przyczynę tych różnic nowe technologie.

- *Różnice to fakt dorastania w zupełnie innych czasach, korzystania z zupełnie innych platform, różne zainteresowania i ogólnie **odmienność w zwyczajach, czy też w wartościach i poglądach.** Więc myślę, że ta odmienność może być problemem w ogólnej komunikacji.*
- *Myślę, że **na pewno smartfon się do tego przyczynił.** Bo inaczej się wychowywała dzisiejsza młodzież niż starsze pokolenie, które czytało gazety, było bardziej czytane. To teraz, to przez smartfony głównie.*

STEREOTYPY I NEGATYWNE NASTAWIENIE WZGLĘDEM INNEGO POKOLENIA

Część uczestników badania mówiła o negatywnym nastawieniu jednego pokolenia względem drugiego jako o przyczynie trudności w komunikacji. Wspominali także o stereotypach, które utrudniają znacząco nawiązanie porozumienia międzypokoleniowego.

- *Myślę, że **starszym osobom jest ciężko zaakceptować to, że młodzież mniej się spotyka na żywo, a więcej gdzieś tam w tych telefonach komunikaty wymienia. Że tak się na to troszkę krzywo patrzy,** też na takie szukanie związków na odległość albo poznawanie ludzi przez Internet. Ciężko tak trochę im to zaakceptować.*

- *[Problemem mogą być] też pewne **stereotypy wzajemne jednej strony wobec drugiej.***

CHĘĆ ROZMOWY W CELU ZROZUMIENIA POGLĄDÓW DRUGIEJ OSOBY

Zdaniem jednej z osób badanych wśród osób starszych nie ma chęci do rozmów w celu zrozumienia drugiej osoby, czy też wyjaśnienia nieporozumień.

- ***Teraz młodzi ludzie właśnie starają się komunikować, jeżeli czegoś na przykład nie rozumieją.** Albo na przykład wychodzi jakaś sytuacja, taki zgrzyt jakby, to próbują rozmawiać na ten temat i zrozumieć właśnie, co dana osoba ma na myśli, dlaczego ona zrobiła tak, dlaczego powiedziała tak itd. **A kiedyś właśnie te starsze osoby nie przykładały do tego większej uwagi, żeby zrozumieć, dlaczego ktoś mówi tak, dlaczego ktoś tak myśli.***

3.2. Bariery technologiczne w pracy z seniorami

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie bariery technologiczne w pracy z seniorami dostrzegają oraz jak ich zdaniem bariery te wpływają na tę współpracę.

BRAK ZNAJOMOŚCI PODSTAW OBSŁUGI TELEFONU (W TYM BRAK UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACJI SMS-OWEJ)

Część uczestników badania mówiła o tym, że część seniorów nie potrafi komunikować się w inny sposób niż poprzez rozmowę telefoniczną lub na żywo.

- *Przede wszystkim jest właśnie problem z komputerem, Internetem, telefonem dotykowym jakimś bardziej zaawansowanym. Chociaż też **czasami zwykle napisanie sms-a jest problemem.** [...] Bo starsza osoba, **nawet jak się jej pokaże, to mam wrażenie, że właśnie ciężko już jest przyswoić tę wiedzę.** I czasem trzeba pokazać pięć razy, dziesięć razy, powtórzyć, jeszcze raz gdzieś naklikać powoli, zapisać nawet na kartce krok po kroku jak to*

trzeba zrobić. **A i tak potem jest jeszcze milion pytań, więc myślę, że to jest najbardziej ta technologiczna** [bariera].

- Starsze [osoby] po prostu **nie umieją obsługiwać telefonów**, bo nie byli tego nauczeni. W starszym wieku **ciężko tego się nauczyć**.
- [Te bariery] niekorzystnie wpływają. **Jak senior nie potrafi wysłać SMS-a nawet, czy wejść w wyszukiwarke, to jednak jest utrudniony ten kontakt**. Po prostu nieznamość tego. Na przykład moja babcia bardzo rzadko korzysta z telefonu. Zazwyczaj muszę do niej przyjechać, z nią porozmawiać na żywo. [...] Młodzi się komunikują zazwyczaj przez telefon. "O tej, o tej godzinie tu i tam się widzimy", dostajemy SMS-a, spoko. A **ze starszymi osobami musisz się umówić w cztery oczy zazwyczaj**. [...] I przez te różnice właśnie jest utrudniony czasami ten kontakt. **Bo nie zawsze ma się czas przyjechać i powiedzieć coś**.

NIEKORZYSTANIE Z POPULARNYCH KOMUNIKATORÓW (MESSENGER, WHATSAPP, TELEGRAM ETC.) WŚRÓD SENIORÓW

Niektóre osoby badane stwierdziły, że część seniorów potrafi komunikować się wyłącznie za pomocą SMS-ów, jeżeli chodzi o formy tekstowe. Wspominali o tym, że osoby starsze często nie korzystają z popularnych komunikatorów takich jak np. Messenger, Whatsapp, Telegram, co ich zdaniem znacząco utrudnia komunikację z seniorami. Jeden z uczestników badania powiedział także o tym, że niektórzy seniorzy nie posiadają telefonu przystosowanego do korzystania z różnego rodzaju aplikacji.

- *Bariery są, przykro to stwierdzić, ale raczej oczywiste. Bo **do koleżanki mogę napisać na Telegramie, na Messengerze**. Do Messengera jeszcze nie ma aż takiego problemu, ale na innych platformach często tych seniorów po prostu nie ma.*
- *Myślę, że **młódzież na co dzień używa na potęgę różnych komunikatorów** z dużą łatwością i przez cały dzień bezproblemowo, czy to jest Messenger, czy to jest Instagram czy inne. A jednak starsi ludzie,*

*przynajmniej z mojego doświadczenia, **jeżeli już korzystają nawet ze smartfonów, to raczej do komunikacji używają smsów czy po prostu rozmów.** A ten świat komunikatorów internetowych jest przed nimi zamknięty. Może dlatego po części, że **w ich środowisku nie ma potrzeby takich używać**, bo skoro inni seniorzy również nie używają takowych, to nie mają zwyczajnie potrzeby. A w młodszym pokoleniu ta potrzeba wykształca się naturalnie, bo też każdy młody z nich korzysta.*

- *Tu właśnie pojawia się problem w tym naszym szybkim stylu życia, który jest dostosowany do korzystania z tego. Na przykład **jeżeli powiemy im "wyślij mi wiadomość na Messengerze, jeżeli będziesz gotowy", no to mogą tego nie zrozumieć. Nawet jeśli wytłumaczymy, bo to nie będzie takie hop-siup.***
- *Jak najbardziej dostrzegam [bariery]. Jeśli chodzi o współpracę jakąś w grupie, zwykle jeśli współpracuję z osobami z mojego pokolenia, tworzymy sobie jakąś grupę na Facebooku czy na Messengerze. A z seniorami jest troszkę trudniej, **bo oni często takich aplikacji nie mają, często też nie mają nawet telefonów przystosowanych do takich aplikacji**, więc ta komunikacja tutaj jest utrudniona. **Trzeba zadzwonić do każdej osoby**, zapytać czy wtedy jest w stanie się spotkać. Często te osoby muszą chwilę czasu poświęcić, żeby sprawdzić w jakimś kalendarzu może czy są w stanie, czy są wtedy dyspozycyjni, także **to zabiera dużo czasu.** Takie sprawy organizacyjne wydaje mi się, że bardzo dużo zabierają czasu. Bo już później jest ok, kiedy się spotkamy, to jak najbardziej współpracuje się świetnie.*

CHĘCI DO NAUKI NOWYCH TECHNOLOGII WŚRÓD SENIORÓW

Uczestnicy badania podkreślali, że wiele zależy od chęci seniorów do nauki i od ich otwartości na nowe technologie. Wielu z nich mówiło o tym, że znają zarówno starsze osoby, które są chętne do nauki i posługują się technologią w stopniu zaawansowanym, jak i takie, które nie potrafią korzystać z technologii i nie wykazują chęci, aby się tego nauczyć. Osoby badane mówiły też o negatywnym nastawieniu do technologii wśród seniorów.

- **Znam seniorów, którzy są bardzo mocno zainteresowani technologią, interesują się nią, lubią ją i lubią ją poznawać. Ale znam też całkiem sporo seniorów, którzy uważają, że co oni się tam będą przejmować, że to w sumie już nie dla nich. I że to jest za dużo, za szybko trzeba się uczyć, za dużo się zmienia. Więc już nawet nie próbują. Więc największym problemem to po prostu byłyby takie chęci do nauki nowych technologii, bo jakby się już zaczęli uczyć, jakby próbowali to zrozumieć, to wątpię, żeby to był jakiś większy problem. Po prostu chodzi o chęci.**
- **Dostrzegam tę barierę i tutaj bym powiedział, że zależy to już od poziomu. Jest wielu seniorów, którzy umieją już korzystać z technologii. Głównie tutaj mówimy właśnie o takich prostych rzeczach jak telefon. Są tacy, którzy też umieją korzystać w stopniu zaawansowanym. Ale są też tacy, którzy prawie w ogóle nie umieją i umieją korzystać tylko ze starej komórki.**
- **Uważam, że powinniśmy ich integrować, powinny być takie zajęcia z edukacji komputerowej. Ale niestety do wielu osób to nie przemówi i nadal będziemy mieli taki trochę deficyt tych seniorów jako użytkowników różnych mediów społecznościowych.**
- **Moim przykładem jest dziadek, który umiał obsługiwać komputer, telefon, tak samo prawie jak ja. Ale mówiąc o mojej babci, to tu już jest problem, bo gdybym chciała ją o coś zapytać i napisać sms-a, to bym się z nią nie dogadała. [...] Musiałabym zazwyczaj do niej przyjechać, żeby czegoś się dowiedzieć.**

TRUDNOŚCI W NAUCE NOWYCH RZECZY WŚRÓD SENIORÓW

Część uczestników wspominała też o trudnościach związanych z przyswajaniem nowych informacji w starszym wieku.

- **Na pewno to, że starszym osobom ciężiej jest zrozumieć te dobra współczesnego świata. I młodzi ludzie pomimo tego, że są bardzo wyrozumiali i starają się przekazać na spokojnie, o co tak naprawdę chodzi i dlaczego właśnie jest technologia taka, a nie inna, to myślę, że starszym**

osobom jest to po prostu ciężko zrozumieć. Po prostu nie dorastali tak, jak my dorastaliśmy już z tym wszystkim.

3.3. Stereotypy utrudniające efektywną współpracę między pokoleniami

Osoby badane zostały zapytane o to, jakie stereotypy i uprzedzenia ich zdaniem utrudniają efektywną współpracę pomiędzy pokoleniami.

STEREOTYPY DOTYCZĄCE STARSZEGO POKOLENIA

Wśród stereotypów dotyczących starszego pokolenia osoby badane wymieniały m.in. brak chęci do zmian, brak umiejętności korzystania z technologii, nietolerancyjność, staroświeckość.

- *Z perspektywy młodych osób względem osób starszych to bardzo często jest takie podejście, **że to są osoby, które mają już ukształtowaną hierarchię wartości i które nie są chętne do jakichkolwiek zmian, do jakiegokolwiek dialogu z młodzieżą.***
- *Starsze osoby mają taki stereotyp o nas, że jesteśmy niewychowani i niekulturalni, że to nie jest tak jak kiedyś było, że do starszej osoby miało się szacunek. [...] I też w związku z tym u nas jest taki stereotyp, **że właśnie oni tak myślą i my też jesteśmy negatywnie na to nastawieni.** Później wychodzi takie nieporozumienie pomiędzy tymi pokoleniami.*
- *Do starszego pokolenia jest stereotyp, że **oni nie korzystają z telefonów i nie umieją**, a to też nie zawsze jest prawda.*
- *Myślę, że stereotyp właśnie dotyczący osób starszych to zawsze będzie, **że to są tacy konserwatywni, nieznający się na technologii i niezmiennający zdania ludzie, po prostu tacy zmęczeni już i mający dość.** I myślę, że to jest bardzo negatywny stereotyp, bo to właśnie zamyka*

taką nawet chęć jakąkolwiek do zmiany tego, bądź nawet zobaczenia, że tak nie jest naprawdę w niektórych przypadkach.

- *Wydaje mi się, że takim stereotypem może być to, że **osoby starsze są totalnie nietolerancyjne. Wychowani w takich podstawowych wartościach "Bóg, honor, ojczyzna" itd. Nie do końca mogą się odnajdywać w aktualnym świecie, gdzie to wszystko coraz bardziej zaczyna być modyfikowane, dodawane, odejmowane itd.***
- *Młodzi chyba ma takie podejście, że **nie zawsze wszyscy są tacy rozrywkowi, że starsze osoby nie potrafią się bawić.***
- *Wobec seniorów to jest najczęściej, że **są po prostu staroświeccy, że nic i tak nie rozumieją, że zapomną już po chwili.** Dużo tych stereotypów ma swoje korzenie w **ableizmie**, czyli swego rodzaju uprzedzeniu wobec różnych chorób itd. Mimo, że tych chorób czasami w ogóle może nie być, aczkolwiek jest to taki po prostu zakorzeniony stereotyp.*
- *Młodzi o starszych mogą myśleć, że **starsi nie bardzo przepadają za młodymi, że właśnie o nich mają niskie mniemanie.** I to może być pewnym problemem, że młodzi myślą, że starsi ludzie nie mają o nich najlepszej opinii. Ale też to przeświadczenie młodych ludzi, że **starsi ludzie są jednak zamknięci w swoich czasach, a przez to zamknięci na nowe doświadczenia czy nowe jakieś poglądy, niechętni do zmian, niechętni do nowych doświadczeń.***
- *Wydaje mi się, że taki stereotyp, że po prostu **młodzi ludzie uważają, że nie ma sensu współpracować, wdawać się w dyskusję ze starszymi, bo i tak my się nie rozumiemy.** Bo to i tak naprawdę nie skończy się żadnym jakimś porozumieniem i to młodzi ludzie będą musieli poświęcić dużo więcej czasu, a nie dostaną z tego żadnych korzyści.*
- *Młodsze pokolenie może uważać o starszym, że **to będzie ciężka współpraca, że nie będzie się można nawet odezwać, bo starsze***

pokolenie będzie wiedziało lepiej i to chyba to by najbardziej przeszkadzało.

STEREOTYPY DOTYCZĄCE MŁODSZEGO POKOLENIA

Wśród stereotypów dotyczących młodszego pokolenia uczestnicy badania wymieniali m.in. lenistwo, brak chęci do działania, uzależnienie od telefonu, brak kultury, brak szacunku, wybredność, brak wiedzy.

- *Z kolei z perspektywy starszych osób wobec młodszych osób bardzo często jest tak, że właśnie **postrzegają młodych ludzi jako osoby niechętne do działania, niezdolne, które nie chcą nauczyć się żadnych umiejętności miękkich, siedzące ciągle w telefonach.***
- *Wydaje mi się, że **starsze osoby mają taki stereotyp o nas, że jesteśmy niewychowani i niekulturalni, że to nie jest tak jak kiedyś było, że do starszej osoby miało się szacunek.** Wydaje mi się, że to nie jest prawda i starsze osoby nie powinny wrzucać wszystkich do jednego worka, bo oczywiście może się trafić osoba, która jest niekulturalna. Ale taki stereotyp, że "o, teraz młodzi nie są wychowani, kiedyś to inaczej było" itd.*
- *Na pewno **starsze osoby twierdzą, że młodzież jest ogłupiona przez telefony,** chociaż nie zawsze tak jest. To jest jakiś stereotyp.*
- *Od niektórych seniorów do młodzieży to są takie stereotypy **o naszej niezaradności, o naszym lenistwie albo niedocenianiu tego, co mamy.** [...] Także myślę, że to głównie utrudnia, **bo seniorzy troszkę podchodzą do nas tak, nawet do osób trochę starszych ode mnie, jak do dzieci,** tak trochę momentami nas mogą upupiać.*
- *Często chyba się spotykam z twierdzeniem, że "za moich czasów było lepiej". **Że my mamy zbyt dobrze, że nam się poprzewracało tam i tam, że my sobie za dużo wyobrażamy.** Że "kiedyś to byście zobaczyli, jak to wyglądało, była jedna miska i z tej miski wszystkie dzieci jadły, a teraz wybrzydząją, kiedyś to się jadło wszystko, a teraz jakieś tam gluteny, nie gluteny, cukry, nie cukry". Wydaje mi się, że takie stereotypy, że my jako*

*młodzi **jesteśmy strasznie wybredni w porównaniu z osobami starszymi.***

- *Że **"jesteś leniwy i nie chcesz się uczyć, że mógłbyś być lepszy"**. **Takie ocenianie po prostu, że "tego nie zrobiłeś, bo ci się nie chciało"**. Sami rozumieją, że młode pokolenie też ma swoje zajęcia i właśnie ten czas na odpoczynek, że jednak my jesteśmy nauczeni więcej chyba odpoczywać niż pokolenie starsze.*
- *Wobec młodych ludzi najczęściej spotykałam się z [tym], **że niedojrzali, że beztroscy. Czasami, że wulgarni itd. Że bez szacunku zupełnie każdy, jeżeli chodzi o postawę wobec seniorów.***
- *To myślę, że starsi ludzie mogą o młodych myśleć, **że młodzi są roszczeniowi, że są zamknięci w tym własnym internetowym świecie.***
- *To, **że to młode pokolenie jest ciągle przyklejone do swoich telefonów i nie wypuszcza nosa spod komputera.** To są takie stereotypy dosyć krzywdzące, bo czasami rzeczywiście ten telefon jest potrzebny, żeby do kogoś napisać, zadzwonić. **A kiedy taka starsza osoba zobaczy nas z tym telefonem, to od razu już tak o nas myśli, że my jesteśmy od niego uzależnieni.***
- *Też wydaje mi się, że starsi ludzie myślą, **że to nasze pokolenie jest zepsute, że jednak ich pokolenie było tym szlachetniejszym, a nas te czasy trochę zepsuły.** Co też uważam, że trochę w tym racji jest, że te czasy są inne i na pewno szlachetniej żyło się wcześniej. Teraz po prostu, żeby być rzeczywiście szlachetną osobą, trzeba do tego dojść. Wtedy było to takie oczywiste.*
- *Sporo starszych osób ma opinię o młodszych, **że niewiele wiedzą, że się kłóca, że są niegrzeczni, niemili i po prostu sami z siebie nie chcą współpracować, nawet nie chcą próbować, bo już od razu są nastawieni negatywnie.***

3.4 Szacunek i zrozumienie w stosunku do młodszego pokolenia

Osoby badane zostały zapytane o to, czy i w jakim stopniu ich zdaniem starsze pokolenia wykazują zrozumienie i szacunek dla wartości młodszego pokolenia. Wielu uczestników badania powiedziało, że to indywidualna kwestia i zależy to od konkretnego człowieka. Część z nich była zdania, że starsze pokolenia w niskim stopniu wykazują zrozumienie i szacunek do osób młodych, część - że w stopniu niskim, pozostali - że w stopniu średnim. Osoby badane mówiły o różnych sytuacjach związanych z brakiem zrozumienia oraz o takich, w których czują, że to zrozumienie od starszego pokolenia otrzymują.

KONSERWATYWNE POGLĄDY A TOLERANCJA

Wiele osób badanych zwracało uwagę na aspekt braku szacunku i zrozumienia dla młodego pokolenia wynikający z konserwatywnych poglądów i niskiego poziomu tolerancji wśród starszego pokolenia. Część z nich podkreślała, że jeśli są to osoby otwarte, to wykazują szacunek i zrozumienie, jednak mówili też, że spotykają się z sytuacjami, w których osoby starsze są zamknięte na odmienne poglądy i wartości. **Wśród wartości, których nie akceptuje część osób ze starszego pokolenia wymienili m.in. tolerancję w stosunku do społeczności LGBTQ+, empatię do zwierząt, brak przynależności do Kościoła Katolickiego.**

- *Ja do tej pory też nie miałem za bardzo doświadczenia sporu. Ale jeżeli mówimy tak ogólnie i globalnie, to myślę, że **starsi ludzie mogą mieć problem z tym, co oni uważają za progresywne i z czymś, czego nie widzieli wcześniej.** Tak na przykład **związki jedнопłciowe**, co dla młodych ludzi dzisiaj jest zwyczajne, normalne. A jednak starsi jako że nie pamiętają, żeby to było powszechne w ich czasach, to mogą mieć wobec tego bardziej negatywne uczucia. I w takim miejscu myślę, że może istnieć niezrozumienie między pokoleniami i taki konflikt tych wartości. Ale też z*

wiarą, bo starsze pokolenie pochodzi z tego czasu, kiedy wobec autorytarnej władzy to **Kościół** był ostoją, więc o Kościele zawsze mówiło się dobrze, silne były takie wartości jak wiara, pobożność itd. A młodzi ludzie z kolei mają taką reakcję odwrotną, że zderzeni z tą rzeczywistością, w której jest kult papieża, kult Kościoła, to w naturalny sposób, jak młodzież, buntują się przeciwko temu. Więc tak jak wtedy kiedyś to była ostoja tej solidarności, ostoja jakiegoś obywatelskiego sprzeciwu wobec władzy, tak dzisiaj poszło to w drugą stronę, że jest z kolei u młodych **sprzeciw wobec takich starych norm**, wobec kultu tych osób związanych z Kościołem czy z kultem samego Kościoła jako instytucji, abstrahując już od wiary.

- **Jeżeli jest osoba starsza, która jest względnie progresywna jak na swoje pokolenie, to raczej można spotkać się ze zrozumieniem, a jeżeli jest osoba, która ma swój ustalony schemat wartości, który jest raczej taki konserwatywny, nie idzie z duchem nowych czasów, to wtedy ta bariera jest o wiele większa i trudniejsza do pokonania.**
- Po prostu to jest teraz normalnością i my się do tej normalności dostosowujemy, a starsi ludzie uważają, że jest to coś dziwnego, złego. [...] W kontekście też **tolerancji** na pewno. **Ludzie starsi są dużo mniej tolerancyjni niż my młodszy.** Ale to też generalnie chodzi o czasy, w których oni się wychowali. Teraz jakieś takie społeczności odmienne są na porządku dziennym, **nikt nie jest zadziwiony tym, że ktoś się ujawnia, a wtedy to był temat tabu.** Też jeśli chodzi o **szacunek do zwierząt**, ludzie starsi, szczególnie ci wychowani na wsi, takiego szacunku do zwierząt nie mają, a jednak młodsze osoby wiedzą, że te zwierzęta są naszymi przyjaciółmi. Szczególnie to młodsze pokolenie przechodzi na diety wegetariańskie, wegańskie, a jednak starszego człowieka bardzo ciężko jest przekonać, **bardzo ciężko jest mu przetłumaczyć, że zwierzęta cierpią, że taki piesek czy kotek ma uczucia**, a młodzi ludzie bardzo mocno się tego trzymają i pomagają zwierzętom, szanują je.

- *Nie za bardzo chyba, tak średnio [wykazują zrozumienie i szacunek]. To zależy kto, ale gdyby tak uśrednić, to raczej nie. **Raczej jednak starsze pokolenie ma swoje zdanie i nie są zbyt przychylni do naszych poglądów.***

MOŻLIWOŚĆ WYTŁUMACZENIA WŁASNYCH POGLĄDÓW

Jedna z osób badanych stwierdziła, że osoby starsze, które spotyka są skłonne do wysłuchania jej poglądów i zaakceptowania ich.

- *Te osoby, z którymi miałam styczność to wykazują [zrozumienie i szacunek]. **Chociaż czasem właśnie ciężko jest im coś zaakceptować, to powiedzmy jak się porozmawia, wytłumaczy, przede wszystkim powie dlaczego podchodzimy tak a nie inaczej, to da się dojść do jakiegoś porozumienia.** Czyli jakieś tam te bariery są, ale na kwestii jak się porozmawia i tak dalej, to da się.*

RÓŻNICE KULTUROWE

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że część starszych osób nie rozumie i nie szanuje różnic kulturowych pomiędzy pokoleniami.

- *Można by to było określić na takie 70 procent, że wykazują [zrozumienie i szacunek]. [Niektórzy] **nie rozumieją, że młodszy teraz inaczej spędzają czas.** Po prostu to nie interesuje ich.*
- *Myślę, że to zależy od osoby. Ale powiedziałbym, że statystycznie nie wykazują jakiegoś kompletnego szacunku. Wiele rzeczy, nawet to nasze **komunikowanie się przez telefon albo korzystanie dużo z tego telefonu jest bardzo często odbierane jako rzecz negatywna.** Albo jakaś **nowa muzyka, nowe sposoby ubioru**, gdzie bardzo często na przykład ubiór kobiet jest komentowany przez starsze pokolenie jako za bardzo odkrywający. Także myślę, że **ten szacunek do naszej kultury jest trochę mały.** Ale są też seniorzy i myślę, że jest to dosyć spora grupa, która szanuje tę naszą kulturę, a nawet jeżeli się z nią nie zgadza to jest w stanie ją tolerować.*

- *Na pewno różnie. Jeśli to są już osoby, które rzeczywiście są gotowe na współpracę, to jak najbardziej, **takie osoby zdecydowanie wykazują dużo zrozumienia, bo się na to zdecydowały, na taką współpracę.** Więc rzeczywiście chcą trochę poznać nasze życie. Aczkolwiek **są też osoby, które właśnie nie rozumieją tych czasów, w jakich my się wychowaliśmy.** Tego, na co my nie mamy wpływu często, bo na różne rzeczy nie mamy wpływu. Po prostu to jest teraz normalnością i **my się do tej normalności dostosowujemy, a starsi ludzie uważają, że jest to coś dziwnego, złego. W kontekście właśnie czy telefonów, czy higieny pracy.** My mamy zupełnie inną higienę pracy niż osoby starsze.*

UNIWERSALNE WARTOŚCI WSPÓLNE DLA RÓŻNYCH POKOLEŃ

- *Gdybym miała ocenić tak w skali od 1 do 10, myślę, że mocne 8, że tak, wykazują [zrozumienie i szacunek]. **Nie sądzę, żeby seniorzy mieli jakieś takie odrzucenie wobec tego, co lubi młodzież, bo oni też kiedyś byli młodzi i to trzeba podkreślić. Też byli młodzi, też rozumieją przyjaźń, rozumieją taką chęć przypodobania się innym.** Wszystko to, z czym my się mierzymy, to oczywiście było w innej formie przez na przykład mniejszy dostęp do technologii itd., ale to wszystko za ich czasów było.*
- ***Myślę, że mimo wszystko najważniejsze dla obu pokoleń są w gruncie rzeczy te same rzeczy, takie jak rodzina, jak przyjaciele, jak miłość, czy jak wiara. To są, wydaje mi się, uniwersalne dla obu pokoleń.***

4. ROZPOZNANIE KONKRETYCH PROBLEMÓW, KTÓRE MOGĄ UTRUDNIAĆ KOMUNIKACJĘ I ZROZUMIENIE MIĘDZY RÓŻNYMI POKOLENIAMI

4.1. Brak zrozumienia punktu widzenia młodsze pokolenia przez starsze

Osoby uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, czy zdarza się, że starsze osoby nie rozumieją ich punktu widzenia i w jakich sytuacjach jest to najbardziej zauważalne.

KWESTIE TECHNOLOGICZNE

Wielu uczestników badania mówiło na temat braku zrozumienia ich punktu widzenia w kwestiach technologicznych ze strony starszego pokolenia. Wspominali o niechęci do nowych rozwiązań i negatywnym nastawieniu do nowych technologii.

- [Jako młody nauczyciel w szkole]: *My mamy raczej młodą kadrę, starszych nauczycieli jest mniej, ale na pewno zauważam taką **niechęć do nowych rozwiązań**, czyli jakichś innowacji edukacyjnych. Bo robiło się w taki sposób 20 lat, więc nadal się w taki sam sposób robi i nie zwraca się uwagi na to, że ta młodzież ma teraz troszkę inne potrzeby, np. żeby czasem coś na jakimś rzutniku wyświetlić, a nie napisać na tablicy na przykład.*

- *Nie rozumię w sytuacjach aktualnych technologii, bo osoby młode lepiej się posługują technologią i mogą używać rzeczy, których te starsze pokolenie nie widzi, z którymi nie ma styczności.*
- *W kwestiach technologicznych też w momencie, w którym codziennie poruszamy jednak ten temat technologii, nawet jakichś głupich aplikacji, no to **dla nich tak naprawdę najczęściej jedynym źródłem jakiejś łączności z technologią jest telewizor i na tym się to często kończy.***
- *Zdarza się, że nie rozumię mojego punktu widzenia. Przede wszystkim **odnośnie sposobu zarabiania przez Internet.** Pokolenie starsze uważa, że to jest oszustwo, że tak nie wolno, że praca tylko i wyłącznie ciężka, fizyczna, na polu. A w Internecie, gdzie nie trzeba się narobić, to nie jest praca. Tutaj brakuje takiego zrozumienia, że faktycznie to też jest praca, też wymaga wysiłku. I to jest główne, co mi się rzuca w oczy z mojego doświadczenia.*
- *Myślę, że bardzo często nawet zdarza się, że nie rozumię, ale to też właśnie wynika z kwestii wychowania. Bo starsze pokolenia były wychowywane totalnie w innych czasach, w innej dobie, **nie były wychowywane w dobie Internetu.** Więc myślę, że to niezrozumienie jest niestety dość powszechne. Ale pomimo tego, że jest niezrozumienie, to jednak jest ta wyrozumiałość.*
- *Najbardziej zauważalne jest to w dwóch sytuacjach. Pierwsza to są wszystkie problemy związane z jakimiś takimi sprawami technologicznymi. Tam gdzie wchodzi w grę **użycie social mediów.** Wiadomo, starsza osoba może powiedzieć "a to po prostu usuń, a to po prostu zablokuj". No nie do końca się tak da.*
- *We wszelkich problemach związanych z **social mediami, jakimś bullyingiem.** Starsi ludzie nigdy nie doświadczyli czegoś takiego, jak problemy z jakimiś nieprzyjemnościami czy bullyingiem w Internecie. Myślę, że tego typu problemy też mogą być niezrozumiałe. Bo skoro się samemu nigdy czegoś nie doświadczyło, to trudno zrozumieć, że np. ta młodzież wcale nie*

jest miękka, czy nadwrażliwa, tylko, że faktycznie takie rzeczy, jak jakieś szkodliwe działania w Internecie typu bullying faktycznie są problemem.

KWESTIE SPOŁECZNE

Niektórzy uczestnicy badania mówili o tym, że starsze pokolenie okazuje brak zrozumienia w temacie różnych kwestii społecznych, podkreślając szczególnie temat społeczności LGBT.

- *Myślę, że jest to głównie zauważalne, kiedy dotykamy kwestii technologii bądź kwestii społecznych, gdzie na przykład starsze społeczeństwo nie widziało bardzo dużej ilości grup społecznych. **Niektóre z tych grup społecznych były wtedy ukrywane, tak jak na przykład mamy społeczność LGBT.** U nich to nie był temat, który był poruszany, to był temat tabu kompletny. Dlatego oni teraz nie rozumieją, oni to odbierają jako coś nowego, coś, co się wybija.*
- *Zdarza się, że nie rozumieją i to zazwyczaj w kwestiach rozporządzenia czasem, też **w kwestiach poglądów politycznych, czy na temat akceptacji osób LGBT.***
- *Najbardziej myślę, że w takich sytuacjach, kiedy się rozmawia o poglądach, o światopoglądach, o opiniach na tematy społeczne, typu nawet **środowiska LGBT.** To starsi ludzie często nie są w stanie w ogóle zrozumieć, przyjąć cokolwiek, co mówi się do nich na ten temat.*

KWESTIE ZDROWIA PSYCHICZNEGO

Jedna z osób badanych powiedziała o braku zrozumienia starszego pokolenia względem kwestii związanych ze zdrowiem psychicznym.

- *W szczególności widać to w takich różnicach światopoglądowych. Na przykład młodzi ludzie **coraz częściej korzystają z usług psychologa, chcą mówić o takich rzeczach jak terapia, zdrowie psychiczne,** ale wydaje mi się, że właśnie starsze pokolenie nie było aż tak bardzo z tym tematem blisko. **Z reguły postrzegało się osobę uczęszczającą na terapię jako***

takiego przysłowiowego świra, a teraz świat wygląda trochę inaczej. Jesteśmy bardzo mocno przebudźcowani i wydaje mi się, że starsze pokolenie czasami tego nie rozumie, że my chcemy dbać nie tylko o nasze zdrowie fizyczne, ale przechodzimy coraz częściej do tego, że również nasza sfera psychiczna jest kompatybilna z naszą osobowością i że również chcemy o to dbać. Myślę, że to jest taki temat, który bardzo mocno różni się.

RELACJE MIĘDZYLUDZKIE

Niektóre osoby badane stwierdziły, że spotykają się z brakiem zrozumienia ze strony starszego pokolenia w kwestiach związanych z relacjami międzyludzkimi.

- *Chyba najbardziej w tych relacjach międzyludzkich. Nie potrafią pojąć jak to jest, że mamy znajomych z całej Polski, których nigdy nie widzieliśmy na oczy i **jak to można z kimś się przyjaźnić, nigdy go nie spotkać, nigdy z nim gdzieś nie wyjść.***
- *Czasami trochę inaczej postrzegają **problemy związane ze związkami itd.** Chociaż młodsze pokolenie ma taką tendencję, że coraz rzadziej rozmawiamy z rodzicami, z dziadkami o takich sprawach, no to często to postrzeganie jest zupełnie inne. Ze względu na to, że też ludzie kiedyś byli inni. **Kiedyś taki generalny przekaz, jeżeli chodzi o związki i przyjaźnie był inny.***

TRAKTOWANIE ZWIERZĄT

Jedna z osób badanych zwróciła uwagę na brak zrozumienia w kwestii podejścia do zwierząt.

- *Wydaje mi się, że bardzo często się to zdarza. To jak już wspomniałam, bardzo często jeśli chodzi o zwierzęta. Nawet na własnym przykładzie mogę powiedzieć, **ja kocham zwierzęta. Aczkolwiek jeśli babcia do nas przychodzi, to jest w szoku, że możemy trzymać w domu psy i mówi, że za to byśmy w stanie byli wykarmić świnie,** którą później oczywiście trzeba by było zawieźć na ubój i byłaby z tego korzyść. A z takich psów tak naprawdę żadnej korzyści nie ma. Wtedy ja jej mówię, że "ale babciu, to jest istota, która mnie kocha, którą ja kocham i o to chodzi, o tą miłość po prostu".*

Także w tym kontekście myślę, że jest bardzo duża różnica. Oczywiście nie mówię, że wszyscy, bo też spotkałam się z osobami starszymi, które mają ogromny szacunek do zwierząt, ale znaczna część z nich jednak ma takie podobne poglądy do tej wspomnianej mojej babci. Także w tym kontekście myślę, że bardzo jest duża przepaść.

KWESTIE FINANSOWE

Jeden z uczestników badania stwierdził, że starsze pokolenia okazują brak zrozumienia względem młodszych w tematach związanych z finansami, wspominał szczególnie o rynku nieruchomości.

- *To myślę, że w wielu rzeczach, które ich nigdy nie dotyczyły. Nawet nie wiem czemu zacząłem dużo nawiązywać do PRL-u, ale to nawet taka sytuacja, że **starsza osoba może nie do końca zrozumieć, dlaczego młodzi mają taki problem obecnie z mieszkaniami**. Tak trudno jest dostać to mieszkanie, bo powiedzmy w czasie PRL-u średni czas oczekiwania na mieszkanie z przydziału to było 6 lat i wtedy to było wiadomo, że po jakimś czasie każdy ma do takiego dostęp, a z kolei obecnie jest duży problem. Starsze osoby mogą nie rozumieć tego problemu, dlaczego młodzi tak narzekają, że nie stać ich po prostu absolutnie na mieszkanie, bo czasy się zmieniły, system się zmienił i teraz faktycznie zwyczajnie młodych ludzi nie stać.*

WYRAŻANIE SIEBIE

Jedna z osób badanych stwierdziła, że starsze pokolenia wykazują się brakiem zrozumienia w temacie wyrażania siebie przez młodzież.

- *Na temat **wyrażania siebie, na temat ubioru, tego, jak teraz młodzież się ubiera**.*

4.2. Bariery językowe utrudniające komunikację między pokoleniami

Osoby badane zostały zapytane o to, jakie bariery językowe mogą utrudniać komunikację między pokoleniami.

POSŁUGIWANIE SIĘ SLANGIEM MŁODZIEŻOWYM W ROZMOWIE Z OSOBAMI STARSZYMI

Zdaniem wielu uczestników badania slang młodzieżowy stanowi dużą barierę językową tylko wtedy osoba młoda nie dostosowuje swojego języka komunikacji do osoby starszej. Według nich, kiedy młodsze pokolenie bierze pod uwagę to, jakie słownictwo będzie zrozumiałe dla rozmówcy, to slang nie jest dużym problemem.

- *Wydaje mi się, że tak jak w każdym pokoleniu język trochę się modyfikuje i przekształca, tworzą się jakieś neologizmy czy synonimy wyrazów. I wydaje mi się, że czasami może **takie podejście osoby młodej, która właśnie tym młodym językiem stara się mówić do osoby starszej może być powodem ogromnej bariery.***
- *To myślę, że czasem właśnie się używa jakichś innych słów, ale to nie jest jakaś taka bariera nie do przeskoczenia.*
- *Wydaje mi się, że taki teraz jest język młodzieżowy, którego starsze osoby nie rozumieją i nie są, że tak powiem, na czasie i po prostu nie interesują się tym, bo mają swoje własne sprawy. Ale **wydaje mi się, że to nie jest problem, bo ja na przykład takiego młodzieżowego slangu nie używam i łatwiej mi się dogadać ze starszymi osobami. Po prostu ja dostosowuję się do ich mowy.** [...] Więc ja nie widzę w tym problemu, ale wydaje mi się, że inna młodzież, która nie umie się dostosować, ma z tym problem.*
- *Myślę, że nie, bo **przy starszych osobach raczej nie używamy slangu młodzieżowego, chociaż ja nie używam. Bardziej wypowiadam się pełnymi zdaniem, żeby właśnie trafiło to do osób.***

- *[Na temat slangu:] Według mnie **najczęściej takie słowa są mało znaczące dla kontekstu.** Ja tak do tego podchodzę.*
- *Właśnie czasami te slangi młodzieżowe, **jeśli ktoś tego tak notorycznie używa, może to przeszkadzać osobom starszym.** Bo nie rozumieją na przykład tych nowych słówek jak "rel", albo inne takie różne przykłady.*
- *Myszę, że teraz jakieś młodzieżowe słowa, jakieś slangi, które się tworzą są dla starszych osób zupełnie niezrozumiałe. Ja powiem szczerze, że **czasami się zastanawiam nad znaczeniem jakiegoś młodzieżowego słowa, bo po prostu go nie znam. A co dopiero osoby starsze, to już w ogóle domyślam się, że naprawdę jest bardzo ciężko.***

ZAPOŻYCZENIA Z JĘZYKÓW OBCYCH

Wielu uczestników badania stwierdziło, że dużą barierą językową utrudniającą komunikację między pokoleniami mogą być zapożyczenia z języków obcych używane przez młodsze pokolenie. **Oprócz języka angielskiego, jeden z uczestników badania stwierdził, że młode pokolenie posługuje się także zapożyczeniami z języka hiszpańskiego.**

- *Pojawia się tak naprawdę w każdym pokoleniu jakiś stopień slangu, ale powiedziałbym, że w naszym jest to największa ilość. A tym bardziej dlatego, że bardzo dużą ilość słów w tym momencie zapożyczamy najczęściej z języka angielskiego, gdzie ze starszego pokolenia powiedziałbym, że mniejsza ilość osób od naszego zna właśnie ten język angielski. **Więc to może czasami stwarzać problemy z tłumaczeniem, gdzie dla nas jest to normalne, że posługujemy się jakimś słowem na co dzień. Ale gdy oni to usłyszą, to nagle możemy się zdziwić nawet, że oni tego nie rozumieją. Dla nas jest to już tak normalne.***
- *Ale również mogą być bariery od nas, od strony ludzi młodych, typu języka angielskiego. Kiedyś język angielski to był luksus, teraz to jest podstawa każdego człowieka. Dużo pojawia się nowych słów zaczerpniętych z języka*

angielskiego, których osoby starsze po prostu nie rozumieją, więc to jest taka główna bariera.

- *Tutaj jak właśnie ten angielski u osób starszych, właśnie dużo jest zapożyczeń u młodzieży z języka angielskiego. To też tutaj nieznanomość języka angielskiego utrudnia te skróty, te wszystkie.*
- *Barierę językową to na pewno te młodzieżowe slangi, których nie rozumieją. Albo też **wplatanie często w polski język słów z innych języków**. Więc myślę też, że **hiszpańskie, angielskie**, to też nie do końca starsze osoby rozumieją.*
- *Przede wszystkim jest to bariera slangu. To jest problem, z którym ja się bardzo zmagam. Wiem, że moi młodszy znajomi też, ale nie wszyscy. Problem z takim wejściem słów z języka angielskiego do języka polskiego, przez co **jeżeli tłumaczy się coś komuś i zna się słowo po angielsku, ale po polsku się nie zna... To jest właśnie skutek globalizacji, która nam już weszła w krew i my nie mamy nic przeciwko, ale dla seniorów jest to takie po prostu dziwne, może trochę nawet czują **wykluczenie**, z tego, co zauważyłam.***
- *Młodzież używa sporo slangu, skrótów czy zapożyczeń z angielskiego, z którymi, wydaje mi się, starsi ludzie mogą być niezaznajomieni. Więc myślę, że na tym polu.*
- *Przede wszystkim zasób słownictwa. Też to, że młodsze pokolenie, praktycznie wszyscy, umiemy coś jednak po angielsku. Mówimy po angielsku często całkiem sporo, a starsze pokolenie nie za bardzo, więc myślę, że sporo jest zapożyczeń z języka angielskiego w naszym języku, które mogą być problemem dla starszych osób.*

ARCHAIZMY I REGIONALIZMY

Część osób badanych powiedziała, że ich zdaniem barierą językową utrudniającą komunikację między pokoleniami może być używanie archaizmów i regionalizmów przez starsze pokolenia.

- *Bariery językowe, to przede wszystkim gwara, używanie nazw przedmiotów, które aktualnie nie są używane, albo zostały zmienione na coś innego.*
- *A też są przypadki, gdzie starsze osoby czasami też używają takich słów, zazwyczaj na wsi, mam wrażenie. Ja tutaj kiedyś rozmawiałam z moją babcią i też nie rozumiałam, o co jej chodzi. Ale potem mi wytłumaczyła to tak na logikę.*
- *Także pod tym względem, ale też odwrotnie, też często słyszę jakieś **takie bardzo mocno starodawne, nawet zapożyczone z innych języków, kiedy Polska była pod zaborami**, kiedy była komuna właśnie w Polsce i to są różne słowa, których ja kompletnie nie rozumiem właśnie, które mówią osoby starsze.*

ZMIANA ZNACZENIA SŁÓW NA PRZESTRZENI CZASU

Jeden z uczestników badania zwrócił uwagę na to, że znaczenia poszczególnych słów mogą ulegać zmianie na przestrzeni czasu, co także może prowadzić do nieporozumień w komunikacji pomiędzy różnymi pokoleniami.

- *Często też **znaczenie słów się bardzo mocno zmienia i dla osób starszych jakieś tam słowo miało dane znaczenie, dla nas już ma zupełnie inne.** I często gdy te starsze osoby coś usłyszą, to są zdezorientowane. **Czasami może czują się jakoś obrażane w dany sposób przez po prostu taką naszą też niewiedzę młodych ludzi, bo my znamy tylko to nowoczesne znaczenie danego słowa.***

FORMALNY CHARAKTER WYPOWIEDZI

Osoby badane wspomniały też o tym, że sam charakter wypowiedzi może stać się barierą komunikacyjną. Jeden z uczestników badania powiedział o nieformalnym charakterze wypowiedzi osób młodych, który może być trudnością dla osób starszych. Inny uczestnik badania stwierdził, że charakter wypowiedzi zmienia się, gdy osoba starsza traktuje z góry osobę młodszą, co także jego zdaniem może prowadzić do barier komunikacyjnych między pokoleniami.

- *Ale też taka większa, czy też mniejsza **formalność językowa**. Czyli **nawet w tekstach się używa nie tylko skrótów, ale takich wypowiedzi prostych, szybkich**. Starsi ludzie nawet jak piszą wiadomość, to próbują, żeby to zabrzmiało jakkolwiek formalnie. Powiedzmy, tak jak pisali listy czy coś takiego, bo do takich form byli kiedyś przyzwyczajeni. A jednak młodzież używa tego formatu w zupełnie inny sposób. Czyli **pozbywając się wszelkich zasad formalnych. I wielkich liter, i kropek, i polskich znaków**. Więc myślę, że tego typu bariera może być widoczna.*
- *Wydaje mi się, że takie bariery językowe można różnie rozumieć, bo **też barierą językową może być to, kiedy młodsza osoba chciałaby coś załatwić z osobą starszą, a osoba starsza podchodzi do niej strasznie z góry, przez co ten komunikat też już nie jest do końca taki płynny, tylko staje się taki zhierarchizowany**.*

4.3. Wpływ różnic w sposobie korzystania z technologii na komunikację między pokoleniami

Osoby uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, jak różnice w sposobie korzystania z technologii wpływają na komunikację między pokoleniami.

BRAK MOŻLIWOŚCI UTRZYMYWANIA RELACJI BEZ KONTAKTU OSOBISTEGO

Wielu uczestników badania stwierdziło, że główną różnicą w sposobie korzystania z technologii, która wpływa na komunikację między pokoleniami jest **poziom potrzeby kontaktu osobistego w celu budowania relacji z innymi**. Osoby badane podkreślały, że wśród młodszego pokolenia częste jest utrzymywanie relacji wyłącznie lub głównie internetowych. Stwierdzili jednocześnie, że **z częścią osób starszych relację budować można wyłącznie osobiście**. Mówili o tym, że w

przypadku niektórych seniorów także kontakt telefoniczny jest utrudniony, niemożliwy lub nie jest przez nich traktowany jako narzędzie do podtrzymywania relacji.

- ***Jak napiszę do babci sms-a, ona mi na to nie odpisze i mogłabym czekać parę miesięcy, a ona by mnie nie odpisała. Bo nie wie, jak odpisać i muszę do niej albo wtedy zadzwonić, albo do niej przyjechać i porozmawiać z nią.***
- *Na pewno [różnice w sposobie korzystania z technologii] wpływają [na komunikację]. Mogę podać jakiś taki przykład: **moja babcia chce ze mną porozmawiać. Mówię babci, że "okej, możemy się zadzwonić", ale babcia mówi, że "ja wolę jednak tę rozmowę na żywo, bo do niej jestem nauczona".** I u mnie pojawia się problem, że "no babciu, ja do ciebie nie dojadę, nie jestem w stanie, nie mam samochodu, nie mam roweru, mieszkasz bardzo daleko, musiałabym sobie jakoś cały dzień przeznaczyć na taką podróż, co też jest dla mnie męczące, a zadzwonienie do ciebie byłoby dla mnie dużo łatwiejsze". No aczkolwiek jednak dla tych osób starszych to nie jest to samo. I to jest taki problem właśnie, że **my nie przywiązujemy aż tak dużej wagi do sposobu komunikacji, a osoby starsze jednak tak.** Często nawet takie osoby starsze nie wiedzą, jak zadzwonić na Skype powiedzmy, na kamerkach, nie wiedzą, że nawet coś takiego istnieje. No i chcą zobaczyć tę wnuczkę i właśnie tutaj pojawia się ten problem.*
- *Przede wszystkim, **jeżeli chodzi o komunikację przez social media, młode pokolenie mówi coraz mniej do siebie głośno.** I bywa tak, że ten kontakt, szczególnie taki "na już" z seniorami jest potrzebny. Czy to z babcią, czy to po prostu z jakąś panią nauczycielką i tak dalej, a **ten kontakt się po prostu urywa.** Jest taka linia, która jest przzerwana i to absolutnie nie można winić za to seniorów, no ale często tak jest i okazuje się to być problemem.*
- *Na przykład właśnie **brak telefonu u starszych osób może utrudniać młodszym osobom kontakt z nimi.***
- *Wydaje mi się, że na chwilę obecną elektronika jest tak intuicyjna, że nawet ludzie młodzi mogą zadzwonić do swoich dziadków, **wyskoczy im na***

telefonie, czy innym urządzeniu, ten przycisk "odbierz" czy "odrzuć", więc wydaje mi się, że tu problemu nie ma. Gorzej gdyby przyszło takiej osobie samej zadzwonić. To wtedy oczywiście edukacja ze strony dzieci, ze strony osób, które są zaznajomione z tą technologią i tłumaczenie sytuacji.

- *Albo właśnie **niechęć do technologii**. Starszych ludzi odrzuca od jakichkolwiek form komunikacji cyfrowej, więc oni nie chcą w ogóle próbować o tym myśleć.*

BRAK MOŻLIWOŚCI KOMUNIKOWANIA SIĘ DROGĄ ELEKTRONICZNĄ

Wiele osób badanych stwierdziło, że jedną z głównych różnic wpływających na komunikację między pokoleniami jest **stopień komunikowania się drogą elektroniczną** wśród różnych pokoleń. Uczestnicy badania mówili o tym, że generuje to trudność w nawiązaniu komunikacji z osobami ze starszego pokolenia, we wspólnym ustalaniu jakichś spraw czy też w podtrzymywaniu kontaktu. Osoby badane powiedziały, że **trudnością może być to, osoby ze starszego pokolenia często nie posługują się komunikatorami internetowymi lub odpowiadają po dłuższym czasie na wiadomości niż ma to miejsce w przypadku pokolenia młodszego.**

- *Zakładając nawet, że **osoby starsze nie potrafią na przykład wysłać maila**, a to jest główny środek komunikacji, młodzi ludzie już raczej nie wysyłają nic pocztą, to na przykład nawet w takiej sytuacji może wystąpić ogromna trudność w komunikacji.*
- *Na pewno jakaś kwestia organizacyjna właśnie. Tak, jak wspomniałam, **tworzenie grup w tym młodym pokoleniu jest dużo łatwiejsze: piszę jedną wiadomość, "spotkanie jutro o tej godzinie", każdy wie, napisze tylko, że będzie. No a tutaj jednak muszę zadzwonić po kolei do każdej osoby, bo też nie każda starsza osoba nawet odczytuje smsy albo jest w stanie odpisać na te smsy**, więc do każdej osoby trzeba zadzwonić, to jest jednak dużo czasu. My jesteśmy, to nasze młodsze*

pokolenie, trochę wygodniejsi i wolimy się tak nie narobić, także to jest chyba taki problem z tymi różnicami jeśli chodzi o technologię.

- *No na pewno są różnice i to też może utrudniać, bo **starsze pokolenia rzadziej zaglądną w telefon. I też my oczekujemy na przykład odpowiedzi na sms-a za 10 minut, a ta osoba dopiero zazwyczaj po godzinie, bo nie mają takiej tendencji patrzenia co chwilę, czy dostali powiadomienie, co młode pokolenie ma. Sama się na tym łapię, że patrzę, czy ktoś napisał do mnie.***
- *Myszę, że jest jeden bardzo dobry przykład, mianowicie nawet jeżeli seniorzy korzystają z telefonów, to dla nich jest to głównie **taka rozmowa z jedną osobą.** Rozmowa telefoniczna. A dla naszego pokolenia - **my często zbieramy się gdzieś wieczorami na różnych aplikacjach, gdzie możemy grupowo ze sobą rozmawiać.** To jest coś, co często jest dla nich nie do zrozumienia, bo my się często spotykamy przed przysłowiowym komputerem, a nie na żywo, że jakby "co robimy i po co?".*
- *Konkretne przykłady różnego korzystania z technologii to chociażby to, co wspominałem o komunikatorach. Czyli **nawet mając tego samego smartfona, starszy człowiek użyje SMS-a bądź rozmowy w tym samym momencie, kiedy młody użyje WhatsApp-a albo Messengera.***

ODMIENNE ŹRÓDŁA INFORMACJI

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że różnicą w sposobie korzystania z narzędzi technologicznych, która wpływa na komunikację między pokoleniami są odmienne źródła pozyskiwania informacji.

- *No tak, właśnie a propos **telefonów** jest spora różnica. Spora różnica jest na przykład też przy **telewizorze zwykłym.** Bo na przykład ja osobiście w mieszkaniu nie mam telewizji, jak chcę coś obejrzeć to włączę na laptopie film, gdzieś się go ogląda i tak dalej. A starsze pokolenie - jednak ten telewizor jest. **Więc jest jakieś wykorzystanie technologii, ale wydaje mi się trochę na innych płaszczyznach i czasem jest im ciężko pojąć dlaczego nie***

ma, "dlaczego nie włączysz radia, tylko przeczytasz jakąś wiadomość w Internecie".

- *Myślę, że to jest spowodowane tym, że starsze osoby używają innych źródeł technologicznych niż my. Na przykład **oglądają telewizję, a my używamy raczej social mediów.***
- *Starsza osoba, myślę, że może mniej prędko być skłonna do skorzystania z Internetu, żeby coś sprawdzić. Bo wydaje mi się, że **u młodego człowieka to jest taki odruch, że jak się czegoś nie wie, jak się chce czegoś dowiedzieć, to automatycznie Google, no i już człowiek wie. A myślę, że to jest dużo mniej intuicyjne, czy w ogóle nieintuicyjne, żeby starsza osoba zrobiła to samo. Że **dużo prędzej taka osoba sięgnie po opinię czyjąś, czy się kogoś spyta, czy do kogoś zadzwoni, lub sprawdzi coś w jakiejś książce, niż tak jak młody człowiek, który automatycznie wygoogluje.*****

4.4. Rozwiązania pomocne w zmniejszeniu technologicznych barier komunikacyjnych między pokoleniami

Uczestnicy badania zostali zapytani o to, jakie rozwiązania mogłyby pomóc w zmniejszaniu technologicznych barier komunikacyjnych między pokoleniami.

SZKOLENIA KORZYSTANIA Z INTERNETU, TELEFONU I KOMPUTERA ORAZ BEZPIECZEŃSTWA W INTERNECIE

Wielu uczestników badania stwierdziło, że najbardziej pomocne w zmniejszeniu technologicznych barier komunikacyjnych między pokoleniami byłyby szkolenia dla seniorów dotyczące korzystania z Internetu, telefonu i komputera. Część osób badanych wyszczególniła w tym szkolenia z bezpieczeństwa w Internecie jako ważny element. Niektórzy uczestnicy badania mówili o tym, że ich zdaniem szkolenia te powinny być bezpłatne.

- *Myślę, że na pewno dla zainteresowanych starszych osób, jakieś **kursy z korzystania podstawowego z Internetu** i podstawowych rzeczy, jakichś funkcji, które gdzieś tam można w tym internecie sprawdzić i tak dalej. Czyli jakieś w tym kierunku szkolenie bardziej.*
- *Wydaje mi się, że [takie szkolenia przydałyby się seniorom], tylko według mnie te **szkolenia powinny być bezpłatne**. [...] **Wydaje mi się, że dużo seniorów by przyszło i na pewno skorzystało z myślą właśnie np. o wnuczkach czy nawet o swojej córce, czy żeby się po prostu lepiej dogadać**. Wydaje mi się, że takie szkolenie byłoby bardzo w porządku.*
- *Myślę, że jakieś darmowe kursy, szkolenia z korzystania z telefonu dla starszych osób, może by to pomogło, chociaż nie wiem w jakim stopniu. I jak dużo byłoby chętnych na to, bo wątpię, że nawet jeśli by były darmowe, to wątpię, że większość z seniorów by chciała pójść na takie szkolenie.*
- ***Edukacja komputerowa dla seniorów i co najważniejsze, nie za pieniądze**, nie jakieś płatne lekcje, tylko takie publiczne, dostępne w ramach na przykład Uniwersytetu Trzeciego Wieku lub różnego rodzaju wolontariackich zajęć prowadzonych przez młodych ludzi de facto.*
- *Myślę, że na przykład można organizować jakieś **szkolenia, tylko takie, które byłyby praktyczne**, a nie polegały wyłącznie na tym, że założymy komuś Facebooka, bo to nie jest takie praktyczne. Ale aby pokazać właśnie seniorom również, **jak w bezpieczny sposób korzystać z Internetu**, ponieważ coraz częściej dochodzi również do kradzieży, więc myślę, że takie praktyczne szkolenia.*

KURSY KORZYSTANIA Z TECHNOLOGII W FORMIE TUTORIALI NA YOUTUBE

Jeden z uczestników badania stwierdził, że dobrym pomysłem byłoby stworzenie szkoleń dla seniorów z korzystania z technologii w formie tutoriali udostępnionych na YouTube.

- *Ja myślę, że bardzo fajną rzeczą byłyby np. jak są takie kluby seniora, albo kombatanta, byłyby kursy. Nawet powiedziałbym lepiej, **fajnie jakby te kursy były dostępne, no właśnie przez Internet nawet, w formie jakichś filmów na YouTube, tylko to musi być po prostu właśnie tak krok po kroku wytłumaczone. Żeby była osoba, która siądzie i wytłumaczy tej osobie, że "tu klikasz, tu masz ten tutorial, obejrzyj go sobie"**. Tak jak na telewizorze i to może pomóc w przebijaniu tej bariery. Tylko no właśnie, trzeba pomyśleć jak to zrobić, czy to lepiej zrobić w formie takich tutoriali, czy może najpierw zacząć od tego, żeby osoba tłumaczyła. Można to połączyć.*

NAUCZANIE KORZYSTANIA Z TECHNOLOGII OSOBIŚCIE PRZEZ OSOBY MŁODSZE

Część uczestników badania stwierdziła, że najlepszą formą edukowania seniorów na temat technologii byłby **osobisty kontakt z osobami z młodego pokolenia** i okazja do wytłumaczenia krok po kroku seniorom różnych zagadnień. Jedna z osób badanych wspomniała też o edukowaniu seniorów na temat **możliwości wykorzystania systemów udogodnień w korzystaniu z telefonu wprowadzanych przez producentów urządzeń.**

- *Wydaje mi się, że samo **wytłumaczenie, przyjechanie i spędzenie czasu właśnie ze starszymi osobami.** Wytłumaczenie i powiedzenie, co, jak to wygląda i nawet takie właśnie spędzanie czasu i rozmowa i pokazanie, poświęcić te dwie godziny. Wydaje mi się, że to nie jest dużo i po prostu wytłumaczyć albo jakieś spotkania organizacyjne, nawet te 15 minut, żeby coś wytłumaczyć albo tak.*
- *Przede wszystkim **zajęcia z takim wykorzystaniem tej technologii.** Ciekawym przykładem mogłoby być **spotkanie w jakimś miejscu, takim dosyć przyjaznym,** żeby to też nie było takie, że siedzimy tam na siłę, przy krzesłach spięci, krawaty i tak dalej. Tylko takie spokojne miejsce, gdzie można sobie usiąść, jakaś kanapa i pokazywać jak działa Facebook, gdzie można zadzwonić na kamerce. Takie **krótkie przedstawienie jak działa***

każde urządzenie, do czego można wykorzystać, jakie zagrożenia mogą tam się czaić. I to byłoby, wydaje mi się, dosyć dobrym rozwiązaniem takiej sytuacji.

- **Może właśnie jakieś warsztaty na przykład. Albo jakieś spotkania, które miałyby na celu zrozumienie wzajemne.** Na przykład przedstawilibyśmy nowe technologie jakies. [...] **Starszym osobom na przykład tłumaczylibyśmy i próbowalibyśmy zobaczyć jak oni to rozumieją.**
- **Tutaj przytoczę właśnie taki przykład. Wiem, że firma Apple teraz stworzyła takie jakieś nowe oprogramowanie dla seniorów właśnie, które może być na danym telefonie i które bardzo mocno ułatwia posługiwanie się nim.** Wszystko jest opisane ogromnymi literami. Także wydaje mi się, że to jest w ogóle strzał w dziesiątkę. Bo tak naprawdę my jako młodzi korzystamy z telefonów bardzo intuicyjnie, bo jesteśmy do nich nauczeni, a ci starsi zupełnie tej intuicji nie posiadają, bo skąd mają posiadać. Także to jest super, że coś takiego powstało. Że taki senior nie wie jak powrócić na poprzednią kartę, ale ma napis ogromny właśnie "wróć", więc już jest w stanie się w tym połapać. Ale też myślę, że jakieś takie bardziej realne rzeczy, jeśli chodzi powiedzmy o mnie, to jakieś takie **warsztaty, gdzie jesteśmy w stanie pokazać po prostu seniorom jakieś najważniejsze mechanizmy, jeśli chodzi o telefon, o komputer, żebyśmy jakoś nawet przeciwiczyli daną sytuację, czy jakieś pisanie, czy pokazali.** Bo często też seniorzy nie wiedzą o danych funkcjach, nie wiedzą, że **można czcionkę powiększyć** i dla nich jakaś jest za mała czcionka na wiadomościach, nie są w stanie jej przeczytać, a tak naprawdę takie bardzo małe rzeczy są w stanie bardzo mocno poprawić ich taki komfort użytkowania. Także ja bym takie spotkania jak najbardziej urządziła.

ZACHĘCANIE STARSZYCH POKOLEŃ DO NAUKI KORZYSTANIA Z TECHNOLOGII

Niektórzy uczestnicy badania stwierdzili, że pomocne w zmniejszaniu barier technologicznych między pokoleniami byłoby zachęcanie starszych pokoleń do nauki

korzystania z technologii. Jedna z osób badanych powiedziała, że pomogłoby **spopularyzowanie social mediów wśród seniorów.**

- *Jakieś zachęcanie starszych i pokazanie, że to nie jest takie złe, że pomaga w życiu. I uczyć. Żeby młodsze pokolenie trochę może nauczyło, pokazało, jak z tego korzystać.*
- *Myszę, że ujednoczenie tego sposobu korzystania z różnych urządzeń mogłoby być pierwszym krokiem. Czyli powiedzmy, jeżeli by **spopularyzować takie platformy jak TikTok, czy Instagram, czy cokolwiek takiego, wśród starszych, to automatycznie zmniejszyła się by bariera.** Bo osoby starsze i osoby młodsze byłyby wtedy na tej samej platformie. [...] Czy po prostu nawet im przedstawić, **że dużo jest wygodniej korzystać z pewnych komunikatorów czy platform niż z innych.** Czy żeby w ogóle zacząć korzystać. Nawet z jakiegoś Skype'a, żeby się zobaczyć z wnuczką.*

INICJATYWA I CHĘĆ ZE STRONY MŁODZIEŻY

Część uczestników badania stwierdziła, że do zmniejszenia barier technologicznych między pokoleniami potrzebna jest inicjatywa oraz chęć ze strony młodzieży do edukowania starszego pokolenia z zakresu nowych technologii.

- *Na pewno **chęć ze strony młodzieży pokazania starszemu pokoleniu, jak korzystać z tego telefonu, jak korzystać z tego laptopa, jak coś wydrukować, jak wysłać maila.** Żeby łatwo po prostu mu to przychodziło to. Że nie będzie się bał, "o, ja coś źle wyślę". Właśnie ta chęć, żeby **może właśnie przez jakieś warsztaty, może po prostu, żeby młodzi się bardziej przekonali do tego, żeby pokazać mamie, babci, po prostu w domu, jak obsługiwać to wszystko.***
- ***Powinniśmy moim zdaniem jako młodzież, my pierwsi wyjść krok do przodu,** nie traktować tego jako próbę takiej litości, ale próbę tego, żeby każdy poczuł się uwzględniony, żeby ten kontakt, żeby skorzystać z niego jako wszyscy, jako młodzi i jako starsi.*

OGRANICZENIE FORM KOMUNIKACJI DO PROSTSZYCH DLA SENIORÓW

Jeden z uczestników badania stwierdził, że pomocne w zmniejszeniu barier technologicznych między pokoleniami mogłoby być **ograniczenie się w kontakcie z seniorami do prostszych form komunikacji, jak np. sms-y.**

- *Rozwiązaniem, które może się okazać trudniejsze do wdrożenia w życie jest **ukrócenie niektórych form komunikacji elektronicznej.** I tutaj co mam na myśli? Wiadomo, my młodzi zawsze już chyba będziemy się ze sobą kontaktować poprzez użycie na przykład Messengera czy Telegrama, natomiast próba wyegzekwowania tego na seniorach najczęściej nie do końca się kończy szczęśliwie. Oni się czują wykluczeni. Więc co można zrobić? Moim zdaniem **jakoś próbować jako społeczeństwo, bo tego jedna osoba nie robi, obejść to wszystko w tym kierunku, że na przykład częściej używać smsów.** Muszę przyznać, że jeżeli chodzi o smsy, to sytuacja jest zupełnie inna i faktycznie seniorzy z smsów korzystają chętnie.*

OBCENOŚĆ EDUKATORA W URZĘDACH LUB DOMACH KULTURY

Jedna z osób badanych stwierdziła, że pomocnym rozwiązaniem w zmniejszeniu barier technologicznych między pokoleniami mogłoby być zapewnienie seniorom dostępu do osoby edukującej z tematów technologicznych w urzędach lub domach kultury.

- *Może jakby na przykład **w domach kultury albo w urzędach zorganizować ludzi, do których mogliby przychodzić starsi ludzie, a te osoby po prostu objaśniałyby wszystko na spokojnie, powoli.** By tam czekały, aż starsza osoba zrozumie, aż będzie zadowolona z tego, co wie. Może gdyby ktoś taki właśnie był, to by mogło pomóc. Bo nie zawsze też starsi ludzie mają jakieś młodsze osoby w rodzinie, które im pomogą.*

4.5. Działania na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji pomiędzy pokoleniami

Osoby uczestniczące w badaniu zostały zapytane o to, jakie kroki ich zdaniem mogą zostać podjęte, zarówno przez osoby starsze, jak i młodsze pokolenia, aby lepiej się rozumieć i komunikować.

ROZMOWA

Wielu uczestników badania stwierdziło, że najważniejsze jest prowadzenie rozmowy, podejmowanie próby dialogu między pokoleniami, spędzenie wspólnie czasu i zainteresowanie tym, co ma do powiedzenia druga strona.

- *Myślę, że trzeba próbować **wyść z tą inicjatywą przede wszystkim rozmawiania ze sobą i próbować przedstawić swój punkt widzenia z jednej i z drugiej strony.** Pokazanie jak to wygląda fizycznie u nas i z drugiej strony, też **wysłuchanie [ze strony] tych starszych ludzi, a nie machnięcie ręką "co ty wiesz, bo 20 lat temu było inaczej", powiedzmy w tej kwestii technicznej, "a teraz jest inaczej, to co tam możesz wiedzieć".** Czyli jakaś taka **próba dialogu** przede wszystkim.*
- ***Rozmowa, komunikacja.** Czyli po prostu **chęć dowiedzenia się i zainteresowanie się czy starszymi, czy starsi młodszymi.** I po prostu rozmowa.*
- ***Rozmowa, rozmowa i jeszcze raz rozmowa.** Bo bez tego po prostu się nie zrozumiemy.*
- *Też jak najwięcej po prostu rozmawiać, bo czasami z tą babcią, czy z mamą, z tatą, z kimkolwiek się tak po prostu mijamy czasami w domu. **Żeby więcej rozmawiać, bo ta komunikacja wtedy będzie lepsza, wtedy może się zwiększyć zaufanie.***
- *Wydaje mi się, że przede wszystkim takim podstawowym krokiem jest w ogóle **otwartość na drugiego człowieka, ponieważ jeżeli młodzi ludzie***

*zamkną się w swojej bańce i powiedzą "my nie chcemy rozmawiać z osobami starszymi, bo na przykład one nas nie rozumieją", no to w życiu nas nie rozumieją, jeżeli z nimi nie porozmawiamy. I tak samo działa to z drugą stroną. Więc myślę, że takim podstawowym pierwszym i nieuniknionym krokiem jest otwartość, druga to taka właśnie **chęć rozmowy**.*

OTWARTOŚĆ NA ODMIENNE POGLĄDY I CHĘĆ PODEJMOWANIA DZIAŁAŃ NA RZECZ LEPSZEGO ZROZUMIENIA

Wiele osób badanych powiedziało, że ich zdaniem najważniejsza jest chęć do podejmowania działań na rzecz lepszego zrozumienia oraz otwartość na odmienne poglądy.

- *Najważniejsze chyba to chęć. **Żeby jedna i druga strona chciała porozmawiać, znaleźć wspólny język.***
- *I z jednej i z drugiej strony znowu musi być chęć po prostu do tego. Bo czasami bardziej na temat tej komunikacji starszej, Internetu i w ogóle - **starsze pokolenie jest takie, "po co mi to, nie przyda mi się to, nie możesz przyjść i powiedzieć?". [...] Tylko po prostu jakoś ich przekonać [do technologii], pokazać im plusy. Właśnie też, żeby seniorzy zechcieli.***
- *Tak jak już podkreśliłam, **myślę, że w tej sytuacji to młodszy powinni wykonać pierwszy krok.***
- *Żeby jakiegokolwiek kroki zostały podjęte, przede wszystkim **musi pojawiać się z obu stron chęć do zmiany światopoglądu.** Bo wydaje mi się, że takie spotkanie, rozmowy, [...], nie miałyby sensu, gdyby żadna strona nie chciała zmienić swojego punktu widzenia. Dla mnie kluczowym zadaniem takich spotkań, jest **nastawienie się do tego, że ewentualnie możemy zmienić nasze poglądy,** możemy zmienić nasz punkt widzenia, możemy czegoś nie rozumieć. I chęć tego zmienienia. To jest według mnie kluczowe. Ale gdy taka chęć już powstanie, oczywiście każdego rodzaju spotkania, jakies pikniki, coś takiego, wydaje mi się, że byłoby super.*

- *Może żeby tak po prostu starać się **mieć otwarty umysł, otwartą głowę i nie zamykać się całkowicie na to, co mówi inne pokolenie**, zakładając z góry, że to jest złe. Ani młodszy nie powinni tak uważać, ani starsi. Tak po prostu czasami wziąć za możliwość to, że można zmienić zdanie i ktoś może mieć lepsze zdanie niż my.*
- *Po prostu **rozmowa i też posiadanie świadomości, że nasze wartości mogą być inne**, ale jeżeli będziemy się nawzajem szanować, to myślę, że naprawdę może się udać wypracować bardzo wiele.*

WYDARZENIA, W TRAKCIE KTÓRYCH OBA POKOLENIA MOGĄ SPĘDZIĆ ZE SOBĄ CZAS

Część uczestników badania stwierdziła, że najlepszym działaniem na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji międzypokoleniowej byłoby zorganizowanie różnego rodzaju wydarzeń, w trakcie których osoby młodsze i osoby starsze mogłyby spędzić ze sobą czas. Wspominali **o wydarzeniach i aktywnościach, które nie byłyby powiązane bezpośrednio z nauką nowych umiejętności, ale pozwalałyby na integrację przy okazji neutralnych czynności.**

- *Wydaje mi się, że **sama inicjatywa, spotkanie się albo również takie organizowane różne pikniki rodzinne**. Na przykład u mnie na wsi są różne pikniki rodzinne, gdzie można spotkać się z rodziną, posłuchać muzyki, czy coś zjeść. To zależy od wsi. Tak jak mówiłam, np. moi dziadkowie śpiewali w zespole ludowym. I są właśnie takie różne [wydarzenia], gdzie **można się spotkać, popatrzeć, porozmawiać ze starszymi osobami**, powiedzieć, że to naprawdę fajnie wygląda, podnieść ich na duchu. Wydaje mi się, że takie spotkania jak właśnie **pikniki rodzinne czy różne festyny to właśnie najlepszy sposób, żeby pokolenia się spotkały.***
- *Rozmowa, rozmowa i jeszcze raz rozmowa. Bo bez tego po prostu się nie rozumiemy. Ale myślę, że bardzo fajnie by było wplatać w tę rozmowę nawet **jakieś aktywności, [przy wykonywaniu] których tak naprawdę nie ma znaczenia, czy jesteśmy starsi, czy jesteśmy młodszy**, to podchodzimy do tego tak samo. I przy okazji tego możemy się bardziej*

otwierać na inne rzeczy. Bo ciężko będzie się nam połączyć, jeżeli na przykład powiemy, że "no teraz będziemy rozmawiać o technologii". To dla nas będzie to mocny temat, dla nich nie. A jak **na przykład wybierzemy się na jakieś rowery** albo coś takiego, jakąś taką **aktywność, która może nas połączyć i tam będziemy bez różnic prawie, no to to już łatwiej jest nawiązywać kontakt**. To jest złapany ten początkowy kontakt przez to, co nas nie różni i przez to łatwiej jest rozmawiać o tych rzeczy, które nas różnią.

- Wydaje mi się, że żeby się po prostu porozumieć fajnie by było [...] na przykład mieć jakieś **spotkanie, gdzie po prostu obce osoby by przychodziły, dziadkowie i młodzi ludzie**. I żeby po prostu **rozmawiali** ze sobą. Albo **różne organizowane akcje, jeżdżenie do domu starości itd.**, gdzie młode osoby mogłyby po prostu porozmawiać ze starszymi i spędzić z nimi czas i na pewno to by pomogło takim ludziom, którzy tak naprawdę nie mają się do kogo odezwać.
- Pierwszy [krok to] może być uczestnictwo w takiego typu **wspólnych warsztatach**, czy też nawet w takim **teatrze**, o którym ja wspominałem. Czy połączenie tych różnych inicjatyw, tak jak dzisiaj mieliśmy **wspólne sprzątanie lasu**, tak na przykład jakieś wszelkie **zbiórki charytatywne** czy tego typu rzeczy też można by robić razem. Albo słyszałem, też było mówione **o jakichś projektach takich, gdzie starsi na przykład pokazują jakieś gry czy zabawy**. To dla najmłodszych, jakie w ich czasach były popularne - czy to klasy, czy jakaś skakanka, coś takiego. To też myślę, że zainteresowałoby tych najmłodszych. Albo też to, co już mieliśmy robione - **wspólne gotowanie posiłków**. Po prostu cokolwiek, żeby przebywać w tym środowisku razem i jakoś współpracować, czy nawet jakieś **produkcje, rzeźbienie w drewnie** czy coś takiego.

SPOTKANIA, W TRAKCIE KTÓRYCH OBA POKOLENIA MOGĄ WYMIENIĆ SIĘ ZE SOBĄ WIEDZĄ I UMIEJĘTNOŚCIAMI

Niektórzy uczestnicy badania wspominali także o zorganizowaniu spotkań, w trakcie których osoby z obu pokoleń mogłyby uczyć się wzajemnie różnego rodzaju umiejętności i przekazywać wiedzę na różne tematy.

- *Też takie **spotkania kreatywne**. Nie tylko, że rozmawiamy i to jest tyle. Ale **spotkania pokazujące życie tych naszych dwóch różnych pokoleń**. Czyli, powiedzmy, pierwsze spotkanie, na którym **te starsze osoby uczą nas gotować tradycyjnych dań polskich**. Kolejne spotkanie, na którym my **uczymy seniorów korzystać z telefonów, środków przekazu, czy social mediów**, czy coś takiego. Bo to też jest bardzo ciekawe. Także wydaje mi się, że coś takiego, co rzeczywiście będzie nawet zmuszać nas do tej komunikacji. Bo **my sami nie jesteśmy w stanie zrobić ciasta na pierogi, więc musimy zapytać tę starszą panią**, która stoi obok nas, jak się to robi, "czy pani mogłaby mi to pokazać?". Także takie właśnie stymulowanie tego i zmuszanie nawet tych dwóch pokoleń do współpracy.*

TRAKTOWANIE OSÓB Z INNEGO POKOLENIA NA RÓWNI ZE SOBĄ

Niektóre osoby badane stwierdziły, że jednym z najważniejszych aspektów w kwestii działań na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji pomiędzy pokoleniami jest traktowanie na równi drugiego człowieka, bez względu na jego wiek.

- *O młodszych osobach już mówiłam. Myślę, że też ważnym krokiem byłoby [...] takie właśnie **zejście z piedestału, kiedy mówimy do osób starszych**. Bo to naprawdę nie są ani osoby od nas gorsze, ani w żaden sposób nie powinny być wykluczone. Takie zejście z piedestału może się na przykład objawiać tym, że **po prostu będziemy uważać na to, co mówimy, żeby te słowa nie były jakoś takie odgradzające**. A jeżeli już nie mamy innego słowa, to tłumaczyć, co mamy na myśli i tak dalej. Myślę, że to możemy zrobić jako młodzi.*

CYKLICZNOŚĆ WSPÓLNYCH SPOTKAŃ OBU POKOLEŃ

Jedna z uczestniczek badania stwierdziła, że **najważniejsza w podejmowanych działaniach jest cykliczność**. Jej zdaniem pojedyncze spotkania nie są w

stanie mieć tak dużego wpływu na lepszą komunikację i porozumienie międzypokoleniowe, jak ich większa liczba.

- *Ja myślę, że po prostu spotkania, po prostu taka rozmowa. Teraz nawet w kontekście tego projektu uważam, że to jest w ogóle cudowna sprawa, że rzeczywiście Państwo dajecie nam szansę na takie poznanie. Bo inaczej jest, jeśli rzeczywiście my urządzimy jakieś takie luźne spotkanie pojedyncze tych osób, na które myślę, że w ogóle młodzi niechętnie by przyszli, a na pewno z mniejszą chęcią. **A inaczej, jeśli to jest projekt rzeczywiście, w który my musimy się bardzo mocno zaangażować i te spotkania odbywają się cyklicznie.** Bo po jednym spotkaniu tak naprawdę my nie jesteśmy w stanie poprawić tych relacji i czegoś się od siebie nauczyć. Jeśli już to są jakieś takie bardzo małe drobności, ale rzeczywiście gdy tych spotkań odbędzie się naprawdę sporo, to jesteśmy bardzo mocno w stanie poprawić ten kontakt między nami, także wydaje mi się, że ta **systematyczność spotkań**. Myślę, że spotkania to jest właśnie najlepszy sposób.*

WSPÓLNE DZIAŁANIA OSÓB Z DOMU SPOKOJNEJ STAROŚCI I DZIECI Z DOMU DZIECKA

Niektóre osoby badane stwierdziły, że dobrym pomysłem w ramach działań na rzecz lepszego porozumienia między pokoleniami byłoby zorganizowanie wspólnych działań osób z domu spokojnej starości oraz dzieci z domu dziecka.

- *Myślę, że to nie jest plan do zrealizowania na szybko, ale kiedyś gdzieś mi mignęło o takiej inicjatywie i myślę, że to jest dobry pomysł na integrację pokoleń. To jest **łączenie domu starca z przedszkolami w ten sposób, że te starsze osoby czytają dzieciom, grają z nimi w szachy** czy w jakiś sposób inny się angażują w te zajęcia i też mają przy tym jakieś poczucie odpowiedzialności i misji i kontaktu właśnie z młodszym człowiekiem, a **młodzi mają okazję się czegoś od nich nauczyć**. Myślę, że to nie jest oczywiście do zrealizowania jakiegoś szybkiego, ale coś takiego jak połączenie tej funkcji domu seniorów z przedszkolami czy też żłobkami, na zasadzie takiej współpracy.*

PRÓBY NAUKI KORZYSTANIA Z TECHNOLOGII PRZEZ OSOBY STARSZE

Część uczestników badania stwierdziła, że działania w kierunku zdobycia wiedzy i umiejętności z zakresu technologii przez seniorów byłyby pomocne w kontekście lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji między pokoleniami.

- ***I z jednej i z drugiej strony znowu musi być chęć po prostu do tego. Bo czasami bardziej na temat tej komunikacji starszej, Internetu i w ogóle - starsze pokolenie jest takie, "po co mi to, nie przyda mi się to, nie możesz przyjść i powiedzieć?". [...] Tylko po prostu **jakoś ich przekonać [do technologii]**, pokazać im plusy. Właśnie też, żeby seniorzy zechcieli.***
- ***Jako starsi, myślę, że pozostaje tylko **otwartość**, swego rodzaju **odwaga**, **jeżeli chodzi o korzystanie z nowych rozwiązań** i to chyba wszystko.***
- ***Młodsze osoby na pewno powinny zrozumieć sytuację starszych, że oni z telefonami nie mają do czynienia i podejść do nich bardziej po ludzku niż tak jakby myśleć schematycznie. Na pewno. A starsze osoby myślę, że już w tym wieku raczej się telefonu nie nauczą, chociaż jest taka szansa. No i próbować **podejmować jakieś kroki w tym zrozumieniu technologii**.***

WNIOSKI I REKOMENDACJE

Z wypowiedzi uczestników badania wynika, że najważniejsze w kwestii integracji międzypokoleniowej są następujące kwestie:

- otwartość na odmienne poglądy i odmienną perspektywę na życie u obu pokoleń,
- chęci podejmowania działań na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji międzypokoleniowej,
- prowadzenie dialogu,

- traktowanie drugiego człowieka z szacunkiem i na równi ze sobą, bez względu na jego wiek,
- chęć nauki nowych technologii ze strony starszego pokolenia,
- wspólne spędzanie czasu,
- zwalczanie stereotypów na temat obu pokoleń,
- zwalczanie barier technologicznych między pokoleniami.

Główne różnice pokoleniowe, które dostrzegają osoby badane między swoim pokoleniem a pokoleniem starszym to:

- stopień korzystania z nowych technologii, z Internetu, telefonu, social mediów, komputera itd.,
- odmienne formy komunikacji z ludźmi (np. w przypadku młodych osób komunikatory Internetowe, a w przypadku starszych połączenia telefoniczne),
- brak wiedzy i świadomości na temat psychiki ludzkiej, brak otwartości na korzystanie z pomocy psychologa oraz psychiatry wśród starszego pokolenia,
- pozostawanie w jednym miejscu pracy przez długi czas przez osoby starsze i częste zmiany pracy przez osoby młode,
- kierowanie się kwestiami finansowymi przy wyborze zawodu w przypadku starszego pokolenia i kierowanie się rozwojem osobistym i zainteresowaniami w przypadku osób młodych,
- umiejętność osiągnięcia równowagi między pracą a odpoczynkiem - poświęcanie dużej ilości czasu na pracę przez osoby starsze i poświęcanie mniej czasu na pracę, a przykładanie większej wagi do odpoczynku przez osoby młode,
- umiejętność odpoczynku wśród młodego pokolenia i jej brak wśród starszego pokolenia,

- przekonanie wśród osób starszych o tym, że trzeba ciężko pracować, żeby zarobić i przekonanie o tym, że praca może być przyjemna i jednocześnie przynosić wystarczający dochód wśród osób młodszych,
- podejście do zwierząt - wysoki poziom empatii wśród ludzi młodych, traktowanie zwierząt jako przyjaciół, sprzeciw wobec zabijaniu zwierząt wśród części młodych osób; traktowanie zwierząt przez osoby starsze jako stworzeń, które mają dać ludziom korzyści, w postaci mięsa, skóry, wełny itd.,
- różnice w podejściu do związków romantycznych, większa skłonność do kończenia związków wśród ludzi młodych wynikająca z kierowania się własnym szczęściem i zadowoleniem; kierowanie się oczekiwaniami i normami społecznymi wśród starszego pokolenia i pozostawanie w związkach, w których nie czuli się w pełni szczęśliwi,
- różnice w podejściu do relacji międzyludzkich, w tym relacji przyjacielskich,
- różnice w podejściu do relacji rodzinnych, traktowanie rodziny jako nadrzędnej wartości wśród osób starszych; gotowość młodych osób do odseparowania się od członków rodziny, którzy wykazują zachowania przemocowe i wpływają wyniszczająco na psychikę człowieka,
- różnice w podejściu do wychowywania dzieci, większa surowość i częstsze wymierzanie kar wśród osób starszych oraz podejście osób młodych stawiające na pierwszym miejscu kierowanie się empatią i chęcią zrozumienia emocji dziecka,
- wysoka potrzeba kontaktu osobistego wśród osób starszych i niska wśród osób młodych,
- konserwatywne poglądy, brak akceptacji dla społeczności LGBT wśród osób starszych,
- preferowane formy przekazu i źródła informacji - np. krótkie wideo w social mediach u osób młodszych, książki u osób starszych.

Problemy w komunikacji ze starszym pokoleniem, jakich doświadczają młodzi ludzie uczestniczący w badaniu to przede wszystkim:

- kierowanie się stereotypami przez starszych ludzi - m.in. zakładanie, że młode pokolenie nic nie wie, jest leniwe i aroganckie,
- bycie traktowanym z góry przez starsze pokolenie,
- brak uzyskiwania od seniorów zrozumienia potrzeby korzystania z technologii przez młodych ludzi i bycie ocenianym negatywnie ze względu na używanie jej z dużą częstotliwością,
- brak możliwości utrzymywania kontaktu z osobami starszymi poprzez komunikatory internetowe, sms-y i/lub przez telefon,
- konserwatyzm starszego pokolenia i brak otwartości na poglądy młodszego pokolenia,
- brak tolerancji dla społeczności LGBT wśród starszego pokolenia,
- brak chęci nauki nowych technologii wśród seniorów.

Wpływ barier technologicznych na relacje między pokoleniem młodszym a pokoleniem starszym według osób badanych to m.in.:

- brak możliwości utrzymywania regularnego kontaktu z osobami starszymi, w tym członkami własnej rodziny, ze względu na niechęć do technologii wśród starszego pokolenia i brak możliwości częstych rozmów na żywo,
- negatywna opinia o młodym pokoleniu wśród starszego pokolenia ze względu na niezrozumienie potrzeby korzystania z Internetu, telefonu, komputera czy social mediów,
- brak możliwości szybkiego ustalenia różnych kwestii z osobami starszymi ze względu na długi czas oczekiwania na ich odpowiedź lub w ogóle brak odpowiedzi.

Korzyści ze wspólnych działań obu pokoleń mających na celu lepsze zrozumienie się wzajemnie to m.in.:

- możliwość obustronnej wymiany umiejętności między osobami z różnych pokoleń,
- możliwość obustronnej wymiany wiedzy i doświadczeń życiowych,
- możliwość uzyskania porad życiowych od starszego pokolenia,
- możliwość poznania odmiennej kultury i stylu życia,
- możliwość zdobycia wiedzy historycznej,
- możliwość poznania odmiennej perspektywy na życie i odmiennego światopoglądu,
- możliwość przekonania się o nieprawdziwości stereotypów z obu stron.

Rozwiązania mające na celu poprawę komunikacji między pokoleniami zaproponowane przez uczestników badania to m.in.:

- szkolenia dla seniorów z korzystania z Internetu, telefonu, komputera oraz bezpieczeństwa w Internecie prowadzone przez osoby młode,
- zorganizowanie szkoleń z korzystania z technologii, które byłyby udostępnione w formie nagrania na YouTube,
- cykliczne spotkania z seniorami zamiast pojedynczych spotkań,
- zorganizowanie różnego rodzaju wydarzeń i aktywności, przy okazji których osoby z obu pokoleń mogą się integrować, w tym: pikniki rodzinne, festyny, wycieczki rowerowe, odwiedzanie osób z domu spokojnej starości przez osoby młode, wspólne działania charytatywne - np. organizowanie zbiórek charytatywnych, warsztaty teatralne, wspólne sprzątanie lasu, wspólne gotowanie posiłków, warsztaty rzeźbienia w drewnie, itd.,
- zorganizowanie spotkań z seniorami, w ramach których oba pokolenia będą mogły wymieniać się wiedzą, doświadczeniem i umiejętnościami,

- działania mające na celu zachęcenie osób starszych do korzystania z technologii,
- działania mające na celu zaangażowanie młodych ludzi w działania mające na celu likwidację barier międzypokoleniowych,
- zorganizowanie forum dyskusyjnego dla osób z młodego pokolenia oraz dla osób ze starszego pokolenia, aby móc wzajemnie dzielić się swoimi poglądami i przekonaniem z pokoleniem starszym,
- niesienie pomocy w codziennych czynnościach seniorom, którzy tego potrzebują (np. zrobienie zakupów),
- zapewnienie seniorom dostępu do osoby edukującej z tematów technologicznych w urzędach lub domach kultury,
- współpraca osób z domu spokojnej starości z dziećmi z domu dziecka.

REKOMENDACJE		
Działanie	Opis działania	Uzasadnienie
Szkolenia i/lub warsztaty z korzystania z technologii dla starszego pokolenia	Przeprowadzenie przez młodych ludzi szkoleń i/lub warsztatów z korzystania z technologii skierowanych do seniorów. Szkolenia powinny obejmować wiedzę nt.: korzystania z komputera, telefonu, Internetu i social mediów oraz bezpieczeństwa w Internecie. Powinny zawierać praktyczne ćwiczenia korzystania z poszczególnych technologii.	Umiejętność korzystania z technologii przez seniorów jest kluczowym aspektem dla znoszenia barier międzypokoleniowych. Daje ona bowiem możliwość lepszego komunikowania się z osobami z własnego otoczenia, ze swoją rodziną, przyjaciółmi, szczególnie z osobami młodymi, np. wnuczkami czy dziećmi. Umiejętność ta sprawia, że seniorzy czują się mniej wykluczeni. Co więcej, daje im nowe możliwości zdobywania wiedzy. Dzięki

		tym umiejętnościom młodszym ludziom łatwiej jest nawiązać więź z osobami starszymi.
Wydarzenia i aktywności uwzględniające integrację obu pokoleń	Zorganizowanie różnego rodzaju wydarzeń i aktywności, przy okazji których osoby z obu pokoleń mogą się integrować, w tym: pikniki rodzinne, festyny, wycieczki rowerowe, odwiedzanie osób z domu spokojnej starości przez osoby młode, wspólne działania charytatywne - np. organizowanie zbiórek charytatywnych, warsztaty teatralne, wspólne sprzątanie lasu, wspólne gotowanie posiłków, warsztaty rzeźbienia w drewnie, itd.	Zorganizowanie różnego rodzaju wydarzeń, w trakcie których osoby młodsze i osoby starsze mogłyby spędzić ze sobą czas mogłyby być jednym z najbardziej skutecznych działań na rzecz lepszego zrozumienia i lepszej komunikacji międzypokoleniowej. Szczególnie powinny być to wydarzenia i aktywności, które nie będą powiązane bezpośrednio z nauką nowych umiejętności, ale będą pozwalały na integrację pokoleń przy okazji neutralnych czynności. Z tego względu oba pokolenia będą czuły się równe, ponieważ żadne z nich nie będzie posiadało większych umiejętności w konkretnym zajęciu lub w ramach zorganizowania wydarzenia.
Cykliczne spotkania osób młodych z seniorami	Zorganizowanie cyklicznych spotkań osób młodych z seniorami, w ramach których oba pokolenia będą mogły wymieniać się wiedzą, doświadczeniem i umiejętnościami	Jest to ważny aspekt pod kątem korzyści dla obu pokoleń z prowadzonych działań na rzecz integracji międzypokoleniowej. Wymiana wiedzy, umiejętności oraz doświadczeń stanowi dużą wartość dla obu pokoleń.