

Διαγενεακός Οδηγός για συνεδρίες διαλό- γου

Ένας οδηγός για την καταπολέμηση της ηλικιακής διά-
κρισης και την προώθηση της σεξουαλικότητας, του φύ-
λου και της διαφορετικότητας στην τρίτη ηλικία



ΕΤΑΙΡΟΙ ΕΡΓΟΥ



Όνομα συνεργάτη	Χώρα	Λογότυπο
Verein Niedersächsischer Bildungsinitiativen e.V. (VNB)	Γερμανία	 Verein Niedersächsischer BILDUNGSINITIATIVEN e.V. Geschäftsstelle Göttingen
Societatea Romana de Sprijin a Varstnicilor si a Suferinzilor cu Afectiuni de tip Alzheimer (SRA)	Ρουμανία	 SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER
Freie Altenarbeit Göttingen e.V. (FAGö)	Γερμανία	
Le Girofard	Γαλλία	 Centre LGBTI+ de Bordeaux, Nouvelle Aquitaine
Proportional Message – Associação (PM)	Πορτογαλία	 Proportional Message
The Learning Edge Ventures (LE)	Κύπρος	 LEARNING EDGE Powered by CARDET

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ



Εισαγωγή	1
1. Γήρανση και ηλικιακός ρατσισμός	2
Εισαγωγή	3
Βυθιζόμαστε στη γήρανση	5
Βουτιά στον ηλικιακό ρατσισμό	6
Κατανόηση της ηλικιακής διάκρισης στην Ευρώπη	8
Επίδραση της ηλικιακής διάκρισης στην υγεία	9
Η ηλικιακή διάκριση και η σεξουαλική υγεία	10
Συμπεράσματα	11
Βιβλιογραφία	13
2. Σεξουαλικότητα, φύλο και διαφορετικότητα στην τρίτη ηλικία	15
Εισαγωγή	16
Βασικοί ορισμοί	17
Ειδικές προκλήσεις στην τρίτη ηλικία	20
Η προσέγγιση του IDS: Περιεκτική και συστημική	22
Συμπέρασμα	25
Βιβλιογραφία	27
3. Μεθοδολογία της διαγενεακής μάθησης	Error! Bookmark not defined.
Εισαγωγή	29
Η σημασία μιας διαγενεακής προσέγγισης που λαμβάνει υπόψη τις διαφορές	30



Βασικές προϋποθέσεις για μια επιτυχημένη διαγενεακή εκδήλωση	32
Συμπέρασμα	39
Αναφορές	40
4. Η προσέγγιση του speed dating και οι βασικές αρχές	40
Εισαγωγή	42
Η εξέλιξη του speed dating ως εκπαιδευτικό εργαλείο	44
Πρακτικές οδηγίες για το speed dating Συζητήσεις – Τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνετε	46
Βασικές αρχές	49
Γλωσσάριο βασικών όρων	50
Συμπέρασμα	50
Αναφορές	Error! Bookmark not defined.
5. Πρακτικός οδηγός για τις συνεδρίες διαγενεακού διαλόγου	Error! Bookmark not defined.
Εισαγωγή	53
Προγραμματισμός της εκδήλωσης	53
Πρόγραμμα της εκδήλωσης	58
Παραδείγματα ερωτήσεων για τις συνεδρίες διαγενεακού διαλόγου	64
Μελέτες περιπτώσεων για συζήτηση	69
Γενικές ερωτήσεις αναστοχασμού για την επαγγελματική πρακτική	85
Οδηγίες για τον συντονιστή: Διαχείριση δύσκολων θεμάτων και συζητήσεων σε ομαδικές συζητήσεις	86
Λίστα ελέγχου	91
Αναφορές	94
6. Εκτίμηση επιπτώσεων	95
Εισαγωγή	96
Εκτίμηση επιπτώσεων και αξιολόγηση	97

Εργαλεία αξιολόγησης	101
Ερωτηματολόγιο ανατροφοδότησης IDS	103
Ερωτήσεις αναστοχασμού για τους συμμετέχοντες	104
Φύλλο αναστοχασμού IDS	106
Συμπέρασμα	108
Δραστηριότητα αξιολόγησης	109
Αναφορές	110



Ημερομηνία έκδοσης: Αύγουστος 2025

Επιμέλεια: Freie Altenarbeit Göttingen e.V.

Πρόγραμμα Erasmus+: «Never Gets Old – Διαγενεακή εκπαίδευση για το φύλο και τη σεξουαλικότητα»

Ο παρών οδηγός διατίθεται υπό την άδεια Creative Commons Attribution–Non-commercial–Share Alike (CC BY-NC-SA). Μπορείτε να αντιγράψετε, να μοιραστείτε και να προσαρμόσετε το παρόν υλικό, υπό την προϋπόθεση ότι:

- Αναφέρετε τον συγγραφέα
- Δεν το χρησιμοποιείτε για εμπορικούς σκοπούς
- Μοιράζεστε τυχόν προσαρμογές υπό την ίδια άδεια



Στο πλαίσιο του προγράμματος Erasmus+ «Never Gets Old – Intergenerational Gender and Sexuality Education», η ομάδα του προγράμματος, η οποία αποτελείται από έξι συνεργαζόμενους οργανισμούς από πέντε διαφορετικές χώρες, ανέπτυξε τη μορφή εργαστηρίου των «Intergenerational Dialogue Sessions» (IDS). Πρόκειται για μια μορφή ανταλλαγής που επιτρέπει προσωπικές αλληλεπιδράσεις μεταξύ μελών διαφορετικών ηλικιακών ομάδων σε ατομικές συνομιλίες σχετικά με θέματα σεξουαλικότητας, σεξουαλικής και έμφυλης ποικιλομορφίας στην τρίτη ηλικία και σε όλη τη διάρκεια της ζωής. Η έμφαση δίνεται σε μια ανοιχτή ανταλλαγή μεταξύ των γενεών, όχι στο να πείσουν ο ένας τον άλλον, αλλά στο να κατανοήσουν και να μάθουν ο ένας από τον άλλον.



Η εκδήλωση προσφέρει χώρο για συζητήσεις σχετικά με:

- **βιωμένες εμπειρίες σε σχέση με τη σεξουαλικότητα, τη σεξουαλική υγεία, την ταυτότητα και το φύλο**
- **τις κοινωνικές εικόνες και τον τρόπο με τον οποίο αλλάζουν**
- **τη σημασία της διαφορετικότητας στην τρίτη ηλικία και στο πλαίσιο της υγείας και της φροντίδας**

Μακροπρόθεσμα, το έργο στοχεύει στη βελτίωση της κοινωνικής κατάστασης και της υγειονομικής περίθαλψης των ηλικιωμένων και στην ενίσχυση του διαλόγου και της αλληλεγγύης μεταξύ των γενεών. Οι ID-Sessions συμβάλλουν στο άνοιγμα του χώρου για συζητήσεις και, ως εκ τούτου, σε μια κοινωνία στην οποία οι άνθρωποι όλων των γενεών αναγνωρίζονται και εκτιμώνται στην ποικιλομορφία τους.

Ο παρακάτω οδηγός ξεκινά με μια εισαγωγή στο θέμα της γήρανσης και του ηλικιακού ρατσισμού στο πρώτο κεφάλαιο και συνεχίζει με μια εις βάθος ανάλυση της σεξουαλικότητας, του φύλου και της διαφορετικότητας στην τρίτη ηλικία στο δεύτερο κεφάλαιο. Το τρίτο κεφάλαιο περιγράφει τη μεθοδολογία και τις βασικές έννοιες της διαγενεακής μάθησης, ενώ το τέταρτο κεφάλαιο επικεντρώνεται στην προσέγγιση των συζητήσεων μέσω του speed-dating. Το πέ-

μπτο κεφάλαιο προσφέρει έναν ολοκληρωμένο πρακτικό οδηγό για την υλοποίηση των συνεδριών διαγενεακού διαλόγου και το έκτο κεφάλαιο ολοκληρώνει με πρακτικές οδηγίες για την αξιολόγηση του αντίκτυπου των συνεδριών. Η εφαρμογή IDS-Guide απευθύνεται σε όσους ενδιαφέρονται για τη διαγενεακή ανταλλαγή και επιθυμούν να συμβάλουν στην αποστιγματοποίηση της σεξουαλικότητας, καθώς και της σεξουαλικής και έμφυλης διαφορετικότητας στην τρίτη ηλικία. Σε αυτούς περιλαμβάνονται εκπαιδευτές ενηλίκων, πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης, εργαζόμενοι στον τομέα της φροντίδας, πανεπιστήμια για ηλικιωμένους, καθηγητές σε επαγγελματικές σχολές και πανεπιστήμια, κοινωνικές οργανώσεις και αφοσιωμένα ιδιώτες

ΓΗΡΑΝΣΗ ΚΑΙ ΗΛΙΚΙΑΚΗ ΔΙΑΚΡΙΣΗ

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER (ΙΟΑΝΑ ΤΕΑCΟΕ)



«Οι προκαταλήψεις μας περιορίζουν· είναι ένας κοινωνικός μύθος [...] οι ηλικιωμένοι ζουν με αυτή την προκατάληψη: “Όχι, δεν είμαι πλέον ικανός”».

(Συμμετέχων στην ομάδα εστίασης «Romanian Never Gets Old», Μάρτιος 2025)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:

Αντιλαμβάνεται τη γήρανση ως μια πολυδιάστατη διαδικασία, η οποία περιλαμβάνει βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές αλλαγές, καθώς και τις έννοιες της τρίτης και της τέταρτης ηλικίας.

Αναγνώρισε τις μορφές και τις επιπτώσεις της ηλικιακής διάκρισης, συμπεριλαμβανομένης της θεσμικής, της διαπροσωπικής και της αυτοκατευθυνόμενης διάκρισης.

Αντιλήφθηκε τη σημασία της σεξουαλικής υγείας στην τρίτη ηλικία και τα εμπόδια που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι στην πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη, ιδίως οι γυναίκες και τα άτομα της LGBTQ+ κοινότητας.



Εισαγωγή

Με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Οι απόψεις και οι γνώμες που διατυπώνονται εκφράζουν αποκλειστικά τις απόψεις των συντακτών και δεν αντιπροσωπεύουν κατ'ανάγκη τις απόψεις της Ευρωπαϊκής Ένωσης ή του Ευρωπαϊκού Εκτελεστικού Οργανισμού Εκπαίδευσης και Πολιτισμού (ΕΑCΕΑ). Η Ευρωπαϊκή Ένωση και ο ΕΑCΕΑ δεν μπορούν να θεωρηθούν υπεύθυνοι για τις εκφραζόμενες απόψεις. Αριθμός έργου: 2024-1-DE02-KA220-ADU-000244060

Καθώς μεγαλώνουν, οι άνθρωποι υφίστανται αλλαγές σε ψυχικό, συναισθηματικό, σωματικό/βιολογικό και κοινωνικό επίπεδο. Η γήρανση σε ατομικό επίπεδο μπορεί να οριστεί με διάφορους τρόπους, ανάλογα με την οπτική γωνία που υιοθετούμε. Προσπαθούμε να ορίσουμε τη γήρανση χρησιμοποιώντας ως αφετηρία το βιβλίο «*Biology of Aging: Observations and Principles*» του Robert Arking (Arking, 2006). Η γήρανση μπορεί έτσι να περιγραφεί ως μια σειρά ανεξάρτητων από το χρόνο, σωρευτικών, προοδευτικών, εγγενών και επιβλαβών λειτουργικών και δομικών αλλαγών, οι οποίες συνήθως αρχίζουν να εκδηλώνονται κατά την αναπαραγωγική ωριμότητα και τελικά καταλήγουν στο θάνατο. Είναι σημαντικό να σημειωθεί ότι τα άτομα μπορεί να γερνούν με διαφορετικό τρόπο.

Ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας (ΠΟΥ) έχει λάβει θέση σχετικά με τη γήρανση και την υγεία, καθώς παρατηρείται αύξηση του αριθμού και του ποσοστού του ηλικιωμένου πληθυσμού.



Προβλέπεται ότι έως το 2030, 1 στους 6 ανθρώπους στον κόσμο θα είναι ηλικίας 60 ετών και άνω. Λαμβάνοντας υπόψη ότι τα άτομα στην τρίτη ή τέταρτη ηλικία τους είναι επιρρεπή στην ανάπτυξη συναφών παθήσεων, ο ΠΟΥ δηλώνει ότι «μια ολοκληρωμένη αντίδραση δημόσιας υγείας πρέπει να αντιμετωπίζει αυτό το ευρύ φάσμα εμπειριών και αναγκών των ηλικιωμένων» (Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας: ΠΟΥ, 2024). Επίσης, η Γενική Συνέλευση των Ηνωμένων Εθνών (ΟΗΕ) κήρυξε την περίοδο 2021–2030 ως τη Δεκαετία της Υγιούς Γήρανσης του ΟΗΕ και ζήτησε από τον ΠΟΥ να ηγηθεί της υλοποίησής της. Λόγω των αλλαγών που εκδηλώνονται κατά τη διαδικασία της γήρανσης, οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας μπορούν να θεωρηθούν πιο ευάλωτοι, εξαρτημένοι ή βάρος για την κοινωνία. Όλα αυτά είναι ηλικιακές προκαταλήψεις.

Μια πτυχή που συχνά παραβλέπεται όσον αφορά τη γήρανση είναι η σεξουαλική υγεία. Οι ηλικιακές προκαταλήψεις συμβάλλουν στη σιωπή και το στίγμα, αφήνοντας πολλούς ηλικιωμένους, ειδικά γυναίκες και άτομα της LGBTQ+ κοινότητας, χωρίς επαρκή φροντίδα ή αναγνώριση σε αυτόν τον τομέα. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, ο ηλικιακός ρατσισμός αναφέρεται στα στερεότυπα (πώς σκεφτόμαστε), τις προκαταλήψεις (πώς αισθανόμαστε) και τη διάκριση (πώς ενεργούμε) που στρέφονται κατά των ανθρώπων με βάση την ηλικία τους» (Δημογραφική Αλλαγή και Υγιής Γήρανση (DHA), 2021). Τα αποτελέσματα της Ευρωπαϊκής Κοινωνικής Έρευνας (η οποία περιλαμβάνει 54.988 ερωτηθέντες από 28 χώρες) δείχνουν ότι η ηλικία είναι το πιο κοινό χαρακτηριστικό που συνδέεται με τη διάκριση, ακολουθούμενη από το φύλο και την εθνικότητα σε όλες σχεδόν τις χώρες που εξετάστηκαν (Ayalon, 2013).

Μια πτυχή που συχνά παραβλέπεται όσον αφορά τη γήρανση είναι η σεξουαλική υγεία. Οι ηλικιακές προκαταλήψεις συμβάλλουν στη σιωπή και το στίγμα, αφήνοντας πολλούς ηλικιωμένους, ειδικά γυναίκες και άτομα της LGBTQ+ κοινότητας, χωρίς επαρκή φροντίδα ή αναγνώριση σε αυτόν τον τομέα. Σύμφωνα με τον ΠΟΥ, ο ηλικιακός ρατσισμός αναφέρεται στα στερεότυπα (πώς σκεφτόμαστε), τις προκαταλήψεις (πώς αισθανόμαστε) και τη διάκριση (πώς ενεργούμε) που στρέφονται κατά των ανθρώπων με βάση την ηλικία τους» (Δημογραφική Αλλαγή και Υγιής Γήρανση (DHA), 2021). Τα αποτελέσματα της Ευρωπαϊκής Κοινωνικής Έρευνας (η οποία περιλαμβάνει 54.988 ερωτηθέντες από 28 χώρες) δείχνουν ότι η ηλικία είναι το πιο κοινό χαρακτηριστικό που συνδέεται με τη διάκριση, ακολουθούμενη από το φύλο και την εθνικότητα σε όλες σχεδόν τις χώρες που εξετάστηκαν (Ayalon, 2013).

Βυθιζόμενοι στη γήρανση



Δεδομένου ότι το παρόν έργο και ο οδηγός μας θα χρησιμοποιούν συχνά τον όρο «**τρίτη ηλικία**», είναι σημαντικό να ορίσουμε τι συνεπάγεται αυτή η έννοια. Όπως σημειώνει ο Silva (2008), η ζωή παραδοσιακά θεωρείται ότι εξελίσσεται μέσα από τρία βασικά στάδια: τη νεότητα (μια περίοδο μάθησης και ανάπτυξης), την ενηλικίωση (μια περίοδο εργασίας, ευθύνης και οικογενειακής ζωής) και το γήρας (που συχνά συνδέεται με παρακμή και απομόνωση). Ωστόσο, πρόσφατες προσεγγίσεις σχετικά με τη γήρανση έχουν εισαγάγει μια πιο λεπτή οπτική. Η «τρίτη ηλικία» αναφέρεται σε ένα ξεχωριστό στάδιο της ζωής που ακολουθεί τη συνταξιοδότηση από την επαγγελματική δραστηριότητα, αλλά προηγείται της πιθανής σωματικής παρακμής που συνδέεται με την προχωρημένη γηρατειά. Αντιλαμβάνεται ως μια περίοδος αυτονομίας, δραστηριότητας, κοινωνικής συμμετοχής και προσωπικής ολοκλήρωσης. Αυτή η έννοια έχει αναδυθεί σχετικά πρόσφατα, υποστηριζόμενη από την προώθηση μιας θετικής εικόνας της γήρανσης, που καθοδηγείται από την κοινωνική γεροντολογία, τις πολιτικές ενεργού γήρανσης και την αναγνώριση των ηλικιωμένων ως ενεργών μελών της κοινωνίας και σημαντικών συμμετεχόντων στην καταναλωτική αγορά. Έτσι, η «τρίτη ηλικία» διακρίνεται από την παραδοσιακή άποψη για τη γήρανση, δίνοντας έμφαση σε έναν ενεργό, συμμετοχικό τρόπο ζωής που επικεντρώνεται στη συνεχή προσωπική ανάπτυξη, συμβάλλοντας στην αναδιαμόρφωση του τρόπου με τον οποίο γίνεται αντιληπτή η γήρανση στη σύγχρονη κοινωνία. Ορισμένοι ερευνητές έχουν επίσης προσδιορίσει μια «τέταρτη ηλικία», που χαρακτηρίζεται από σωματική παρακμή και αυξημένες ανάγκες φροντίδας, διακρίνοντας την από τον ενεργό και ανεξάρτητο χαρακτήρα της τρίτης ηλικίας.

Από βιολογική άποψη, οι αλλαγές που σχετίζονται με τη γήρανση συμβαίνουν σε κάθε πολυ-



κυτταρικό οργανισμό που φτάνει στην αναπαραγωγική ωριμότητα, σε κάθε μέλος του είδους αυτού, και έχουν την ίδια μοριακή αιτιολογία (Hayflick, 2007). Τα χαρακτηριστικά της γήρανσης μπορούν να χωριστούν σε τρεις κατηγορίες: (1) πρωτογενή (προκαλούν φθορά στην κυτταρική δομή και λειτουργία, ανεξάρτητα από ασθένειες), (2) ανταγωνιστικά (οι αντιδράσεις στη βλάβη της πρωτογενούς γήρανσης) και (3) ολοκληρωτικά (οι συνέπειες των αντιδράσεων και οι αιτίες του φαινοτύπου της γήρανσης) (McHugh & Gil, 2017). Όλες αυτές οι αλλαγές εξελίσσονται άνισα στα διάφορα όργανα και συστήματα του σώματος και μπορεί επίσης να λαμβάνουν χώρα με διαφορετικούς ρυθμούς στα άτομα. Οι Dziechciaż και Filip (2014) συνέταξαν έναν κατάλογο τέτοιων αλλαγών σε διάφορα συστήματα, όπως το

κυκλοφορικό, το αναπνευστικό, το πεπτικό, το κινητικό και το ουρογεννητικό. Για παράδειγμα, στους άνδρες, η γήρανση συνδέεται συχνά με αύξηση του μεγέθους και του βάρους του προστάτη, η οποία μπορεί να επηρεάσει περαιτέρω την ουρική λειτουργία. Στις γυναίκες, οι ορμονικές αλλαγές οδηγούν σε κολπική ατροφία, λέπτυνση και ξηρότητα των κολπικών τοιχωμάτων, κάτι που μπορεί να προκαλέσει δυσφορία και άλλα συμπτώματα.



Από ψυχολογική και κοινωνική άποψη, οι Charles και Carstensen (2019) σημειώνουν στη μελέτη τους ότι οι ηλικιωμένοι ενήλικες συχνά παρουσιάζουν βελτιωμένη συναισθηματική ρύθμιση, αναφέροντας λιγότερες διακυμάνσεις της διάθεσης και πιο σταθερά, θετικά συναισθήματα. Τείνουν να επικεντρώνονται σε συναισθηματικά σημαντικούς στόχους και εμπειρίες, μια μετατόπιση που υποστηρίζεται από θεωρίες όπως η Θεωρία της Κοινωνικοσυναισθηματικής Επιλεκτικότητας. Αυτή η εστίαση συμβάλλει στο λεγόμενο «φαινόμενο της θετικότητας», όπου τα ηλικιωμένα άτομα θυμούνται τις θετικές εμπειρίες πιο έντονα από τις αρνητικές. Ενώ τα χαρακτηριστικά της προσωπικότητας παραμένουν γενικά σταθερά, τάσεις όπως ο νευρωτισμός συχνά μειώνονται, υποστηρίζοντας την συναισθηματική ευεξία. Από κοινωνική άποψη, οι ηλικιωμένοι συνήθως διατηρούν μικρότερα αλλά στενότερα κοινωνικά δίκτυα, δίνοντας προτεραιότητα στις σχέσεις που προσφέρουν συναισθηματικό βάθος έναντι της ποσότητας. Τείνουν να αποφεύγουν τις συγκρούσεις, να ανταποκρίνονται πιο ήρεμα στο διαπροσωπικό άγχος και να εκτιμούν την κοινωνική αρμονία. Ωστόσο, ο κίνδυνος κοινωνικής απομόνωσης αυξάνεται με την ηλικία λόγω σωματικών περιορισμών ή απώλειας συνομηλίκων, κάτι που μπορεί να επηρεάσει αρνητικά την υγεία. Ωστόσο, η ουσιαστική συμμετοχή μέσω του εθελοντισμού ή της φροντίδας μπορεί να ενισχύσει την ευημερία και ακόμη και να παρατείνει τη μακροζωία.

Συνολικά, αυτές οι αλλαγές υποδηλώνουν ότι η γήρανση δεν είναι απλώς μια διαδικασία παρακμής, αλλά μια διαδικασία ψυχολογικής προσαρμογής, που διαμορφώνεται από μεταβαλλόμενους στόχους, εμπειρίες ζωής και τη σημασία των ουσιαστικών κοινωνικών σχέσεων.

Βυθιζόμενοι στον ηλικιακό ρατσισμό

Ο ηλικιακός ρατσισμός δεν αφορά μόνο μεμονωμένα περιστατικά· διαποτίζει τον τρόπο με τον οποίο σκεφτόμαστε, αισθανόμαστε και ενεργούμε απέναντι στους άλλους με βάση την ηλικία. Εκδηλώνεται με τρεις βασικούς τρόπους: στερεότυπα, προκαταλήψεις και διακρίσεις.

Πρώτον, υπάρχουν τα στερεότυπα: οι απλουστευμένες, συχνά ανακριβείς ιδέες που έχουμε για τους ανθρώπους λόγω της ηλικίας τους. Για παράδειγμα, πολλοί υποθέτουν ότι οι ηλικιωμένοι είναι αδύναμοι ή ότι οι νέοι είναι απρόσεκτοι ή ανεύθυνοι. Αυτές οι ευρείες γενικεύσεις διαμορφώνουν το πρίσμα μέσω του οποίου βλέπουμε ολόκληρες ηλικιακές ομάδες. Στη συνέχεια έρχονται τα συναισθήματα: οι συναισθηματικές αντιδράσεις που προκαλούνται από αυτά τα στερεότυπα. Μερικές φορές νιώθουμε οίκτο για τους ηλικιωμένους, φόβο να γεράσουμε οι ίδιοι ή δυσαρέσκεια απέναντι στις νεότερες γενιές. Αυτά τα συναισθήματα μπορεί να είναι ισχυρά και να επηρεάζουν τον τρόπο με τον οποίο σχετιζόμαστε με τους άλλους. Τέλος, αυτές οι σκέψεις και τα συναισθήματα μετατρέπονται σε πράξεις: τη διάκριση. Αυτό συμβαίνει όταν οι άνθρωποι υφίστανται άδικη μεταχείριση απλώς και μόνο λόγω της ηλικίας τους. Είτε είναι διακριτικές είτε εμφανείς, αυτές οι συμπεριφορές αποκλείουν ή θέτουν σε μειονεκτική θέση ορισμένες ηλικιακές ομάδες, δημιουργώντας πραγματικά εμπόδια στην καθημερινή ζωή.

Η ηλικιακή διάκριση εκδηλώνεται σε τρία βασικά επίπεδα (Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), 2021):



Θεσμικός ηλικιακός ρατσισμός

Αναφέρεται στους νόμους, τους κανόνες, τα κοινωνικά πρότυπα, τις πολιτικές και τις πρακτικές των θεσμών που περιορίζουν άδικα τις ευκαιρίες και θέτουν συστηματικά σε μειονεκτική θέση τα άτομα λόγω της ηλικίας τους. Αυτό μπορεί να περιλαμβάνει τον περιορισμό της πρόσβασης στην υγειονομική περίθαλψη με βάση την ηλικία, τις διακριτικές πρακτικές πρόσληψης ή την υποχρεωτική ηλικία συνταξιοδότησης. Αυτός ο ηλικιακός ρατσισμός μπορεί να είναι βαθιά ριζωμένος και συχνά δεν αναγνωρίζεται, επειδή οι κανόνες και οι πρακτικές έχουν γίνει κανονικότητα. Ο αντίκτυπός του συχνά συνάγεται από τις ανισότητες στα αποτελέσματα μεταξύ των ηλικιακών ομάδων, παρά από ρητή πρόθεση.



Διαπροσωπική ηλικιακή διάκριση

Εμφανίζεται κατά τη διάρκεια αλληλεπιδράσεων μεταξύ δύο ή περισσότερων ατόμων. Παραδείγματα περιλαμβάνουν την έλλειψη σεβασμού ή την πατροναριστική συμπεριφορά απέναντι σε ενήλικες μεγαλύτερης ή μικρότερης ηλικίας, την αγνόηση των απόψεών τους ή τη χρήση «γλώσσας των ηλικιωμένων» – ενός υπερβολικά υποχωρητικού τόνου και απλοϊκής γλώσσας απέναντι σε άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, η οποία μπορεί να τα εξευτελίζει.

Περιλαμβάνει επίσης την προσβολή ατόμων με βάση την ηλικία τους, όπως το να αποκαλεί κανείς τους ηλικιωμένους «άχρηστους» ή τους νεότερους «απερίσκεπτους» ή «εγκληματίες».



Αυτοκατευθυνόμενος ηλικιακός ρατσισμός

Συμβαίνει όταν τα άτομα εσωτερικεύουν τον ηλικιακό ρατσισμό από τον περιβάλλοντα πολιτισμό τους και στρέφουν αυτές τις προκαταλήψεις εναντίον του εαυτού τους. Αυτό μπορεί να οδηγήσει τα άτομα να συμμορφώνονται με τα στερεότυπα για την ηλικία, τα οποία με τη σειρά τους ενισχύουν τον διαπροσωπικό και θεσμικό ηλικιακό ρατσισμό.

Κατανόηση της ηλικιακής διάκρισης στην Ευρώπη

Δεδομένου ότι οι εταίροι που συμμετέχουν σε αυτό το έργο προέρχονται από διάφορες ευρωπαϊκές χώρες, είναι ιδιαίτερα σημαντικό να διερευνηθεί πώς η ηλικιακή διάκριση επηρεάζει τους ανθρώπους σε ολόκληρη την ήπειρο.

Στοιχεία του Παγκόσμιου Οργανισμού Υγείας (Δημογραφικές Αλλαγές και Υγιής Γήρανση, 2021) υπογραμμίζουν ότι η ηλικιακή διάκριση παραμένει ένα ευρέως διαδεδομένο ζήτημα στην Ευρώπη, επηρεάζοντας τόσο τον ηλικιωμένο όσο και τον νεότερο πληθυσμό σε διάφορα κοινωνικά περιβάλλοντα, συμπεριλαμβανομένης της απασχόλησης, της υγειονομικής περίθαλψης και των καθημερινών αλληλεπιδράσεων.

Τα παρακάτω ευρήματα προσφέρουν μια σαφέστερη εικόνα του τρόπου με τον οποίο οι προκαταλήψεις λόγω ηλικίας συνεχίζουν να διαμορφώνουν τις εμπειρίες και τις στάσεις σε όλες τις γενιές στην Ευρώπη.

- Στην Ευρώπη, ένας στους τρεις ηλικιωμένους αναφέρει ότι έχει αποτελέσει στόχο ηλικιακής διάκρισης.
- Μια Ευρωπαϊκή Κοινωνική Έρευνα του 2008–2009 σε 28 χώρες αποκάλυψε ότι οι νεότεροι άνθρωποι ηλικίας 15–24 ετών ανέφεραν τα υψηλότερα ποσοστά αντιληπτής άδικης μεταχείρισης λόγω της ηλικίας τους (55%). Αυτή η ομάδα, όπως και όλες οι άλλες ηλικιακές ομάδες, ανέφερε ότι βίωσε περισσότερη διάκριση λόγω ηλικίας παρά λόγω φύλου, φυλής ή εθνικής καταγωγής.
- Στην ίδια έρευνα, οι νεότεροι ενήλικες (20–29 ετών) έλαβαν χαμηλότερες βαθμολογίες από τους ηλικιωμένους (άνω των 70 ετών) όσον αφορά τα θετικά στερεότυπα, όπως το να θεωρούνται φιλικόι, ικανοί, σεβαστοί και με υψηλά ηθικά πρότυπα.

- Μια ευρωπαϊκή έρευνα του 2015 έδειξε ότι το 44,2% του πληθυσμού στην ευρωπαϊκή περιοχή είχε μέτριες ή έντονες ηλικιακές προκαταλήψεις.
- Χώρος εργασίας: Η Ευρωπαϊκή Έρευνα για τις Συνθήκες Εργασίας του 2015 έδειξε ότι η ηλικιακή διάκριση μεταξύ των εργαζομένων κορυφώθηκε στην ηλικία των 20 ετών και ξανά στην ηλικία των 59 ετών. Περισσότεροι από τους μισούς Ευρωπαίους που συμμετείχαν στην έρευνα το 2015 πίστευαν ότι το να είναι κανείς 55 ετών ή μεγαλύτερος αποτελεί μειονέκτημα για τους υποψηφίους για μια θέση εργασίας, σε σύγκριση με μόλις 16% για όσους είναι κάτω των 30 ετών.

Επίδραση της ηλικιακής διάκρισης στην υγεία

Μια παγκόσμια συστηματική ανασκόπηση, η οποία περιελάμβανε 422 μελέτες από 45 χώρες, διαπίστωσε ότι η ηλικιακή διάκριση συσχετιζόταν με χειρότερα αποτελέσματα στο 96% των τομέων υγείας που εξετάστηκαν (Chang et al., 2020). Οι πηγές δείχνουν ότι αυτές οι συνέπειες της ηλικιακής διάκρισης στην υγεία φαίνεται να αυξάνονται, πιθανώς λόγω της οικονομικής ύφεσης. Ο αντίκτυπος είναι πιο σημαντικός στην περίπτωση της αυτοκατευθυνόμενης ηλικιακής διάκρισης και είναι πιο πιθανό να επηρεάσει μειονεκτούσες ομάδες και άτομα με χαμηλότερο επίπεδο εκπαίδευσης.

Σύμφωνα με την Παγκόσμια έκθεση του ΠΟΥ για τον ηλικιακό ρατσισμό (Δημογραφική Αλλαγή και Υγιής Γήρανση (DHA), 2021), ο ηλικιακός ρατσισμός συνδέεται με μειωμένη μακροζωία, χειρότερη ανάρρωση από ασθένεια ή αναπηρία και αυξημένη πιθανότητα υιοθέτησης επικίνδυνων συμπεριφορών για την υγεία. Η ηλικιακή διάκριση μπορεί επίσης να οδηγήσει σε ακατάλληλη ιατρική περίθαλψη και έλλειψη πρόσβασης σε επαρκείς υπηρεσίες σεξουαλικής και αναπαραγωγικής υγείας, επηρεάζοντας ιδιαίτερα τις ηλικιωμένες γυναίκες. Από ψυχολογική άποψη, ο ηλικιακός ρατσισμός συμβάλλει σε υψηλότερα ποσοστά κατάθλιψης, άγχους και γνωστικής παρακμής, ειδικά όταν τα ηλικιωμένα άτομα εσωτερικεύουν αρνητικά στερεότυπα. Από κοινωνική άποψη, ο ηλικιακός ρατσισμός υπονομεύει την ποιότητα ζωής, καθώς ευνοεί την απομόνωση, τη μοναξιά και τον φόβο, που συχνά ενισχύονται από αρνητικές απεικονίσεις στα μέσα ενημέρωσης.



«Η ανάγκη για αίσθημα του ανήκειν είναι μια θεμελιώδης ανάγκη και δεν αφορά αποκλειστικά τους νέους.»

(Συμμετέχων στην ομάδα εστίασης «Romanian Never Gets Old», Μάρτιος 2025)

Ηλικιακός ρατσισμός και σεξουαλική υγεία

Η σεξουαλική υγεία είναι μια ζωτική πτυχή της ευημερίας σε οποιαδήποτε ηλικία. Ωστόσο, για πολλούς ηλικιωμένους, η συζήτηση για τη σεξουαλικότητα με τους επαγγελματίες υγείας παραμένει δύσκολη. Οι πολιτισμικές πεποιθήσεις, το κοινωνικό στίγμα και οι ηλικιακές προκαταλήψεις συχνά χαρακτηρίζουν το σεξ στην τρίτη ηλικία ως περιττό ή ακατάλληλο. Ως αποτέλεσμα, πολλοί ηλικιωμένοι, ειδικά γυναίκες και άτομα της LGBTQ+ κοινότητας, αποφεύγουν εντελώς τις συζητήσεις για τη σεξουαλική υγεία.

Οι επαγγελματίες υγείας μπορεί επίσης να διστάζουν να ξεκινήσουν αυτές τις συζητήσεις, είτε λόγω αμηχανίας, έλλειψης κατάρτισης είτε προσωπικών πεποιθήσεων ότι οι ηλικιωμένοι δεν είναι πλέον σεξουαλικά ενεργοί. Αυτή η αμοιβαία αμηχανία δημιουργεί έναν κύκλο σιωπής, στον οποίο σημαντικές ανάγκες υγείας παραμένουν ανεκπλήρωτες. Οι ηλικιωμένοι ασθενείς μπορεί να αισθάνονται ότι κρίνονται ή ότι δεν γίνονται κατανοητοί, ειδικά αν έχουν βιώσει στο παρελθόν περιφρονητικές ή αρνητικές αντιδράσεις από τους επαγγελματίες υγείας. Σε ορισμένες περιπτώσεις, οι ασθενείς μπορεί να συνοδεύονται από μέλη της οικογένειας κατά τη διάρκεια των συμβουλών, κάτι που αποθαρρύνει τον ανοιχτό διάλογο γύρω από προσωπικά θέματα. Το φύλο, η ηλικία και η αντιληπτή εμπειρία του επαγγελματία υγείας μπορούν επίσης να επηρεάσουν την επικοινωνία. Πολλοί ηλικιωμένοι αναφέρουν ότι αισθάνονται πιο άνετα με επαγγελματίες του ίδιου φύλου ή παρόμοιας ηλικίας. Οι γυναίκες ειδικότερα αισθάνονται συχνά πιο άνετα να μιλούν με γυναικολόγους παρά με γενικούς ιατρούς, ειδικά όταν συζητούν ανησυχίες που σχετίζονται με την οικειότητα ή τις ομοφυλοφιλικές σχέσεις.

«Στη γενιά μου, στα κορίτσια διδασκόταν ότι δεν ήταν σωστό να μιλάμε για σεξ [...] η σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων είναι μερικές φορές δύσκολο να γίνει αποδεκτή, ακόμη και από τα ίδια τους τα παιδιά, αν επιθυμούν να ξαναχτίσουν τη ζωή τους στην τρίτη ηλικία.»
(Συμμετέχων στην ομάδα εστίασης «Romanian Never Gets Old», Μάρτιος 2025)



Για τους ηλικιωμένους LGBTQ+, τα εμπόδια είναι ακόμη μεγαλύτερα. Πολλοί έχουν ζήσει περιόδους ποινικοποίησης και κοινωνικού αποκλεισμού και ενδέχεται να φοβούνται τη διάκριση ή την αόρατοτητα στα σημερινά ιατρικά περιβάλλοντα. Τα γηροκομεία και τα ιδρύματα υγείας συχνά υποθέτουν την ετεροφυλοφιλία και αποτυγχάνουν να δημιουργήσουν περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς και με αποδοχή. Ως αποτέλεσμα, οι ηλικιωμένοι queer ενδέχεται να αποφεύγουν να αποκαλύψουν την ταυτότητά τους ή να μην αναζητούν καθόλου φροντίδα. Σε αυτές τις προκλήσεις προστίθεται η περιορισμένη εκπαίδευση που λαμβάνουν οι πάροχοι υγειονομικής περίθαλψης σχετικά με τη σεξουαλικότητα και τη γήρανση. Πολλοί επαγγελματίες αναφέρουν ότι αισθάνονται απροετοίμαστοι να αντιμετωπίσουν θέματα σεξουαλικής υγείας σε ηλικιωμένους, ειδικά εντός των LGBTQ+ κοινοτήτων. Τα μηνύματα και το υλικό δημόσιας υγείας σπάνια απευθύνονται σε ηλικιωμένους πληθυσμούς, αφήνοντάς τους ανενημέρωτους σχετικά με την πρόληψη των ΣΜΝ, τα συμπτώματα του HIV και τους διαθέσιμους πόρους. Αυτές οι πληροφορίες προέρχονται από τους Ezhova et al. (2020)· ενθαρρύνουμε τους αναγνώστες να συμβουλευτούν το πλήρες άρθρο για μια βαθύτερη εξερεύνηση του θέματος.

Συμπεράσματα

Η γήρανση είναι μια φυσική, πολυδιάστατη διαδικασία που περιλαμβάνει βιολογικές, ψυχολογικές και κοινωνικές μεταβολές. Αν και αυτές οι αλλαγές είναι συχνά αναπόφευκτες και εκδηλώνονται με ποικίλους τρόπους, ο τρόπος με τον οποίο η κοινωνία ανταποκρίνεται σε αυτές διαδραματίζει καθοριστικό ρόλο στη διαμόρφωση των βιωματικών εμπειριών των ηλικιωμένων. Ο ηλικιακός ρατσισμός, μέσω στερεοτύπων, προκαταλήψεων και διακρίσεων, επιδεινώνει τις προκλήσεις της γήρανσης, ενισχύοντας τις αρνητικές προσδοκίες, περιορίζοντας τις ευκαιρίες και υποβαθμίζοντας τα αποτελέσματα για την υγεία. Η ηλικιακή διάκριση στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης δημιουργεί συστημικά κενά που εμποδίζουν τους ηλικιωμένους,

ειδικά τα άτομα της LGBTQ+ κοινότητας και τις ηλικιωμένες γυναίκες, να λαμβάνουν την κατάλληλη φροντίδα σε θέματα σεξουαλικής υγείας. Η αντιμετώπιση αυτών των εμποδίων απαιτεί έναν συνδυασμό εκπαίδευσης των παρόχων, περιβάλλοντα χωρίς αποκλεισμούς, καλύτερες πρακτικές επικοινωνίας και στοχευμένη εκπαίδευση σε θέματα σεξουαλικής υγείας. Μόνο τότε η σεξουαλική υγεία στην τρίτη ηλικία μπορεί να γίνει σεβαστή ως ένα νόμιμο, ουσιαστικό μέρος της υγιούς γήρανσης. Οι προσπάθειες παγκόσμιων οργανισμών όπως ο Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας και τα Ηνωμένα Έθνη σηματοδοτούν την αυξανόμενη αναγνώριση της ανάγκης για συστημική αλλαγή.



Η πρωτοβουλία «Δεκαετία της Υγιούς Γήρανσης» απαιτεί μια συντονισμένη απάντηση που προάγει την ένταξη, αντιμετωπίζει τις ανισότητες και αμφισβητεί τις βαθιά ριζωμένες κοινωνικές αντιλήψεις. Η καταπολέμηση της ηλικιακής διάκρισης απαιτεί παρεμβάσεις σε πολλαπλά επίπεδα: μεταρρύθμιση των θεσμικών πλαισίων, προώθηση σεβασμού στις διαπροσωπικές σχέ-

σεις και αναδιαμόρφωση των εσωτερικών πεποιθήσεων σχετικά με τη γήρανση. Η εκπαίδευση, οι πολιτικές χωρίς αποκλεισμούς και η διαγενεακή συμμετοχή αποτελούν βασικές στρατηγικές για την κατάργηση των δομών ηλικιακής διάκρισης και την ενδυνάμωση ατόμων όλων των ηλικιών.

Αναφορές

Arking, R. (2006). Biology of Aging: Observations and Principles. Oxford University Press.

Ayalon, L. (2013). Perceived Age, Gender, and Racial/Ethnic Discrimination in Europe: Results from the European Social Survey. *Educational Gerontology*, 40(7), 499–517.

<https://doi.org/10.1080/03601277.2013.845490>

Chang, E., Kanno, S., Levy, S., Wang, S., Lee, J. E., & Levy, B. R. (2020). Παγκόσμια επίδραση της ηλικιακής διάκρισης στην υγεία των ηλικιωμένων: Μια συστηματική ανασκόπηση. *PLoS ONE*, 15(1), e0220857. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220857>

Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2009). Κοινωνική και συναισθηματική γήρανση. Ετήσια ανασκόπηση της ψυχολογίας, 61(1), 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>

Δημογραφικές αλλαγές και υγιής γήρανση (DHA). (18 Μαρτίου 2021). Παγκόσμια έκθεση για τον ηλικιακό ρατσισμό. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240016866>

Dziechciaż, M., & Filip, R. (2014). Βιολογικοί, ψυχολογικοί και κοινωνικοί καθοριστικοί παράγοντες της γήρανσης: Βιοψυχοκοινωνικές πτυχές της γήρανσης του ανθρώπου. *Annals of Agricultural and Environmental Medicine*, 21(4), 835–838.

<https://doi.org/10.5604/12321966.1129943>

Ezhova, I., Savidge, L., Bonnett, C., Cassidy, J., Okwuokei, A., & Dickinson, T. (2020). Εμπόδια για τους ηλικιωμένους που αναζητούν συμβουλές και θεραπεία για τη σεξουαλική υγεία: Μια ανασκόπηση. *International Journal of Nursing Studies*, 107, 103566.

<https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2020.103566>

Hayflick, L. (2007). Η βιολογική γήρανση δεν αποτελεί πλέον ένα άλυτο πρόβλημα. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1100(1), 1–13. <https://doi.org/10.1196/annals.1395.001>

McHugh, D., & Gil, J. (2017). Γήρανση και γήρανση: Αιτίες, συνέπειες και θεραπευτικές προσεγγίσεις. *The Journal of Cell Biology*, 217(1), 65–77.

<https://doi.org/10.1083/jcb.201708092>

Silva, L. R. F. (2008). Από τη γηραιά στην τρίτη ηλικία: η ιστορική πορεία των ταυτοτήτων που συνδέονται με τη διαδικασία της γήρανσης. *História Ciências Saúde-Manguinhos*, 15(1), 155–168. <https://doi.org/10.1590/s0104-59702008000100009>

Παγκόσμιος Οργανισμός Υγείας: ΠΟΥ. (2024). Γήρανση και υγεία.

<https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: LE GIROFARD (CURT MORGANE)



«Δεν είναι οι διαφορές μας που μας χωρίζουν. Είναι η αδυναμία μας να αναγνωρίσουμε, να αποδεχτούμε και να γιορτάσουμε αυτές τις διαφορές.»

(Audre Lorde)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:	Κατάρτιση σε βασικές έννοιες που σχετίζονται με τη σεξουαλικότητα, το φύλο και τη διαφορετικότητα στην τρίτη ηλικία.
	Ευαισθητοποίηση σχετικά με τις συγκεκριμένες προκλήσεις που αντιμετωπίζουν τα ηλικιωμένα άτομα της κοινότητας LGBTQIAP+ και άλλες περιθωριοποιημένες ομάδες.
	Εντοπισμός τρόπων χωρίς αποκλεισμούς για την αντιμετώπιση αυτών των θεμάτων σε διαγενεακά και επαγγελματικά περιβάλλοντα.



Εισαγωγή

Η σεξουαλικότητα και η οικειότητα στην τρίτη ηλικία παραμένουν θέματα ταμπού, τα οποία συχνά αποσιωπούνται λόγω επίμονων στερεοτύπων και πολιτισμικής αμηχανίας. Ωστόσο, όπως υπογραμμίζουν πρόσφατες μελέτες (Thomas & Hazif-Thomas, 2021; Les Petits Frères des Pauvres, 2022), η επιθυμία, η στοργή και η συναισθηματική σύνδεση δεν εξαφανίζονται με την ηλικία. Εξελίσσονται, επηρεαζόμενες από φυσιολογικές αλλαγές και το κοινωνικό περιβάλλον, αλλά παραμένουν ζωτικής σημασίας για την ευημερία. Οι ομάδες εστίασης που οργανώσαμε αποκάλυψαν ποικίλες εμπειρίες. Ορισμένοι ηλικιωμένοι LGBTQIAP+ (λεσβίες, ομοφυλόφιλοι, αμφιφυλόφιλοι, τρανσέξουαλ, queer ή αμφισβητούντες, ίντερσεξ, ασεξουαλικοί, αρομαντικοί, αγενδρικοί, πανσεξουαλικοί) φέρουν τα σημάδια μιας εποχής κατά την οποία η ταυτότητά τους ποινικοποιούνταν, καθώς και της ομοφοβίας που οι ίδιοι είχαν εσωτερικεύσει:

«Ζούσα με τον «φίλο» μου για δεκαετίες. Όλοι το ήξεραν, αλλά ποτέ δεν κρατούσαμε τα χέρια. Τώρα οι άνθρωποι το κάνουν ανοιχτά, και αυτό με κάνει να νιώθω άβολα.»

(Συμμετέχων στην ομάδα εστίασης «French Never Gets Old»)

Άλλοι, που αποκάλυψαν τη σεξουαλική τους ταυτότητα αργότερα στη ζωή τους, θρηνούν την έλλειψη χώρων εκτός διαδικτύου για να συνδεθούν. Αυτές οι ιστορίες αποκαλύπτουν διαγενεακές εντάσεις εντός της queer κοινότητας, όπου η εσωτερικευμένη ομοφοβία συνυπάρχει με την αναζήτηση ορατότητας και αίσθησης του «ανήκειν».

Η αντιμετώπιση της σεξουαλικότητας στην τρίτη ηλικία, ιδίως εκτός των ετεροκανονιστικών πλαισίων, απαιτεί την αμφισβήτηση των κλισέ. Για πολλούς, δεν έχει τόσο να κάνει με τη σεξουαλική απόδοση όσο με την κοινή οικειότητα, την τρυφερότητα και την επιβεβαίωση της ταυτότητας. Η σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία μπορεί να είναι χωρίς διείσδυση, διαμορφωμένη από περιορισμούς υγείας, συναισθηματικές μεταβολές ή βιωμένες εμπειρίες.

Αλλά αυτό δεν αφορά αποκλειστικά τα άτομα LGBTQIAP+. Οι ευρύτερες κοινωνικές απόψεις αποσεξουαλικοποιούν επίσης τους ηλικιωμένους, ανεξάρτητα από τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό ή το φύλο τους. Ο μύθος της ασεξουαλικής γήρανσης συμβάλλει στην απομόνωση, την αόρατοτητα και ακόμη και στην ιατρική παραμέληση. Η σεξουαλικότητα είναι μέρος της αξιοπρέπειας, του να θεωρείται κανείς ολοκληρωμένο άτομο.



Βασικοί ορισμοί

Φύλα και σεξουαλικοί προσανατολισμοί

Φύλο

Κοινωνικά κατασκευασμένοι ρόλοι, συμπεριφορές και νόρμες που σχετίζονται με το να είναι κανείς άνδρας, γυναίκα ή μη δυαδικό φύλο. Σε αντίθεση με το βιολογικό φύλο, το φύλο είναι ρευστό και διαμορφώνεται από πολιτισμικές προσδοκίες.

Φύλο (βιολογικό)

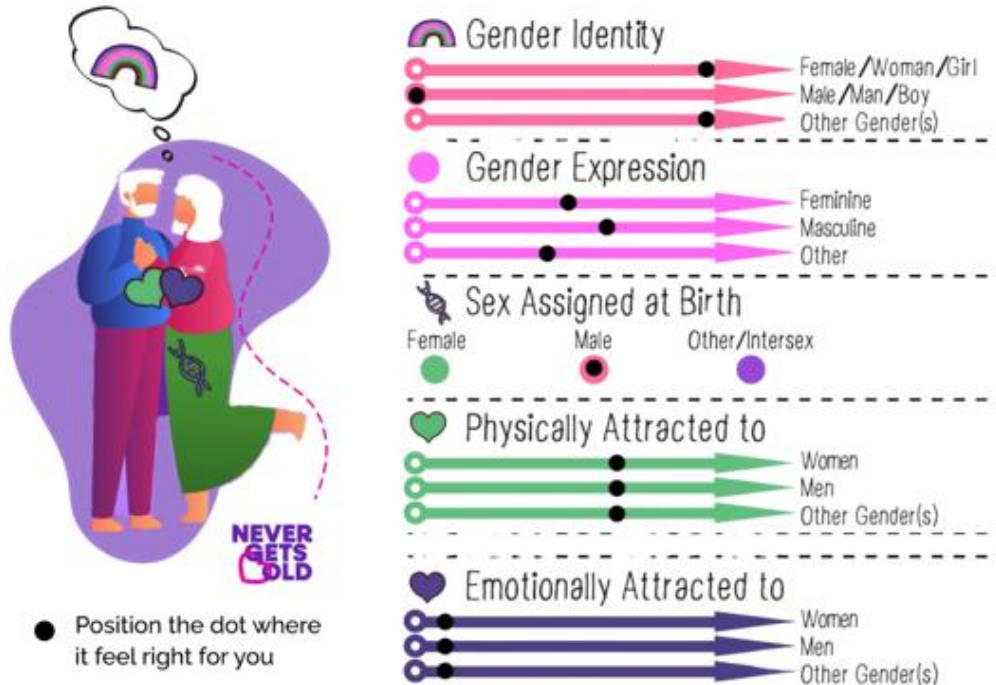
Καθορίζεται κατά τη γέννηση με βάση την ανατομία και τα χρωμοσώματα. Παραδοσιακά είναι δυαδικό (αρσενικό/θηλυκό), αλλά περιλαμβάνει επίσης διαφυλικές παραλλαγές που δεν ταιριάζουν με τις ιατρικές νόρμες.

Ταυτότητα φύλου

Η βαθιά αίσθηση του ατόμου ότι είναι άνδρας, γυναίκα, και τα δύο, κανένα από τα δύο ή κάπου αλλού στο φάσμα.

- **Cisgender:** Η ταυτότητα φύλου ταιριάζει με το φύλο που έχει αποδοθεί.
- **Τρανσέξουαλ:** Η ταυτότητα φύλου διαφέρει από το φύλο που αποδίδεται

Έκφραση φύλου Εξωτερική παρουσίαση του φύλου μέσω της ενδυμασίας, της συμπεριφοράς ή της φωνής — ανεξάρτητα από την ταυτότητα.



Σεξουαλικός/ρομαντικός προσανατολισμός Έλξη (συναισθηματική, ρομαντική, σεξουαλική) προς άλλους. Παραδείγματα περιλαμβάνουν:

- **Ετεροφυλόφιλος:** Έλξη προς το άλλο φύλο
- **Ομοφυλόφιλος** (γκέι, λεσβία): Έλξη προς το ίδιο φύλο
- **Αμφιφυλόφιλος/Πανσεξουαλικός:** Έλξη προς περισσότερα από ένα φύλα
- **Ασεξουαλικός:** Ελάχιστη ή καθόλου σεξουαλική έλξη (μπορεί να υπάρχει ρομαντική έλξη)

Ποικιλομορφία και διατομεακότητα

Διατομεακότητα



Η διατομεακότητα είναι ένα θεωρητικό πλαίσιο για την κατανόηση του τρόπου με τον οποίο οι πτυχές της κοινωνικής και πολιτικής ταυτότητας ενός ατόμου (π.χ. φύλο, φυλή, τάξη, σεξουαλικότητα, ικανότητες, φυσική εμφάνιση, ύψος κ.λπ.) συνδυάζονται για να δημιουργήσουν μοναδικούς τρόπους διάκρισης και προνομιών.

Ο όρος επινοήθηκε από την καθηγήτρια Kimberlé Williams Crenshaw, μια κορυφαία μελετήτρια της κριτικής θεωρίας της φυλής, στο πρωτοποριακό της άρθρο του 1989, «Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics»

(Αποπεριθωριοποίηση της διασταύρωσης φυλής και φύλου: Μια μαύρη φεμινιστική κριτική της δογματικής κατά των διακρίσεων, της φεμινιστικής θεωρίας και της αντιρατσιστικής πολιτικής).

Παράδειγμα:

Μια ηλικιωμένη, μαύρη, λεσβία γυναίκα μπορεί να αντιμετωπίσει:

- **Ηλικιακή διάκριση:** Στερεότυπα σχετικά με την ασεξουαλικότητα κατά τη γήρανση
- **Σεξισμό:** Αόρατο των ηλικιωμένων γυναικών
- **Ομοφοβία:** Περιθωριοποίηση σε περιβάλλοντα φροντίδας
- **Ρατσισμό:** Ανισότητες στην πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη ή στη στέγαση

Σεξουαλικές και φυλετικές μειονότητες (LGBTQIA+)

Περιλαμβάνει λεσβίες, ομοφυλόφιλους, αμφιφυλόφιλους, τρανσέξουαλ, queer ή αμφισβητούντες, ίντερσεξ, ασεξουαλικούς, αρομαντικούς, αγένδρους, πανσεξουαλικούς. Το πρόσθετο «+» αντιπροσωπεύει όλες τις άλλες ταυτότητες που δεν περιλαμβάνονται στο σύντομο ακρωνύμιο

Queer

Ένας γενικός όρος για μη κανονικές ταυτότητες, που έχει υιοθετηθεί από τις νεότερες γενιές. Ορισμένα άτομα μεγαλύτερης ηλικίας ενδέχεται να τον θεωρούν ακόμη υποτιμητικό.

Συγκεκριμένες προκλήσεις στην τρίτη ηλικία

Νομική και πολιτιστική κληρονομιά

Ανισότιμα ιστορικά πλαίσια

Η χρονική εξέλιξη των δικαιωμάτων των LGBTQIAP+ διαφέρει από περιοχή σε περιοχή, επηρεάζοντας τον τρόπο με τον οποίο οι ηλικιωμένοι έχουν ζήσει και γεράσει.

Χώρα	Αποποινικοποίηση της ομοφυλοφιλίας	Γάμος μεταξύ ατόμων του ίδιου φύλου	Υιοθεσία/Υποβοηθούμενη ανθρώπινη αναπαραγωγή	Επίδραση στους ηλικιωμένους
Γαλλία	1982	2013	Υιοθεσία: 2013 ART: 2021 (για λεσβιακά ζευγάρια)	Ηλικιωμένες που έχουν βιώσει ποινικοποίηση και, στη συνέχεια, καθυστερημένη αναγνώριση. Η Τεχνητή Γονιμοποίηση είναι απρόσιτη για πολλές ηλικιωμένες λεσβίες.
Γερμανία	1969 (ΟΔΓ) 1988 (ΛΔΓ)	2017	Υιοθεσία: 2017 ART: περιοριστική (επιστροφή εξόδων μόνο για ετερο-	Διπλή εμπειρία Ανατολής/Δύσης. Γενιές που σημαδεύτηκαν από την παράγραφο 175 (ποινικοποίηση από τους Ναζί, που συνεχίστηκε στη Δυτική Γερμανία μέχρι το
Πορτογαλία	1983	2010	Υιοθεσία: 2016 ART: 2016 (επέκταση πρόσβασης)	Πρόσφατες εξελίξεις, αλλά η δικτατορία του Σαλαζάρ εξακολουθεί να επηρεάζει τους ηλικιωμένους που την έζησαν (η ομοφυλοφιλία ήταν ποινικό αδίκημα μέχρι το 1982).
Ρουμανία	2001	Απαγορεύεται	Απαγορεύεται	Επίμονος στιγματισμός. Οι ηλικιωμένοι αντιμετωπίζουν έλλειψη νομικής αναγνώρισης και έντονη κοινωνική απόρριψη.
Κύπρος	1998	Καμία επίσημη αναγνώριση	Απαγορεύεται	Συντηρητικό ορθόδοξο περιβάλλον. Οι ηλικιωμένοι συχνά αναγκάζονται να σιωπούν.

- **Γαλλία/Γερμανία:** Παρά την πρόοδο, πολλά άτομα της LGBTQIAP+ κοινότητας μεγάλωσαν σε περιβάλλοντα όπου η σεξουαλική τους ταυτότητα θεωρούνταν ποινικό αδίκημα, γεγονός που οδήγησε σε αισθήματα ντροπής ή απόκρυψης, ειδικά σε οίκους ευγηρίας.
- **Ανατολική Ευρώπη:** Επίμονη άρνηση δικαιωμάτων και κοινωνικής υποστήριξης. Στη Ρουμανία, το 65% των ηλικιωμένων ομοφυλόφιλων ανδρών ζει μόνο του και χωρίς οικογένεια.

Εσωτερικευμένες νόρμες και δια βίου στίγμα



A. Ταμπού και καταπίεση

Τα ηλικιωμένα άτομα LGBTQIAP+ συχνά εσωτερικεύουν το στίγμα.

- **«Επιστροφή στην ντουλάπα»:** Το 40% κρύβει την ταυτότητά του σε οίκους ευγηρίας λόγω φόβου διακρίσεων (Grey Pride, 2023).
- **Φυλετικός σεξισμός:** Οι ηλικιωμένες λεσβίες αντιμετωπίζουν τριπλή αόρατοτητα (ηλικιακός ρατσισμός + σεξισμός + ομοφοβία), ειδικά στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης.

B. Ρατσισμός και αντισημιτισμός

Η διασταύρωση της ηλικίας, της φυλής και της queer ταυτότητας δημιουργεί συγκεκριμένες εμπειρίες:

- Πρώην φυλετικός διαχωρισμός.
- Έλλειψη εκπροσώπησης στα μέσα ενημέρωσης.



- Στερεότυπα όπως οι «αρρενωπές λεσβίες» ή η υπερβολική σεξουαλικοποίηση των μαύρων γυναικών.

Γ. Πρόσβαση στην υγειονομική περίθαλψη

- Το 72% των γιατρών δεν ρωτά ποτέ τους ηλικιωμένους ασθενείς για τον σεξουαλικό τους προσανατολισμό (Flesia et al., 2023).
- Οι ηλικιωμένοι που ζουν με HIV αντιμετωπίζουν πολλαπλά στίγματα. Περίπου το 30% των διαγνώσεων HIV στη Γαλλία αφορά άτομα άνω των 50 ετών.

- Οι ηλικιωμένοι τρανς αντιμετωπίζουν διακοπές στην ιατρική περίθαλψη, όπως η παραμέληση της ορμονοθεραπείας μετά τα 70.

Απομόνωση: Ένα διαρθρωτικό πρόβλημα

Η απομόνωση είναι ένα κοινό πρόβλημα μεταξύ όλων των ηλικιωμένων, αλλά για τα άτομα LGBTQIAP+, ειδικά εκείνα που δεν έχουν παιδιά ή υποστηρικτικές οικογένειες, μπορεί να ενταθεί από το φόβο, το στίγμα ή τον αποκλεισμό από τους χώρους της κοινότητας.

Παράγοντες απομόνωσης	Βασικά στοιχεία
Απομάκρυνση από τα μέλη της οικογένειας	Το 90% των ηλικιωμένων LGBTQIAP+ δεν έχει παιδιά (INSEE, 2023).
Έλλειψη εγκαταστάσεων χωρίς αποκλεισμούς	Μόνο το 12% των οίκων ευγηρίας στη Γαλλία εκπαιδεύει το προσωπικό του σε θέματα LGBTQIAP+ (Grey Pride, 2024).
Οικονομική ανασφάλεια	Το 40% των ηλικιωμένων queer έχει συντάξεις κάτω των 1.000 € το μήνα (λόγω σταδιοδρομιών που έχουν διακοπεί λόγω διακρίσεων).

Προσέγγιση IDS: Χωρίς αποκλεισμούς και συστημική

Γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς



Αποφύγετε:

- «Στην ηλικία σου, αυτό δεν είναι σωστό» → Ηλικιακός ρατσισμός
- Η χρήση των τίτλων «κύριος/κυρία» ως προεπιλογή → Δυσαισθησία των φύλων
- «Δεν έχετε παιδιά;» → Ετεροκανονικότητα



Χρήση:

- Ουδέτεροι όροι όπως «ηλικιωμένος» αντί για «γέρος/γριά»

- Ρωτήστε: «Ποια αντωνυμία χρησιμοποιείτε;»
- Χρησιμοποιήστε φράσεις που περιλαμβάνουν όλους: «Έχετε στενούς φίλους ή οικογένεια που έχετε επιλέξει;»

Παράδειγμα IDS:

Αντικαταστήστε τις λέξεις «σύζυγος» στα έντυπα με τη λέξη «σύντροφος» και συμπεριλάβετε επιλογές για μη δυαδικές ταυτότητες.

Εργαλεία για ιδρύματα

A. Εκπαίδευση προσωπικού

Υποχρεωτικά μαθήματα σχετικά με:

- Σεξουαλική υγεία και γήρανση
- Ανάγκες των ηλικιωμένων τρανς ατόμων (π.χ. συνέχιση ορμονικής θεραπείας)
- Διατομεακότητα (π.χ. υποστήριξη μιας λεσβίας που υφίσταται ρατσιστική διάκριση)
- Ιστορία των LGBTQIAP+ (π.χ. κρίση του AIDS, ποινικοποίηση)



Εργαλείο: Εκπαιδευτικό πακέτο Grey Pride — περιλαμβάνει σενάρια από την πραγματική ζωή.

B. Φυσικοί χώροι χωρίς αποκλεισμούς

- Δίκλινα δωμάτια για ζευγάρια του ίδιου φύλου
- Σύμβολα LGBTQIAP+ σε κοινόχρηστους χώρους
- Θεματικές ομάδες υποστήριξης: «HIV και γήρανση», «Coming Out μετά τα 60»
- Παράδειγμα: *To Maison de la Diversité* (Λυών) προσφέρει ιδιωτικά δωμάτια και κοινόχρηστους χώρους για συλλογική διαβίωση



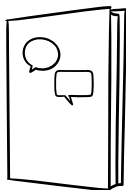
Γ. Διαγενεακές δραστηριότητες

- Εργαστήρια queer μνήμης: Μαρτυρίες ηλικιωμένων που μοιράζονται με τους νέους
- Συζητήσεις για ταινίες (π.χ. *Pour la Vie*)
- «Ζωντανά αρχεία»: καλλιτεχνικά έργα που συλλέγουν ιστορίες ηλικιωμένων



Μέθοδος IDS: Συν-δημιουργία προγραμμάτων με ηλικιωμένους → προάγει την ενδυνάμωση και την αυτονομία

Δ. Θεσμικές πολιτικές



- **Σήμα «Bienvenue» (Grey Pride):**
 - Κριτήρια: εκπαιδευμένο προσωπικό, χάρτης κατά των διακρίσεων, χώροι ουδέτεροι ως προς το φύλο
 - Ετήσιοι έλεγχοι με οργανώσεις LGBTQIAP+
- **Πρωτόκολλα για τον HIV**
 - Ευαισθητοποίηση σχετικά με το «Σύνδρομο του Λάζαρου» (μακροχρόνιοι επιζώντες του AIDS με PTSD)
 - Συνεργασίες με γιατρούς ειδικευμένους στον HIV

Βασικά στοιχεία: Στις εγκαταστάσεις με την ετικέτα «Bienvenue», το 30% περισσότεροι ένοικοι αποκαλύπτουν την ταυτότητα LGBTQIAP+ (Grey Pride, 2024)

Βασικοί πόροι

Προτεινόμενο υλικό για περαιτέρω πληροφορίες.



Συλλόγοι:

- *Grey Pride*: Εγχειρίδιο «Welcoming LGBTQIAP+ Seniors»
- *Les Audacieuses*: Ομάδες υποστήριξης για ηλικιωμένες λεσβίες



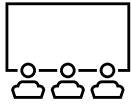
Βιβλία:

- *Aging While Queer* (Double Hélice Editions, 2023)



Ιστοσελίδες:

- *SOS Homophobia*: Πρακτικά δελτία για τα δικαιώματα των ηλικιωμένων



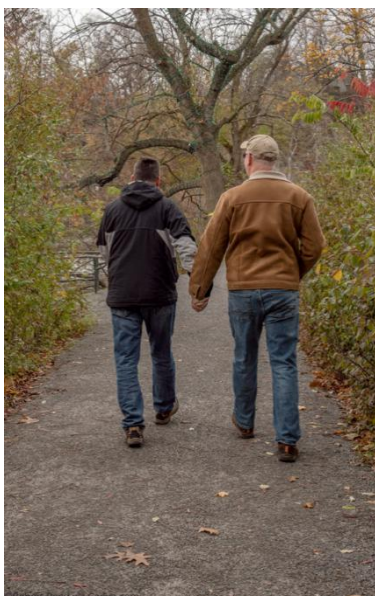
Ταινίες:

- «*Αν πεθάνω, θα είναι με χαρά*» της Αλέξης Ταϊγιάν (2024, ντοκιμαντέρ)



Συμπέρασμα

Η γήρανση δεν είναι το τέλος ενός κεφαλαίου, αλλά η συνέχιση της ταυτότητας, της εμπειρίας και της έκφρασης. Ωστόσο, για πολύ καιρό, η διασταύρωση της γήρανσης, της σεξουαλικότητας, του φύλου και της διαφορετικότητας έχει παραβλεφθεί — τυλιγμένη σε σιωπή, στερεότυπα και θεσμική αμέλεια. Αυτός ο οδηγός αμφισβητεί τον επίμονο μύθο ότι οι ηλικιωμένοι, ειδικά εκείνοι από τις κοινότητες LGBTQIAP+, παύουν να είναι σεξουαλικά, συναισθηματικά ή πολύπλοκα όντα. Επιμένει ότι η αξιοπρέπεια στη γήρανση περιλαμβάνει το δικαίωμα να βλέπει κανείς, να ακούει και να επιβεβαιώνει όλες τις ταυτότητες του ατόμου.



Έχουμε διερευνήσει τις λεπτές αποχρώσεις της πραγματικότητας που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι LGBTQIAP+: την κληρονομιά της ποινικοποίησης και της ντροπής, τον φόβο της επιστροφής στην κρυψώνα στα γηροκομεία, την αόρατοτητα των ηλικιωμένων σωμάτων και επιθυμιών, καθώς και τις σύνθετες επιπτώσεις του ρατσισμού,

του ρατσισμού κατά των ατόμων με αναπηρία και της φτώχειας. Αυτά δεν είναι μεμονωμένα ζητήματα, είναι συστημικά και απαιτούν συλλογική ευθύνη.

Μια προσέγγιση χωρίς αποκλεισμούς δεν αφορά απλώς καλύτερες πολιτικές· αφορά την αλλαγή νοοτροπίας. Ζητά από

τους επαγγελματίες, τις οικογένειες και τα ιδρύματα να προχωρήσουν πέρα από την ανοχή και προς την πραγματική αποδοχή. Αυτό σημαίνει τον επανασχεδιασμό των χώρων διαβίωσης, την προσαρμογή των πρακτικών φροντίδας, την εκπαίδευση του προσωπικού και την οικοδόμηση διαγενεακών γεφυρών που βασίζονται στην ενσυναίσθηση και τον σεβασμό. Σημαίνει να αμφισβητούμε τις παραδοχές μας σχετικά με την ηλικία, το φύλο και την οικειότητα και να ακούμε, να ακούμε πραγματικά, τις φωνές εκείνων που έχουν βιώσει τη σιωπή, το στίγμα και την επιβίωση.

Το να θέτουμε στο επίκεντρο τους ηλικιωμένους LGBTQIAP+ σημαίνει επίσης να ανακτούμε τη μνήμη. Φέρουν ιστορίες αντίστασης, αγάπης που ζήθηκε κρυφά, κοινοτήτων που χτίστηκαν από το μηδέν, θλίψης και χαράς που είναι συνυφασμένες. Τιμώντας αυτές τις ζωές, όχι μόνο αποκαθιστούμε το παρελθόν, αλλά διαμορφώνουμε ένα μέλλον όπου κανείς δεν γερνάει με ντροπή ή απομόνωση.

Ας φανταστούμε έναν κόσμο όπου το να γερνάς σημαίνει να γίνεσαι πιο ορατός, όχι λιγότερο. Όπου τα περιβάλλοντα φροντίδας γιορτάζουν κάθε είδους ιστορία ζωής. Όπου κάθε άτομο, ανεξαρτήτως ηλικίας, είναι ελεύθερο να κρατάει χέρια, να μοιράζεται αγάπη και να εκφράζει ποιος είναι: ανοιχτά, με ασφάλεια, με υπερηφάνεια.

Αυτή είναι η υπόσχεση της προσέγγισης IDS. Και είναι ευθύνη όλων μας να την εκπληρώσουμε.



Αναφορές

Βιβλία & Εκθέσεις

Grey Pride Association. (s. d.). Autrement vieillir AssoConnect.

<https://www.greypride.fr/page/3239802-livre-autrement-vieillir>.

Grey Pride. (2023). Οδηγός «Welcoming LGBTQIAP+ seniors».

<https://www.greypride.fr/page/1274292-nos-preconisations>

Les Petits Frères des Pauvres. (2022). Έκθεση για την οικειότητα και τη συναισθηματική ζωή των ηλικιωμένων. <https://www.petitsfreres.asso.fr>

Thomas, P., & Hazif-Thomas, C. (2021). Σεξουαλικότητα και γήρανση: Κλινικές και κοινωνικές προκλήσεις. Elsevier Masson.

Άρθρα σε περιοδικά

Crenshaw, Kimberle (1989) «Αποπεριθωριοποίηση της διασταύρωσης φυλής και φύλου: Μια μαύρη φεμινιστική κριτική της δογματικής κατά των διακρίσεων, της φεμινιστικής θεωρίας και της αντιρατσιστικής πολιτικής», University of Chicago Legal Forum: Τόμος 1989, Άρθρο 8.

Flesia, L., Monaro, M., Jannini, E. A. & Limoncin, E. (2023). «I'm Too Old for That»: Ο ρόλος του ηλικιακού ρατσισμού και των πεπιοθήσεων για τη σεξουαλική δυσλειτουργία στη σεξουαλική υγεία σε ένα δείγμα ετεροφυλόφιλων και ΛΟΑΤ ηλικιωμένων ενηλίκων: Μια πιλοτική μελέτη. Healthcare, 11(4), 459. <https://doi.org/10.3390/healthcare11040459>

Δημόσια Υγεία Γαλλίας. (2024). Έλεγχος και διαχείριση του HIV στους ηλικιωμένους: Επιδημιολογικά δεδομένα. <https://www.santepubliquefrance.fr>

Οργανωτικοί πόροι και εργαλεία

Les Audacieuses. (2023). Οδηγός για ομάδες συζήτησης για ηλικιωμένες λεσβίες.

<https://audacieusement.org/formation/>

SOS Homophobia. (2024). Ενημερωτικά δελτία σχετικά με τα δικαιώματα των ηλικιωμένων LGBTQIAP+. https://ressource.sos-homophobie.org/Rapports_annuels/rapport_LGBTIphobies_2025.pdf

Έγγραφα πολιτικής και νομοθεσίας

DILCRAH. (2022). Καταπολέμηση των διακρίσεων λόγω σεξουαλικού προσανατολισμού και ταυτότητας φύλου μεταξύ των ηλικιωμένων.

Εθνική Αρχή Υγείας της Γαλλίας (HAS). (2023). Κατευθυντήριες γραμμές για την περιεκτική φροντίδα των ηλικιωμένων LGBTQIAP+.



«Η διαγενεακή μάθηση βασίζεται στην αρχή ότι διαφορετικές ηλικιακές ομάδες μοιράζονται μεταξύ τους πολύτιμες εμπειρίες, γνώσεις και προοπτικές. Είναι σημαντική επειδή προάγει την ανταλλαγή μεταξύ διαφορετικών γενεών, δημιουργεί κατανόηση και ενσυναίσθηση και ενισχύει τους κοινωνικούς δεσμούς.»

(Franz 2010, σ. 28)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:

Κατανόηση της διαγενεακής μάθησης, συμπεριλαμβανομένων των στόχων της για την ανταλλαγή γνώσεων, εμπειριών και απόψεων μεταξύ των γενεών, με σκοπό την προώθηση της αμοιβαίας μάθησης και της κοινωνικής συνοχής.

Αναγνώριση των βασικών παραγόντων για έναν επιτυχημένο διάλογο, όπως η ευαισθησία στις διαφορές, η αποτελεσματική επικοινωνία, ο σεβασμός, η ενεργητική ακρόαση και η αλληλεπίδραση χωρίς αποκλεισμούς.

Εκτίμηση πρακτικών παραμέτρων, όπως ο ρόλος του χρόνου, του χώρου και των δομημένων περιβαλλόντων στην προώθηση ουσιαστικών ανταλλαγών και στη μείωση των φραγμών μεταξύ των γενεών.



©pixelshot via Canva.com

Εισαγωγή

Το θέμα «Διάλογος μεταξύ γενεών» αποτελεί μέρος της εκπαίδευσης ενηλίκων από τη δεκαετία του 1990 και περιγράφει μια εκπαιδευτική προσέγγιση στην οποία άτομα διαφορετικών γενεών συμμετέχουν σε μια ανταλλαγή με σκοπό να μάθουν το ένα από το άλλο και να εξελιχθούν μαζί. Σε διάφορες εκπαιδευτικές μορφές, όπως μαθήματα, πρότυπα έργα, διαγενεακές προσφορές για οικογένειες ή διαγενεακός εθελοντισμός, άτομα διαφορετικών γενεών μαθαίνουν το ένα από το άλλο, μαζί και για το άλλο. Λαμβάνοντας υπόψη τη δημογραφική μας εξέλιξη, την παγκοσμιοποίηση, την ποικιλομορφία στην κοινωνία, στην επαγγελματική και την ιδιωτική ζωή, οι διαγενεακές εκπαιδευτικές μορφές, οι οποίες περιλαμβάνουν πτυχές διαφορετικών τρόπων ζωής, αποκτούν ολοένα και μεγαλύτερη σημασία. Οι κοινωνικές εξελίξεις θέτουν το ερώτημα του πώς οι γενιές επιθυμούν να ζήσουν μαζί στο μέλλον. Χρειάζεται μια νέα συνειδητοποίηση για την τόνωση των διαγενεακών αλληλεπιδράσεων, ώστε να ενισχυθεί η συνοχή, να καταρριφθούν οι προκαταλήψεις και να προωθηθεί η αμοιβαία κατανόηση σε αυτούς τους καιρούς κοινωνικής αλλαγής. Σε δομημένα μαθησιακά πλαίσια, η ανταλλαγή εμπειριών, γνώσεων και σοφίας μεταξύ νέων και ηλικιωμένων μπορεί να τονωθεί και δημιουργούνται πολύτιμες μαθησιακές διαδικασίες που προωθούν τόσο την ατομική ανάπτυξη όσο και την κοινωνική συνοχή. Η διαγενεακή μάθηση αποτελεί επομένως ένα σημαντικό δομικό στοιχείο για μια κοινωνία χωρίς αποκλεισμούς και αλληλεγγύης, στην οποία όλες οι γενιές μπορούν να επωφεληθούν η μία από την άλλη.

Τι σημαίνει λοιπόν ακριβώς η διαγενεακή μάθηση; Ποιοι παράγοντες παίζουν ρόλο και ποια σημασία έχει ειδικά για τους σημερινούς εκπαιδευτές ενηλίκων;



Η ορολογία, το θεωρητικό υπόβαθρο και η τρέχουσα έννοια περιγράφονται στο κεφάλαιο 2. Προκειμένου η διαγενεακή μάθηση να επιτύχει τα αποτελέσματα που περιγράφονται, πρέπει να πληρούνται ορισμένες προϋποθέσεις. Το κεφάλαιο 3 ασχολείται επομένως με τις βασικές προϋποθέσεις για μια επιτυχημένη και αμερόληπτη διαγενεακή επικοινωνία, οι οποίες υλοποιούνται στις βασικές αρχές της διαγενεακής μάθησης (Κεφάλαιο 4). Εάν

αυτή η διαδικασία επιτύχει, η διαγενεακή μάθηση προσφέρει πολύτιμες ευκαιρίες και προκλήσεις· και οι δύο εξηγούνται στο Κεφάλαιο 5. Ορισμένα πρακτικά παραδείγματα παρουσιάζονται στο κεφάλαιο 6, ενώ ένα συμπέρασμα και μια προοπτική ολοκληρώνουν το έργο.

Η σημασία μιας διαγενεακής προσέγγισης ευαίσθητης στις διαφορές

Η διαγενεακή μάθηση αναφέρεται πρωτίστως στη μάθηση μεταξύ των γενεών. Για την παιδαγωγική εργασία που απευθύνεται σε συγκεκριμένες ομάδες-στόχους, είναι λογικό να εξετάσουμε πιο προσεκτικά τι εννοούμε με τον όρο «γενιά» σε κάθε περίπτωση.

Ορισμός και αποσαφήνιση

Ο Wiedemann (2024, σ. 2f) διακρίνει τρεις όρους των κοινωνικών επιστημών:

1. τη **γενεαλογική γενιά** (με βάση τον βαθμό συγγένειας),
2. την **ιστορικοπολιτική έννοια της γενιάς** (άτομα από στενά διαδοχικές γενιές μοιράζονται εμπειρίες, στάσεις και αξίες)
3. την **παιδαγωγική έννοια** των γενεών (οι γενιές νοούνται ως μαθησιακές συνδέσεις με την κατανομή ρόλων δασκάλου ή μαθητή, ανάλογα με τη γνώση και την εμπειρία).



Σε σχέση με τη διαγενεακή μάθηση, χρησιμοποιείται συνήθως η ιστορικοπολιτική έννοια των γενεών, «επειδή τονίζει την ιδιαιτερότητα των επιμέρους γενεών με φόντο τις εμπειρίες και τις αξίες τους – αντί της απλής βιολογικής ηλικίας» (Schmidt-Hertha, 2014α, σ. 75f, όπως παραθέτει ο Wiedmann 2014, σ. 3).

Στο πλαίσιο της αποσαφήνισης της διάκρισης, των κοινωνικών αποδόσεων και των στερεοτύπων στον διαγενεακό διάλογο, είναι λογικό να χρησιμοποιηθεί αυτή η έννοια της γενιάς ως βάση, επειδή οι αξίες, οι εμπειρίες ζωής και οι στρατηγικές αντιμετώπισης των στερεοτύπων μεταδίδονται και μαθαίνονται στο πλαίσιο της ιστορικοπολιτικής διαδοχής των γενεών. Για να καταστεί δυνατός ένας ανοιχτός και επικοινωνιακός διάλογος, απαιτείται υψηλός βαθμός ευαισθησίας στις διαφορές, δηλαδή η ικανότητα να αντιλαμβάνεται κανείς, να σέβεται και να αντιδρά κατάλληλα στις διαφορές μεταξύ ανθρώπων, καταστάσεων ή προοπτικών. Πρόκειται για το να είμαστε ευαίσθητοι στην ποικιλομορφία και τη μοναδικότητα των άλλων χωρίς να κάνουμε προκαταλήψεις ή υποθέσεις. Τότε θα επιτευχθεί ένας ανοιχτός διάλογος και η κατανόηση των διαφορετικών προοπτικών. Ακολουθεί μια δήλωση ενός συμμετέχοντα από τη συνέντευξη της ομάδας εστίασης του έργου Never Gets Old τον Μάρτιο του 2025:

«...και κατά κάποιον τρόπο καταλαβαίνω την άλλη οπτική γωνία, πώς το βλέπει ένας νέος, πώς το βλέπει ένας ηλικιωμένος, ..., αυτό είναι απολύτως σημαντικό.»

(Συμμετέχων στη γερμανική ομάδα εστίασης του Never Gets Old)

Θεωρητικό υπόβαθρο

Η διαγενεακή μάθηση βασίζεται στις αρχές και τις θεωρίες της εκπαίδευσης ενηλίκων και η διαγενεακή ανταλλαγή ορίζεται ρητά ως μαθησιακή διαδικασία. Το επίκεντρο βρίσκεται στο ερώτημα του πώς μεταδίδεται η γνώση και πώς οι επόμενες γενιές την αποκτούν και, ως εκ τούτου, την μεταβάλλουν (Franz 2010, σ. 28).

Η βασική θεωρητική κατανόηση της διαγενεακής μάθησης περιλαμβάνει τις ακόλουθες πτυχές:



Μαθαίνοντας μαζί

Στις προσεγγίσεις που περιλαμβάνουν τη συν-μάθηση μεταξύ των γενεών, η έμφαση δίνεται στην από κοινού ανάπτυξη ενός θέματος. Στόχος είναι η προώθηση *κοινών διαγενεακών μαθησιακών διαδικασιών*. Οι συμμετέχοντες από διαφορετικές γενιές συνεργάζονται πάνω σε αυτό και «δεν υπάρχει, επομένως, πλεονέκτημα γνώσης ή εμπειρίας από την πλευρά μιας γενιάς, καθώς η εξειδικευμένη γνώση βρίσκεται εκτός της ομάδας» (Franz 2010, σ. 33).



Κοινωνική αλληλεπίδραση

Στη διαδικασία της μάθησης με και από τον άλλον, η έμφαση δίνεται στην κοινωνική αλληλεπίδραση, την επικοινωνία και την αμοιβαία μάθηση, που ενισχύουν την κοινωνική συνοχή.



Δια βίου μάθηση

Η παιδαγωγικά καθοδηγούμενη διαδικασία προάγει τη δια βίου μάθηση, ξεκινώντας την ανταλλαγή εμπειριών μεταξύ παλαιότερων και νεότερων γενεών και αξιοποιώντας την για περαιτέρω κοινωνικές ή προσωπικές διαδικασίες. Οι νεότεροι επωφελούνται από τη δια βίου πρακτική εμπειρία των ηλικιωμένων· ταυτόχρονα, οι ηλικιωμένοι μπορούν να γνωρίσουν τη ζωή των νεότερων (βλ. Κρατική Ένωση Εθελοντικών Οργανώσεων Βαυαρίας (Iagfa) 2016, σ. 5).

Προσανατολισμός στους πόρους και ενδυνάμωση



Η μάθηση εμπλουτίζεται από τις ποικίλες εμπειρίες και γνώσεις των γενεών. Οι ηλικιωμένοι συχνά προσφέρουν πολύτιμη εμπειρία ζωής, ενώ οι νεότεροι φέρνουν νέες προοπτικές. Μέσω της διαγενεακής μάθησης, η κατανόηση μεταξύ των γενεών μπορεί έτσι να προωθηθεί και να βελτιωθεί σημαντικά (Iagfa 2016, σ. 5). Προωθεί επίσης την αυτοπεποίθηση και την αυτοαποτελεσματικότητα (ενδυνάμωση) όλων των εμπλεκομένων μέσω της ενεργού συμμετοχής τους στη μαθησιακή διαδικασία.

Βασικές προϋποθέσεις για μια επιτυχημένη διαγενεακή εκδήλωση

Για τους περισσότερους ανθρώπους, η περιγραφόμενη κοινή μάθηση σε ομάδες διαφόρων γενεών δεν αποτελεί συνήθως μια καθημερινή εμπειρία, αλλά είναι συνήθως κάτι καινούργιο και πιθανώς συνδέεται με διαφορετικές προσδοκίες και ίσως φόβους.

«Τώρα το ερώτημα είναι πώς να το κάνουμε με την απαραίτητη διακριτικότητα, όχι απλώς να προσκαλέσουμε, ας μιλήσουμε για σεξ, αυτό είναι φυσικά λίγο απλοϊκό.»

(Συμμετέχων της γερμανικής ομάδας εστίασης Never Gets Old)

Για να είναι δυνατή η συνοδεία μαθησιακών διαδικασιών με διαφορετικές γενιές και μερικές φορές πολύ προσωπικά ή οικεία θέματα, όπως στο έργο Never Gets Old, και για να είναι

δυνατή η αξιοποίηση του δυναμικού που κρύβεται σε αυτές, είναι σημαντική η διεξοδική προετοιμασία και ο σχεδιασμός, οι οποίοι, εκτός από όλες τις προκαταρκτικές μεθοδολογικές σκέψεις, λαμβάνουν υπόψη δύο θεμελιώδεις πτυχές:



- 1. Ποια είναι η σημασία του χρόνου και του χώρου στο σχεδιασμό εκπαιδευτικών διαδικασιών στις οποίες πολλές γενιές εργάζονται σε έναν χώρο και πάνω σε ένα κοινό θέμα;**
- 2. Ποιες επικοινωνιακές δεξιότητες χρειάζονται οι εκπαιδευτικοί για να μπορούν να εργαστούν με τέτοιες ομάδες;**

Ο παράγοντας χρόνος στις διαγενεακές μαθησιακές διαδικασίες



Βασικά, οι μαθησιακές διαδικασίες, ανεξάρτητα από μακροχρόνια εκπαιδευτικά προγράμματα ή εφάπαξ ημερίδες, λαμβάνουν πάντα χώρα στη διάσταση του χρόνου. Ο χρόνος αντιλαμβάνεται πολύ διαφορετικά και αξιολογείται υποκειμενικά. Σε ομάδες διαφόρων γενεών, η υποκειμενική αξιολόγηση του χρόνου είναι συνήθως πιο αισθητή και έχει μεγαλύτερο βάρος: «Κάποιοι είναι πιο ακριβείς όσον αφορά την ακρίβεια από άλλους, κάποιοι επικοινωνούν μέσω γρήγορων καναλιών στο Διαδίκτυο – άλλοι προτιμούν τις τηλεφωνικές κλήσεις. Μερικοί αναμένουν άμεση απάντηση, άλλοι βρίσκουν γρήγορα μια απάντηση μέσα σε μια εβδομάδα. Μερικοί προτιμούν να αξιοποιούν τον ελεύθερο χρόνο κατά τη διάρκεια της ημέρας, όταν δεν υπάρχουν χρονικοί περιορισμοί λόγω εργασίας, σχολείου, πανεπιστημίου, κατάρτισης ή μικρών παιδιών στο σπίτι, ενώ άλλοι έχουν πραγματικά ελεύθερο χρόνο μόνο το βράδυ. Μερικοί χρειάζονται μεγαλύτερα ή νωρίτερα διαλείμματα από τους άλλους» (Antz 2009, σ. 22f). Αυτές οι διαφορές πρέπει να λαμβάνονται υπόψη κατά τον σχεδιασμό, την προετοιμασία και την υλοποίηση εκδηλώσεων μεικτών γενεών, ώστε να εξεταστούν ζητήματα σχετικά με την κατάλληλη ώρα της ημέρας και τη διάρκεια σε σχέση με τη χωρητικότητα υποδοχής των συμμετεχόντων. Βασικά, οι μαθησιακές διαδικασίες απαιτούν πάντα χρόνο· με ομάδες διαφόρων γενεών ίσως μερικές φορές λίγο περισσότερο για να έρθουν σε επαφή και να βρουν εμπιστοσύνη ως ομάδα διαφόρων γενεών, να ξεπεράσουν το αίσθημα του «διαφορετικού, ξένου», να νιώσουν και να δείξουν κατανόηση (βλ. loc. cit., σ. 22f).

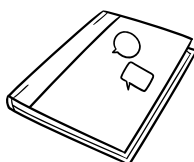
Ο χώρος ως παράγοντας στις διαγενεακές μαθησιακές διαδικασίες



Οι χώροι και η ατμόσφαιρά τους επηρεάζουν την ευημερία των ανθρώπων και, κατά συνέπεια, τη διάθεσή τους για μάθηση. Γνωρίζοντας αυτή τη σχέση, είναι σημαντικό να σχεδιάζουμε, να προετοιμάζουμε ή να επιλέγουμε τον περιβάλλοντα χώρο και τα αντικείμενα με τέτοιο τρόπο ώστε να προάγεται η μάθηση. Για παράδειγμα, η συγκέντρωση, η δημιουργικότητα και η οικειότητα μπορεί να απαιτούν διαφορετικά περιβάλλοντα.

Στα κλασικά μαθησιακά περιβάλλοντα (σχολεία, σεμινάρια), οι αίθουσες είναι συχνά σχεδιασμένες με τυπικό τρόπο και προσανατολισμένες προς τη διδασκαλία. Στις διαγενεακές μαθησιακές διαδικασίες, είναι πιο σημαντικό να δημιουργηθεί ένας χώρος που προάγει την ομαδικότητα, την ανοιχτότητα, την ισότητα και τον σεβασμό, δημιουργώντας έτσι μια ατμόσφαιρα στην οποία όλες οι γενιές αισθάνονται ίσες και μπορούν να συμμετέχουν ενεργά. Αυτή η πτυχή πρέπει να λαμβάνεται υπόψη κατά την προετοιμασία διαγενεακών εκδηλώσεων.

Κατευθυντήριες γραμμές για



την εσωτερική διακόσμηση

- **Συμμετοχή στη διαμόρφωση του εσωτερικού χώρου:** Οι συμμετέχοντες καλούνται να συμβάλουν στη διαμόρφωση του χώρου. Αυτό δημιουργεί ένα αίσθημα ότι ανήκουν στον χώρο και διασφαλίζει ότι ο χώρος ανταποκρίνεται στις ανάγκες όλων. Προσωπικά αντικείμενα, φωτογραφίες ή διακοσμητικά στοιχεία που αντανakλούν την ποικιλομορφία των γενιών μπορούν να δημιουργήσουν μια φιλόξενη ατμόσφαιρα.
- **Δυναμική της ομάδας και διάταξη των καθισμάτων:** Η διάταξη των καθισμάτων που επιτρέπει μια ανοιχτή διάταξη (κύκλος ή σχήμα U) προάγει τον διάλογο και την αμοιβαία ορατότητα. Αποφυγή ιεραρχιών: Τα καθίσματα δεν πρέπει να υποδηλώνουν ιεραρχίες, π.χ. μέσω διαφορετικών καρεκλών ή θέσεων.
- **Εξωτερικοί χώροι:** μπορούν να συμπεριληφθούν, αν είναι δυνατόν, για να χαλαρώσουν τη μαθησιακή διαδικασία και να ενσωματώσουν εμπειρίες από τη φύση.
- **Σχεδιασμός σχετικός με το θέμα:** Σχεδιασμός του χώρου σύμφωνα με το θέμα της μαθησιακής διαδικασίας (π.χ. περιβάλλον: φυσικά υλικά, φυτά ως στοιχεία· Ιστορία: παλιές φωτογραφίες ή αντικείμενα).

- **Ευελιξία μέσω κινητών στοιχείων:** Τα κινητά τραπέζια, οι καρτέκλες και οι πίνακες διευκολύνουν την προσαρμογή σε διαφορετικές δραστηριότητες, ανάλογα με τις ανάγκες.
- **Ενεργή χρήση του χώρου:** ενσωμάτωση δραστηριοτήτων για την προώθηση της αλληλεπίδρασης: οι συμμετέχοντες σχεδιάζουν οι ίδιοι τον χώρο (π.χ. σταθμοί ιδεοθύελλας, πίνακες ανακοινώσεων ή γωνιές δημιουργικότητας).
- **Αναστοχασμός και ανατροφοδότηση:** Χρήση του χώρου για αναστοχασμό: π.χ. δημιουργία γωνιάς ανατροφοδότησης ή γωνιάς για προσωπικές σημειώσεις, όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να καταγράφουν τις εντυπώσεις τους.
- **Τεχνολογία και μέσα:** Οι διαδραστικές τεχνολογίες, όπως οι έξυπνοι πίνακες, τα tablet ή άλλα διαδραστικά μέσα, μπορούν να διευκολύνουν την ανταλλαγή μεταξύ των γενεών, ειδικά αν υπάρχουν διαφορετικές τεχνολογικές δεξιότητες.
- **Ζώνες χωρίς τεχνολογία:** Είναι επίσης λογικό να δημιουργηθούν περιοχές όπου η τεχνολογία είναι απενεργοποιημένη για να ενθαρρυνθεί η ανταλλαγή πρόσωπο με πρόσωπο.
- **Ασφαλής χώρος για ανταλλαγή και εμπιστευτικότητα:** Ο χώρος πρέπει να σχεδιαστεί με τέτοιο τρόπο ώστε οι συμμετέχοντες να αισθάνονται ασφαλείς να μοιραστούν προσωπικές εμπειρίες.
- **Κοινό εκπαιδευτικό υλικό:** π.χ. αφίσες, φύλλα εργασίας, φύλλα αναστοχασμού κ.λπ., τα οποία παραμένουν στην αίθουσα για όλη τη διάρκεια της εκπαιδευτικής εκδήλωσης. Αυτό ενισχύει τη συνοχή και μετατρέπει την αίθουσα σε ένα ζωντανό χώρο μάθησης.
- **Ατμόσφαιρα σεβασμού:** η ενεργητική ακρόαση και η εκτίμηση είναι απαραίτητες, καθώς και η συμφωνία για σαφείς κανόνες αλληλεπίδρασης, π.χ. σύμφωνα με την αλληλεπίδραση που επικεντρώνεται στο θέμα, η οποία υπογραμμίζει την αυτοευθύνη κάθε απόμου (βλ. Langmaack et.al. 1998, σ. 98)

Διαμόρφωση της επικοινωνίας και της αλληλεπίδρασης

Σε μια κοινωνία που γίνεται όλο και πιο πολυπολιτισμική, είναι σημαντικό να σχεδιάζονται οι μαθησιακές διαδικασίες με τέτοιο τρόπο ώστε άτομα διαφορετικών ηλικιών να μπορούν να μαθαίνουν μαζί και να επωφελούνται το ένα από το άλλο. Οι διαγενεακές μαθησιακές διαδικασίες προσφέρουν την ευκαιρία να συνδυαστούν γνώσεις, εμπειρίες και προοπτικές διαφορετικών ηλικιακών ομάδων. Για να είναι επιτυχημένες αυτές οι διαδικασίες, ο σχεδιασμός της επικοινωνίας και της αλληλεπίδρασης παίζει κεντρικό ρόλο.

Πρέπει να ληφθούν υπόψη οι ακόλουθες πτυχές:

- **Σεβασμός και εκτίμηση:** Όλες οι ηλικιακές ομάδες πρέπει να αντιμετωπίζουν η μία την άλλη με σεβασμό, πράγμα που σημαίνει να αναγνωρίζουν τις εμπειρίες, τις στάσεις και τις απόψεις της άλλης. Η υποστήριξη στην **εκτίμηση της διαφορετικότητας**, δηλαδή η αναγνώριση διαφορετικών εμπειριών και προοπτικών, είναι καθήκον της διοίκησης της ομάδας. Σκοπός ήταν να ενθαρρυνθούν οι συμμετέχοντες να συνεισφέρουν τις προοπτικές τους και να μάθουν ο ένας από τον άλλον.
- **Ενεργητική ακρόαση:** Επαναλαμβάνοντας ό,τι έχουμε κατανοήσει και επιβεβαιώνοντας ότι το έχουμε κατανοήσει σωστά, δείχνουμε προσοχή και γνήσιο ενδιαφέρον για τις συνεισφορές των άλλων. Επιπλέον, μπορούν να αποφευχθούν παρεξηγήσεις.
- **Ισότιμη κουλτούρα συζήτησης μέσω κοινών κανόνων:** Πρέπει να διασφαλίζεται ότι όλοι οι συμμετέχοντες έχουν την ευκαιρία να συνεισφέρουν χωρίς να κυριαρχούνται. Για το σκοπό αυτό, είναι λογικό να καθοριστεί από κοινού πώς θέλουν όλοι να μιλούν μεταξύ τους (π.χ. να τους αφήνουμε να τελειώσουν, χωρίς διακοπές, με σεβασμό στη γλώσσα). Η από κοινού ανάπτυξη των κανόνων δημιουργεί μια θετική κουλτούρα συζήτησης.
- **Σαφής και κατανοητή επικοινωνία:** Η γλώσσα και η έκφραση πρέπει να επιλέγονται με τέτοιο τρόπο ώστε να είναι κατανοητές από όλους. Οι ερωτήσεις είναι ευπρόσδεκτες και θα απαντηθούν εάν χρειαστεί. Η γλώσσα που είναι κατανοητή από όλους καταρρίπτει επίσης τα εμπόδια στην ενεργό συμμετοχή. Μπορεί να είναι χρήσιμο να συμπεριληφθούν διαφορετικά μέσα και μορφές στη μαθησιακή διαδικασία, προκειμένου να ληφθούν υπόψη διαφορετικοί τρόποι μάθησης και επικοινωνίας (οπτικός τύπος μάθησης, ακουστικός τύπος μάθησης, κιναισθητικός/κινητικός τύπος μάθησης, επικοινωνιακός τύπος μάθησης).
- **Ενσωμάτωση τακτικών αναστοχασμών:** στους συμμετέχοντες πρέπει να δίνεται η ευκαιρία να μιλούν επανειλημμένα για τις εμπειρίες τους και την ομαδικότητα κατά τη διάρκεια της διαδικασίας. Αυτό προάγει την ευαισθητοποίηση σχετικά με την επικοινωνία με σεβασμό.
- **Υπομονή και ανοχή:** Και τα δύο πρέπει να αποτελούν παράδειγμα από τον ηγέτη της ομάδας, ενώ η ομάδα πρέπει επίσης να ενθαρρύνεται συνεχώς να δείχνει κατανόηση για τους διαφορετικούς ρυθμούς μάθησης και επικοινωνίας, καθώς και για τα διαφορετικά πολιτισμικά υπόβαθρα. Οι διαφορές στο ρυθμό και στην έκφραση αποτελούν μέρος της ζωής και η εύρεση ενός τρόπου αντιμετώπισής τους αποτελεί μέρος της μαθησιακής διαδικασίας.
- **Δημιουργία κουλτούρας ανατροφοδότησης:** οι συμμετέχοντες ενθαρρύνονται να δίνουν και να δέχονται εποικοδομητική ανατροφοδότηση για τη συνεχή βελτίωση της επικοινωνίας. Η κριτική πρέπει να διατυπώνεται με φιλικό και σεβασμό τρόπο, ώστε να προάγεται μια θετική ατμόσφαιρα μάθησης. Αυτό περιλαμβάνει δηλώσεις σε πρώτο πρόσωπο

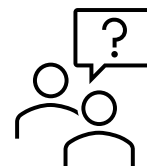
(«Με ενόχλησε η δήλωσή σου επειδή...») αντί για μηνύματα που αρχίζουν με «εσύ» («Μα δεν μπορείς να το πεις έτσι!»).

- **Συνειδητή αποφυγή προκαταλήψεων:** Αναγνώριση στερεοτύπων και προκαταλήψεων και ενεργή αντιμετώπισή τους για τη δημιουργία μιας ατμόσφαιρας χωρίς αποκλεισμούς.
- **Ανοιχτό πνεύμα και ενσυναίσθηση:** Ο ηγέτης της ομάδας μπορεί να αποτελέσει πρότυπο μέσω της ενεργητικής ακρόασης, της σεβαστικής γλώσσας που δείχνει κατανόηση και χρησιμοποιεί, για παράδειγμα, στοιχεία μη βίαιης επικοινωνίας (βλ. Rosenberg et al. 2006). Κατά τη διάρκεια της μαθησιακής διαδικασίας, οι συμμετέχοντες καλούνται επανειλημμένα να ασχοληθούν με τις προοπτικές των άλλων και να αναπτύξουν κατανόηση για διαφορετικές απόψεις. Αυτή η διαδικασία μπορεί να διεγερθεί μέσω της αλλαγής προοπτικών και ερωτήσεων από τον τομέα των ερωτήσεων που εστιάζουν στη λύση.



©SDI Productions via Canva.com

Ερωτήσεις με έμφαση στη λύση για την ανάπτυξη δεξιοτήτων ενσυναίσθησης



Ερώτηση αλλαγής προοπτικής	Σκοπός της ερώτησης
«Τι θα έλεγε ένα άτομο από άλλη γενιά στη δική σου κατάσταση;»	Ενθαρρύνει τους ανθρώπους να υιοθετήσουν την οπτική γωνία μιας άλλης ηλικιακής ομάδας και να αναπτύξουν κατανόηση
«Αν έβλεπες την κατάσταση από την οπτική γωνία ενός άλλου μέλους της ομάδας, τι θα σκεφτόσουν;»	Προάγει την ενσυναίσθηση και την κατανόηση διαφορετικών εμπειριών και απόψεων.
«Πώς θα μπορούσε να δει αυτή την κατάσταση κάποιος που σκέφτεται ή αισθάνεται εντελώς διαφορετικά;»	Βοηθάει στο να καταρριφθούν οι προκαταλήψεις και να αναγνωριστεί η ποικιλομορφία των προοπτικών.
«Σκέψου 20 χρόνια μπροστά: Τι θα σου συμβούλευε το μελλοντικό σου εαυτό αν έβλεπε την κατάσταση;»	Μας ενθαρρύνει να δούμε την κατάσταση από μια μελλοντική, πιο σοφή προοπτική και να αναγνωρίσουμε λύσεις.
«Αν κοιτάξεις την κατάσταση από την οπτική γωνία ενός εξωτερικού παρατηρητή, τι παρατηρείς;»	Επιτρέπει μια αποστασιοποιημένη ματιά και μπορεί να φέρει νέες ιδέες.
«Τι θα έκανε ένα άτομο που θαυμάζετε σε αυτή την κατάσταση;»	Μας εμπνέει να αναλογιστούμε θετικά πρότυπα και τις προσεγγίσεις τους.

Αυτές οι ερωτήσεις βοηθούν στη διεύρυνση της οπτικής, στην προώθηση της κατανόησης και στην υποστήριξη μιας ανοιχτής και σεβαστής επικοινωνίας.

Συμπέρασμα

Η διαγενεακή μάθηση βασίζεται στην αρχή ότι διαφορετικές ηλικιακές ομάδες μοιράζονται μεταξύ τους πολύτιμες εμπειρίες, γνώσεις και προοπτικές. Είναι σημαντική επειδή προάγει την ανταλλαγή μεταξύ διαφορετικών γενεών, δημιουργεί κατανόηση και ενσυναίσθηση και ενισχύει τους κοινωνικούς δεσμούς (Franz 2010, σ. 28). Είναι ζωτικής σημασίας να σχεδιάζουμε συνειδητά την επικοινωνία και την αλληλεπίδραση στις διαγενεακές μαθησιακές διαδικασίες, κάτι που συμβάλλει στην εξέταση διαφορετικών προοπτικών χωρίς κριτική, στην κατάρριψη των φραγμών και στη διευκόλυνση της κοινής μάθησης σε ισότιμο επίπεδο.



©Robert Kneschke via Canva.com

Μέσω ενός καλού σχεδιασμού, ο οποίος λαμβάνει υπόψη κεντρικές οργανωτικές πτυχές, όπως ο σχεδιασμός του χώρου και η υποκειμενική έννοια του χρόνου, καθώς και τις περιγραφόμενες απαιτήσεις για καλή επικοινωνία, η διαγενεακή μάθηση συμβάλλει στην κατάρριψη των προκαταλήψεων και στη μετάδοση γνώσεων και εμπειριών. Αυτό όχι μόνο διευρύνει τις ατομικές γνώσεις, αλλά και ενισχύει την κοινωνική συνοχή. Συνολικά, η διαγενεακή μάθηση αποτελεί μια πολύτιμη συμβολή σε μια κοινότητα χωρίς αποκλεισμούς και με αμοιβαίο σεβασμό. Αυτό δημιουργεί μια πολύτιμη ανταλλαγή που υποστηρίζει τόσο την ατομική όσο και την κοινωνική ανάπτυξη.

Αναφορές

Antz, E., Tolksdorf, M., Scheunpflug, A., Frieters, N. & Franz, J. (2009). Generationen lernen gemeinsam. Bertelsmann Verlag. <https://doi.org/10.3278/6001987w>

Franz, J. (2009). Intergenerationelles Lernen ermöglichen. Bertelsmann Verlag. <https://doi.org/10.3278/6001629w>

König, K. (2023). Systemische Fragetechniken: Erfolgreich fragen für Führung, Coaching und Problemlösung. Praxisorientierte Anwendung von Fragetechniken für effektive Kommunikation von Führungskräften, Coaches & Beratern.

Langmaack, B. (1994). Θεματοκεντρική αλληλεπίδραση: εισαγωγικά κείμενα γύρω από το τρίγωνο. Beltz.

Langmaack, B. & Braune-Krickau, M. (1989). Πώς μαθαίνει να λειτουργεί η ομάδα: Προτάσεις για τον σχεδιασμό και τη διοίκηση ομάδων: ένα πρακτικό εγχειρίδιο. Beltz.

Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligen-Agenturen/Freiwilligen-Zentren Bayern e.V. (2016). Διαγενεακή μάθηση και κοινωνική συμμετοχή: Πώς μπορεί να ενισχυθεί η συνοχή μεταξύ των γενεών και στην κοινωνία μας. Εγχειρίδιο διαγενεακής μάθησης. <https://lagfa-bayern.de/downloads/1841-2/download-file/>

Rosenberg, M. B., & Seils, G. (2006). Επίλυση συγκρούσεων μέσω της μη βίαιης επικοινωνίας: Μια συζήτηση με την Gabriele Seils. Herder.

Wiedemann, M. (2024). Διαγενεακή μάθηση: Μικροί και μεγάλοι μαθαίνουν μαζί (2η αναθεωρημένη έκδοση). https://www.die-bonn.de/doks/WB_Intergenerationelles-Lernen_2024-01.pdf

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: THE LEARNING EDGE (VANESSA SYMEONIDOU)



«Το speed dating είναι ένα εξαιρετικό παράδειγμα του πώς μια ιδέα που ξεκίνησε ως κοινωνική πρακτική για τη δημιουργία ρομαντικών σχέσεων εξελίχθηκε σε ένα ισχυρό εργαλείο μάθησης, συνεργασίας και διαλόγου.»

(Οδηγός IDS, σελίδα 38)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:

Κατανόηση της ιστορικής εξέλιξης της μεθόδου του speed dating και τη μεταμόρφωσή της σε εκπαιδευτικό εργαλείο.

Αναγνώριση των δυνατοτήτων της μεθόδου για την προώθηση του διαλόγου, της ενσυναίσθησης και της διαγενεακής σύνδεσης, ειδικά στο πλαίσιο του φύλου και της σεξουαλικότητας.

Απόκτηση πρακτικών γνώσεων για την αποτελεσματική διευκόλυνση των συζητήσεων στο speed dating.

Κατανόηση των βασικών αρχών που εξασφαλίζουν επιτυχημένες και χωρίς αποκλεισμούς συνεδρίες speed dating.



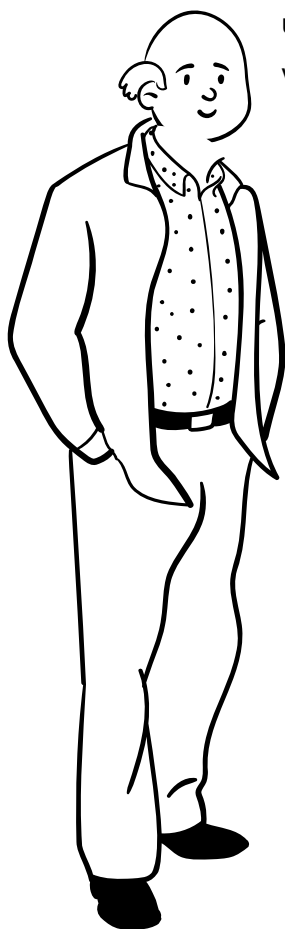
©Cub of Couple via Canva.com

Εισαγωγή

Αυτό το κεφάλαιο προσφέρει μια εξερεύνηση της μεθόδου του Speed Dating, η οποία θεωρείται εδώ ως ένα καινοτόμο εργαλείο για την εκπαίδευση, την κοινωνική αλληλεπίδραση και την ενδυνάμωση μεταξύ των γενεών. Εστιάζοντας στον τρόπο με τον οποίο αυτή η μέθοδος ενσωματώνεται στο πρόγραμμα Never Gets Old, συγκεντρώνει τόσο θεωρητικές όσο και πρακτικές γνώσεις για να δείξει πώς το speed dating μπορεί να λειτουργήσει ως μια δομημένη και χωρίς αποκλεισμούς προσέγγιση για τη συζήτηση θεμάτων όπως το φύλο, η ταυτότητα, η σεξουαλικότητα και η γήρανση.

Αντλώντας από βασικά σημεία του άρθρου «From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education» (Muurlink & Poyatos Matas, 2011), καθώς και από πιο πρόσφατες εφαρμογές σε ακαδημαϊκά και κοινοτικά περιβάλλοντα, το κείμενο ανατρέπει στην πορεία της μεθόδου από ένα κοινωνικό «σπάσιμο του πάγου» σε ένα ουσιαστικό μοντέλο διαλόγου και συνεργασίας.

Αυτή η ενότητα περιγράφει τις βασικές θεματικές χρήσεις του speed dating στην εκπαιδευτική πρακτική, παρέχει βήμα-βήμα οδηγίες για την εφαρμογή του και επισημαίνει βασικές αρχές που διασφαλίζουν την ακεραιότητα και την περιεκτικότητα της μεθόδου. Σκοπός της είναι να υποστηρίξει τη χρήση του speed dating στις Συνεδρίες Διαγενεακού Διαλόγου (IDS) του προγράμματος, προσφέροντας στους συντονιστές και τους συμμετέχοντες ένα πρακτικό εργαλείο για την ενσυναίσθηση, τον αναστοχασμό και την αυθεντική σύνδεση.



«Το πρόγραμμά σας είναι πολύ σημαντικό για εμάς, διότι θα έχουμε καλύτερη μεταχείριση από τους επαγγελματίες υγείας και, κατά συνέπεια, από ολόκληρη την κοινωνία. Αυτός είναι ένας τρόπος να ακουστούν τα συναισθήματά μας και να βελτιωθούν οι ζωές μας» –

«Είναι ωραίο να έρχεσαι σε επαφή με άτομα μεγαλύτερης ηλικίας, αλλά θέλω να μιλήσω με νεότερους ανθρώπους για να δω τι πιστεύουν για όλες αυτές τις εξελίξεις σε θέματα φύλου και ομοφυλοφιλίας.» – Σχόλιο συμμετέχοντα

Ιστορικό υπόβαθρο του Speed Dating

Ο όρος «Speed Dating» εμφανίστηκε για πρώτη φορά το 1998, εισαχθείς από τον δημιουργό του, τον ραβίνο Yaacov Deyo. Εκείνη την εποχή, αναφερόταν αυστηρά σε μια ρομαντική έννοια (Olav Muurlink & Cristina Poyatos Matas, 2011), αλλά εξελίχθηκε γρήγορα, αποκτώντας νέα σημασία και σκοπό. Σήμερα, το speed dating έχει γίνει ένα πολύτιμο εργαλείο όχι μόνο στην εκπαίδευση, αλλά και σε τομείς όπως η ψυχολογία και η ιατρική.

Ιστορικά, η μέθοδος χρησιμοποιήθηκε για πρώτη φορά στο Pete's Café στο Μπέβερλι Χιλς, όπου ο ραβίνος Deyo οργάνωνε σύντομες συναντήσεις για να φέρει σε επαφή Εβραίους άνδρες και γυναίκες με την ελπίδα να βρουν πιθανές ρομαντικές σχέσεις. Λίγο αργότερα, η δομημένη αυτή μορφή τράβηξε την προσοχή εκπαιδευτικών ιδρυμάτων και χρησιμοποιήθηκε ως στρατηγική μάθησης. Η βασική μορφή της μεθόδου, που συνίσταται σε εναλλασσόμενους διαλόγους μεταξύ ζευγαριών, αποδείχθηκε αποτελεσματική στην ανάπτυξη ουσιαστικών ανταλλαγών και την κατέστησε ιδανική για ακαδημαϊκές και ερευνητικές έννοιες.

Από το 2005, το speed dating έχει υιοθετηθεί από πανεπιστήμια και ερευνητικά κέντρα για την προώθηση της διεπιστημονικότητας και της συνεργασίας. Καθώς συνεχίζει να εισχωρεί σε περισσότερα κοινωνικά και εκπαιδευτικά περιβάλλοντα, ανοίγει νέες ευκαιρίες – ιδιαίτερα για διαγενεακές και διατομεακές συζητήσεις που διαφορετικά ίσως δεν θα γίνονταν.



©fizkes via Canva.com

Η εξέλιξη του speed dating ως εκπαιδευτικού εργαλείου

Το speed dating είναι ένα εξαιρετικό παράδειγμα του πώς μια ιδέα που ξεκίνησε ως κοινωνική πρακτική για τη δημιουργία ρομαντικών σχέσεων έχει εξελιχθεί σε ένα ισχυρό εργαλείο μάθησης, συνεργασίας και διαλόγου. Σύμφωνα με το άρθρο «From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education», αυτή η μεταμόρφωση σε εκπαιδευτική μέθοδο μπορεί να ανιχνευθεί μέσα από έξι βασικούς θεματικούς τομείς, ή «ομάδες», όπου η προσέγγιση έχει βρει ουσιαστικές και ποικίλες εφαρμογές.

Προώθηση της διεπιστημονικότητας και της δικτύωσης

Το speed dating χρησιμοποιείται συχνά για να πυροδοτήσει ουσιαστικές ανταλλαγές μεταξύ φοιτητών ή ερευνητών από διαφορετικά πεδία. Με αυτόν τον τρόπο, ενθαρρύνει τη διεπιστημονική σκέψη και τη συγχώνευση γνώσεων μεταξύ θεματικών περιοχών. Οι Rid και Shaw (2005) αναφέρθηκαν μάλιστα σε αυτή την προσέγγιση ως «speed networking». Στο πλαίσιο του έργου Never Gets Old, η ίδια ιδέα εφαρμόζεται για να γεφυρωθούν τα γενεαλογικά και πνευματικά χάσματα, δημιουργώντας χώρο όπου άτομα διαφορετικών ηλικιών και υποβάθρων μπορούν να συναντηθούν και να εμβαθύνουν την κατανόησή τους γύρω από ζητήματα σεξουαλικότητας και φύλου στην τρίτη ηλικία.

Πραγματικό παράδειγμα της αποτελεσματικότητας της μεθόδου:

Στο Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνια στο Μπέρκλεϊ, το Κέντρο Ολοκληρωμένων Νανομηχανικών Συστημάτων αντιμετώπιζε το πρόβλημα του πώς να κάνει τους καθηγητές από έντεκα διαφορετικά τμήματα να συνεργαστούν. Διοργάνωσαν μια εκδήλωση τύπου «speed dating», όπου μεταδιδακτορικοί ερευνητές και φοιτητές από έξι τμήματα είχαν σύντομες, χρονικά περιορισμένες συνομιλίες για να μοι-

To speed dating ως μέσο για να σπάσει ο πάγος μεταξύ ερευνητών

Το speed dating μπορεί να είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για να ξεκινήσουν δύσκολες συζητήσεις, ειδικά μεταξύ ερευνητών. Αυτή η προσέγγιση βοηθά στο σπάσιμο του πάγου, διευκολύνοντας τους ανθρώπους να ξεπεράσουν την αρχική αμηχανία που συχνά συνοδεύει τη συζήτηση ευαίσθητων θεμάτων. Στο πλαίσιο του Never Gets Old, όπου θέματα όπως η σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία ή η ταυτότητα φύλου μπορεί να φαίνονται άβολα ή άγνωστα, το speed dating δίνει στους συμμετέχοντες τον χώρο και την αυτοπεποίθηση να ανοιχτούν. Δημιουργεί ένα ασφαλές, υποστηρικτικό περιβάλλον που ενθαρρύνει την ανταλλαγή απόψεων και βοηθά στην οικοδόμηση εμπιστοσύνης.

Πραγματικό παράδειγμα της αποτελεσματικότητας της μεθόδου:

Στο συνέδριο Marie Curie του Πανεπιστημίου του Μάντσεστερ, το speed dating χρησιμοποιήθηκε ως δομημένη μέθοδος για να σπάσει ο πάγος και να διευκολυνθούν οι ανεπίσημες επαφές μεταξύ ερευνητών από διαφορετικά υπόβαθρα, και αποδείχθηκε αποτελεσματικό στη μείωση της αρχικής κοινωνικής αμηχανίας, στην ενθάρρυνση του αυθόρμητου διαλόγου και στη δημιουργία μιας χαλα-

Speed dating για τη βελτίωση της δυναμικής της τάξης για τους μαθητές

Στο πλαίσιο της διδασκαλίας, η μέθοδος εφαρμόζεται για τη βελτίωση της δυναμικής στην τάξη. Μέσω της συνεχούς εναλλαγής των συνομιλητών, ενισχύονται η αλληλεπίδραση και η συμμετοχή. Οι μαθητές εξασκούνται στην επιχειρηματολογία, την ακρόαση και την επικοινωνία, ενώ ταυτόχρονα καλλιεργείται ένα αίσθημα οικειότητας και αποδοχής μέσα στην ομάδα. Ομοίως, στο πρόγραμμα Never Gets Old, η χρήση αυτής της μεθόδου βοηθά στη δημιουργία ενός ισότιμου και χωρίς αποκλεισμούς μαθησιακού περιβάλλοντος. Οι ηλικιωμένοι αποκτούν χώρο έκφρασης, ενώ οι νεότεροι συμμετέχοντες εκπαιδεύονται να ακούν ενεργά και να σέβονται διαφορετικές οπτικές.

Speed Dating για τη σύνδεση του πανεπιστημίου με τον επιχειρηματικό κόσμο

Σε πολλές περιπτώσεις, η μέθοδος χρησιμοποιείται για να συνδέσει τον ακαδημαϊκό χώρο με τον επιχειρηματικό κόσμο. Φοιτητές ή ερευνητές έρχονται σε επαφή με εκπροσώπους εταιρειών προκειμένου να ανταλλάξουν πληροφορίες, να παρουσιάσουν ιδέες ή να ενημερωθούν για ευκαιρίες απασχόλησης και πρακτικής άσκησης. Αυτή η διαδραστική μορφή σύνδεσης γεφυρώνει

Πραγματικό παράδειγμα της αποτελεσματικότητας της μεθόδου:

Το speed networking έχει χρησιμοποιηθεί αποτελεσματικά σε πανεπιστημιακά προγράμματα με επαγγελματικό προσανατολισμό, προκειμένου να βοηθήσει τους φοιτητές να δη-

το χάσμα μεταξύ θεωρίας και πράξης, δημιουργώντας νέες προοπτικές για συνεργασίες και πρακτικές λύσεις.

Speed Dating για την αναζήτηση χρηματοδότησης ή ερευνητικής συνεργασίας

Η μέθοδος χρησιμοποιείται στρατηγικά για την αναζήτηση ευκαιριών χρηματοδότησης ή συνεργατών σε ερευνητικά έργα. Σε περιβάλλοντα όπου οι ερευνητές καλούνται να αναπτύξουν προτάσεις έργων, η ικανότητα γρήγορης παρουσίασης ιδεών και ανταλλαγής πληροφοριών επιτρέπει τη σύνδεση ατόμων με συμπληρωματική εμπειρογνωμοσύνη.

Πραγματικό παράδειγμα της αποτελεσματικότητας της μεθόδου:

Στο Cornell Speed Dating Event, το 85% των συμμετεχόντων συνάντησε τουλάχιστον

Speed Dating για την εύρεση ερευνητικών επιβλέποντων

Και οι έξι εκδοχές του ακαδημαϊκού speed dating μοιάζουν με τον ρομαντικό πρόγονο τους όχι μόνο ως προς τη μορφή, αλλά και ως προς το κίνητρο: να φέρουν τους ανθρώπους κοντά. (Olav Muurlink & Cristina Poyatos Matas, 2011) Μια άλλη ιδιαίτερα χρήσιμη εφαρμογή είναι η χρήση της μεθόδου για την αντιστοίχιση φοιτητών με πιθανούς επιβλέποντες. Οι μεταπτυχιακοί ή διδακτορικοί φοιτητές έχουν την ευκαιρία να μιλήσουν με αρκετούς καθηγητές σε σύντομο χρονικό διάστημα και να σχηματίσουν γνώμη σχετικά με την καταλληλότητά τους ως μέντορες. Ομοίως, οι καθηγητές αποκτούν μια εικόνα για τα ενδιαφέροντα και τις δεξιότητες των φοιτητών, βελτιώνοντας την ποιότητα της μελλοντικής συνεργασίας.

Πρακτικές οδηγίες για συζητήσεις speed dating – Τι να κάνετε και τι να μην κάνετε



Τι να κάνετε

Δραστηριότητα	Περιγραφή
Επιλέξτε προσεκτικά τους συμμετέχοντες	Προσλάβετε ζυγό αριθμό συμμετεχόντων για να διατηρηθεί η μορφή των ζευγαριών. Ενημερώστε εκ των προτέρων τους συμμετέχοντες σχετικά με τη φύση της δραστηριότητας, τους στόχους της και τα θέματα.

Οργανώστε σωστά την αίθουσα συσκέψεων	Κλείστε έναν ήσυχο, άνετο και πλήρως προσβάσιμο χώρο, κατάλληλο για διαδοχικές συνομιλίες ένας προς έναν. Οι καρέκλες πρέπει να τοποθετηθούν σε ζεύγη, με τις πλάτες να βλέπουν η μία την άλλη, και να υπάρχει ελεύθερος χώρος για την εναλλαγή θέσεων.
Εκπληρώστε το ρόλο του συντονιστή	Εξασφαλίστε την ομαλή ροή της συνεδρίας και υποστηρίξτε τους συμμετέχοντες. Παρουσιάστε τους στόχους της δραστηριότητας, εξηγήστε τη διαδικασία και ενθαρρύνετε την ενεργό συμμετοχή. Παρακολουθήστε τη δυναμική της ομάδας και παρεμβαίνετε ελεύθερα όταν είναι απαραίτητο. Προσαρμόστε τα παραδείγματα.
Επιλέξτε κατάλληλα θέματα και ερωτήσεις	Θέστε ανοιχτές ερωτήσεις, χωρίς προκαταλήψεις. Οι συμμετέχοντες μπορούν να επιλέξουν από μια λίστα ερωτήσεων ή να συμμετάσχουν σε ελεύθερη συζήτηση.
Αποφύγετε τις ετεροκανονιστικές υποθέσεις και επιτρέψτε στους συμμετέχοντες να παραλείψουν ερωτήσεις	Να είστε ιδιαίτερα ευαίσθητοι απέναντι σε άτομα που ενδεχομένως ανήκουν στην LGBTQ+ κοινότητα. (π.χ., να λέτε «σύντροφος» αντί για «σύζυγος»). Βεβαιωθείτε ότι έχετε εκπαιδευτεί στη χρήση γλώσσας χωρίς διακρίσεις
Συμπεριλάβετε ασκήσεις αναστοχασμού	Στο τέλος της συνεδρίας, συμπεριλάβετε μια σύντομη άσκηση αναστοχασμού. Μια τέτοια πρακτική ενισχύει την κατανόηση και προάγει τη βιώσιμη συνεργασία μετά τη δραστηριότητα (Laprise, R., & Thivierge, R. L., 2012).
Συλλέξτε αποτελεσματικά σχόλια	Χρησιμοποιήστε ανώνυμα ερωτηματολόγια, συζητήσεις σε μικρές ομάδες ή ατομικές συνεντεύξεις για τη συλλογή σχολίων. Οι συμμετέχοντες αξιολογούν τη δραστηριότητα πιο θετικά όταν τους δίνεται ο χώρος να μιλήσουν και να προτείνουν βελτιώσεις. (Tynan, 2022)



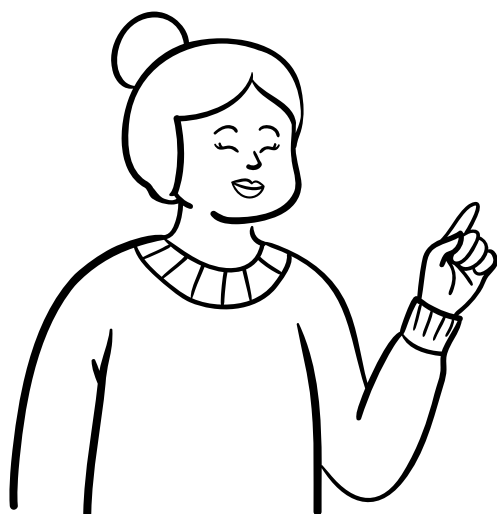
Τι να μην κάνετε

Δραστηριότητα

Περιγραφή

Μην παραλείπετε να ενημερώνετε και να καθοδηγείτε τους συμμετέχοντες	Μην αφήνετε τους συμμετέχοντες χωρίς καθοδήγηση ή πληροφορίες για το τι θα ακολουθήσει.
Μην αγνοείτε την ανάγκη προσαρμογής	Βεβαιωθείτε ότι η συνεδρία είναι χωρίς αποκλεισμούς από κάθε άποψη.
Μην επιμένετε στη χρήση άκαμπτων θεμάτων	Αφήστε περιθώρια ευελιξίας. Ορισμένα θέματα μπορεί να είναι ευαίσθητα και να απαιτούν προσαρμογή.
Μην παραβλέπετε τα σημάδια κόπωσης ή αποσύνδεσης	Παρατηρήστε διακριτικά και επιτρέψτε την προσωρινή αποχώρηση.
Μην κρίνετε	Η εμπειρία πρέπει να είναι μη ανταγωνιστική, μη αξιολογική και σεβαστή.

Η μέθοδος του speed dating μπορεί να λειτουργήσει ως εργαλείο ενδυνάμωσης και μετασχηματιστικής μάθησης μόνο όταν εφαρμόζεται με σεβασμό, συνέπεια και παιδαγωγική φροντίδα.



Βασικές αρχές

Μια σειρά θεμελιωδών αρχών διαδραματίζει σημαντικό ρόλο στην επιτυχή υλοποίηση μιας συνεδρίας speed dating. Αν και δεν έχει εντοπιστεί επαρκής και ακριβής βιβλιογραφία σχετικά με αυτές τις αρχές, το άρθρο «From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education» τις υπονοεί μέσω της εστίασής του στην προσβασιμότητα, τη διεπιστημονικότητα και την ενίσχυση του διαλόγου. Παρακάτω, παρουσιάζουμε πέντε αρχές που εντοπίσαμε και θεωρούμε θεμελιώδεις για να συμπεριληφθούν κατά τη διάρκεια μιας συνεδρίας speed dating:

Ισότητα συμμετοχής

Όλοι οι συμμετέχοντες, ανεξάρτητα από την ηλικία, το φύλο, την εμπειρία ή τον ρόλο τους, αντιμετωπίζονται ως ίσοι συνομιλητές. Η φωνή του καθενός έχει την ίδια αξία.

Ενσυναίσθηση & Ασφάλεια

Το περιβάλλον πρέπει να ενθαρρύνει την έκφραση εμπειριών χωρίς το φόβο της κριτικής. Η δημιουργία ενός ασφαλούς χώρου βασίζεται στην εμπιστοσύνη, τη διακριτικότητα και την αποδοχή.

Ποικιλομορφία και ένταξη

Η μέθοδος πρέπει να προσαρμόζεται ώστε να αντανάκλα τη σύνθεση των συμμετεχόντων: ηλικία, σεξουαλικότητα, πολιτισμικό υπόβαθρο, γλώσσα και σωματικές ικανότητες.

Διαγενεακή Ανταλλαγή

Η ουσία της μεθόδου είναι η ανταλλαγή εμπειριών και αντιλήψεων μεταξύ των γενεών. Δεν πρόκειται για τη διδασκαλία της μιας γενιάς από την άλλη, αλλά για αμοιβαία μάθηση.

Μετασχηματιστική Διάλογος

Ο στόχος δεν είναι απλώς η ανταλλαγή πληροφοριών, αλλά η προώθηση της κατανόησης. Η μάθηση προκύπτει από την ανταλλαγή, όχι μόνο από τη μετάδοση. (Muurlink & Poyatos Matas, 2011)

Γλωσσάριο βασικών όρων



©Aflo Images via Canva.com

Μετασχηματιστικός διάλογος:

Μια διαδικασία στην οποία οι συμμετέχοντες δεν εμπλέκονται απλώς για να μοιραστούν γεγονότα, αλλά για να ακούσουν, να αμφισβητήσουν παραδοχές και να βιώσουν προσωπική αλλαγή μέσω της συζήτησης (Muurlink & Poyatos Matas, 2011)

Διαγενεακή ανταλλαγή:

Αμοιβαία μάθηση μεταξύ ατόμων διαφορετικών ηλικιακών ομάδων,

Ενσυναίσθηση:

Η ικανότητα να κατανοεί και να αισθάνεται κανείς τη συναισθηματική προοπτική των άλλων, ακόμη και όταν έχουν βιώσει διαφορετικές εμπειρίες.

Γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς:

Γλώσσα που σέβεται όλες τις ταυτότητες.

Συμπέρασμα

Η μέθοδος του Speed Dating, που αρχικά σχεδιάστηκε για τη διαπροσωπική γνωριμία, έχει εξελιχθεί σε ένα δυναμικό και ευέλικτο εργαλείο για τη μάθηση, την κοινωνική σύνδεση και τη διαγενεακή ανταλλαγή. Αν αναλογιστούμε την εξέλιξή της, γίνεται σαφές ότι το Speed Dating προσφέρει έναν ισχυρό τρόπο για την ενίσχυση της συμμετοχής και την προώθηση της επικοινωνίας.

Το Speed Dating αναλαμβάνει έναν νέο, μετασχηματιστικό κοινωνικό και εκπαιδευτικό ρόλο στο πλαίσιο του έργου Never Gets Old. Γίνεται ένα χρήσιμο εργαλείο για την ένταξη, την ενδυνάμωση και την εξάλειψη των στερεοτύπων σχετικά με το φύλο και την ηλικία, με τις σωστές τροποποιήσεις και μια προσέγγιση κατανόησης των διαφορών μεταξύ των γενεών, των πολιτισμών και των υφιστάμενων διαφορών.

Αυτή η προσέγγιση μπορεί να αποτελέσει έναν από τους σημαντικότερους τρόπους γεφύρωσης των γενεών, των ιστοριών ζωής και των απόψεων, όταν εφαρμόζεται προσεκτικά και καθοδηγείται από σταθερές αρχές. Με αυτόν τον τρόπο, το speed dating αποτελεί μια νοοτροπία μάθησης και ανθρώπινης σύνδεσης και όχι απλώς μια τεχνική.

Αναφορές

Ackermann, C., Hahne, F., & Rieck, J. (2022). Αντιστοίχιση και προγραμματισμός συνομιλιών μεταξύ φοιτητών και εταιρειών για μια εκδήλωση «speed dating» στον τομέα της πληροφορικής σε πανεπιστήμιο. *Operations Research Forum*, 3(3), Άρθρο 42.

<https://doi.org/10.1007/s43069-022-00144-w>

Laprise, R., & Thivierge, R. L. (2012). Χρήση συνεδριών speed dating για την προώθηση της συνεργασίας στη συνεχιζόμενη διεπιστημονική εκπαίδευση. *Journal of Continuing Education in the Health Professions*, 32(1), 24–30.

Muurlink, O. (2011). Από τον έρωτα στην πυραυλική επιστήμη: Speed dating στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. *Έρευνα και Ανάπτυξη στην Τριτοβάθμια Εκπαίδευση*, 30(3), 343–356.

<https://doi.org/10.1080/07294360.2010.539597>

Tynan, E. (2022). Speed dating για τη δημιουργία ιδεών (Έκθεση). Κέντρο Παιδαγωγικής Καινοτομίας και Ανάπτυξης, Τεχνολογικό Πανεπιστήμιο του Shannon. <https://research.thea.ie/handle/20.500.12065/4137>

<https://research.thea.ie/handle/20.500.12065/4137>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: FREIE ALTENARBEIT GÖTTINGEN E.V. (SARA STRUBE)



«Δεν μιλούσαμε για τη σεξουαλικότητα, ήταν κάπως βρώμικο και, φυσικά, για πολλούς ανθρώπους της ηλικίας μας και μεγαλύτερους, ήταν ακόμα βαθιά ριζωμένο. Έτσι, το πρώτο βήμα είναι πραγματικά το πιο δύσκολο. Να πάμε εκεί και απλά να ξεπεράσουμε αυτό το παλιό πρότυπο. [...] ότι μαθαίνουμε μέσα από τις συναντήσεις ότι δεν είναι τόσο κακό όσο νομίζουμε να μιλάμε για τη σεξουαλικότητα.»

(Συμμετέχων στην ομάδα εστίασης «German Never Gets Old», Μάρτιος 2025)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:

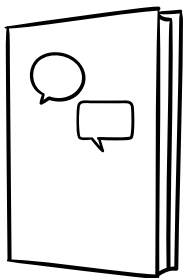
Ανάπτυξη δεξιοτήτων στον σχεδιασμό και την οργάνωση διαγενεακών εκδηλώσεων, συμπεριλαμβανομένου του καθορισμού στόχων, της επιλογής προσβάσιμων χώρων και κατάλληλων ωρών, καθώς και της επικοινωνίας με διαφορετικές ομάδες-στόχους.

Κατανόηση των ρόλων και των μεθόδων διευκόλυνσης, όπως η συντονιστική διαμεσολάβηση, οι δραστηριότητες για το σπάσιμο του πάγου, οι συνεδρίες διαλόγου και η ευέλικτη προσαρμογή στις ανάγκες των συμμετεχόντων.

Ανάδειξη του ρόλου της πολυμορφίας και της συμμετοχικότητας, με στόχο οι εκδηλώσεις να λαμβάνουν υπόψη διαφορετικές ηλικίες, υπόβαθρα, ικανότητες και ταυτότητες, ώστε να δημιουργείται ένα ασφαλές, σεβαστό και εμπλουτιστικό μαθησιακό περιβάλλον.



Εισαγωγή



Η ακόλουθη ενότητα συνδυάζει το θεωρητικό υπόβαθρο των κεφαλαίων 1 και 2 και τις μεθοδολογικές αρχές των κεφαλαίων 3 και 4 σε έναν συνοπτικό οδηγό εργαστηρίου που θα επιτρέψει στους αναγνώστες να υλοποιήσουν τις συνενδρίες διαγενεακού διαλόγου εύκολα και με σαφήνεια. Το κεφάλαιο 6 παρουσιάζει ένα πρότυπο διαδικασίας για την αξιολόγηση των επιπτώσεων, από την προετοιμασία και την υλοποίηση έως την παρακολούθηση και τον αναστοχασμό.

Προγραμματισμός της εκδήλωσης

Οι υπεύθυνοι του εργαστηρίου θα πρέπει να εξοικειωθούν με το θέμα πριν από τις εκδηλώσεις, και τα κεφάλαια αυτού του οδηγού παρέχουν μια καλή βάση για αυτό. Επιπλέον, υπάρχουν και άλλες πρακτικές πτυχές του σχεδιασμού, όπως η επικοινωνία με τις ομάδες-στόχους, οι οποίες συζητούνται παρακάτω.

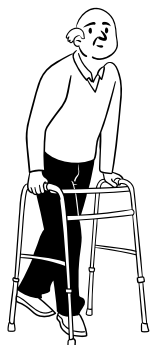
Διευκρίνιση των προσδοκιών και προσαρμογή της εκδήλωσης

Οι διαγενεακές εκδηλώσεις στοχεύουν να επιτρέψουν στις γενιές να μάθουν η μία από την άλλη: Η ανταλλαγή απόψεων και εμπειριών, ο διάλογος και η προσωπική επαφή είναι επομένως οι κεντρικοί στόχοι. Η εκδήλωση θα πρέπει επίσης να παρέχει την ευκαιρία να συνυπάρχουν διαφορετικές απόψεις. Ένα μαθησιακό αποτέλεσμα επιτυγχάνεται όταν δεν υπάρχει προσπάθεια να πεισθεί ο άλλος σε μια συζήτηση, αλλά όταν η άλλη πλευρά μπορεί να κατανοήσει πώς ο συνομιλητής κατέληξε στην άποψή του μέσω των βιογραφικών του εμπειριών, χωρίς να χρειάζεται να τη μοιραστεί ο ίδιος. Ανάλογα με το πλαίσιο και την κατάσταση, μπορεί να είναι σκόπιμο οι συντονιστές του εργαστηρίου να προσαρμόσουν τη διαδικασία στις συγκεκριμένες ανάγκες και τους στόχους τους. Οι κατευθυντήριες γραμμές παρέχουν έτσι ένα βασικό πλαίσιο που μπορεί να τροποποιηθεί ανάλογα με τις ανάγκες, ώστε να ταιριάζει καλύτερα στους συμμετέχοντες. Για παράδειγμα, το περιεχόμενο των ερωτήσεων μπορεί να προσαρμοστεί έτσι ώστε να ταιριάζει με τον καθορισμένο στόχο των συζητήσεων και τις προηγούμενες γνώσεις των συμμετεχόντων. Για παράδειγμα, εάν μια διαγενεακή συζήτηση λαμβάνει χώρα σε ένα πιο συντηρητικό περιβάλλον, το θέμα θα πρέπει να εισαχθεί με μεγαλύτερη προσοχή από ό,τι εάν η εκδήλωση πραγματοποιείται σε σχολή νοσηλευτικής ή σε κέντρο ΛΟΑΤΚΙ, όπου οι συμμετέχοντες διαθέτουν ήδη υψηλότερο βαθμό ανοιχτότητας και προηγούμενες γνώσεις.

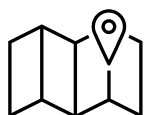


Λάβετε υπόψη το πλαίσιο της εκδήλωσής σας και τις ανάγκες των συμμετεχόντων και προσαρμόστε τις ερωτήσεις και τις μεθόδους α-

Επιλογή τόπου και χρόνου



Ο τόπος και ο χρόνος της εκδήλωσης έχουν μεγάλη σημασία, καθώς επηρεάζουν άμεσα την προσβασιμότητα και τη διάθεση για συμμετοχή. Για να διασφαλιστεί ότι θα μπορέσουν να παρευρεθούν όσο το δυνατόν περισσότερα άτομα, συνιστούμε να τηρούνται, στο μέτρο του δυνατού, τα ακόλουθα βασικά σημεία:



Τόπος: Ο τόπος πρέπει να είναι κεντρικά προσβάσιμος και, ιδανικά, να διαθέτει καλές συνδέσεις με τα μέσα μαζικής μεταφοράς. Πρέπει να προτιμώνται χώροι χωρίς εμπόδια, προσβάσιμοι με αναπηρικό αμαξίδιο ή περιπατητήρα.

Πρέπει να υπάρχουν τουαλέτες χωρίς εμπόδια, διότι ακόμη και αν ένας χώρος είναι θεωρητικά προσβάσιμος για ένα άτομο σε αναπηρικό αμαξίδιο, η έλλειψη κατάλληλων εγκαταστάσεων υγιεινής καθιστά δύσκολη ή ακόμη και αδύνατη τη συμμετοχή χωρίς άγχος. Ο χώρος θα πρέπει επίσης να είναι ελκυστικά διαμορφωμένος και να προσφέρει ένα ήσυχο περιβάλλον στο οποίο μπορούν να διεξαχθούν καλά οι εμπιστευτικές συνομιλίες. Συνιστάται να προσφέρονται μικρά αναψυκτικά, όπως ποτά και σνακ.



Ωρα: Κατά την επιλογή της ώρας διεξαγωγής της εκδήλωσης, πρέπει να λαμβάνονται υπόψη οι δυνατότητες των ομάδων-στόχων και να επιλέγεται το χρονικό διάστημα που είναι πιο πιθανό να τους επιτρέψει να συμμετάσχουν. Πρέπει να ληφθούν υπόψη οι συγκεκριμένες για κάθε χώρα και πολιτισμικές συνήθειες· για παράδειγμα,

η ομάδα-στόχος στην Πορτογαλία τείνει να συμμετέχει σε εκδηλώσεις κατά τη διάρκεια των ωρών εργασίας της το πρωί, προκειμένου να έχει χρόνο για τις οικογένειές της το βράδυ. Στο γερμανικό πλαίσιο, αυτό τείνει να είναι το αντίθετο· οι εργαζόμενοι τείνουν να παρευρίσκονται σε εκδηλώσεις το βράδυ, επειδή συχνά δεν μπορούν να παρευρεθούν σε αυτές κατά τη διάρκεια των ωρών εργασίας τους. Δεδομένου ότι ο οδηγός απευθύνεται επίσης σε νέους επαγγελματίες που ενδέχεται να βρίσκονται ακόμη σε εκπαίδευση και να περνούν το πρώτο μισό της ημέρας στο εκπαιδευτικό τους κέντρο, είναι καλή ιδέα να επιλεγεί μια ημερομηνία νωρίς το βράδυ, η οποία μπορεί να συνδυαστεί με ένα κοινό δείπνο. Τα σαββατοκύριακα, μια εκδήλωση μπορεί να πραγματοποιηθεί το απόγευμα, ενδεχομένως σε συνδυασμό με καφέ και γλυκό. Εάν υπάρχουν ήδη πολλοί ενδιαφερόμενοι, η ώρα μπορεί να καθοριστεί σε διάλογο με τους συμμετέχοντες. Οι μεγαλύτεροι σε ηλικία συμμετέχοντες είναι πιθανώς κυρίως συνταξιούχοι, αλλά μπορεί να έχουν ακόμα άλλες υποχρεώσεις ή να εργάζονται ακόμα. Στο γερμανικό πλαίσιο, συνιστάται επομένως να επιλέξετε μια ημερομηνία νωρίς το βράδυ ή μετά από συγκεκριμένη συνεννόηση με τους συμμετέχοντες. Ωστόσο, ανάλογα με τις συνήθειες της κάθε χώρας, ένα ραντεβού το πρωί μπορεί επίσης να αποδειχθεί πιο ευνοϊκό.

Συμβουλές για τον τόπο και την ημερομηνία	
Επιλογή τοποθεσίας	- Εξασφαλίστε καλή προσβασιμότητα και συνδέσεις με τα μέσα μαζικής μεταφοράς - Προτιμήστε χώρους χωρίς εμπόδια που επιτρέπουν τη συμμετοχή ατόμων με βοηθήματα όπως αναπηρικά αμαξίδια και περιπατητήρες - Διαμορφώστε τον χώρο με ελκυστικό τρόπο και εξασφαλίστε ένα ήσυχο περιβάλλον - Βεβαιωθείτε ότι η θερμοκρασία του χώρου είναι άνετη - Παρέχετε αναψυκτικά, όπως ποτά και σνακ
Επιλογή ημερομηνίας	- Λάβετε υπόψη το διαθέσιμο χρόνο της ομάδας-στόχου σας – πότε είναι πιο πιθανό να έχουν ελεύθερο χρόνο; - Τις εργάσιμες ημέρες, προτιμήστε ραντεβού νωρίς το απόγευμα, εάν οι εργαζόμενοι δεν έχουν άδεια να παρευρεθούν στην εκδήλωση κατά τη διάρκεια των ωρών εργασίας τους. Εάν έχουν άδεια, είναι επίσης δυνατά ραντεβού το πρωί - Ενδεχομένως, συνδυάστε την εκδήλωση με ένα κοινό γεύμα

- Ανακοινώστε την ημερομηνία όσο το δυνατόν νωρίτερα, ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να εγγραφούν έγκαιρα και να προγραμματίσουν οι ίδιοι τη συμμετοχή τους

Επικοινωνία με τις ομάδες-στόχους

Σκεφτείτε από νωρίς ποιον θέλετε να προσεγγίσετε και συλλέξτε στοιχεία επικοινωνίας για τις ομάδες-στόχους σας. Μπορείτε να το κάνετε αυτό με προσωπικές επαφές και αναρτήσεις ανακοινώσεων, αλλά και επικοινωνώντας σκόπιμα με ενώσεις και υπάρχουσες ομάδες και εμπλέκοντας τοπικά δίκτυα. Για παράδειγμα, αν στην περιοχή σας υπάρχει ήδη κέντρο για άτομα LGBTIQ+, σχολή νοσηλευτικής ή σημεία συνάντησης διαγενεακών ομάδων, αξίζει να επικοινωνήσετε μαζί τους. Όσον αφορά τη συνέχιση του έργου, είναι επίσης χρήσιμο να επικοινωνήσετε από νωρίς με σχετικές ομάδες που ενδιαφέρονται για τους στόχους του έργου και θα μπορούσαν να συνεχίσουν να χρησιμοποιούν τα υλικά ανεξάρτητα μετά το πέρας του.



Χρησιμοποιήστε επίσης διάφορους τρόπους για να δημοσιοποιήσετε το αίτημά σας. Ακόμα κι αν όλο και περισσότεροι ηλικιωμένοι χρησιμοποιούν μέσα κοινωνικής δικτύωσης όπως το Instagram, οι περισσότεροι χρήστες εκεί ανήκουν στη νεότερη γενιά. Για παράδειγμα, εκτυπώστε το αίτημά σας ως φυλλάδιο, καλέστε προσωπικά ομάδες

και οργανώσεις ή δημοσιεύστε μια αγγελία στην εφημερίδα. Προσπαθήστε επίσης να συμπεριλάβετε διαφορετικές οπτικές γωνίες και ομάδες ανθρώπων, όπως άτομα με διαφορετικά επίπεδα εκπαίδευσης, καθώς η ποικιλομορφία των οπτικών γωνιών εμπλουτίζει το υλικό του έργου μας, συμβάλλει στη διαμόρφωση μιας ολοκληρωμένης συνολικής εικόνας και απευθύνεται σε ένα ευρύ κοινό, ανταποκρινόμενη στην πραγματικότητα της ζωής του. Προσαρμόστε την εξήγησή σας για την εκδήλωση στη συγκεκριμένη ομάδα-στόχο, έτσι ώστε να είναι εξίσου κατανοητή από άτομα με διαφορετικά επίπεδα προηγούμενης γνώσης. Εάν είναι δυνατόν, να είστε ανοιχτοί στο γεγονός ότι ορισμένοι ηλικιωμένοι μπορεί να μην χρησιμοποιούν διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου. Προσφέρετε σε αυτά τα άτομα την ευκαιρία να λάβουν πληροφορίες μέσω τηλεφώνου ή ταχυδρομείου. Για το σκοπό αυτό, μπορεί να είναι χρήσιμο να δημιουργήσετε έναν κατάλογο επαφών σε πρώιμο στάδιο, ώστε να έχετε μια συνολική εικόνα.

Συμβουλές για την εύρεση συμμετεχόντων

Καθορίστε τις ομάδες-στόχους σας και επικοινωνήστε μαζί τους με τον κατάλληλο τρόπο. Χρησιμοποιήστε κατάλληλες μορφές επικοινωνίας.

Χρησιμοποιήστε το τοπικό σας δίκτυο για να προσεγγίσετε την ομάδα-στόχο σας, για παράδειγμα επικοινωνώντας με μια σχολή νοσηλευτικής, ένα κέντρο για ηλικιωμένους, ένα εκπαιδευτικό κέντρο ή μια ένωση LSTBIQ+. Αυτή η συλλογή ενδιαφερομένων θα σας είναι χρήσιμη αργότερα, όταν θα συγκεντρώνετε τα αποτελέσματα του έργου.

Λάβετε υπόψη τη διαφορετικότητα στις αιτήσεις επικοινωνίας σας. Το έργο ωφελείται όταν συναντώνται άτομα από διαφορετικά υπόβαθρα.

Τηρήστε έναν κατάλογο επαφών για να έχετε μια συνολική εικόνα και να μπορείτε να στέλνετε γρήγορα πληροφορίες σχετικά με την εκδήλωση ή το έργο σε όσους ενδιαφέρονται.

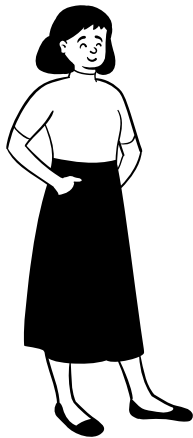
Καθορισμός συντονισμού και ανάθεση ρόλων



Η καλή συντονιστική διαχείριση είναι σημαντική για την επιτυχία μιας εκδήλωσης. Πριν από τη διεξαγωγή των συνεδριών IDS, ανατίθενται σταθεροί ρόλοι συντονισμού για τη διαμόρφωση της εκδήλωσης. Ο συντονισμός μπορεί να πραγματοποιηθεί από ένα ή περισσότερα άτομα. Είναι σημαντικό να ανατεθούν τα καθήκοντα εκ των προτέρων, ώστε να μην

υπάρχει σύγχυση κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης. Ο συντονιστής δεν συμμετέχει στις συζητήσεις, αλλά φροντίζει για το εξωτερικό πλαίσιο και τη δομή. Παρουσιάζει τα βασικά ερωτήματα, παρακολουθεί τον χρόνο και καλωσορίζει και αποχαιρετά τους συμμετέχοντες. Ο συντονιστής πρέπει να έχει μια αμερόληπτη και ανοιχτή στάση απέναντι στα θέματα της σεξουαλικής και έμφυλης ποικιλομορφίας στην τρίτη ηλικία και να επιδιώκει ανοιχτές συζητήσεις, προσκαλώντας αλλαγές προοπτικής και αναστοχασμό.

Ο Wiedemann (2024) συνιστά στους συντονιστές να δίνουν προσοχή σε τρεις πτυχές της διαγενεακής μάθησης:



1. Αναστοχαστείτε τον δικό σας ρόλο

Αφήστε κατά μέρος τη δική σας γενεαλογική καταγωγή και υιοθετήστε μια ουδέτερη στάση μεταξύ των γενεών.

2. Ευελιξία

Λάβετε υπόψη τις ανάγκες και τις ιδέες των διαφόρων γενεών και επιδιώξτε να επιτευχθούν συμβιβασμοί.

3. Χρησιμοποιήστε τους δικούς σας πόρους

Ανταλλάξτε ιδέες με τους συναδέλφους σας για να παρουσιάσετε τις δικές σας μεθόδους και να αξιοποιήσετε τις δικές σας εμπειρίες με διαφορετικές γενιές

Πρόγραμμα της εκδήλωσης

Μέθοδοι για να σπάσει ο πάγος

Μια ατμόσφαιρα εμπιστοσύνης και σεβασμού είναι σημαντική για την επιτυχία της Συνεδρίας Διαγενεακού Διαλόγου. Για παράδειγμα, θα πρέπει να υπάρχει αρκετός χρόνος για να φτάσουν οι συμμετέχοντες και να γνωριστούν μεταξύ τους. Πριν από την πραγματική ανταλλαγή περιεχομένου σε ζεύγη, είναι προτιμότερο να πραγματοποιηθεί μια χαλαρή δραστηριότητα γνωριμίας. Παρακάτω δίνονται δύο παραδείγματα· μπορούν επίσης να χρησιμοποιηθούν και άλλες μέθοδοι για να διευκολυνθεί μια δυναμική εισαγωγή. Οι μέθοδοι που παρουσιάζονται εδώ προέρχονται από τη δημοσίευση «Generations learn together» (Scheunpflug et al., 2009) και έχουν προσαρμοστεί στο πλαίσιο της μεθοδολογίας IDS.

Το πρώτο παράδειγμα μεθόδου για το σπάσιμο του πάγου είναι: «Εισαγωγή με αντικείμενα»





Το δεύτερο παράδειγμα είναι «Σύμβολα γενεών»

Μέθοδος	«Εισαγωγή με αντικείμενα»
Δυνατότητες	Η χρήση αντικειμένων μπορεί να διευκολύνει την έναρξη μιας θεματικής ενότητας ή μιας ομαδικής φάσης και να παρακινήσει όλους τους συμμετέχοντες να συνεισφέρουν προσωπικά
Ιστορικό	Η έναρξη με αντικείμενα δίνει σε όλους τους συμμετέχοντες την ευκαιρία να εκφραστούν σχετικά με το αντικείμενό τους. Τα αντικείμενα συχνά διεγείρουν συνειρμούς και μπορούν επομένως να προωθήσουν διαδικασίες διαλόγου. Αυτό είναι σημαντικό, καθώς η μία ομάδα, σε διαγενεακά πλαίσια συνήθως η νεότερη ή η μεγαλύτερη σε ηλικία ομάδα, είναι αριθμητικά ανώτερη από την άλλη. Μια τέτοια κυριαρχία μιας ομάδας μπορεί να παρατηρηθεί, για παράδειγμα, στις συνεισφορές που γίνονται. Οι εισαγωγικές μέθοδοι που χρησιμοποιούν αντικείμενα δίνουν τη δυνατότητα σε όλους τους συμμετέχοντες να χρησιμοποιήσουν αυτά τα αντικείμενα για να αναστοχαστούν και να εκφράσουν τις ιδέες και τις προηγούμενες εμπειρίες τους σχετικά με το θέμα που εξετάζεται. Μπορούν να επιλεγούν αντικείμενα και σύμβολα που σχετίζονται με το θέμα της σεξουαλικότητας, του φύλου και της διαφορετικότητας, αλλά μπορούν επίσης να επιλεγούν και πιο γενικά αντικείμενα, επιτρέποντας στην ομάδα να γνωριστεί μεταξύ της ανεξάρτητα από το θέμα του έργου.
Διαδικασία	<u>Προετοιμασία:</u> Τα αντικείμενα τοποθετούνται στο κέντρο της ομάδας, για παράδειγμα στη μέση του κύκλου των καρεκλών ή του τραπεζιού. Μπορεί να είναι αντικείμενα καθημερινής χρήσης ή εικόνες, φωτογραφίες, καρτ-ποστάλ, σύμβολα ή κάρτες με ρητά ή αποσπάσματα. <u>Υλοποίηση:</u> Οι συμμετέχοντες επιλέγουν αυθόρμητα ένα αντικείμενο που θεωρούν ότι ταιριάζει καλύτερα στο θέμα ή στην ερώτηση, που μπορούν να χρησιμοποιήσουν για να εκφράσουν κάτι, για να επικοινωνήσουν τις εμπειρίες και τις προσδοκίες τους ή που τους θυμίζει κάτι. Μόλις όλοι οι συμμετέχοντες επιλέξουν ένα αντικείμενο, εξηγούν με τη σειρά τους γιατί επέλεξαν αυτό το συγκεκριμένο αντικείμενο, τι συνδέουν με αυτό και τι σχέση έχει με το κοινό θέμα. Εάν περισσότεροι από ένας συμμετέχοντες θέλουν να πάρουν ένα αντικείμενο, μπορούν να μιλήσουν για αυτό ο ένας μετά τον άλλο.

Παραδείγματα	 • «Πείτε με μία πρόταση γιατί επιλέξατε αυτό το αντικείμενο.» • «Χρησιμοποιώντας το αντικείμενο που επιλέξατε, πείτε μας κάτι για το πού έρχεστε σε επαφή με άλλες γενιές και τι συνδέετε με αυτό.» Η μέθοδος μπορεί επίσης να χρησιμοποιηθεί ως μέθοδος αναστοχασμού ή, χρησιμοποιώντας ιστορικές φωτογραφίες ή καρτέλες με ιστορικά γεγονότα ή ημερομηνίες, ως εισαγωγή σε βιογραφικές μαθησιακές διαδικασίες.
Αριθμός συμμετεχόντων	Μπορεί να οργανωθεί με ευελιξία. Για ομάδες άνω των 16 ατόμων, η ανταλλαγή θα πρέπει να πραγματοποιείται σε μικρές ομάδες.
Χρονικό πλαίσιο	Ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας και την ερώτηση, περίπου 20 - 40 λεπτά
Υλικό	Τα ακόλουθα αντικείμενα μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως ερεθιστικό και ποικίλο υλικό: • συλλογή καρτ-ποστάλ • αντικείμενα με συμβολικό χαρακτήρα • αντικείμενα από τη φύση • αντικείμενα από το συνεδριακό κέντρο • συγκεντρωμένα ρητά σε κάρτες
Άλλες συμβουλές και υποδείξεις	Οι συνεδρίες αφήγησης που διαρκούν πολύ μπορεί να είναι κουραστικές. Αν η συνεδρία αφήγησης διαρκέσει πολύ, είναι καλή ιδέα να την διακόψετε με ασκήσεις χαλάρωσης.

Μέθοδος	«Σύμβολα γενεών»
Δυνατότητες	Τα σύμβολα γενεών επιτρέπουν μια προσωπική, συναισθηματική προσέγγιση του θέματος των γενεών.
Ιστορικό	Η ταύτιση με μια γενιά – ειδικά μια ιστορική και κοινωνική γενιά – πραγματοποιείται επίσης μέσω αντικειμένων που χρησιμοποιούνται εντός μιας γενιάς για ταύτιση και στα οποία έχει αποδοθεί ή αποδίδεται με την πάροδο του χρόνου ένας συλλογικός ή ατομικός συμβολικός χαρακτήρας (π.χ. στη Γερμανία, τραπέζια σε σχήμα νεφρού, φόρμες εργασίας, αυτοκόλλητα κατά της πυρηνικής ενέργειας, iPod). Τα αντικείμενα που επιλέγουν οι ίδιοι οι συμμετέχοντες έχουν υψηλή συναισθηματική αξία και αναγνωρισιμότητα ως σύμβολα γενιάς. Σε διαγενεακές ομάδες, διευκολύνουν τον καθένα να εντοπίσει τη θέση του σε μια γενιά και να μιλήσει γι' αυτήν. Ο παιχνιδιάρικος τρόπος με τον οποίο χρησιμοποιούνται συνήθως δημιουργεί επίσης μεγάλη διασκέδαση στην ομάδα.
Διαδικασία	<u>Προετοιμασία:</u> Ζητείται εκ των προτέρων από τους συμμετέχοντες να φέρουν μαζί τους ένα αντικείμενο που συμβολίζει τη γενιά τους. Η άσκηση δεν καθορίζει από ποια φάση της ζωής των συμμετεχόντων προέρχεται αυτό το αντικείμενο, καθώς η επιλογή ενός μεμονωμένου αντικειμένου είναι πάντα υποκειμενική και εντελώς περιοριστική.

	<u>Υλοποίηση:</u> Οι συμμετέχοντες τοποθετούν τα αντικείμενα της γενιάς τους που έχουν φέρει μαζί τους στο πάτωμα ή στο τραπέζι του δωματίου. Μετά από μια σύντομη ευκαιρία να εξετάσουν αυτά τα αντικείμενα, ξεκινά η συζήτηση σχετικά με τα σύμβολα και τις σημασίες τους. Εάν το μέγεθος της ομάδας είναι πολύ μεγάλο για μια κοινή συζήτηση, τα αντικείμενα μπορούν να ομαδοποιηθούν ώστε να σχηματιστούν μικρές ομάδες για τη συζήτηση. Η συζήτηση μπορεί να δομηθεί με την εισαγωγή καθοδηγητικών ερωτήσεων.
Παραδείγματα	Βασικές ερωτήσεις για την παρουσίαση των αντικειμένων σε ολομέλεια, καθώς και καθώς και για την ανταλλαγή απόψεων στις μικρές ομάδες: • «Έφερα αυτό το αντικείμενο επειδή...» • «Προσωπικά το συνδέω με...» • «Αυτό αντιπροσωπεύει τη γενιά μου επειδή...»
Αριθμός συμμετεχόντων	Μπορεί να οργανωθεί με ευελιξία. Για ομάδες άνω των 16 ατόμων, η ανταλλαγή απόψεων θα πρέπει να πραγματοποιείται σε μικρές ομάδες.
Χρονικό πλαίσιο	Περίπου 20 - 40 λεπτά, ανάλογα με το μέγεθος της ομάδας
Υλικό	Τα αντικείμενα που έχουν φέρει μαζί τους
Άλλες συμβουλές και υποδείξεις	Οι συνεδρίες αφήγησης που διαρκούν πολύ μπορεί να είναι κουραστικές. Εάν η συνεδρία αφήγησης διαρκέσει πολύ, είναι καλή ιδέα να την διακόψετε με ασκήσεις χαλάρωσης.



Κύρια δραστηριότητα: Συνεδρία διαγενεακού διαλόγου



Πριν από τη διεξαγωγή των διαλόγων, συνιστάται να διαβάσετε προσεκτικά τις βασικές αρχές και συστάσεις του Κεφαλαίου 4 «Προσέγγιση Speed-Dating και βασικές αρχές», ώστε να τις χρησιμοποιήσετε ως συμπλήρωμα των πρακτικών οδηγιών που παρουσιάζονται εδώ.

Μέθοδος	«Συνεδρία διαγενεακού διαλόγου»
Δυνατότητες	Η μέθοδος επιτρέπει τον προσωπικό διάλογο μεταξύ μελών διαφορετικών γενεών σχετικά με ένα ευρύ φάσμα θεμάτων. Οι συμμετέχοντες γνωρίζονται μεταξύ τους σε πιο προσωπικό επίπεδο.

Ιστορικό	Όπως περιγράφεται στο κεφάλαιο 4, η μέθοδος του speed dating έχει εξελιχθεί σε ένα καινοτόμο εκπαιδευτικό εργαλείο. Στο πλαίσιο του έργου «Never Gets Old», η μέθοδος προάγει τον διάλογο, την ενσυναίσθηση και τις διαγενεακές σχέσεις, ιδίως όσον αφορά το φύλο, τη σεξουαλικότητα και την ηλικία. Στόχος είναι να υποστηριχθούν οι συμμετέχοντες σε συνεδρίες διαγενεακού διαλόγου. Διευκολύνει τις δύσκολες συζητήσεις και προάγει ένα περιβάλλον μάθησης χωρίς αποκλεισμούς, παρέχοντας την ευκαιρία σε όλους τους συμμετέχοντες να εκφραστούν και εστιάζοντας στην ανταλλαγή απόψεων και στην υιοθέτηση διαφορετικών οπτικών γωνιών.
Διαδικασία	<u>Προετοιμασία:</u> Η διάταξη των καθισμάτων στην αίθουσα προετοιμάζεται έτσι ώστε όλοι να κάθονται ο ένας απέναντι στον άλλο. Αυτό μπορεί να γίνει με διάφορους τρόπους, για παράδειγμα 1. Δημιουργείται ένας εσωτερικός και ένας εξωτερικός κύκλος με καρέκλες 2. Δύο άτομα κάθονται το ένα απέναντι από το άλλο σε ένα μακρύ τραπέζι 3. Ζεύγη καρεκλών τοποθετούνται γύρω από την αίθουσα <u>Υλοποίηση:</u> Οι ομιλητές θέτουν μια ερώτηση στην ομάδα και τα ζευγάρια έχουν στη συνέχεια 5-10 λεπτά για να τη συζητήσουν. Ανάλογα με την πολυπλοκότητα της ερώτησης ή την ανάγκη για εκ των προτέρων διευκρίνιση όρων, ο χρόνος μπορεί επίσης να παραταθεί ώστε να επιτραπεί η διεξαγωγή καλών συζητήσεων. Η λήξη του χρόνου σηματοδοτείται με ένα σήμα, όπως ένα κουδούνι. Στη συνέχεια, ένα από τα δύο άτομα αλλάζει θέση σε απόκριση ενός σήματος, ενώ το άλλο παραμένει στη θέση του. Θα πρέπει να καθοριστεί εκ των προτέρων ποιοι θα αλλάξουν θέση, προκειμένου να διατηρηθεί η ανάμειξη των γενεών. Για παράδειγμα, συνιστάται οι νεότεροι να αλλάζουν θέσεις, ενώ οι μεγαλύτεροι σε ηλικία να παραμένουν στις θέσεις τους. Η συνεδρία μπορεί να ολοκληρωθεί μετά από έναν καθορισμένο αριθμό ερωτήσεων ή όταν τα άτομα που έχουν αλλάξει θέση επιστρέψουν στους αρχικούς συνομιλητές τους. Στη συνέχεια, μπορεί να προστεθεί ένα σύντομο τμήμα ολοκλήρωσης, στο οποίο δίνεται λίγος χρόνος σε αυτό το ζευγάρι για να συζητήσει τις εντυπώσεις και τα συναισθήματά του στο τέλος της δραστηριότητας.
Αριθμός συμμετεχόντων	Μέγιστος αριθμός 20 συμμετεχόντων, ώστε να μπορούν να σχηματιστούν 10 ζεύγη
Χρονικό πλαίσιο	Ανάλογα με τον αριθμό των ερωτήσεων που θα τεθούν, περίπου 30 έως 60 λεπτά ή περισσότερο, αν θέλετε να επιτρέψετε έναν πιο αργό ρυθμό και μεγαλύτερη εμβάθυνση.
Υλικό	• Προετοιμασμένες ερωτήσεις, επίσης σε οπτική μορφή • Κουδούνι • Καρέκλες και τραπέζια, αν χρειαστεί • Ποτά και σνακ
Άλλες συμβουλές και υποδείξεις	• Οι ερωτήσεις θα πρέπει επίσης να απεικονίζονται, για παράδειγμα σε μια παρουσίαση ή να εκτυπώνονται και να αριθμούνται στα τραπέζια. Αυτό διευκολύνει, ειδικά τα άτομα με προβλήματα ακοής, να κατανοήσουν γρήγορα τις ερωτήσεις. Επιπλέον, βεβαιωθείτε ότι υπάρχει αρκετός χώρος μεταξύ των

	ζευγαριών καρεκλών, ώστε οι συμμετέχοντες να μπορούν να κατανοούν ο ένας τον άλλον καλά, παρά το επίπεδο της έντασης του ήχου. • Βεβαιωθείτε ότι η κινητικότητα δεν συνδέεται απαραίτητα με την ηλικία. Οι νεότεροι άνθρωποι μπορεί επίσης να έχουν περιορισμένη κινητικότητα, οπότε συνιστάται οι ηλικιωμένοι να προχωρήσουν. • Εάν ο αριθμός των συμμετεχόντων δεν είναι ζυγός, η συζήτηση μπορεί να πραγματοποιηθεί και σε ομάδες των τριών, με δύο συμμετέχοντες να παραμένουν πάντα μαζί. • Βεβαιωθείτε ότι ο όρος «διαγενεακός» δεν σημαίνει πάντα πολύ ηλικιωμένος και πολύ νέος, καθώς ακόμη και ένα ζευγάρι διαλόγου στο οποίο το ένα άτομο είναι 80 ετών και το άλλο 50 αποτελεί διαγενεακό ζευγάρι. • Πιθανή παραλλαγή: Εάν θέλετε, μπορείτε να διατηρήσετε το ίδιο ζευγάρι για δύο ή περισσότερες συνεχόμενες ερωτήσεις, ώστε να επιτρέψετε μια πιο βαθιά συζήτηση • Προβλέψτε σύντομα διαλείμματα μετά από κάθε δύο ερωτήσεις
--	---

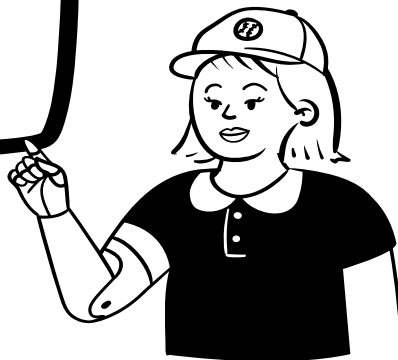
Ολοκλήρωση της εκδήλωσης

Τέλος, θα πρέπει να προγραμματιστεί χρόνος για μεθόδους αναστοχασμού και ανατροφοδότηση. Όπως περιγράφεται λεπτομερώς στο Κεφάλαιο έξι, αυτό περιλαμβάνει μια ευκαιρία αναστοχασμού για τους συμμετέχοντες κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης και την ευκαιρία αναστοχασμού και απολογισμού για τους συντονιστές του εργαστηρίου μετά την εκδήλωση. Το Κεφάλαιο έξι παραθέτει συγκεκριμένες μεθόδους και συστάσεις που μπορούν να εφαρμοστούν με ολόκληρη την ομάδα αμέσως μετά.

Να θυμάστε:

Όλα αυτά είναι απλώς ένας οδηγός: Εσείς γνωρίζετε καλύτερα την ομάδα σας!

Μη διστάσετε να προσαρμόσετε το χρόνο, τον χώρο και τις ερωτήσεις ώστε να ταιριάζουν στην ομάδα-στόχο σας!



Παραδείγματα ερωτήσεων για συνεδρίες ID



Η συλλογή αυτών των ερωτήσεων προέρχεται από τις ομάδες εστίασης του έργου Never Gets Old. **Φυσικά, μπορείτε να σκεφτείτε και τις δικές σας ερωτήσεις.** Μπορείτε να προσθέσετε μια συμπληρωματική ερώτηση από το κεφάλαιο 3, εάν θέλετε να δώσετε μεγαλύτερη έμφαση στην αλλαγή προοπτικής και έχετε τον απαραίτητο χρόνο.

Επίπεδα πολυπλοκότητας

- **Προσβάσιμο:** Εύκολο να απαντηθεί· κατάλληλο για την έναρξη μιας συνεδρίας ή για να ζεστάνει την ομάδα
- **Μέτρια:** Απαιτεί κάποια σκέψη· κατάλληλη όταν η ομάδα έχει χαλαρώσει
- **Βαθύτερο:** Πιο προσωπικό ή σύνθετο· ιδανικό για ομάδες που έχουν ήδη δημιουργηθεί ή προς το τέλος μιας συνεδρίας

Προσωπικές απόψεις για τη γήρανση και την εικόνα του εαυτού

Τι σημαίνει για εσάς προσωπικά το «να γερνάτε»;	• Προσιτό
Ποιο είναι ένα πράγμα που σας αρέσει στην ηλικία που έχετε τώρα;	• Προσβάσιμο
Όταν σκέφτεστε την ηλικία σας, για τι είστε πιο ευγνώμονες;	• Προσβάσιμο
Υπάρχει κάτι που μπορείς να κάνεις τώρα και δεν μπορούσες να κάνεις σε μικρότερη ηλικία;	• Προσβάσιμο
Τι σας βοήθησε να νιώσετε πιο σίγουροι ή περήφανοι για τον εαυτό σας;	• Προσβάσιμο
Υπήρξε κάποια στιγμή στη ζωή σας που άλλαξε τον τρόπο με τον οποίο βλέπετε τον εαυτό σας;	• Μέτρια
Πώς νομίζεις ότι θα είναι το να γερνάς; Έχεις κάνει κάποια σχέδια για αυτό;	• Μέτρια

Πώς φανταζόσασταν ότι θα ήταν το να γερνάτε όταν ήσασταν νεότεροι; Πώς συγκρίνεται η πραγματικότητα με αυτό;	• Μέτρια
Αν μπορούσατε να δώσετε μια συμβουλή για το πώς να αποδεχτείτε τον εαυτό σας όπως είναι, ποια θα ήταν αυτή;	• Μέτρια
Γιατί πιστεύετε ότι ορισμένοι άνθρωποι φοβούνται να γερνούν και τι θα μπορούσε να βοηθήσει να αλλάξει αυτό;	• Βαθύτερη

Διαγενεακός διάλογος και εμπειρίες

Τι έχετε μάθει από κάποιον πολύ μεγαλύτερο ή μικρότερο από εσάς;	• Προσβάσιμο
Έχετε δει ποτέ κάποιον να αντιμετωπίζεται διαφορετικά λόγω της ηλικίας του; Τι συνέβη;	• Προσβάσιμο
Έχεις αλλάξει ποτέ γνώμη για κάτι μετά από συζήτηση με κάποιον από άλλη γενιά;	• Προσβάσιμο
Ποιο είναι το ένα πράγμα που θα θέλατε να καταλάβει μια άλλη γενιά για τη δική σας;	• Προσβάσιμο
Η Μαρία (22) λέει ότι οι μεγαλύτεροι της λένε συχνά ότι είναι πολύ νέα για να ξέρει τι θέλει. Τι πιστεύετε γι' αυτό;	• Μέτρια
Αν οι παππούδες ή οι γονείς σας ήταν στην ηλικία σας σήμερα, πώς νομίζετε ότι θα ένιωθαν για τις εκδηλώσεις του Pride ή τη διαφορετικότητα των φύλων;	• Μέτρια
Φανταστείτε ότι οργανώνετε μια κοινοτική εκδήλωση για άτομα όλων των ηλικιών. Τι θα έπρεπε να λάβετε υπόψη ώστε όλοι να νιώθουν ευπρόσδεκτοι;	• Μέτρια
Με ποιους τρόπους οι προκλήσεις που αντιμετωπίζουν οι ηλικιωμένοι και οι νεότεροι LGBTQ+ άνθρωποι είναι παρόμοιες και με ποιους τρόπους διαφέρουν;	• Πιο βαθιά

Τι μπορούν να μάθουν οι νεότεροι ενήλικες από τους μεγαλύτερους ενήλικες σχετικά με τις σχέσεις και την ταυτότητα και το αντίστροφο;

• Πιο
αναλυτικά

Σεξουαλικότητα, οικειότητα και σεξουαλική υγεία

Πιστεύετε ότι σήμερα η σεξουαλικότητα αποτελεί αντικείμενο συζήτησης με διαφορετικό τρόπο σε σχέση με το παρελθόν;

• Προσβάσιμο

Πώς ορίζετε για εσάς την οικειότητα ή τη σύνδεση με ένα άλλο άτομο;

• Προσβάσιμο

Ποιος ή τι διαμόρφωσε τον τρόπο με τον οποίο μάθατε για πρώτη φορά για τη σεξουαλικότητα;

• Προσβάσιμο

Πώς θα περιγράφατε τι σημαίνει για εσάς η σεξουαλικότητα στην τρέχουσα φάση της ζωής σας;

• Μέτρια

Ποιος είναι ο ρόλος της σωματικής ή συναισθηματικής οικειότητας στην καθημερινή σας ζωή;

• Μέτρια

Πιστεύετε ότι ο τρόπος με τον οποίο αντιμετωπίζουμε τη σεξουαλικότητα και την ταυτότητά μας επηρεάζει την ψυχική μας υγεία; Με ποιον τρόπο;

• Μέτρια

Έχετε αισθανθεί ποτέ ότι η σεξουαλικότητα ή η ταυτότητά σας αγνοήθηκε ή απορρίφθηκε λόγω της ηλικίας σας;

• Μέτρια

Έχετε αντιμετωπιστεί ποτέ διαφορετικά από το προσωπικό υγειονομικής περίθαλψης λόγω της ηλικίας ή της ταυτότητάς σας;

• Μέτρια

Ποια θέματα σχετικά με τη σεξουαλικότητα και την ταυτότητα στην τρίτη ηλικία θα θέλατε να συζητούνται πιο ανοιχτά;

• Πιο βαθιά

Θα αισθανόσασταν άνετα να μιλήσετε σε γιατρό ή φροντιστή για τη σεξουαλική σας υγεία ή ταυτότητα; Εάν όχι, τι θα έπρεπε να αλλάξει;

• Πιο
αναλυτικά

Ποια εμπόδια υπάρχουν για τους ηλικιωμένους LGBTQ+ στην έκφραση της σεξουαλικής τους ταυτότητας;	• Πιο αναλυτικά
Πώς θα μπορούσαν τα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης να αντιμετωπίσουν καλύτερα τη σεξουαλικότητα των ηλικιωμένων;	• Πιο αναλυτικά

Ποικιλομορφία και ταυτότητα στην τρίτη ηλικία

Ποιες προκλήσεις πιστεύετε ότι αντιμετωπίζει σήμερα ένα ηλικιωμένο άτομο της κοινότητας LGBTIQ+;	• Προσβάσιμο
Τι συμβουλή θα δίνετε στους φροντιστές που θέλουν να είναι πιο ευαίσθητοι σε αυτά τα θέματα;	• Προσβάσιμο
Γνωρίζετε κάποιον που η ταυτότητά του σας εξέπληξε; Πώς αντιδράσατε;	• Προσβάσιμο
Πώς θα αντιδρούσατε αν ένα ηλικιωμένο μέλος της οικογένειάς σας μιλούσε για μια ταυτότητα φύλου ή σεξουαλική ταυτότητα που δεν είχε μοιραστεί μαζί σας στο παρελθόν;	• Μέτρια
Έχετε παρατηρήσει διαφορές στον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι μιλούν για τη γήρανση ανάλογα με το φύλο, το κοινωνικό υπόβαθρο ή τη σεξουαλικότητά τους;	• Μέτρια
Τι θα έπρεπε να κάνει ένα γηροκομείο για να παρέχει καλή φροντίδα στους ηλικιωμένους LGBTIQ+ κατοίκους του;	• Μέτρια

Μέσα ενημέρωσης, πολιτισμός και κοινωνική αντίληψη

Μπορείτε να σκεφτείτε μια ταινία, μια διαφήμιση ή μια τηλεοπτική εκπομπή που διαμόρφωσε τον τρόπο με τον οποίο βλέπετε τους ηλικιωμένους;	• Προσβάσιμο
---	--------------

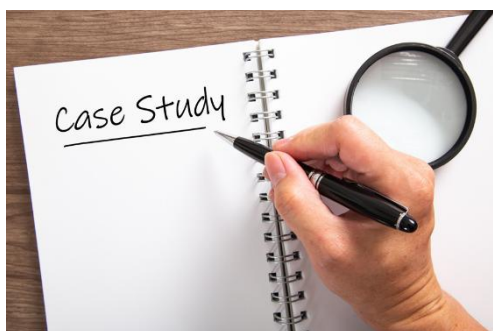
Έχετε δει ποτέ ένα ηλικιωμένο άτομο της κοινότητας LGBTIQ+ να εμφανίζεται στα μέσα ενημέρωσης; Πώς παρουσιάζονταν;	● Προσβάσιμο
Ποια εικόνα της γήρανσης βλέπετε πιο συχνά στη διαφήμιση;	● Προσβάσιμο
Πώς επηρεάζει ο τρόπος με τον οποίο τα μέσα ενημέρωσης απεικονίζουν τη γήρανση τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι σκέφτονται τη σεξουαλικότητα στην τρίτη ηλικία;	● Μέτρια
Έχετε συναντήσει στερεότυπα σχετικά με τους ηλικιωμένους και τη σεξουαλικότητα; Πώς επηρεάζουν τους ανθρώπους;	● Μέτρια
Πώς οι πολιτισμικές ή γενεαλογικές διαφορές διαμορφώνουν τον τρόπο με τον οποίο οι άνθρωποι σκέφτονται τη σεξουαλικότητα καθώς γερνούν;	● Βαθύτερη

Ορατότητα και ασφαλείς χώροι

Τι σημαίνει για εσάς το να αισθάνεστε ότι σας βλέπουν και σας αναγνωρίζουν για αυτό που είστε;	● Προσβάσιμο
Πώς θα περιγράφατε έναν ασφαλή χώρο για να μιλήσετε για το φύλο και τη σεξουαλικότητα;	● Προσβάσιμο
Μπορείς να σκεφτείς ένα μέρος ή μια κατάσταση όπου ένιωσησες πραγματικά αποδεκτός;	● Προσβάσιμο
Τι θα χρειαζόσασταν σε ένα ίδρυμα φροντίδας για να νιώθετε ασφαλείς με την ταυτότητά σας;	● Μέτρια
Πώς θα έπρεπε να αντιδράσει ένας οίκος ευγηρίας αν υπάρχει διάκριση μεταξύ των ενοίκων;	● Μέτρια
Τι μπορούν να κάνουν οι κοινότητες για να καταστήσουν τους χώρους τους πιο φιλόξενους για τους ηλικιωμένους, ανεξαρτήτως σεξουαλικού προσανατολισμού και ταυτότητας φύλου;	● Περισσότερες

Συμβουλές για τον συντονιστή

Δεν είναι απαραίτητο να χρησιμοποιούνται όλες οι ερωτήσεις σε κάθε συνεδρία. Μπορείτε επίσης να δημιουργήσετε τις δικές σας ερωτήσεις· αυτές είναι απλώς παραδείγματα. Επιλέξτε 3–5 ερωτήσεις ανά κατηγορία που ταιριάζουν στο επίπεδο άνεσης της ομάδας σας και στους στόχους της συνεδρίας. Ξεκινήστε με ερωτήσεις «Προσβάσιμες» για να χτίσετε εμπιστοσύνη και, στη συνέχεια, προχωρήστε σε ε-



Μελέτες περιπτώσεων για συζητήσεις

Οι επαγγελματίες στον τομέα της υγειονομικής περίθαλψης, της κοινωνικής εργασίας και της εκπαίδευσης αναφέρουν συχνά ότι αισθάνονται αβεβαιότητα σχετικά με τον τρόπο αντιμετώπισης της σεξουαλικότητας, της συναίνεσης και των ταυτοτήτων LGBTI+ με

τους συμμετέχοντες, ειδικά στην τρίτη ηλικία και σε διαγενεακά περιβάλλοντα. Αυτό το κεφάλαιο προσφέρει σύντομες μελέτες περιπτώσεων βασισμένες στην πρακτική, οι οποίες μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως θέμα συζήτησης σε μικρές ομάδες κατά τη διάρκεια των Συνεδριών Διαγενεακού Διαλόγου ή αντί για ερώτηση. Ο στόχος δεν είναι να δοθούν «σωστές» απαντήσεις, αλλά να υποστηριχθούν οι επαγγελματίες στην προσέγγιση του θέματος με προσιτό τρόπο και να παρασχεθούν παραδείγματα που θα μπορούσαν να συναντηθούν στην καθημερινή ζωή. Κάθε μελέτη περίπτωσης ακολουθεί μια συνεπή δομή: μια σύντομη αφήγηση

που περιγράφει μια ρεαλιστική επαγγελματική κατάσταση, ένα βασικό σημείο που υπογραμμίζει το κεντρικό ζήτημα και μια σειρά ερωτήσεων αναστοχασμού για ομαδική συζήτηση.

Ο στόχος δεν είναι να δοθούν «σωστές» απαντήσεις, αλλά να υποστηριχθούν οι επαγγελματίες ώστε να αναγνωρίζουν πότε ξεπερνιούνται τα όρια, να αποφεύγουν να κατηγορούν τα άτομα που επηρεάζονται και να διερευνήσουν από κοινού απαντήσεις που βασίζονται στην ένταξη και στα δικαιώματα.

Κάθε μελέτη περίπτωσης ακολουθεί μια συνεπή δομή: μια σύντομη αφήγηση που περιγράφει μια ρεαλιστική επαγγελματική κατάσταση, ένα βασικό σημείο που υπογραμμίζει το κεντρικό ζήτημα και μια σειρά ερωτήσεων προβληματισμού για ομαδική συζήτηση.



Μελέτη περίπτωσης 1

«Δεν είμαστε συγγάτοικοι»

Πλαίσιο: Υγεία και μακροχρόνια φροντίδα

Αναγνώριση μιας σχέσης μεταξύ ηλικιωμένων ατόμων του ίδιου φύλου

Η Μαρία (78) και η Ελίζ (76) είναι ερωτικές σύντροφοι και μοιράζονται ένα μικρό διαμέρισμα για περισσότερα από τριάντα χρόνια. Όταν η Μαρία υποστεί ένα ελαφρύ εγκεφαλικό επεισόδιο, μεταφέρεται σε μια πτέρυγα αποκατάστασης για αρκετές εβδομάδες. Κατά τη διάρκεια της συνέντευξης εισαγωγής, η νοσοκόμα ρωτά τη Μαρία: «Ζείτε μόνη ή με την οικογένειά σας;» Η Μαρία διστάζει, κοιτάζει την Ελίζ και απαντά ήσυχχα: «Με τη σύντροφό μου». Η νοσοκόμα χαμογελά και λέει: «Ωστε, είναι η συγγάτοικός σας. Αυτό είναι καλό, είναι σημαντικό να έχει κανείς συντροφιά σε αυτή την ηλικία».

Τις επόμενες ημέρες, το προσωπικό αναφέρεται επανειλημμένα στην Ελίζ ως «φίλη» ή «συγγάτοικο» της Μαρίας. Οι ώρες επισκεπτηρίου είναι ευέλικτες, αλλά μόνο τα «μέλη της οικογένειας» καλούνται να συμμετάσχουν στις συναντήσεις σχεδιασμού της φροντίδας. Η Ελίζ δεν συμπεριλαμβάνεται, ακόμη και όταν συζητούνται αποφάσεις σχετικά με την έξοδο της Μαρίας από το νοσοκομείο και τις μελλοντικές ρυθμίσεις φροντίδας. Η Μαρία δεν αμφισβητεί ανοιχτά την κατάσταση, αλλά γίνεται πιο σιωπηλή και μερικές φορές αρνείται τις συνεδρίες φυσιοθεραπείας.

ΒΑΣΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ

Σε αυτό το σενάριο, το όριο που ξεπερνιέται δεν είναι η συμπεριφορά της Μαρίας ή της Ελίζ, αλλά ο τρόπος με τον οποίο το ίδρυμα αποτυγχάνει να αναγνωρίσει τη σχέση τους και το δικαίωμα της Μαρίας να αποφασίσει ποιος πρέπει να εμπλέκεται στη φροντίδα της. Η επαναλαμβανόμενη εσφαλμένη αναφορά στην Ελίζ ως «φίλη» ή «συγγάτοικο» εξαλείφει μια μακροχρόνια στενή σχέση και ενισχύει τις ετεροκανονιστικές παραδοχές σχετικά με τους ηλικιωμένους.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Ποιες μορφές ετεροκανονικότητας και ηλικιακής διάκρισης είναι εμφανείς στον τρόπο με τον οποίο το προσωπικό μιλάει για τη Μαρία και την Ελίζ; Για παράδειγμα, η αυτόματη υπόθεση μιας πλατωνικής φιλίας και η εξάλειψη των ομοφυλοφιλικών σχέσεων στην τρίτη ηλικία.
2. Πώς μπορεί η ομάδα να ορίσει με σαφήνεια το όριο που έχει ξεπεραστεί, δηλαδή το δικαίωμα της Μαρίας να καθορίζει τη σχέση της και τους πλησιέστερους συγγενείς της, χωρίς να αποδίδει ευθύνη στη Μαρία ή την Ελίζ;
3. Ποιες ανοιχτές, σεβαστές ερωτήσεις θα μπορούσαν να θέσουν οι επαγγελματίες προκειμένου να διευκρινίσουν τις επιθυμίες της Μαρίας σχετικά με την ενημέρωση, τη συγκατάθεση και τη συμμετοχή της Ελίζ στη φροντίδα της;
4. Ποιες αλλαγές στα έντυπα, στις διαδικασίες εισαγωγής ή στις πολιτικές επισκεπτηρίου θα ήταν απαραίτητες, ώστε σχέσεις όπως αυτή της Μαρίας και της Ελίζ να είναι ορατές και να αναγνωρίζονται εξ αρχής;
5. Πώς θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε αυτή την περίπτωση σε μια ομάδα IDS για να συζητήσετε το δικαίωμα στην αυτοδιάθεση στην τρίτη ηλικία και τη γλωσσική ορατότητα των συντρόφων, χωρίς να «αποκαλύψετε» ή να προβληματίσετε τους εμπλεκόμενους;

Μελέτη περίπτωσης 2

«Ήταν απλώς ένα αστείο»

Πλαίσιο: Εκπαίδευση και Κοινωνική Εργασία

Σχόλια που ξεπερνούν τα όρια σε ένα διαγενεακό εργαστήριο

Κατά τη διάρκεια ενός διαγενεακού εργαστηρίου με θέμα «Η μεταβαλλόμενη εικόνα της σεξουαλικότητας στις διάφορες γενιές», οι συμμετέχοντες κάθονται σε μικρές ομάδες μεικτής ηλικίας. Μια ομάδα περιλαμβάνει δύο ηλικιωμένους άνδρες στα εβδομήντα τους, μια φοιτήτρια κοινωνικής εργασίας στα είκοσί της και έναν κοινοτικό εκπαιδευτικό στη μέση της καριέρας του, ο οποίος συντονίζει τη συζήτηση.

Η συζήτηση στρέφεται στις εφαρμογές γνωριμιών και στο φλερτ στο διαδίκτυο. Ένας από τους ηλικιωμένους άνδρες, ο Κλάους, γελάει και λέει στη φοιτήτρια: «Αν ήμουν σαράντα χρόνια νεότερος, θα σε έκανα αμέσως swipe right!» Αρκετοί γελούν νευρικά. Ο Κλάους συνεχίζει: «Μην ανησυχείς, ξέρω ότι είμαι πολύ μεγάλος. Σήμερα, αν κοιτάξεις μια νεαρή γυναίκα για πολύ ώρα, μιλάνε για παρενόχληση, έτσι δεν είναι;» Η φοιτήτρια χαμογελάει με δυσκολία, αλλά γίνεται αισθητά πιο σιωπηλή.

ΚΥΡΙΟ ΣΗΜΕΙΟ

Σε αυτή την περίπτωση, η υπέρβαση των ορίων έγκειται στο σεξουαλικό σχόλιο του Κλάους που απευθύνεται σε μια πολύ νεότερη συμμετέχουσα σε ένα μαθησιακό περιβάλλον. Η φοιτήτρια δεν ευθύνεται για το σχόλιό του· η αμηχανία της είναι ένα σημάδι ότι ο χώρος δεν είναι πλέον απόλυτα ασφαλής για εκείνη. Όταν οι συντονιστές παραμένουν σιωπηλοί, η ομάδα μπορεί να το ερμηνεύσει ως ανοχή της συμπεριφοράς, κάτι που μπορεί να οδηγήσει στην κανονικοποίηση της διακριτικής παρενόχλησης και στη σιωπή όσων επηρεάζονται.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Ποιες δυναμικές εξουσίας διαδραματίζονται σε αυτή τη σκηνή (ηλικία, φύλο, ρόλος ως επισκέπτης έναντι ρόλου ως συντονιστή) και πώς συμβάλλουν στο να καταστεί το σχόλιο παραβίαση ορίων για τη φοιτήτρια, παρόλο που παρουσιάζεται ως «αστείο»;
2. Πώς θα μπορούσατε, ως συντονιστής, να καταστήσετε σαφές ότι έχει παραβιαστεί ένα όριο χωρίς να υποτιμήσετε τον Κλάους ως άτομο, για παράδειγμα, εστιάζοντας στην επίδραση του σχολίου και όχι στην πρόθεσή του;
3. Συντάξτε μία ή δύο πιθανές προτάσεις που θα μπορούσατε να χρησιμοποιήσετε για να απαντήσετε αμέσως, για παράδειγμα, επισημαίνοντας ότι τα σεξουαλικά σχόλια που απευθύνονται σε άτομα δεν είναι κατάλληλα σε αυτό το περιβάλλον και εξηγώντας γιατί.
4. Ποια προληπτικά μέτρα (π.χ. από κοινού συμφωνημένοι βασικοί κανόνες σχετικά με τα σχόλια για το σώμα και την ελκυστικότητα) θα μπορούσαν να βοηθήσουν στην αποφυγή τέτοιων καταστάσεων και να καταστήσουν σαφές ότι η ευθύνη βαρύνει τη συμπεριφορά και όχι όσους αισθάνονται άβολα;
5. Πώς θα μπορούσε να είναι μια ομαδική ανασκόπηση στην οποία θα αναλογιστείτε, χωρίς να αποδώσετε ευθύνες στη φοιτήτρια ή σε άλλα επηρεαζόμενα άτομα, ποια υποστήριξη θα χρειαζόταν και τι θα κάνατε διαφορετικά στο μέλλον;

Μελέτη περίπτωσης 3

«Αισθάνομαι άβολα»

Πλαίσιο: Υγεία και Κοινωνική Φροντίδα

Διαχείριση της συναίνεσης και της γνωστικής δυσλειτουργίας

Σε ένα οικο ευγηρίας, το προσωπικό παρατηρεί ότι ο κ. Νόβακ (82), ο οποίος πάσχει από μέτρια άνοια, επιδιώκει συχνά σωματική επαφή με άλλους ενοίκους. Μερικές φορές τους κρατάει το χέρι ή προσπαθεί να τους αγκαλιάσει χωρίς να ρωτήσει. Ένα απόγευμα, τον βρίσκουν στον κήπο να κάθεται πολύ κοντά στην κα Ζιελίνσκι (79), χαϊδεύοντας το μηρό της πάνω από τα ρούχα της. Αυτή φαίνεται τεταμένη και αποστρέφει το βλέμμα της. Όταν μια νοσοκόμα πλησιάζει, λέει σιγανά: «Απλά νιώθει μοναξιά, δεν θέλω να δημιουργήσω προβλήματα».

Αργότερα, λέει σε έναν κοινωνικό λειτουργό ότι αισθάνεται άβολα, αλλά επίσης αισθάνεται «πολύ μεγάλη για να μιλάει για αυτά τα πράγματα».

ΒΑΣΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ

Εδώ, το όριο που έχει ξεπεραστεί είναι η ανεπιθύμητη σωματική επαφή του κ. Νόβακ. Η απροθυμία της κας Ζιελίνσκι δεν αποτελεί συγκατάθεση· αντίθετα, αντανακλά το πόσο έντονα η ντροπή, οι ρόλοι των φύλων και τα στερεότυπα που σχετίζονται με την ηλικία μπορούν να εμποδίσουν τους ηλικιωμένους να μιλήσουν για παραβιάσεις των σεξουαλικών ορίων. Η ευθύνη βαρύνει τους επαγγελματίες και τον οργανισμό να διατηρήσουν μια σαφή στάση όσον αφορά τη σωματική ακεραιότητα και την προστασία από ανεπιθύμητη επαφή, ακόμη και ενώ σέβονται το δικαίωμα στην οικειότητα και τη στενή σχέση.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Ποιες εντάσεις προκύπτουν μεταξύ του δικαιώματος στη σεξουαλική έκφραση και του δικαιώματος στη σωματική και συναισθηματική ασφάλεια, ειδικά στο πλαίσιο της γνωστικής εξασθένησης;
2. Πώς μπορούν οι επαγγελματίες να καταστήσουν σαφές ότι η ανεπιθύμητη επαφή αποτελεί παραβίαση ορίων χωρίς να κατηγορήσουν την κα Zielinski για το ότι «δεν είπε τίποτα»; Ποια γλώσσα θα μπορούσε να της δείξει ότι τα συναισθήματά της λαμβάνονται σοβαρά υπόψη και ότι δεν «αντιδρά υπερβολικά»;
3. Ποια μέτρα μπορούν να ληφθούν για την προστασία τόσο του κ. Novak όσο και της κας Zielinski, για παράδειγμα, παρατήρηση, συνομιλίες με μέλη της οικογένειας ή προσαρμογές στα προγράμματα φροντίδας, χωρίς να ντροπιάζονται ή να παθολογούνται οι μεμονωμένοι ένοικοι;
4. Ποιες σαφείς κατευθυντήριες γραμμές σχετικά με τη σεξουαλικότητα, την οικειότητα και τη συναίνεση θα χρειαζόταν το ίδρυμά σας, ώστε το προσωπικό να έχει καθοδήγηση όταν παραβιάζονται τα όρια και οι επηρεαζόμενοι να γνωρίζουν ότι θα λάβουν υποστήριξη;
5. Πώς μπορούν το IDS ή άλλες μορφές αναστοχασμού να βοηθήσουν το προσωπικό να ξεπεράσει τις δικές του αβεβαιότητες σχετικά με τη σεξουαλικότητα στο πλαίσιο της άνοιας, αντί να μεταφέρει ασυνείδητα αυτές τις αβεβαιότητες στους ενοίκους;

Μελέτη περίπτωσης 4

«Είναι απλώς μια φάση»

Πλαίσιο: Διαγενεακός διάλογος

Μια διαγενεακή οικογενειακή συζήτηση σχετικά με μια queer ταυτότητα

Σε μια συνεδρία IDS που διοργανώθηκε σε ένα κοινοτικό κέντρο, οι συμμετέχοντες καλούνται να μοιραστούν ιστορίες σχετικά με «σημαντικές συζητήσεις» στις οικογένειές τους. Σε μια μικρή ομάδα, υπάρχει μια γιαγιά, η Ίνγκριντ (72), ο ενήλικος εγγονός της, ο Λέο (24), ο οποίος αυτοπροσδιορίζεται ως μη δυαδικός και queer, καθώς και αρκετοί συμμετέχοντες διαφορετικών ηλικιών που δεν έχουν συγγενική σχέση μεταξύ τους.

Ο Λέο μοιράζεται ότι πρόσφατα αποκάλυψε στην οικογένειά του ότι έχει σύντροφο του ίδιου φύλου και ότι χρησιμοποιεί ένα νέο όνομα. Η Ίνγκριντ απαντά μπροστά στην ομάδα: «Αγαπώ πολύ τον Λέο, αλλά εξακολουθώ να ελπίζω ότι αυτό είναι απλώς μια φάση. Στην ηλικία μου δεν είχαμε όλες αυτές τις ετικέτες. Ανησυχώ ότι οι νέοι μπερδεύονται με όλα αυτά». Ο Λέο φαίνεται εμφανώς πληγωμένος και σιωπά. Μερικοί συμμετέχοντες συμφωνούν με την Ίνγκριντ, άλλοι φαίνονται άβολα αλλά δεν παρεμβαίνουν.

ΚΥΡΙΟ ΣΗΜΕΙΟ

Σε αυτό το παράδειγμα, η υπέρβαση ορίων είναι η δημόσια αμφισβήτηση της ταυτότητας και της σχέσης του Λέο σε έναν χώρο που παρουσιάστηκε ως υποστηρικτικός και σεβαστός. Η πληγωμένη αντίδραση του Λέο είναι κατανοητή· δεν προκύπτει επειδή ο Λέο είναι «υπερβολικά ευαίσθητος», αλλά επειδή η αυτοπεριγραφή του υποβαθμίζεται άμεσα και παθολογείται.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Ποιες επιπτώσεις μπορεί να έχει στους νεότερους queer ανθρώπους όταν η ταυτότητά τους περιγράφεται ως «φάση» ή «μόδα» σε διαγενεακά περιβάλλοντα;
2. Πώς θα μπορούσατε, ως συντονιστής, να παρέμβετε για να καταστήσετε σαφές ότι έχει παραβιαστεί ένα όριο, για παράδειγμα, επιβεβαιώνοντας την εγκυρότητα της αυτοπεριγραφής του Λέο και καλώντας την Ίνγκριντ να εκφράσει τις ανησυχίες της χωρίς να αρνείται την ταυτότητα του Λέο;
3. Ποιες βασικές αρχές ή οδηγίες σχετικά με τη σεβαστή γλώσσα (αντωνυμίες, ονόματα, ορολογία) θα μπορούσαν να εισαχθούν εκ των προτέρων για να μειωθούν τέτοιες καταστάσεις, χωρίς να ντροπιάζονται οι μεγαλύτεροι σε ηλικία συμμετέχοντες ή να παρουσιάζονται ως «οπισθοδρομικοί»;
4. Πώς μπορεί να δημιουργηθεί ένας χώρος στον οποίο η Ίνγκριντ θα μπορεί να εκφράσει την αβεβαιότητά της, καθιστώντας παράλληλα σαφές ότι το δικαίωμα του Λέο στην αυτοπροσδιορισμό δεν τίθεται υπό συζήτηση;
5. Ποιες ευκαιρίες προσφέρουν τα IDS για να καταστούν τέτοιες εντάσεις επικοινωνιακά ορατές αντί να καλύπτονται οι συγκρούσεις και πώς αποφεύγετε οι queer συμμετέχοντες να χρησιμοποιούνται ως «εκπαιδευτικό υλικό» στη διαδικασία;

Μελέτη περίπτωσης 5

«Δεν είναι κατάλληλο για την ηλικία τους»

Πλαίσιο: Υγεία και Κοινωνική Φροντίδα

Δύο άνδρες ερωτευμένοι σε οικο ευγηρίας

Σε ένα γηροκομείο, δύο ένοικοι, ο κ. Becker (81) και ο κ. Ruiz (79), αρχίζουν να περνούν περισσότερο χρόνο μαζί. Τρώνε στο ίδιο τραπέζι, κάνουν βόλτες στον κήπο και συχνά τους βλέπουν να κρατιούνται χέρι-χέρι. Ένα βράδυ, ένας φροντιστής τους παρατηρεί να κάθονται κοντά στον καναπέ και να φιλιούνται σιωπηλά. Ένας συνάδελφος σχολιάζει αργότερα στο σταθμό των νοσοκόμων: «Είναι γλυκό που βρήκαν ο ένας τον άλλον, αλλά ελπίζω οι άλλοι ένοικοι να μην βλέπουν πάρα πολλά. Μερικοί από τους ενοίκους μας είναι πολύ παραδοσιακοί».

Σύντομα, ορισμένοι ένοικοι και μέλη των οικογενειών τους αρχίζουν να κάνουν σχόλια. Μια κόρη παραπονιέται στον διευθυντή: «Η μητέρα μου δεν θέλει να μοιράζεται την τραπεζαρία με τέτοια συμπεριφορά. Αυτό δεν είναι κατάλληλο για την ηλικία τους». Σε απάντηση, ο διευθυντής προτείνει στον κ. Becker και στον κ. Ruiz να αποφεύγουν τις εμφανείς εκδηλώσεις αγάπης στους κοινόχρηστους χώρους «για να διατηρηθεί η ειρήνη». Κανένας από τους δύο άνδρες δεν ρωτήθηκε πώς βιώνουν τις αντιδράσεις αυτές ή τι επιθυμούν.

ΒΑΣΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ

Σε αυτή την περίπτωση, η υπέρβαση των ορίων συμβαίνει όταν οι αντιδράσεις του ιδρύματος δίνουν προτεραιότητα στην ενόχληση των άλλων έναντι του δικαιώματος του κ. Becker και του κ. Ruiz να ζουν τη σχέση τους ανοιχτά και με αξιοπρέπεια. Η σχέση τους χαρακτηρίζεται ως πρόβλημα, ενώ τα διακριτικά σχόλια από μέλη της οικογένειας ή άλλους κατοίκους σχεδόν δεν αντιμετωπίζονται.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Τι μήνυμα στέλνει στους κ.κ. Becker και Ruiz το γεγονός ότι τους ζητείται να κρύψουν την αγάπη τους, ενώ τα ομοφοβικά σχόλια σχεδόν δεν αντιμετωπίζονται;
2. Πώς θα μπορούσατε, ως επαγγελματίες, να δηλώσετε σαφώς ότι έχει παραβιαστεί το όριο της μη διάκρισης και ότι το πρόβλημα δεν είναι η σχέση των δύο ανδρών, αλλά οι αρνητικές αντιδράσεις των άλλων;
3. Ποια υποστηρικτικά μέτρα θα μπορούσαν να ληφθούν, για παράδειγμα, μια συζήτηση αποσαφήνισης με τα επικριτικά μέλη της οικογένειας, ενημερωτικές συναντήσεις σχετικά με τη γήρανση των ατόμων LGBTI+ ή μια ρητή δήλωση ότι η μονάδα στοχεύει να είναι ένα περιβάλλον χωρίς διακρίσεις;
4. Πώς θα μπορούσε η ομάδα να διασφαλίσει ότι θα ζητηθεί ενεργά από τον κ. Becker και τον κ. Ruiz τι επιθυμούν και ποιο επίπεδο προβολής τους κάνει να αισθάνονται ασφαλείς, αντί να αποφασίζει χωρίς να τους ρωτάει;
5. Ποιος ρόλος θα μπορούσε να διαδραματίσει το IDS ή άλλες μορφές διαλόγου στην προώθηση συζητήσεων με τους ενοίκους και τα μέλη των οικογενειών τους σχετικά με τον έρωτα, την οικειότητα και τη διαφορετικότητα στην τρίτη ηλικία, χωρίς να «προβληματοποιεί» τη σχέση των δύο ανδρών;

Μελέτη περίπτωσης 6

«Δεν της αρέσει να την αγγίζουν»

Πλαίσιο: Οίκος ευγηρίας

Μια βοηθός νοσηλεύτη παρατηρεί ότι η κα Κ., μια 82χρονη τροφίμος με άνοια σε αρχικό στάδιο, εμφανίζει ορατή αναστάτωση κάθε φορά που ένας άνδρας συνάδελφος τη βοηθά με την προσωπική της υγιεινή. Η κα Κ. επαναλαμβάνει συνεχώς «Όχι, όχι αυτός» και προσπαθεί να απωθήσει τον βοηθό. Η ομάδα αρχικά ερμηνεύει αυτό το φαινόμενο ως γενική ανησυχία που σχετίζεται με τη γνωστική της έκπτωση. Ένας συνάδελφος προτείνει ότι η κα Κ. μπορεί απλώς «να μην της αρέσουν οι άνδρες».

Κατά τη διάρκεια μιας συνάντησης παράδοσης βάρδιας, ένας κοινωνικός λειτουργός θέτει το ερώτημα αν η αντίδραση της κας Κ. θα μπορούσε να υποδηλώνει μια παλαιότερη εμπειρία σεξουαλικής βίας, αντί για μια γενική προτίμηση. Η ομάδα αισθάνεται αβέβαιη ως προς το πώς να ανταποκριθεί: δεν θέλει να κάνει υποθέσεις, αλλά αναγνωρίζει επίσης ότι το να αποδώσει την ταραχή της κας Κ. σε απλή σύγχυση μπορεί να μην προστατεύει την αξιοπρέπεια και την ασφάλειά της.

ΒΑΣΙΚΟ ΣΗΜΕΙΟ

Η επανειλημμένη άρνηση της κας Κ. είναι μια σαφής έκφραση των ορίων της. Η ερμηνεία της δυσφορίας αποκλειστικά ως σύμπτωμα άνοιας ενέχει τον κίνδυνο να παραβλεφθεί ένα πιθανό ιστορικό τραύματος και υπονομεύει το δικαίωμά της στην σωματική αυτονομία. Το καθήκον του επαγγελματία δεν είναι να διαγνώσει την αιτία, αλλά να σεβαστεί τα όρια χωρίς όρους και να διερευνήσει προσεγγίσεις φροντίδας που λαμβάνουν υπόψη το τραύμα.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Πώς μπορεί η ομάδα φροντίδας να σεβαστεί αμέσως τα όρια που έχει εκφράσει η κα Κ., ανεξάρτητα από το αν ο λόγος είναι πλήρως κατανοητός;
2. Ποιες θεσμικές ρουτίνες (π.χ. εναλλαγή προσωπικού, τεκμηρίωση) θα μπορούσαν να βοηθήσουν στην πρόληψη καταστάσεων στις οποίες οι αρνήσεις των κατοίκων αγνοούνται;
3. Πώς θα μοιάζει μια προσέγγιση που λαμβάνει υπόψη το τραύμα σε αυτό το συγκεκριμένο περιβάλλον φροντίδας;
4. Πώς θα μπορούσε η ομάδα να ξεκινήσει μια συζήτηση με την οικογένεια ή τον νόμιμο κηδεμόνα της κας Κ. χωρίς να κάνει υποθέσεις ή να παραβιάσει το απόρρητο;
5. Ποια εκπαίδευση ή εποπτεία θα βοηθούσε το προσωπικό να διακρίνει μεταξύ γνωστικών συμπτωμάτων και εκφράσεων δυσφορίας που έχουν τις ρίζες τους σε εμπειρίες του παρελθόντος;

Μελέτη περίπτωσης 5

«Δεν ξέρω πώς να το θίξω»

Πλαίσιο: Εργαστήριο υγειονομικής εκπαίδευσης στην εκπαίδευση ενηλίκων

Μια εκπαιδευτικός υγείας διοργανώνει ένα εργαστήριο για την ευημερία και την υγιή γήρανση για μια ομάδα ενηλίκων ηλικίας 55–75 ετών. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει μια ενότητα για τη σεξουαλική υγεία στην τρίτη ηλικία. Η εκπαιδευτικός έχει παρατηρήσει ότι οι συμμετέχοντες ασχολούνται με ενθουσιασμό με θέματα όπως η διατροφή και η άσκηση, αλλά γίνονται αισθητά σιωπηλοί κάθε φορά που αναφέρεται η σεξουαλικότητα. Όταν η εκπαιδευτικός εισάγει διστακτικά την ενότητα, ένας συμμετέχων λέει: «Στην ηλικία μας, αυτό δεν είναι πραγματικά σχετικό, έτσι δεν είναι;» Άλλοι κουνάνε καταφατικά το κεφάλι.

Η εκπαιδευτικός υποψιάζεται ότι τουλάχιστον ορισμένοι συμμετέχοντες έχουν ερωτήσεις, καθώς ένας μικρός αριθμός την έχει προσεγγίσει ιδιαιτέρως μετά από προηγούμενες συνεδρίες για να ρωτήσει σχετικά με θέματα όπως οι αλλαγές στη λίμπιντο, ο πόνος κατά τη σεξουαλική επαφή ή ο τρόπος με τον οποίο τα φάρμακα επηρεάζουν τη σεξουαλική λειτουργία. Αισθάνεται εγκλωβισμένη μεταξύ της προφανούς επιθυμίας της ομάδας να αποφύγει το θέμα και της επαγγελματικής της γνώσης ότι η σεξουαλική υγεία έχει σημασία σε κάθε ηλικία.

ΚΥΡΙΟ ΣΗΜΕΙΟ

Η σιωπή της ομάδας δεν σημαίνει ότι το θέμα είναι άσχετο· μπορεί να αντανakλά αμηχανία, εσωτερικευμένο ηλικιακό ρατσισμό ή έλλειψη ασφαλών χώρων για τη συζήτηση της σεξουαλικότητας στην τρίτη ηλικία. Οι προσωπικές ερωτήσεις που έθεσαν ορισμένοι συμμετέχοντες επιβεβαιώνουν ότι η ανάγκη αυτή υπάρχει. Η επαγγελματική πρόκληση συνίσταται στο να δημιουργηθούν συνθήκες υπό τις οποίες το θέμα μπορεί να συζητηθεί χωρίς να επιβάλλεται η αποκάλυψη προσωπικών στοιχείων, κανονικοποιώντας τη συζήτηση αντί να απαιτείται η συμμετοχή.

Ερωτήσεις για προβληματισμό

1. Ποιες στρατηγικές θα μπορούσε να χρησιμοποιήσει ο εκπαιδευτής για να κανονικοποιήσει το θέμα της σεξουαλικής υγείας χωρίς να φέρει τους μεμονωμένους συμμετέχοντες σε δύσκολη θέση;
2. Πώς θα μπορούσαν οι ηλικιακές προκαταλήψεις («η σεξουαλικότητα είναι για τους νεότερους») να επηρεάσουν τόσο τη διάθεση των συμμετεχόντων να συμμετάσχουν όσο και τη διάθεση των επαγγελματιών να θίξουν το θέμα;
3. Ποιος είναι ο ρόλος των ανώνυμων ερωτηματολογίων, του γραπτού υλικού ή των εξωτερικών ομιλητών στο να καταστούν πιο προσιτά τα ευαίσθητα θέματα;
4. Πώς μπορεί η εκπαιδευτικός να αναγνωρίσει την αμηχανία της ομάδας, ενώ παράλληλα εκπληρώνει την εκπαιδευτική της ευθύνη;
5. Ποιες αλλαγές σε θεσμικό ή προγραμματικό επίπεδο θα διευκόλυναν τους εκπαιδευτικούς να εντάξουν τη σεξουαλική υγεία ως βασικό μέρος των προγραμμάτων υγιούς γήρανσης;

Γενικές ερωτήσεις αναστοχασμού για την επαγγελματική πρακτική

Οι ακόλουθες ερωτήσεις μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε όλες τις περιπτώσιολογικές μελέτες ή ως αυτόνομες προτροπές για επαγγελματική αναστοχασμό και ομαδική συζήτηση.

1. Πώς έχουν διαμορφώσει οι δικές μου εμπειρίες, αξίες και κοινωνικές νόρμες σχετικά με την ηλικία, το φύλο και τη σεξουαλικότητα τον τρόπο με τον οποίο αλληλεπιδρώ με ηλικιωμένους και νεότερους συμμετέχοντες σε επαγγελματικά περιβάλλοντα;
2. Στον οργανισμό μου, πού παρατηρώ πρακτικές, έγγραφα ή ρουτίνες που υπονοούν σιωπηρά ετεροφυλοφιλικές, cisgender ή μη αναπηρικές νόρμες και πώς αυτό μπορεί να επηρεάσει τους ηλικιωμένους LGBTI+ συμμετέχοντες;
3. Ποιες συγκεκριμένες φράσεις ή ερωτήσεις θα μπορούσα να χρησιμοποιήσω για να προωθήσω συζητήσεις σχετικά με τη σεξουαλική υγεία, την ταυτότητα ή τη συναίνεση με σεβασμό και χωρίς να γίνομαι ενοχλητικός;
4. Ποιες μορφές υποστήριξης (εκπαίδευση, εποπτεία, ανταλλαγή απόψεων μεταξύ ομοτίμων, ανάπτυξη πολιτικών) θα με βοηθούσαν να αισθάνομαι πιο σίγουρος και ικανός να αντιμετωπίσω αυτά τα ευαίσθητα θέματα;
5. Πώς μπορούν μορφές διαγενεακού διαλόγου όπως το IDS να βοηθήσουν στην ανάδειξη αόρατων εμπειριών περιθωριοποίησης και να δημιουργήσουν χώρο για συλλογική μάθηση σχετικά με τη σεξουαλικότητα, τη συναίνεση και τη διαφορετικότητα, χωρίς να επιβαρύνουν με το βάρος της εκπαίδευσης εκείνους που επηρεάζονται περισσότερο;
6. Πώς οι δυναμικές εξουσίας, μεταξύ επαγγελματιών και χρηστών υπηρεσιών, μεταξύ γενεών, μεταξύ φύλων, καθορίζουν ποια όρια λαμβάνονται σοβαρά υπόψη;
7. Πώς θα ήταν αν ο οργανισμός μου είχε μια σαφή, γραπτή πολιτική σχετικά με το δικαίωμα των κατοίκων/πελατών στη σεξουαλική έκφραση και την οικειότητα;
8. Πώς μπορώ να συμβάλω σε μια κουλτούρα ομάδας στην οποία οι συνάδελφοι αισθάνονται ασφαλείς να συζητήσουν την αβεβαιότητα σχετικά με ευαίσθητα θέματα χωρίς να φοβούνται την κριτική;

Οδηγίες για τον συντονιστή: Διαχείριση δύσκολων θεμάτων και συζητήσεων σε ομαδικές συζητήσεις

Οι Συνεδρίες Διαγενεακού Διαλόγου (IDS) έχουν σχεδιαστεί για να δημιουργούν ανοιχτούς, σεβαστούς χώρους όπου συμμετέχοντες διαφορετικών ηλικιών μπορούν να ανταλλάσσουν απόψεις για θέματα που τους ενδιαφέρουν. Ωστόσο, μερικές από τις πιο πολύτιμες μαθησιακές εμπειρίες συμβαίνουν ακριβώς όταν οι συζητήσεις γίνονται δυσάρεστες, όταν ανακύπτουν συγκρούσεις αξιών μεταξύ των γενεών, όταν τίγονται θέματα ταμπού ή όταν ένας συμμετέχων μοιράζεται μια απροσδόκητη συναισθηματική αποκάλυψη.

Αυτό το κεφάλαιο παρέχει πρακτικές οδηγίες στους συντονιστές σχετικά με τον τρόπο προετοιμασίας, διαχείρισης και παρακολούθησης των δύσκολων στιγμών στις ομαδικές συζητήσεις. Ο στόχος δεν είναι να αποφευχθεί εντελώς η δυσφορία, αλλά να δημιουργηθούν συνθήκες στις οποίες η δυσφορία μπορεί να γίνει καταλύτης μάθησης και όχι πηγή βλάβης.

Πριν από τη συνεδρία: Προετοιμασία του εαυτού σας και της ομάδας

Η αποτελεσματική διευκόλυνση δύσκολων συζητήσεων ξεκινά πριν από την έναρξη της συνεδρίας. Οι συντονιστές που αφιερώνουν χρόνο για να αναστοχαστούν τις δικές τους αντιδράσεις σε ευαίσθητα θέματα είναι καλύτερα προετοιμασμένοι να παραμείνουν ψύχραιμοι όταν τα συναισθήματα στην ομάδα είναι έντονα.

Προετοιμασία του εαυτού σας

Σκεφτείτε τις δικές σας αξίες, υποθέσεις και συναισθηματικά ερεθίσματα σε σχέση με το θέμα της συνεδρίας. Ρωτήστε τον εαυτό σας: Ποιες πτυχές αυτού του θέματος με κάνουν να νιώθω άβολα; Ποια είναι τα τυφλά μου σημεία; Πού ενδέχεται οι προσωπικές μου απόψεις να επηρεάσουν ακούσια την ομάδα; Αυτού του είδους η αυτογνωσία σας βοηθά να διακρίνετε μεταξύ των δικών σας αντιδράσεων και του τι χρειάζεται η ομάδα από εσάς ως συντονιστή.

Καθορισμός βασικών κανόνων

Η από κοινού δημιουργία βασικών κανόνων με την ομάδα στην αρχή κάθε συνεδρίας δίνει στους συμμετέχοντες την αίσθηση ότι ο χώρος τους ανήκει. Αντί να επιβάλλετε κανόνες, προσκαλέστε την ομάδα να ονομάσει τι χρειάζεται για να αισθάνεται αρκετά ασφαλής ώστε να μιλήσει ειλικρινά. Ο συντονιστής μπορεί στη συνέχεια να συμπληρώσει με τυχόν αρχές που η ομάδα μπορεί να έχει παραβλέψει.

Προτεινόμενοι βασικοί κανόνες για το IDS

- Ακούστε για να κατανοήσετε, όχι για να απαντήσετε ή να διορθώσετε.
- Μιλήστε με βάση τις δικές σας εμπειρίες.
- Σεβαστείτε το γεγονός ότι οι άλλοι μπορεί να έχουν διαφορετικές αξίες, χωρίς να απαιτείτε συμφωνία.
- Εμπιστευτικότητα: οι προσωπικές ιστορίες που μοιράζονται σε αυτό το δωμάτιο μένουν σε αυτό το δωμάτιο.
- Είναι πάντα αποδεκτό να μην συμμετέχετε· κανείς δεν είναι υποχρεωμένος να μοιραστεί κάτι.
- Αν κάτι είναι προσβλητικό, πείτε το. Ο συντονιστής θα υποστηρίξει τη διαδικασία.

Κατά τη διάρκεια της συνεδρίας: Πώς να διαχειριστείτε τις δύσκολες στιγμές

Ακόμη και με προσεκτική προετοιμασία, θα προκύψουν δύσκολες στιγμές. Οι ακόλουθες αρχές μπορούν να βοηθήσουν τους συντονιστές να ανταποκριθούν εποικοδομητικά όταν οι συζητήσεις γίνονται τεταμένες, συναισθηματικές ή ενδεχομένως επιβλαβείς.

1. Περιγράψτε τι συμβαίνει στην αίθουσα.

Όταν η ένταση αυξάνεται, αναγνωρίστε την αντί να την αγνοήσετε. Μια απλή παρατήρηση όπως «Παρατηρώ ότι αυτό το θέμα έχει προκαλέσει έντονα συναισθήματα. Αυτό είναι λογικό, επειδή είναι σημαντικό» μπορεί να εξομαλύνει την αμηχανία και να δείξει ότι ο συντονιστής δίνει προσοχή.

2. Διαχωρίστε τον αντίκτυπο από την πρόθεση.

Όταν το σχόλιο ενός συμμετέχοντα προκαλεί πόνο, εστιάστε στην επίδραση και όχι στην πρόθεση. Για παράδειγμα: «Βλέπω ότι αυτό το σχόλιο έπεσε διαφορετικά από ό,τι ίσως σκόπευες. Ας κάνουμε μια παύση και ας δούμε πώς νιώθουν οι άλλοι». Αυτό αποτρέπει την ταπείνωση του ομιλητή, ενώ ταυτόχρονα επικυρώνει την εμπειρία όσων επηρεάστηκαν.

3. Νιώστε άνετα με τη σιωπή.

Όταν αναδύονται συναισθήματα, αντισταθείτε στην παρόρμηση να γεμίσετε κάθε σιωπή. Οι παύσεις δίνουν στους συμμετέχοντες χρόνο να επεξεργαστούν τα συναισθήματά τους και να βρουν τις λέξεις για αυτό που θέλουν να πουν. Το να βιαστείτε

να προχωρήσετε μπορεί να υποδηλώσει ότι η συναισθηματική έκφραση δεν είναι ευπρόσδεκτη.

4. Ανακατευθύνετε χωρίς να κλείνετε τη συζήτηση.

Εάν μια συζήτηση κινδυνεύει να γίνει επιβλαβής, για παράδειγμα, εάν ένας συμμετέχων αμφισβητεί επανειλημμένα την ταυτότητα ή την εμπειρία ενός άλλου, ο συντονιστής έχει την ευθύνη να παρέμβει. Ανακατευθύνετε επαναδιατυπώνοντας τους βασικούς κανόνες και επαναπροσανατολίζοντας την ομάδα: «Συμφωνήσαμε να μιλάμε από τη δική μας εμπειρία. Ας επιστρέψουμε σε αυτό». Αυτό διατηρεί τα όρια χωρίς να σιγεί τη συζήτηση.

5. Ανταποκριθείτε με προσοχή στις συναισθηματικές αποκαλύψεις.

Εάν ένας συμμετέχων μοιραστεί μια προσωπική εμπειρία τραύματος, διάκρισης ή απώλειας, αναγνωρίστε το θάρρος που χρειάστηκε για να μιλήσει. Μην αναζητάτε λεπτομέρειες, μην ερμηνεύετε την εμπειρία και μην καλείτε την ομάδα να σχολιάσει, εκτός εάν το άτομο επιθυμεί ρητά να το συζητήσει περαιτέρω. Μια σύντομη, θερμή αναγνώριση είναι συχνά αρκετή: «Σας ευχαριστούμε που το μοιραστήκατε μαζί μας. Χρειάστηκε θάρρος».

Διαχείριση διαγενεακών συγκρούσεων αξιών

Στον διαγενεακό διάλογο μπορεί να προκύψουν συγκρούσεις αξιών μεταξύ των γενεών. Οι μεγαλύτεροι και οι νεότεροι συμμετέχοντες μπορεί να έχουν διαφορετικές απόψεις, διαμορφωμένες από διαφορετικά ιστορικά, πολιτισμικά ή κοινωνικά πλαίσια. Ο ρόλος του συντονιστή είναι να δημιουργήσει τις συνθήκες για μια ειλικρινή ανταλλαγή απόψεων χωρίς να απαιτεί συναίνεση, διατηρώντας παράλληλα ένα κλίμα σεβασμού.

Στρατηγικές για συγκρούσεις αξιών

- Παρουσιάστε τη διαφωνία ως ευκαιρία: «Αυτός είναι ακριβώς ο τύπος διαφοράς που έχει σχεδιαστεί να διερευνά το IDS».
- Κάντε ερωτήσεις που βασίζονται στην περιέργεια: «Ποια εμπειρία διαμόρφωσε αυτή την άποψη για εσάς;» αντί για «Γιατί το πιστεύετε αυτό;»
- Προστατέψτε τα άτομα από το να γίνουν εκπρόσωποι της γενιάς τους: υπενθυμίστε στην ομάδα ότι κανείς δεν μιλάει εκ μέρους όλων των ανθρώπων της ηλικίας του.

- Εάν αμφισβητηθεί ο αυτοπροσδιορισμός ενός συμμετέχοντα (π.χ. ταυτότητα φύλου, σεξουαλικός προσανατολισμός), παρεμβαίνετε για να επιβεβαιώσετε ότι ο αυτοπροσδιορισμός δεν αποτελεί θέμα συζήτησης, αφήνοντας παράλληλα χώρο στον ερωτώντα να εκφράσει την αβεβαιότητά του χωρίς να υποτιμά το άλλο άτομο.

Μετά τη συνεδρία: Ανασκόπηση και παρακολούθηση

Οι δύσκολες συζητήσεις δεν τελειώνουν με τη λήξη της συνεδρίας. Οι συντονιστές πρέπει να προβλέψουν χρόνο για ένα δομημένο κλείσιμο και, όπου είναι δυνατόν, για μια ανασκόπηση της ομάδας.

Κλείσιμο της συνεδρίας

Πριν φύγουν οι συμμετέχοντες, προτείνετε έναν σύντομο γύρο στον οποίο ο καθένας μπορεί να μοιραστεί μια λέξη ή μια πρόταση για το πώς αισθάνεται. Αυτό εμποδίζει τους συμμετέχοντες να φύγουν με ανεπεξέργαστα συναισθήματα και δίνει στον συντονιστή μια εικόνα για το πού βρίσκεται η ομάδα. Ολοκληρώστε ευχαριστώντας την ομάδα για την προθυμία της να ασχοληθεί με δύσκολα θέματα.

Ανασκόπηση της ομάδας

Μετά τη συνεδρία, οι συντονιστές πρέπει να αναστοχαστούν, μόνοι ή με τους συν-συντονιστές, σχετικά με το τι λειτούργησε, τι ήταν δύσκολο και αν κάποιος συμμετέχων μπορεί να χρειαστεί περαιτέρω υποστήριξη. Βασικές ερωτήσεις περιλαμβάνουν:

Ερωτήσεις ανασκόπησης για τους συντονιστές

- Υπήρξαν στιγμές που ένιωσα την ανάγκη να πάρω θέση; Τι το προκάλεσε αυτό;
- Φάνηκε κάποιος συμμετέχων αναστατωμένος ή αποσυρμένος μετά τη συνεδρία;
- Ήταν επαρκείς οι βασικοί κανόνες ή πρέπει να αναθεωρηθούν για την επόμενη συνεδρία;
- Υπάρχει κάποιος με τον οποίο θα πρέπει να επικοινωνήσω ξεχωριστά πριν από την επόμενη συνάντηση;
- Τι θα έκανα διαφορετικά την επόμενη φορά;

ΒΑΣΙΚΟ ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑ

Ο στόχος της διευκόλυνσης δεν είναι να αποτρέψει την αμηχανία, αλλά να διασφαλίσει ότι η αμηχανία μοιράζεται, περιορίζεται και χρησιμοποιείται ως πόρος μάθησης. Όταν οι διευκολυντές προετοιμάζονται προσεκτικά, απαντούν με σαφήνεια και παρακολουθούν με προσοχή, οι δύσκολες συζητήσεις μπορούν να γίνουν οι πιο μεταμορφωτικές στιγμές σε μια συνεδρία διαγενεακού διαλόγου.

Λίστα ελέγχου

Αυτή η λίστα ελέγχου μπορεί να διευκολύνει τον προγραμματισμό της εκδήλωσης.

Τίτλος εκδήλωσης:	
Ημερομηνία:	
Τόπος:	
Υπεύθυνοι:	

☒ Πριν από την εκδήλωση

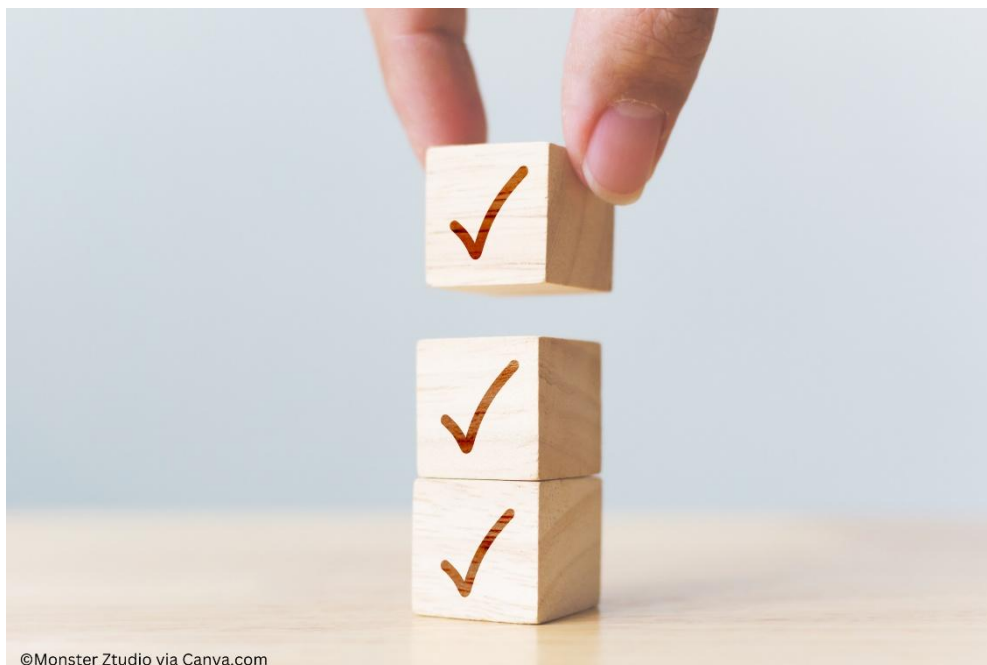
Εργασία	Υπεύθυνος	Προθεσμία	✓
Καθορισμός στόχου και ιδέας			
Καθορίστε έναν προϋπολογισμό			
Σχεδιάστε τον χώρο			
Διευκρινίστε τις τεχνικές απαιτήσεις			
Ποτά και σνακ			
Επικοινωνήστε με τις ομάδες-στόχους			
Διατηρήστε λίστα επαφών			
Ξεκινήστε τη διαφήμιση			
Προετοιμάστε υλικό και ερωτήσεις			

 Κατά τη διάρκεια της εκδήλωσης

Εργασία	Υπεύθυνος	Ώρα της ημέρας	✓
Εγκατάσταση & τεχνικός έλεγχος			
Εσωτερική διακόσμηση			
Προετοιμασία λίστας συμμετεχόντων			
Διάταξη υλικού			
Υποδοχή των καλεσμένων			
Μέθοδος για το σπάσιμο του πάγου			
Διαγενεακός διάλογος			
Ανασκόπηση και ανατροφοδότηση			
Συμπέρασμα			

 Μετά την εκδήλωση

Εργασία	Υπεύθυνος	Χρονοδιάγραμμα	✓
Καθαρισμός του χώρου			
Ανασκόπηση με την ομάδα			
Αξιολόγηση των σχολίων των συμμετεχόντων			
Αποστολή email ευχαριστίας			



©Monster Zstudio via Canva.com

Αναφορές

Scheunpflug, A., Frieters, N., Franz, J., & Antz, E.-M. (2009). Generationen lernen gemeinsam: Methoden für die intergenerationelle Bildungsarbeit. wbv Publikation.
<https://doi.org/10.3278/6001988w>

Wiedemann, M. (2024). Intergenerationelles Lernen: Alt und Jung lernen gemeinsam. DIE – Deutsches Institut für Erwachsenenbildung. <http://www.die-bonn.de/id/42174>

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 6

ΣΥΓΓΡΑΦΕΙΣ: PROPORTIONAL MESSAGE ASSOCIATION (ELISA KLEIN-PETERS)



«Ο μόνος σκοπός μιας δραστηριότητας είναι να προσφέρει την ευκαιρία για ανασκόπηση. Η μάθηση δεν λαμβάνει χώρα κατά τη διάρκεια της δραστηριότητας, αλλά κατά την αξιολόγησή της στη φάση της ανασκόπησης.»

(Thiagarajan & Van den Bergh, 2014)

Μαθησιακά αποτελέσματα

Μέχρι το τέλος αυτής της ενότητας, οι αναγνώστες θα έχουν:

Κατανόηση της σημασίας της αξιολόγησης των διαφόρων πτυχών μιας υλοποιημένης συνεδρίας διαγενεακού διαλόγου σε τρία επίπεδα.

Απόκτηση της ικανότητας να συλλέγουν σχόλια από τους συμμετέχοντες και τους διοργανωτές, διασφαλίζοντας ότι όλες οι απόψεις θα ακουστούν.

Εξοπλισμός με τα απαραίτητα εργαλεία για να συντονίζουν δραστηριότητες αναστοχασμού χρησιμοποιώντας διαδραστικά και χωρίς αποκλεισμούς εργαλεία.

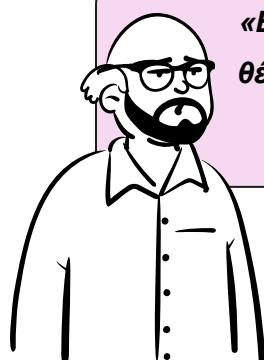


Εισαγωγή

Φυσικά αναστοχαζόμαστε τις δραστηριότητες που κάνουμε κάθε μέρα, ειδικά όταν κάτι δεν πάει όπως έχει προγραμματιστεί. Αλλά είναι εξίσου σημαντικό να κάνουμε ένα βήμα πίσω και να αξιολογούμε τα πράγματα όταν πάνε καλά, ώστε να κατανοήσουμε τι λειτούργησε και να αξιοποιήσουμε αυτή την επιτυχία. Στο τέλος μιας Συνεδρίας Διαγενεακού Διαλόγου (IDS), είναι απαραίτητο να αξιολογηθεί ο αντίκτυπός της για να γίνει αναστοχασμός σχετικά με τη συνεδρία. Για να γίνει αυτό, είναι καλό να αφιερώσουμε λίγο χρόνο για να αναστοχαστούμε σχετικά με το πώς πήγαν τα πράγματα, τι λειτούργησε καλά, τι θα μπορούσε να είναι καλύτερο ή τι πρέπει να αλλάξει, και πώς βίωσαν όλοι τη συνεδρία. Αυτό μας βοηθά να συνεχίσουμε να μαθαίνουμε, να υποστηρίζουμε τη συνεχή βελτίωση των μελλοντικών συνεδριών και να τις κάνουμε ακόμα πιο ουσιαστικές.



Αυτή η ενότητα παρέχει στους εκπαιδευτές και τους συντονιστές ιδέες, πρακτικά εργαλεία και ασκήσεις για την αξιολόγηση της αποτελεσματικότητας της IDS από πολλαπλές οπτικές γωνίες: των συμμετεχόντων, των διοργανωτών και του πλαισίου της συγκεκριμένης συνεδρίας. Ως κεντρικό στοιχείο παρακολούθησης των Συνεδριών Διαγενεακού Διαλόγου, το *Never Gets Old* προτείνει την ενσωμάτωση μιας συνιστώσας αξιολόγησης ως το κλείσιμο του εργαστηρίου. Αυτό το κεφάλαιο προσφέρει διάφορα παραδείγματα που μπορούν να χρησιμοποιηθούν ως δραστηριότητες ομαδικής αναστοχασμού. Ειδικά όταν πρόκειται για ευαίσθητα θέματα όπως η σεξουαλικότητα, η σεξουαλική υγεία ή συζητήσεις που σχετίζονται με την κοινότητα LGBTQ+, αυτή η φάση αξιολόγησης μπορεί να είναι ιδιαίτερα σημαντική. Βοηθά στην εμφάνιση της αμοιβαίας κατανόησης των διαφορετικών και μοναδικών εμπειριών ζωής και προοπτικών μεταξύ διαφορετικών ομάδων και γενεών (BISS e.V., 2024).



«Είμαι εδώ και μιλάω, δεν έχω μιλήσει ποτέ πραγματικά για αυτά τα θέματα, είμαι εδώ και σκέφτομαι διάφορα πράγματα. Σας ευχαριστώ που μου δώσατε τη δυνατότητα να συμμετάσχω.»

Εκτίμηση και αξιολόγηση επιπτώσεων

Οι συνεδρίες διαγενεακού διαλόγου (IDS) είναι δυναμικές και κοινωνικά σημαντικές – ωστόσο, χωρίς προσεκτική αξιολόγηση, υπάρχει κίνδυνος ο αντίκτυπός τους να παραβλεφθεί ή να παρερμηνευθεί. Στις ακόλουθες ενότητες παρουσιάζονται οι λόγοι για τους οποίους η αξιολόγηση είναι σημαντική, τα διαφορετικά επίπεδα στα οποία μπορεί να πραγματοποιηθεί, χρήσιμες συμβουλές για το τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνετε, καθώς και προτάσεις για πρακτικά εργαλεία για τους συντονιστές.

Γιατί να αξιολογούμε τον αντίκτυπο;

Η αξιολόγηση δεν περιορίζεται στον υπολογισμό του αριθμού των συμμετεχόντων ή στο να τσεκάρουμε κουτάκια. Αποτυπώνει την συναισθηματική, πνευματική και κοινωνική απήχηση. Πρόκειται για μάθηση, βελτίωση και για το να κάνουμε το αόρατο ορατό. Όπως το θέτει ο Sánchez (2009), η αξιολόγηση πρέπει να θεωρείται ως «μια συστηματική και ρητή διαδικασία, μια οργανωμένη και σκόπιμη προσπάθεια συλλογής έγκυρων πληροφοριών με σκοπό την περιγραφή και τη διατύπωση τεκμηριωμένων αξιακών κρίσεων σχετικά με ένα φαινόμενο» (σ. 14). Πρόκειται για το να ρωτήσουμε: Τι λειτούργησε; Για ποιον; Σε ποιο πλαίσιο; Και πώς μπορούμε να το κάνουμε καλύτερα την επόμενη φορά;

Μετά την οργάνωση μιας IDS – όπου άτομα από διαφορετικές ηλικιακές ομάδες μοιράζονται προσωπικές εμπειρίες και προοπτικές – μπορεί να είναι εξαιρετικά πολύτιμο να ακολουθήσει μια δραστηριότητα ανατροφοδότησης ή ομαδικής αναστοχασμού. Αυτές οι συζητήσεις μπορεί να είναι ισχυρές, εκπληκτικές, ακόμη και συναισθηματικές. Κατά τη διάρκεια της IDS, οι συμμετέχοντες μπορεί να ακούσουν κάτι που αμφισβητεί τις παραδοχές τους, συνδέεται με τις δικές τους εμπειρίες ή τους ανοίγει τα μάτια σε μια νέα οπτική γωνία. Επιπλέον, οι δραστηριότητες κλεισίματος στέλνουν ένα θετικό μήνυμα: η φωνή σας έχει σημασία και σας ακούνε. Το να αφιερώσετε χρόνο για να αναστοχαστείτε μαζί μετά βοηθά **τους συμμετέχοντες** να:

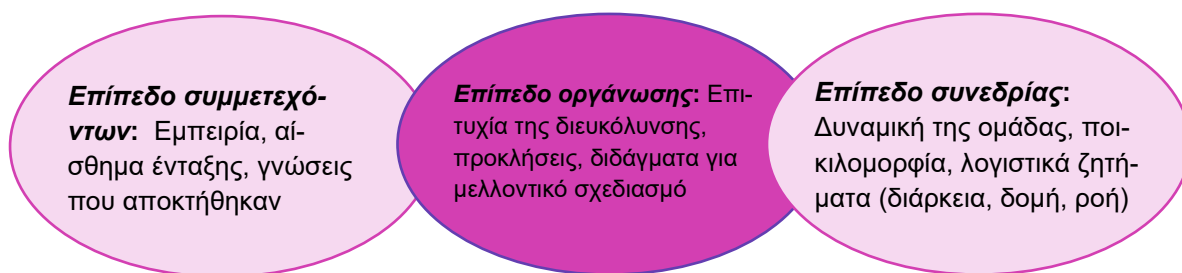
- Επεξεργαστούν ό,τι βίωσαν σε ένα ήρεμο και υποστηρικτικό περιβάλλον.
- Να κατανοήσουν τα συναισθήματα ή τις απροσδόκητες ιδέες που μπορεί να έχουν προκύψει.
- Μοιραστούν ανοιχτά τις εντυπώσεις τους, κάτι που μπορεί να ενισχύσει τη σύνδεση και τη μάθηση της ομάδας.
- Δώσουν εποικοδομητική ανατροφοδότηση που βοηθά τους συντονιστές να βελτιώσουν τις μελλοντικές συνεδρίες.

Οι αναστοχασμοί και η ανατροφοδότηση δίνουν επίσης στους διοργανωτές την ευκαιρία να δουν πόσο καλά η συνεδρία υποστήριξε τον ανοιχτό, σεβασμό διάλογο, ειδικά μεταξύ διαφορετικών ηλικιών, φύλου ή ταυτότητας, και αν όλοι ένιωσαν ότι ακούστηκαν και συμπεριλήφθηκαν. Η αξιολόγηση του αντίκτυπου επιτρέπει στον **συντονιστή** να:

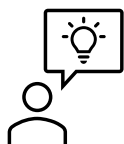
- Να μάθει από τις προκλήσεις.
- Να αναγνωρίσει και να αξιολογήσει τα μαθησιακά αποτελέσματα.
- Να κατανοήσει και να ενισχύσει τις επιτυχίες.
- Να βελτιώσει τις μελλοντικές συνεδρίες IDS με βάση τα σχόλια των συμμετεχόντων.
- Αξιολόγηση της συμμετοχικότητας σε σχέση με την ηλικία, τον σεξουαλικό προσανατολισμό, την ταυτότητα φύλου και το κοινωνικό υπόβαθρο.
-

Επίπεδα αξιολόγησης

Κατά την αξιολόγηση ενός IDS, είναι χρήσιμο να το εξετάζουμε από τρεις διαφορετικές οπτικές γωνίες:



Σε **επίπεδο συμμετεχόντων**, η εστίαση είναι στις προσωπικές εμπειρίες: Ένιωσαν οι άνθρωποι ότι εντάχθηκαν, ότι τους σεβάστηκαν και ότι τους άκουσαν; Απέκτησαν νέες προοπτικές ή γνώσεις, ειδικά σχετικά με την ηλικία, το φύλο ή την ταυτότητα; Για παράδειγμα, ένας νεότερος συμμετέχων μπορεί να μοιραστεί ότι δεν είχε σκεφτεί πώς βιώνεται η σεξουαλικότητα σε μεγαλύτερη ηλικία, ή ένας ενήλικας μεγαλύτερης ηλικίας μπορεί να εκφράσει πόσο σημαντικό ήταν να νιώσει ότι τον άκουσαν πραγματικά.



Σε **οργανωτικό επίπεδο**, εξετάζεται ο τρόπος διεξαγωγής της συνεδρίας και η «εμπειρία πίσω από τα παρασκήνια» των συντονιστών: Ήταν η ατμόσφαιρα φιλόξενη; Προέκυψαν προκλήσεις, όπως τεταμένα σημεία συζήτησης ή κυρίαρχες φωνές; Αυτό βοηθά τους διοργανωτές να αναστοχαστούν και να μάθουν για την επόμενη φορά. Για παράδειγμα, οι συντονιστές αναλογίζονται εάν οι συμμετέχοντες διαφορετικού φύλου συμμετείχαν εξίσου ενεργά στη συζήτηση.



Τέλος, το **επίπεδο της συνεδρίας** απομακρύνεται για να εξετάσει πρακτικές και δομικές πτυχές: Ήταν ο χώρος χωρίς αποκλεισμούς και προσβάσιμος; Ήταν η ομάδα ισορροπημένη όσον αφορά την ηλικία, την ταυτότητα φύλου ή το υπόβαθρο; Λειτουργήσε καλά το πρόγραμμα ή κάποια μέρη φάνηκαν βιαστικά ή υπερβολικά μακρά; Ήταν η διάταξη των καθισμάτων ή η διαρρύθμιση του χώρου χρήσιμη για ανοιχτές συζητήσεις; Για παράδειγμα, μια συνεδρία μπορεί να διεξήχθη καλά από λογιστική άποψη, αλλά να έλειπε ο πραγματικός διάλογος μεταξύ των ηλικιακών ομάδων.

Ο Sánchez (2009) συνιστά την ενσωμάτωση και των τριών επιπέδων για να αποκτηθεί μια πιο ακριβής εικόνα της πραγματικής αξίας του προγράμματος και των τομέων που χρήζουν βελτίωσης. Η εξέταση αυτών των τριών επιπέδων από κοινού δίνει μια πλήρη εικόνα του τι λειτουργήσε, του τι δεν λειτουργήσε και του πώς μπορούν οι μελλοντικές συνεδρίες IDS να γίνουν ακόμη πιο αποτελεσματικές και χωρίς αποκλεισμούς.

Γενικές συστάσεις

Πρέπει να θυμόμαστε ότι, όπως και οι νεότερες γενιές, η παλαιότερη γενιά δεν αποτελεί μια ομοιογενή ομάδα. Όσοι συμμετέχουν στο IDS μπορεί να καλύπτουν τρεις ή περισσότερες γενιές, ενώ ο όρος «μεταξύ γενεών» σημαίνει μια διαφορά ηλικίας περίπου 25 ετών (Generations Working Together, 2011). Η καθοδήγηση, η συμβουλευτική και η παρακολούθηση είναι πολύτιμες τεχνικές που μπορούν να βελτιώσουν τις μαθησιακές εμπειρίες για όλους τους εμπλεκόμενους. Η διαγενεακή μάθηση δεν είναι μια μονόδρομη μεταφορά γνώσης από έναν «ειδικό» σε ένα νεότερο άτομο – πρόκειται για αμοιβαία μάθηση, όπου κάθε άτομο φέρνει τις δικές του ιδέες, εμπειρίες και ερωτήσεις στο τραπέζι. Όταν οι γενιές συναντώνται σε ενεργό ανταλλαγή, εμπλέκονται σε μια μορφή μάθησης που είναι δυναμική και αμοιβαία. Στη συνέχεια, με βάση μια βιβλιογραφική ανασκόπηση, θα βρείτε μερικές πρακτικές **συμβουλές για το τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνετε**, που θα σας βοηθήσουν να δημιουργήσετε ένα θετικό και χωρίς αποκλεισμούς περιβάλλον διαγενεακής μάθησης για το εργαστήριο αξιολόγησης που διοργανώνετε.

Να κάνετε	Τι να μην κάνετε
Σχεδιάστε την αξιολόγησή σας πριν από τη συνεδρία.	Μην αντιμετωπίζετε την αξιολόγηση ως μια τυπική διαδικασία ή γραφειοκρατική διαδικασία.
Προσθέστε επιλογές <u>ανώνυμης</u> ανατροφοδότησης, όπως το <i>Mentimeter</i> ή το <i>Kahoot!</i> για μεγαλύτερες ομάδες.	Εστιάστε μόνο στις «επιτυχίες»: οι κριτικές φωνές προσφέρουν πολύτιμα διδάγματα.
Σκεφτείτε την ευρύτερη εικόνα από την αρχή, συμπεριλαμβανομένης της βιωσιμότητας: τι θα συμβεί όταν ολοκληρωθεί η δραστηριότητα;	Μην είστε υπερβολικά φιλόδοξοι και/ή μην περιπλέκετε υπερβολικά τα εργαλεία: διατηρήστε τα προσβάσιμα σε όλες τις ηλικίες και όλα τα επίπεδα γραμματισμού.
Εμπλέξτε όλα τα μέρη στις συζητήσεις πριν από τη δραστηριότητα για να βεβαιωθείτε ότι οι μαθησιακοί σας στόχοι είναι οι ίδιοι με τους δικούς τους. Συζητήστε φόβους, απορίες και ανησυχίες, αν είναι απαραίτητο.	Να αγνοείτε τους παράγοντες του πλαισίου (π.χ. τον πολιτισμικό ή συναισθηματικό τόνο της συνεδρίας).

Να είστε προσεκτικοί στις δυναμικές εξουσίας και στους διαφορετικούς τρόπους επικοινωνίας. Οι συμμετέχοντες μπορεί να προέρχονται από ένα ευρύ φάσμα υποβάθρων με ποικιλία διαφορετικών αναγκών.	Να θεωρείτε τους ηλικιωμένους ως μια ομοιογενή ομάδα. Οι ανάγκες των νεότερων ηλικιωμένων θα διαφέρουν από αυτές των μεγαλύτερων σε ηλικία.
Συμφωνήστε με τους συμμετέχοντες για το χρόνο που θα απαιτηθεί.	Να αποκλείσετε κάποιον, π.χ. μειονοτικές ομάδες.
Χρησιμοποιήστε γλώσσα χωρίς αποκλεισμούς σε όλα τα εργαλεία.	Μην θεωρείτε ότι η αποκάλυψη προσωπικών πληροφοριών είναι δύσκολη ή αποτελεί εμπόδιο. Μπορεί να αποτελέσει μια ευκαιρία για μάθηση.
Δημιουργήστε κάποιο χρόνο ησυχίας για τους ενήλικες και χώρο για τους νέους να είναι ενεργοί.	«Διαχωρίστε» τις ομάδες ανά ηλικία: ο στόχος είναι να μάθουν από την οπτική γωνία του άλλου.

Κατά την αξιολόγηση των διαγενεακών προγραμμάτων, είναι σημαντικό να κοιτάξουμε πέρα από τις ίδιες τις δραστηριότητες. Η Miriam Bernard (2006) προτείνει οι συμμετέχοντες να εμπλέκονται σε όλα τα στάδια της διαδικασίας αξιολόγησης, από τον σχεδιασμό μέχρι τις τελικές αναστοχαστικές σκέψεις. Αυτό τους βοηθά να νιώθουν ότι εκτιμώνται και ότι αποτελούν πραγματικά μέρος του έργου, αντί να αισθάνονται σαν άτομα που μελετώνται από έξω. Παρόλο που δεν δίνει ακριβή βήματα, η προσέγγισή της ταιριάζει με αυτό που πολλοί αποκαλούν συνεργατική έρευνα, όπου τόσο οι διοργανωτές όσο και οι συμμετέχοντες συνεργάζονται και οι δύο πλευρές επωφελούνται από τη διαδικασία (Sánchez, 2009).

Εργαλεία αξιολόγησης



Η αξιολόγηση είναι ζωτικής σημασίας για να διασφαλιστεί ότι η συνεδρία διαγενεακού διαλόγου δεν είναι μόνο σημαντική τη δεδομένη στιγμή, αλλά συνεχίζει να εξελίσσεται και να έχει αντίκτυπο με την πάροδο του χρόνου. Αυτό το κεφάλαιο θα σας προσφέρει μια επιλογή πρακτικών εργαλείων και φύλλων εργα-

σίας που έχουν σχεδιαστεί για να βοηθήσουν τους συντονιστές και τους διοργανωτές να αναστοχαστούν σχετικά με τη μαθησιακή διαδικασία, να συλλέξουν ανατροφοδότηση και να αξιολογήσουν τόσο τα δυνατά σημεία όσο και τους τομείς που χρήζουν βελτίωσης στις συνεδρίες τους.

Για να καθοδηγήσετε τη διαδικασία αξιολόγησης, λάβετε υπόψη τα εξής: Ξεκινήστε καταγράφοντας με σαφήνεια τη δραστηριότητα, τους στόχους της και τα μαθησιακά αποτελέσματα που αναμένετε για όλους τους εμπλεκόμενους. Σκεφτείτε το σχέδιό σας: ποιος πρόκειται να ωφεληθεί και με ποιους τρόπους; Παρακολουθήστε την πρόοδο κατά τη διάρκεια της συνεδρίας και αναλογιστείτε τι αλλάζει: τι λειτούργησε καλά, τι όχι και γιατί; Η συλλογή ανατροφοδότησης από όλους τους συμμετέχοντες, συμπεριλαμβανομένων των διοργανωτών, βοηθά στη διαμόρφωση μιας πληρέστερης εικόνας. Τέλος, αξιολογήστε το έργο στο σύνολό του και προσδιορίστε ποια στοιχεία θα μπορούσαν να αναπτυχθούν περαιτέρω ή να προωθηθούν με βιώσιμο τρόπο (Generations Working Together, 2011).

Στις επόμενες σελίδες, θα βρείτε παραδείγματα έτοιμων προς χρήση εργαλείων αξιολόγησης – από απλά έντυπα ανατροφοδότησης έως δημιουργικές ομαδικές δραστηριότητες αναστοχασμού – για να υποστηρίξετε μια προσεκτική και χωρίς αποκλεισμούς αξιολόγηση της διαγενεακής σας εργασίας.

Διαδραστικές ασκήσεις αναστοχασμού του IDS

Κύκλος εντυπώσεων για διαγενεακό διάλογο

Δημιουργήστε έναν κύκλο όρθιων ή καθισμένων. Εξηγήστε ότι αυτή είναι μια ευκαιρία για όλους να αναστοχαστούν σύντομα την εμπειρία τους και να μοιραστούν ένα συμπέρασμα.

Κάθε άτομο μοιράζεται μια λέξη ή μια σύντομη πρόταση που συνοψίζει το βασικό συμπέρασμα που έβγαλε από τη συνεδρία.

«Ποια λέξη περιγράφει το πώς νιώθετε αυτή τη στιγμή;»

«Ποιο είναι το ένα πράγμα που παίρνεις μαζί σου από τη σημερινή μέρα;»

Παραλλαγή: Χρησιμοποιήστε χρωματιστές κάρτες για να ενθαρρύνετε την αυθόρμητη έκφραση (**πράσινο** = θετική αντίληψη ή συναίσθημα, **κίτρινο** = ουδέτερο ή κάτι που χρειάζεται περαιτέρω σκέψη, **κόκκινο** = κριτική παρατήρηση ή πρόκληση)

Συμβουλές: *Κλείστε με μια νότα ελπίδας* – Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να μοιραστούν ένα πράγμα που θα κρατήσουν μαζί τους. *Για να ενεργοποιήσετε την ομάδα, ενσωματώστε δραστηριότητες κίνησης* – π.χ. Σημειώστε τις γωνίες του δωματίου με πινακίδες όπως: «Νέα Εικόνα», «Ακόμα Αναρωτιέμαι», «Εμπνευσμένος για Δράση», «Μικτά Συναισθήματα». Ή χρησιμοποιήστε κατηγορίες όπως «Σηκωθείτε αν νιώσατε ότι σας άκουσαν κατά τη διάρκεια

Το μαθησιακό ταξίδι

Αυτή η δραστηριότητα ενθαρρύνει τους συμμετέχοντες να αναστοχαστούν σχετικά με όσα έμαθαν ή ένωσαν κατά τη διάρκεια της συνεδρίας διαλόγου, τοποθετώντας φυσικά τον εαυτό τους κατά μήκος ενός φανταστικού φάσματος.

Επιλέξτε έναν ελεύθερο χώρο στο δωμάτιο (ή σε εξωτερικό χώρο) όπου οι συμμετέχοντες μπορούν να σταθούν σε μια ενιαία **οριζόντια γραμμή**. Ορίστε δύο αντίθετα άκρα της γραμμής:

Το ένα άκρο αντιπροσωπεύει «Συμφωνώ απόλυτα» | «Πολύ» | «Πολύ άνετα»

Το άλλο αντιπροσωπεύει «Διαφωνώ απόλυτα» | «Καθόλου» | «Πολύ άβολα»

Διαβάστε δυνατά μια δήλωση αναστοχασμού, όπως: «Νιώθω ότι κατανοώ καλύτερα τις απόψεις των άλλων γενεών τώρα.» «Ένωσα σίγουρος/η να συμβάλω στη συζήτηση σήμερα.» «Έχω κίνητρο να συνεχίσω συζητήσεις όπως αυτή εκτός αυτού του χώρου.» Οι συμμετέχοντες περπατούν στο σημείο της γραμμής που αντιπροσωπεύει καλύτερα το πώς νιώθουν για τη δήλωση.

Παραλλαγή: Αντί για μια γραμμή, δημιουργήστε έναν **χρονοδιάγραμμα** με τις φάσεις της συνεδρίας: Αρχή → Μέση → Τώρα/Τέλος. Ζητήστε από τους συμμετέχοντες να σταθούν

Ερωτηματολόγιο ανατροφοδότησης IDS

Συμπληρώνεται από τον συμμετέχοντα μετά τη συνεδρία ID

Σας ευχαριστούμε που συμμετείχατε στη Συνεδρία Διαγενεακού Διαλόγου. Η γνώμη σας είναι ζωτικής σημασίας για να κατανοήσουμε τον αντίκτυπο αυτής της συνεδρίας και να βελτιώσουμε μελλοντικές πρωτοβουλίες. Αφιερώστε λίγα λεπτά για να συ-

Ηλικία:

Όνομα

(προαιρετικό):

Διεύθυνση

ηλεκτρονικού

ταχυδρομείου

(προαιρετικό):

Παρακαλώ υποδείξτε το βαθμό συμφωνίας σας με τις παρακάτω δηλώσεις.	Διαφωνώ απόλυτα	Διαφωνώ	Ουδέτερος	Συμφωνώ	Συμφωνώ απόλυτα
Ένωσα ασφάλεια και σεβασμό κατά τη διάρκεια της συνεδρίας.	☐	☐	☐	☐	☐
Ο διάλογος έδειχνε να περιλαμβάνει ποικίλες ταυτότητες και εμπειρίες.	☐	☐	☐	☐	☐
Έμαθα κάτι καινούργιο για τις απόψεις μιας άλλης γενιάς.	☐	☐	☐	☐	☐
Είχα χώρο να εκφραστώ.	☐	☐	☐	☐	☐
Η συνεδρία ήταν ενδιαφέρουσα.	☐	☐	☐	☐	☐
Η συνεδρία ήταν καλά οργανωμένη και είχε σαφή δομή.	☐	☐	☐	☐	☐
Ο διάλογος με βοήθησε να αναστοχαστώ τις δικές μου υποθέσεις ή πεποιθήσεις.	☐	☐	☐	☐	☐
Μετά από αυτή τη συνεδρία, νιώθω πιο συνδεδεμένος με ανθρώπους από άλλες γενιές.	☐	☐	☐	☐	☐
Οι συντονιστές ενθάρρυναν μια ουσιαστική και ισορροπημένη συμμετοχή.	☐	☐	☐	☐	☐

Ερωτήσεις για προβληματισμό για τους συμμετέχοντες

Ποιο ήταν για εσάς το πιο σημαντικό μέρος της συνεδρίας; Υπήρξε κάποιο θέμα που ξεχώρισε;

Υπήρξαν στιγμές που αμφισβήτησαν τον τρόπο σκέψης ή τις απόψεις σας; Περιγράψτε τις.

Πώς επηρέασε η συνεδρία τις απόψεις σας σχετικά με την ηλικία, το φύλο ή τη σεξουαλικότητα;

Τι θα μπορούσε να βελτιωθεί στις μελλοντικές συνεδρίες;

Έχετε άλλα σχόλια ή προτάσεις;

Θα ήθελα να συμμετάσχω σε μελλοντικές δραστηριότητες και να λαμβάνω παρόμοιες προτάσεις.

☐ Ναι

☐ Όχι

Εάν ναι, παρακαλώ εισάγετε τη διεύθυνση ηλεκτρονικού ταχυδρομείου σας εδώ:

Σας ευχαριστούμε πολύ για το χρόνο και τη συμβολή σας! 🌸

Φύλλο ανατροφοδότησης IDS

Συμπληρώνεται από τον διοργανωτή μετά τη συνεδρία ID

Αριθμός συμμετεχόντων: _____

Διάρκεια της συνεδρίας: _____

Ημερομηνία και τόπος:

Διαμεσολαβητής/-ές:

Τι πήγε καλά στη συνεδρία;

Υπήρξαν στιγμές έντασης ή δυσφορίας; Πώς αντιμετωπίστηκαν;

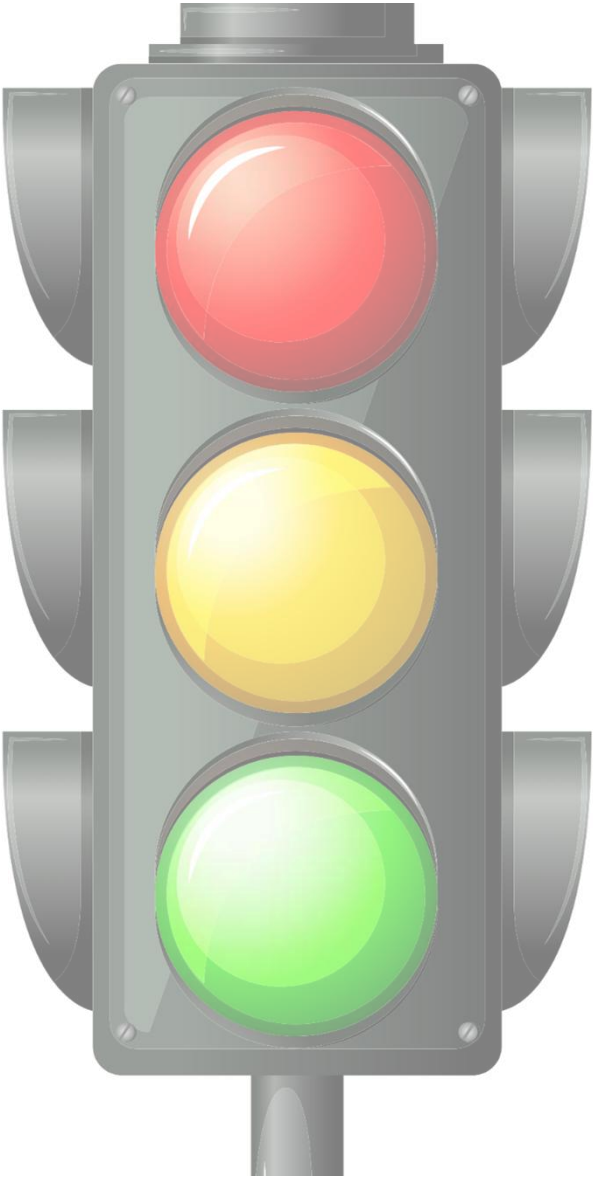
Αισθάνθηκαν όλοι ότι η φωνή τους ακούστηκε και εκτιμήθηκε εξίσου;

Υπήρχαν συμμετέχοντες από το LGBTIQ+ περιβάλλον; Ένιωθαν ότι εντάσσονται;

Πώς λειτούργησε η διαγενεακή αλληλεπίδραση; Ήταν ισορροπημένη;

Υπήρξαν απροσδόκητες διαπιστώσεις ή αντιδράσεις;

Τι θα κάναμε διαφορετικά την επόμενη φορά;

	Τι πρέπει να αποφύγουμε την επόμενη φορά;
	Τι πρέπει να βελτιώσουμε;
	Τι πρέπει να διατηρήσουμε;

Συμπέρασμα

Αυτό το κεφάλαιο επικεντρώθηκε στη σημασία των δραστηριοτήτων αξιολόγησης ως μέρος κάθε συνεδρίας διαγενεακού διαλόγου. Εξετάσαμε γιατί η εκτίμηση των επιπτώσεων είναι σημαντική – όχι μόνο για τη βελτίωση των μελλοντικών πρακτικών, αλλά και για την εκτίμηση των εμπειριών και των συνεισφορών όλων των εμπλεκόμενων γενεών.

Το κεφάλαιο παρουσίασε διαφορετικά επίπεδα αξιολόγησης (επίπεδο συμμετεχόντων, οργανωτικό και επίπεδο συνεδρίας), μοιράστηκε πρακτικές συμβουλές για το τι πρέπει και τι δεν πρέπει να κάνουμε, και παρείχε μια επιλογή προσαρμοσμένων φύλλων εργασίας κατάλληλων για μια ποικιλία συνθηκών και δυναμικών ομάδων. Η εκτίμηση επιπτώσεων δεν είναι απλώς αξιολογική· είναι επίσης μετασχηματιστική. Μέσω ανατροφοδότησης και διαδραστικών δραστηριοτήτων, οι συντονιστές μπορούν να βοηθήσουν τους συμμετέχοντες να αναστοχαστούν σχετικά με τα δικά τους συναισθήματα, να ανταλλάξουν εμπειρίες και να βελτιώσουν την ενσωμάτωση εντός της ομάδας.

Πρόσφατες έρευνες υποστηρίζουν την αξία του διαγενεακού διαλόγου ως ισχυρού εργαλείου μάθησης. Μια συστηματική ανασκόπηση των Trujillo-Torres et al. (2023) διαπίστωσε ότι οι διαγενεακές μαθησιακές δραστηριότητες οδήγησαν σταθερά σε θετικά αποτελέσματα σε έξι βασικούς τομείς: βελτιωμένες στάσεις και ευεξία, μεγαλύτερη ένταξη ευάλωτων ομάδων, ισχυρότερες οικογενειακές σχέσεις, ενισχυμένες κοινωνικές και ανθρώπινες αξίες, καλύτερη ευαισθητοποίηση σε θέματα υγείας και μείωση του ψηφιακού χάσματος μεταξύ των γενεών. Αν και τα προγράμματα αυτά απαιτούν σημαντική δέσμευση από τους συμμετέχοντες και ενδέχεται αρχικά να αντιμετωπίσουν γενεακές προκαταλήψεις, τα συνολικά οφέλη υπογραμμίζουν το ισχυρό δυναμικό του διαγενεακού διαλόγου ως μετασχηματιστικής εκπαιδευτικής προσέγγισης.

Κοιτώντας προς το μέλλον, υπάρχουν μεγάλες δυνατότητες να εμβαθύνουμε την κατανόησή μας για το πώς η διαγενεακή εργασία διαμορφώνει την προσωπική ανάπτυξη, την κοινωνική συνοχή και την ανάπτυξη της κοινότητας. Στόχος αυτού του κεφαλαίου είναι να παρέχει στους συντονιστές των εργαστηρίων τα εργαλεία για να αναστοχάζονται, να μαθαίνουν και να προσαρμόζονται, καθώς και να διασφαλίζουν ότι οι διαγενεακές συνεδρίες παραμένουν χωρίς αποκλεισμούς, ελκυστικές και αποτελεσματικές για όλους.

Δραστηριότητα αξιολόγησης



- Τι σας εξέπληξε κατά τη διάρκεια της σημερινής συνεδρίας;
- Άλλαξαν σήμερα οι απόψεις σας για μια άλλη γενιά; Πώς;
- Πότε νιώσατε ιδιαίτερα συνδεδεμένοι με έναν άλλο συμμετέχοντα;
- Τι σημαίνει για εσάς ο «διαλογικός διάλογος»;
- Τι θα θέλατε να πείτε σε κάποιον από άλλη γενιά που δεν ήταν εδώ σήμερα;

Αναφορές

Bernard, M. (2006). Έρευνα, πολιτική, πρακτική και θεωρία: Αλληλένδετες διαστάσεις ενός αναπτυσσόμενου πεδίου. Περιοδικό Διαγενεακών Σχέσεων: Προγράμματα, Πολιτική και Έρευνα, 4(1), 5–21.

BISS e.V. (2024). Leitfaden generationsübergreifende Austauschformate in der LSBTIQ-Community. <https://schwuleundalter.de>

Generations Working Together. (15 Αυγούστου 2011). Οδηγός χρήστη για τη διαγενεακή μάθηση. Το Σκωτσέζικο Κέντρο Διαγενεακής Πρακτικής. https://generationsworkingtogether.org/downloads/504dec3ddbef6-Intergenerational_Learning_updated_15_Aug_2011.pdf

Sánchez, M. (2009). Αξιολόγηση διαγενεακών προγραμμάτων (1η αγγλική έκδοση). Ισπανικό Εθνικό Ινστιτούτο για τους Ηλικιωμένους και τις Κοινωνικές Υπηρεσίες (IMSERSO). <https://www.seg-social.es/imserso/documentacion/pub.html>

Thiagarajan, S., & Van den Bergh, S. (2014). Διαδραστικές μέθοδοι κατάρτισης: Δραστηριότητες Thiagi για επαγγελματική, διαπολιτισμική και πολιτική μάθηση σε ομάδες. Wochenschau Verlag.

Trujillo-Torres, J. M., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, M. P., Mentado-Labao, T., & Barrera-Corominas, A. (2023). Διαγενεακή μάθηση και ο αντίκτυπός της στη βελτίωση των εκπαιδευτικών διαδικασιών. Επιστήμες της Εκπαίδευσης, 13(10), 1019.

