

Ghid pentru o Sesiune de Dialog Intergenerațional

Un Ghid pentru Combaterea Ageismului și Promovarea
Sexualității, Genului și Diversității la a Treia Vârstă



Partenerii proiectului



Nume Partener	Țara	Logo
Verein Niedersächsischer Bildungsinitiativen e.V. (VNB)	Germania	 Verein Niedersächsischer BILDUNGSINITIATIVEN e.V. Geschäftsstelle Göttingen
Societatea Romana de Sprijin a Varstnicilor si a Suferinzilor cu Afectiuni de tip Alzheimer (SRA)	Romania	 SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER
Freie Altenarbeit Göttingen e.V. (FAGö)	Germania	
Le Girofard	Franta	 Centre LGBTI+ de Bordeaux, Nouvelle Aquitaine
Proportional Message – Associação (PM)	Portugalia	 Proportional Message
The Learning Edge Ventures (LE)	Cipru	 Powered by CARDET

Introducere	1
1. Îmbătrânirea și discriminarea pe criterii de vârstă	3
Introducere	4
Îmbătrânirea	5
Discriminarea pe baza de vârstă	6
Înțelegerea Ageism-ului în Europa	8
Impactul Ageism-ului asupra sănătății	8
Ageism și Sănătatea Sexuală	9
Concluzii	11
Referințe	12
2. Sexualități, Genuri și Diversități la vârsta a treia	13
Introducere	14
Definiții cheie	15
Provocări specifice la vârste înaintate	17
Abordarea IDS: Incluzivă și Sistemică	19
Concluzie	22
Referințe	24
3. Metodologia învățării intergeneraționale	25
Introducere	26
Importanța unei abordări intergeneraționale sensibile la diferențe	27
Cerințe de bază pentru un eveniment intergenerațional reușit	29
Concluzie	35
Referințe	36
4. Abordarea „speed-dating” și principiile-cheie	37

Introducere	38
Evoluția Speed-Dating-ului ca o unealtă educațională	40
Instrucțiuni practice pentru discuțiile de tip Speed-Dating - “DO’s” și “DON’T’s”	42
Principii cheie	44
Glosar de termeni cheie	46
Concluzie	46
Referințe	47
Ghid practice pentru Sesiuni de Dialog Intergenerațional	48
Introducere	49
Plănuirea evenimentului	49
Programul evenimentului	53
Exemple de întrebări pentru sesiunile ID	58
Studii de caz pentru discuții	64
Întrebări generale de reflecție pentru practica profesională	79
Ghidul Facilitatorului: Gestionarea Subiectelor și Conversațiilor Dificile în	
Discuții de Grup	80
Checklist	84
Referințe	87
6. Evaluarea impactului	88
Introducere	89
Evaluarea impactului	90
Instrumente de evaluare	94
IDS Chestionar de Feedback	96

Întrebări de Reflecție pentru Participanți	97
IDS Fisă de Reflecție	98
Concluzie	100
Evaluarea activității	101
Referințe	102



Data publicării: August 2025

Edited de: Freie Altenarbeit Göttingen e.V.

Proiect Erasmus+: “Never Gets Old – Intergenerational Gender and Sexuality Education”

Acest ghid este distribuit sub licența Creative Commons Attribution–Non-commercial–Share Alike (CC BY-NC-SA). Sunteți liberi să copiați, să distribuiți și să adaptați acest material, cu condiția să:

- Menționați autorul
- Nu îl utilizați în scopuri comerciale
- Distribuiți orice adaptare sub aceeași licență

Introducere



Introducere

În cadrul proiectului Erasmus+ „Never Gets Old – Educație intergenerațională privind genul și sexualitatea”, echipa de proiect, formată din șase organizații partenere din cinci țări diferite, a dezvoltat formatul de atelier numit „Sesiuni de Dialog Intergenerațional” (IDS). Acestea reprezintă un format de schimb care facilitează interacțiuni personale între membri ai diferitelor grupe de vârstă, prin conversații unu-la-unu despre sexualitate, diversitatea sexuală și de gen la vârste înaintate și de-a lungul întregii vieți. Accentul este pus pe un schimb deschis între generații, nu pe convingerea reciprocă, ci pe înțelegere și învățare unii de la alții.



Evenimentul oferă spațiu pentru discuții despre:

- **experiențe trăite în legătură cu sexualitatea, sănătatea sexuală, identitatea și genul**
- **reprezentări sociale și modul în care acestea se schimbă**
- **importanța diversității la vârste înaintate și în contextul sănătății și îngrijirii**

Pe termen lung, proiectul își propune să îmbunătățească situația socială și îngrijirea medicală a persoanelor vârstnice și să consolideze dialogul și solidaritatea între generații. Sesiunile ID contribuie la deschiderea spațiului pentru conversații și, astfel, la construirea unei societăți în care oamenii din toate generațiile sunt văzuți și apreciați în diversitatea lor. Următorul ghid începe cu o introducere în tema îmbătrânirii și a ageismului în capitolul unu, continuă cu o prezentare aprofundată a sexualității, genului și diversității la vârste înaintate în capitolul doi. Capitolul trei prezintă metodologia și conceptele importante ale învățării intergeneraționale, iar capitolul patru se concentrează pe abordarea de tip „speed-dating” a conversațiilor.

Capitolul cinci oferă un ghid practic cuprinzător pentru implementarea sesiunilor de dialog intergenerațional, iar capitolul șase încheie prin prezentarea unor orientări practice pentru evaluarea impactului acestor sesiuni. Aplicația ghidului IDS se adresează tuturor celor interesați de schimbul intergenerațional și care doresc să contribuie la destigmatizarea sexualității, precum și a diversității sexuale și de gen la vârste înaintate. Printre aceștia se numără educatorii pentru adulți, furnizorii de servicii medicale, lucrătorii din domeniul îngrijirii,

universitățile pentru seniori, profesorii din școli profesionale și universități, organizațiile sociale și persoanele fizice implicate.

ÎMBĂTRÂNIREA ȘI DISCRIMINAREA PE CRITERII DE VÂRSTĂ

CAPITOLUL 1

AUTOR: SRA - SOCIETATEA ROMÂNĂ ALZHEIMER (IOANA TEACOE)



„Prejudecățile ne limitează; ele sunt un mit social [...] persoanele vârstnice trăiesc cu această prejudecată: «Nu, nu mai sunt capabil(ă).»”

(Participant la focus grupul românesc „Never Gets Old”, martie 2025)

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei secțiuni, cititorii vor:

Înțelege îmbătrânirea ca un proces multidimensional, incluzând schimbări biologice, psihologice și sociale, precum și conceptele de a treia și a patra vârstă.

Recunoaște formele și impactul discriminării pe criterii de vârstă, inclusiv discriminarea instituțională, interpersonală și autodirecționată.

Aprecia importanța sănătății sexuale la vârste înaintate și barierele cu care se confruntă adulții vârstnici în accesarea îngrijirii, în special femeile și persoanele LGBTQ+.



@Magda Ehlers via Canva.com

Introducere

Pe măsură ce înaintează în vârstă, oamenii trec prin schimbări la nivel mental, emoțional, fizic/biologic și social. Îmbătrânirea la nivel individual poate fi definită în diverse moduri, în funcție de perspectiva adoptată. Încercăm să definim îmbătrânirea pornind de la lucrarea „Biology of Aging: Observations and Principles” de Robert Arking (Arking, 2006). Astfel, îmbătrânirea poate fi descrisă ca o serie independentă de timp de schimbări cumulative, progresive, intrinseci și dăunătoare, de natură funcțională și structurală, care încep, de regulă, să se manifeste la maturitatea reproductivă și culminează în cele din urmă cu moartea. Este important de menționat că indivizii pot îmbătrâni diferit.

Organizația Mondială a Sănătății (OMS) a adoptat o poziție privind îmbătrânirea și sănătatea, având în vedere creșterea numărului și a proporției populației vârstnice. Se preconizează că



până în 2030, 1 din 6 persoane din lume va avea 60 de ani sau peste. Ținând cont că persoanele aflate la a treia sau a patra vârstă sunt predispuse la dezvoltarea unor afecțiuni de sănătate concomitente, OMS afirmă că „un răspuns cuprinzător de sănătate publică trebuie să abordeze această gamă largă de experiențe și nevoi ale persoanelor vârstnice” (Organizația Mondială a

Sănătății: OMS, 2024). De asemenea, Adunarea Generală a Națiunilor Unite (ONU) a declarat perioada 2021–2030 drept Deceniul ONU al îmbătrânirii sănătoase și a solicitat OMS să conducă implementarea acestuia. Din cauza schimbărilor care apar în procesul de îmbătrânire, persoanele aflate la vârsta a treia pot fi percepute ca fiind mai fragile, dependente sau ca o povară pentru societate. Acestea sunt toate convingeri ageiste (bazate pe discriminare pe criterii de vârstă).

Un aspect adesea trecut cu vederea în legătură cu îmbătrânirea este sănătatea sexuală. Concepțiile ageiste contribuie la tăcere și stigmatizare, lăsând mulți adulți vârstnici, în special femeile și persoanele LGBTQ+, fără îngrijire adecvată sau recunoaștere în acest domeniu. Potrivit OMS, ageismul se referă la stereotipurile (modul în care gândim), prejudecățile (modul în care ne simțim) și discriminarea (modul în care acționăm) îndreptate către persoane pe baza vârstei lor” (Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), 2021). Rezultatele European Social Survey (care include 54.988 de respondenți din 28 de țări) arată că vârsta este cea mai frecventă caracteristică asociată cu discriminarea, urmată de gen și etnie, în aproape toate țările analizate (Ayalon, 2013)

Îmbătrânirea



Având în vedere că acest proiect și ghidul nostru vor folosi frecvent termenul „a treia vârstă”, este important să definim ce presupune acest concept. După cum notează Silva (2008), viața a fost în mod tradițional înțeleasă ca desfășurându-se în trei etape majore: tinerețea (o perioadă de învățare și dezvoltare), maturitatea (o perioadă de muncă, responsabilitate și viață de familie) și bătrânețea (adesea asociată cu declinul și retragerea din viața socială). Totuși, perspectivele recente asupra îmbătrânirii au introdus o viziune mai nuanțată. „A treia vârstă” se referă la o etapă distinctă a vieții care urmează pensionării din activitatea profesională, dar precede eventualul declin fizic asociat vârstei înaintate. Aceasta este percepută ca o perioadă de autonomie, activitate, implicare socială și împlinire personală. Conceptul a apărut relativ recent, fiind susținut de promovarea unei imagini pozitive a îmbătrânirii, impulsionată de gerontologia socială, politicile de îmbătrânire activă și recunoașterea persoanelor vârstnice ca membri activi ai societății și participanți relevanți pe piața de consum. Astfel, „a treia vârstă” se distinge de viziunea tradițională asupra bătrâneții prin accentul pus pe un stil de viață activ și participativ, centrat pe dezvoltare personală continuă, contribuind la redefinirea modului în care îmbătrânirea este înțeleasă în societatea contemporană. Unii cercetători au identificat și o „a patra vârstă”, caracterizată prin declin fizic și nevoi crescute de îngrijire, diferențiind-o de natura activă și independentă a celei de-a treia vârste. Dintr-o perspectivă biologică, modificările asociate îmbătrânirii apar la fiecare organism multicelular care ajunge la maturitatea reproductivă, la toți membrii speciei respective și au aceeași etiologie moleculară (Hayflick, 2007).



„Semnele distinctive” ale îmbătrânirii pot fi împărțite în trei categorii: (1) primare (care determină deteriorarea structurii și funcției celulare, independent de boală); (2) antagoniste (răspunsurile la deteriorările provocate de îmbătrânirea primară); și (3) integrative (consecințele acestor răspunsuri și factorii care contribuie la fenotipul îmbătrânirii) (McHugh & Gil, 2017). Toate aceste modificări se manifestă inegal în diferitele organe și sisteme ale corpului și pot apărea, de asemenea, în ritmuri diferite de la un individ la altul. Dziechciaż și Filip (2014) au realizat o sinteză a acestor schimbări la nivelul mai multor sisteme, precum cel circulator, respirator, digestiv, locomotor și uro-genital. De exemplu, la bărbați, îmbătrânirea este adesea asociată cu creșterea dimensiunii și greutatei prostatei, ceea

ce poate afecta funcția urinară. La femei, modificările hormonale duc la atrofie vaginală, subțierea și uscarea pereților vaginali, ceea ce poate provoca disconfort și alte simptome.



Dintr-o perspectivă psihologică și socială, Charles și Carstensen (2019) notează în lucrarea lor că adulții vârstnici prezintă adesea o reglare emoțională îmbunătățită, raportând mai puține fluctuații ale dispoziției și emoții mai stabile și mai pozitive. Ei tind să se concentreze pe obiective și experiențe cu semnificație emoțională, o schimbare susținută de teorii precum Teoria selectivității socio-emoționale. Această orientare contribuie la așa-numitul „efect de pozitivitate”, în care persoanele vârstnice își amintesc mai clar experiențele pozitive decât pe cele negative. Deși trăsăturile de personalitate rămân, în general, stabile, tendințe precum neuroticismul tind să scadă, sprijinind astfel bunăstarea emoțională. Din punct de vedere social, adulții vârstnici mențin de obicei rețele sociale mai mici, dar mai apropiate, prioritizând relațiile care oferă profunzime emoțională în locul numărului acestora. Ei tind să evite conflictele, să răspundă mai calm la stresul interpersonal și să valorizeze armonia socială. Cu toate acestea, riscul de izolare socială crește odată cu vârsta, din cauza limitărilor fizice sau a pierderii persoanelor apropiate, ceea ce poate avea efecte negative asupra sănătății. Totuși, implicarea semnificativă în activități precum voluntariatul sau îngrijirea altor persoane poate îmbunătăți starea de bine și chiar poate contribui la creșterea longevității.

În ansamblu, aceste schimbări sugerează că îmbătrânirea nu este doar un proces de declin, ci unul de adaptare psihologică, modelat de obiective în schimbare, experiența de viață și importanța conexiunilor sociale semnificative.

Discriminarea pe baza de vârstă

Ageismul nu se rezumă doar la incidente izolate; el pătrunde în modul în care gândim, simțim și acționăm față de ceilalți pe baza vârstei. Acesta se manifestă în trei moduri principale: stereotipuri, prejudecăți și discriminare. În primul rând, există stereotipurile: idei simplificate, adesea inexacte, pe care le avem despre oameni în funcție de vârsta lor. De exemplu, mulți presupun că persoanele vârstnice sunt fragile sau că tinerii sunt neglijenți ori iresponsabili. Aceste generalizări largi influențează modul în care percepem întregi grupuri de vârstă. Apoi urmează sentimentele: reacțiile emoționale stârnite de aceste stereotipuri. Uneori simțim milă față de persoanele în vârstă, teamă față de propria îmbătrânire sau resentimente față de

generațiile mai tinere. Aceste emoții pot fi puternice și pot influența modul în care relaționăm cu ceilalți.

În cele din urmă, aceste gânduri și sentimente se transformă în acțiuni: discriminarea. Aceasta apare atunci când oamenii sunt tratați nedrept doar din cauza vârstei lor. Fie că este vorba de comportamente subtile sau evidente, aceste acțiuni exclud sau dezavantajează anumite grupuri de vârstă, creând bariere reale în viața de zi cu zi.

Ageismul se manifestă la trei niveluri principale (Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), 2021):



Ageism institutional

Se referă la legile, regulile, normele sociale, politicile și practicile instituțiilor care restricționează în mod nedrept oportunitățile și dezavantajează sistematic persoanele pe baza vârstei. Acesta poate include raționalizarea accesului la servicii medicale în funcție de vârstă, practici discriminatorii de angajare sau vârste obligatorii de pensionare. Un astfel de ageism poate fi profund înrădăcinat și adesea rămâne nerecunoscut, deoarece regulile și practicile sunt normalizate. Impactul său este adesea dedus din diferențele de rezultate între grupele de vârstă, mai degrabă decât dintr-o intenție explicită.



Ageism interpersonal

Apare în timpul interacțiunilor dintre două sau mai multe persoane. Exemplele includ lipsa de respect sau atitudinea condescendentă față de adulții vârstnici sau tineri, ignorarea punctelor lor de vedere sau utilizarea „elderspeak” – un ton excesiv de acomodant și un limbaj simplificat adresat persoanelor vârstnice, care le poate infantiliza. De asemenea, include insultarea persoanelor pe baza vârstei, cum ar fi etichetarea persoanelor vârstnice drept „inutile” sau a celor tinere drept „necugetate” ori „criminale”.



Ageismul autodirecționat

Apare atunci când indivizii internalizează ageismul din cultura în care trăiesc și își îndreaptă aceste prejudecăți împotriva lor înșiși. Acest lucru poate duce la conformarea la stereotipurile legate de vârstă, ceea ce, la rândul său, întărește ageismul interpersonal și instituțional.

Înțelegerea Ageism-ului în Europa

Deoarece partenerii implicați în acest proiect provin din diverse țări europene, este deosebit de important să explorăm modul în care discriminarea pe criterii de vârstă afectează oamenii pe întregul continent.

Datele Organizației Mondiale a Sănătății (Demographic Change and Healthy Ageing, 2021) evidențiază faptul că ageismul rămâne o problemă răspândită în Europa, afectând atât populațiile vârstnice, cât și pe cele tinere, în diverse contexte sociale, inclusiv în domeniul muncii, al îngrijirii sănătății și al interacțiunilor de zi cu zi.

Rezultatele de mai jos oferă o imagine mai clară asupra modului în care prejudecățile legate de vârstă continuă să influențeze experiențele și atitudinile între generații în Europa.

- În Europa, una din trei persoane vârstnice raportează ca a fost tinta ageism-ului.
- Un sondaj European Social Survey din 2008–2009, desfășurat în 28 de țări, a arătat că tinerii cu vârste între 15–24 de ani au raportat cele mai ridicate rate de tratament perceput ca inechitabil din cauza vârstei (55%). Acest grup, la fel ca toate celelalte grupe de vârstă, a raportat că a experimentat mai multă discriminare pe criterii de vârstă decât pe criterii de sex, rasă sau origine etnică.
- În același sondaj, adulții tineri (20–29 de ani) au primit evaluări mai scăzute decât persoanele vârstnice (peste 70 de ani) în ceea ce privește stereotipurile pozitive, fiind percepuți mai rar ca prietenoși, competenți, respectuoși sau având standarde morale ridicate
- Un sondaj european din 2015 a arătat că 44,2% din populația regiunii europene avea atitudini moderat sau puternic ageiste.
- La locul de muncă, European Working Conditions Survey 2015 a indicat că discriminarea pe criterii de vârstă în rândul angajaților atinge vârfuri la vârsta de 20 de ani și din nou la 59 de ani. Peste jumătate dintre europenii chestionați în 2015 au considerat că a avea 55 de ani sau peste reprezintă un dezavantaj pentru candidații la angajare, comparativ cu doar 16% în cazul celor sub 30 de ani.

Impactul Ageism-ului asupra sănătății

O analiză sistematică globală, care a inclus 422 de studii din 45 de țări, a constatat că ageismul a fost asociat cu rezultate mai slabe în 96% dintre domeniile de sănătate examinate (Chang et al., 2020). Sursele indică faptul că aceste consecințe asupra sănătății par să fie în creștere, posibil în legătură cu perioadele de criză economică. Impactul este cel mai

semnificativ în cazul ageismului autodirecționat și afectează mai frecvent grupurile defavorizate și persoanele cu niveluri mai scăzute de educație.

Conform raportului global al OMS privind ageismul (Demographic Change and Healthy Ageing (DHA), 2021), ageismul este asociat cu o speranță de viață redusă, o recuperare mai slabă după boală sau dizabilitate și o probabilitate crescută de a adopta comportamente de risc pentru sănătate. Discriminarea pe criterii de vârstă poate duce, de asemenea, la tratamente medicale inadecvate și la lipsa accesului la servicii adecvate de sănătate sexuală și reproductivă, afectând în special femeile vârstnice. La nivel psihic, ageismul contribuie la rate mai ridicate de depresie, anxietate și declin cognitiv, mai ales atunci când persoanele vârstnice internalizează stereotipurile negative. Din punct de vedere social, ageismul subminează calitatea vieții prin favorizarea izolării, singurătății și fricii, adesea amplificate de reprezentările negative din mass-media.



“Nevoia de a aparține este o nevoie fundamentală și nu este exclusivă pentru tineri”
(Participant la focus grupul românesc „Never Gets Old”, martie 2025)

Ageism și Sănătatea Sexuală

Sănătatea sexuală este un aspect esențial al stării de bine la orice vârstă. Totuși, pentru mulți adulți vârstnici, discuțiile despre sexualitate cu profesioniștii din domeniul sănătății rămân dificile. Convingerile culturale, stigmatizarea socială și prejudecățile ageiste consideră adesea sexualitatea la vârste înaintate ca fiind inutilă sau inadecvată. Ca urmare, multe persoane vârstnice, în special femeile și persoanele LGBTQ+, evită complet conversațiile despre sănătatea sexuală.

Profesioniștii din domeniul sănătății pot, de asemenea, să ezite să inițieze aceste discuții, fie din cauza stânjenirii, a lipsei de formare, fie din convingeri personale potrivit cărora persoanele

vârstnice nu mai sunt active sexual. Acest disconfort reciproc creează un cerc al tăcerii în care nevoi importante de sănătate rămân neadresate. Pacienții vârstnici se pot simți judecați sau neînțeleși, mai ales dacă au avut anterior experiențe în care au primit răspunsuri negative sau minimalizatoare din partea profesioniștilor. În unele cazuri, pacienții pot fi însoțiți de membri ai familiei în timpul consultațiilor, ceea ce descurajează dialogul deschis pe teme intime. Genul, vârsta și experiența percepută a profesionistului din domeniul sănătății pot influența, de asemenea, comunicarea. Mulți adulți vârstnici raportează că se simt mai confortabil cu profesioniști de același gen sau de vârstă similară. În special femeile se simt adesea mai în largul lor discutând cu ginecologi decât cu medici de familie, mai ales când este vorba despre preocupări legate de intimitate sau relații de același sex.

„În generația mea, fetele erau învățate că nu este potrivit să vorbească despre sex [...] sexualitatea persoanelor vârstnice este uneori greu de acceptat, chiar și de proprii copii, dacă acestea își doresc să își reconstruiască viața la bătrânețe.” (Participant la focus grupul românesc „Never Gets Old”, martie 2025)



Pentru persoanele vârstnice LGBTQ+, barierele sunt și mai mari. Multe au trăit perioade de incriminare și excludere socială și pot resimți teamă față de discriminare sau invizibilitate în contextul medical actual. Centrele de îngrijire și instituțiile de sănătate presupun adesea heterosexualitatea și nu reușesc să creeze medii incluzive și afirmative. Ca urmare, persoanele vârstnice queer pot evita să își dezvăluie identitatea sau pot renunța complet la a solicita îngrijire. La aceste provocări se adaugă și formarea limitată pe care o primesc profesioniștii din domeniul sănătății în ceea ce privește sexualitatea și îmbătrânirea. Mulți specialiști declară că nu se simt pregătiți să abordeze sănătatea sexuală la adulții vârstnici, în special în cadrul comunităților LGBTQ+. Mesajele și materialele de sănătate publică rareori sunt adresate populației vârstnice, lăsând-o insuficient informată cu privire la prevenția infecțiilor cu transmitere sexuală (ITS), simptomele HIV și resursele disponibile. Aceste perspective sunt preluate din Ezhova et al. (2020); încurajăm cititorii să consulte articolul complet pentru o explorare mai aprofundată a subiectului.

Concluzii

Îmbătrânirea este un proces natural, multifactorial, care implică transformări biologice, psihologice și sociale. Deși aceste schimbări sunt adesea inevitabile și variate ca manifestare, modul în care societatea răspunde la ele joacă un rol esențial în modelarea experienței trăite a persoanelor vârstnice.

Ageismul, prin stereotipuri, prejudecăți și discriminare, amplifică dificultățile asociate îmbătrânirii, consolidând așteptări negative, limitând oportunități și afectând rezultatele în ceea ce privește sănătatea. Ageismul în sistemul de sănătate creează zone oarbe sistemice care împiedică persoanele vârstnice, în special persoanele LGBTQ+ și femeile vârstnice, să primească îngrijire adecvată în domeniul sănătății sexuale. Abordarea acestor bariere necesită o combinație de formare a profesioniștilor, medii incluzive, practici de comunicare îmbunătățite și educație ținută privind sănătatea sexuală. Doar astfel sănătatea sexuală la vârste înaintate poate fi recunoscută ca o componentă legitimă și esențială a îmbătrânirii sănătoase. Eforturile organismelor globale precum Organizația Mondială a Sănătății și Națiunile Unite indică o recunoaștere tot mai mare a nevoii de schimbare sistemică.



Inițiativa The Decade of Healthy Ageing solicită un răspuns coordonat care să promoveze incluziunea, să abordeze inegalitățile și să conteste atitudinile sociale profund înrădăcinate. Combaterea ageismului necesită intervenții la mai multe niveluri: reformarea cadrelor instituționale, promovarea unor interacțiuni interpersonale respectuoase și remodelarea

convingerilor interne despre îmbătrânire. Educația, politicile incluzive și implicarea intergenerațională sunt strategii-cheie în demontarea structurilor ageiste și în crearea condițiilor care permit persoanelor de toate vârstele să prospere.

Referințe

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). Global reach of ageism on older persons' health: A systematic review. *PLoS ONE*, 15(1), e0220857.

<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220857>

Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2009). Social and emotional aging. *Annual Review of Psychology*, 61(1), 383–409. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.093008.100448>

Demographic Change and Healthy Ageing (DHA). (2021, March 18). Global report on ageism. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240016866>

Dziechciaż, M., & Filip, R. (2014). Biological psychological and social determinants of old age: Bio-psycho-social aspects of human aging. *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). Barriers to older adults seeking sexual health advice and treatment: A scoping re-view. *International Journal of Nursing Studies*, 107, 103566.

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

Hayflick, L. (2007). Biological aging is no longer an unsolved problem. *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). Senescence and aging: Causes, consequences, and therapeutic avenues. *The Journal of Cell Biology*, 217(1), 65–77.

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

Silva, L. R. F. (2008). Da velhice à terceira idade: o percurso histórico das identidades atreladas ao processo de envelhecimento. *História Ciências Saúde-Manguinhos*, 15(1), 155–168. <https://doi.org/10.1590/s0104-59702008000100009>

[World Health Organization: WHO. \(2024\). Ageing and health. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health](https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health)

SEXUALITĂȚI, GENURI ȘI DIVERSITĂȚI LA VÂRSTA A TREIA

CAPITOLUL 2

AUTOR: LE GIROFARD (CURT MORGANE)



„Nu diferențele noastre ne despart. Ci incapacitatea noastră de a recunoaște, accepta și celebra aceste diferențe.”

(Audre Lorde)

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei secțiuni, cititorii vor:

Dobândi concepte cheie legate de sexualitate, gen și diversitate la vârsta adultă târzie.

Dobândi conștientizarea provocărilor specifice cu care se confruntă persoanele vârstnice LGBTQIAP+ și alte persoane marginalizate.

Identifica modalități incluzive de a aborda aceste subiecte în context intergenerațional și profesional.



©Monkey Business via Canva.com

Introducere

Sexualitatea și intimitatea la vârste înaintate rămân subiecte tabu, adesea reduse la tăcere de stereotipuri persistente și de disconfort cultural. Totuși, așa cum subliniază studii recente (Thomas & Hazif-Thomas, 2021; Les Petits Frères des Pauvres, 2022), dorința, afecțiunea și conexiunea emoțională nu dispar odată cu vârsta. Ele evoluează, fiind modelate de schimbările fiziologice și de mediile sociale, dar rămân esențiale pentru starea de bine. Focus grupurile noastre au evidențiat experiențe diverse. Unii seniori LGBTQIAP+ (lesbiene, gay, bisexuali, persoane transgender, queer sau questioning, intersex, asexuali, aromantici, agender sau pansexuali) poartă încă urmele unei perioade în care identitățile lor erau incriminate, precum și ale homofobiei internalizate:

„Am trăit cu ‘prietena mea’ timp de decenii. Toată lumea știa, dar nu ne-am ținut niciodată de mână. Acum oamenii fac asta deschis și mă face să mă simt inconfortabil.”

(Participant la focus grupul francez „Never Gets Old”)

Alții, care și-au asumat mai târziu în viață propria identitate, deplâng lipsa spațiilor offline de conectare. Aceste povești evidențiază tensiuni intergeneraționale în cadrul comunității queer, unde homofobia internalizată coexistă cu dorința de vizibilitate și apartenență.

Abordarea sexualității la vârste înaintate, în special în afara cadrelor heteronormative, necesită contestarea clișeelelor. Pentru mulți, nu este vorba atât despre performanța sexuală, cât despre intimitate împărtășită, tandrețe și afirmarea identității. Sexualitatea la vârste înaintate poate fi non-penetrativă, fiind modelată de limitări de sănătate, schimbări emoționale sau experiențe de viață.



Însă acest lucru nu este exclusiv pentru persoanele LGBTQIAP+. Perspectivile sociale mai largi desexualizează, de asemenea, persoanele vârstnice, indiferent de orientare sau gen. Mitul îmbătrânirii asexuate contribuie la izolare, invizibilitate și chiar neglijare medicală. Sexualitatea face parte din demnitate, din a fi văzut ca o persoană întreagă.

Definiții cheie

Genuri si orientari

Gen

Roluri, comportamente și norme construite social, asociate cu a fi bărbat, femeie sau non-binar. Spre deosebire de sexul biologic, genul este fluid și modelat de așteptările culturale.

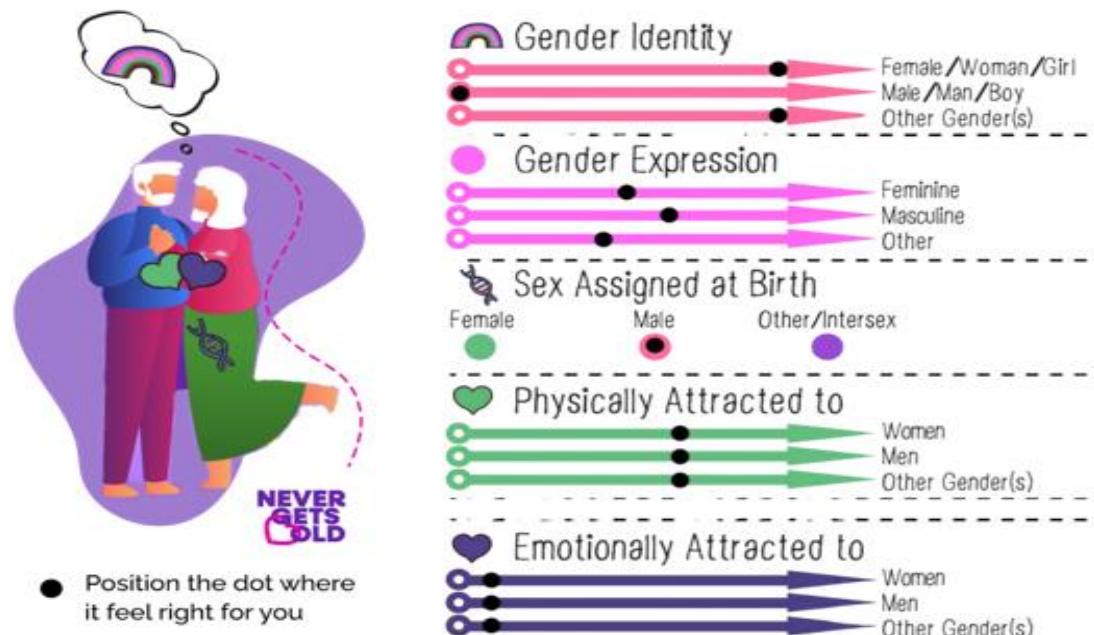
Sex (Biologic)

Atribuit la naștere pe baza anatomiei și cromozomilor. În mod tradițional este considerat binar (masculin/feminin), dar include și variații intersex care nu se încadrează în normele medicale.

Identitate de gen

Sentimentul profund resimțit al unei persoane de a fi bărbat, femeie, ambele, niciuna sau undeva pe acest spectru.

- **Cisgender:** Identitatea de gen corespunde sexului atribuit la naștere
- **Transgender:** Identitatea de gen diferă de sexul atribuit la naștere



Expresie de gen: Modul în care genul este exprimat în exterior, prin îmbrăcăminte, comportament sau voce — independent de identitatea de gen.

Orientare sexuala/romantica: Atracția (emoțională, romantică, sexuală) față de alte persoane. Exemple includ:

- **Heterosexual:** atracție față de genul opus
- **Homosexual** (gay, lesbian): Atracție față de același gen
- **Bisexual/Pansexual:** Atracție față de mai multe genuri
- **Asexual:** Puțină sau deloc atracție sexuală (poate exista totuși atracție romantică).

Diversitate și Intersecționalitate

Intersecționalitate



Intersecționalitatea este un cadru teoretic pentru înțelegerea modului în care aspecte ale identității sociale și politice ale unei persoane (de exemplu, genul, rasa, clasa socială, sexualitatea, dizabilitatea, aspectul fizic, înălțimea etc.) se combină pentru a genera forme unice de discriminare și privilegii.

Termenul a fost introdus de profesoara Kimberlé Williams Crenshaw, un important specialist în teoria critică a rasei, în lucrarea sa fundamentală din 1989, „Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics”.

Exemplu: O femeie vârstnică, de culoare, lesbiană, se poate confrunta cu:

- **Ageism:** Stereotipuri despre asexualitate în procesul de îmbătrânire
- **Sexism:** Invizibilitatea femeilor vârstnice
- **Homofobia:** Marginalizarea în medii de îngrijire
- **Rasism:** Disparități în accesul la servicii de sănătate sau la locuințe.

Minorități sexuale și de gen (LGBTQIAP+)

Include lesbiene, gay, bisexuali, persoane transgender, queer sau questioning, intersex, asexuali, aromantici, agenre și pansexuali. Semnul „+” suplimentar reprezintă toate celelalte identități care nu sunt incluse în acronimul scurt.

Queer

Un termen-umbrelă pentru identități non-normative, reapropriat de generațiile mai tinere.

Unele persoane vârstnice îl pot percepe în continuare ca fiind derogatoriu.

Provocări specifice la vârste înaintate

Moștenire Legală și Culturală

Contexte istorice inegale

Drepturile persoanelor LGBTQIAP+ au evoluat diferit de-a lungul timpului și în funcție de regiuni, ceea ce influențează modul în care persoanele vârstnice au trăit și au îmbătrânit.

Țara	Decriminarea homosexualității	Căsătoria între persoane de același sex	Adopție/ Reproducerea umană asistată	Impact asupra seniorilor
Franța	1982	2013	Adopție: 2013 ART: 2021 (pentru cupluri lesbiene)	Persoane vârstnice care au trăit perioade de incriminare, urmate de recunoaștere tardivă. Tehnicile de reproducere umană asistată (ART) rămân inaccesibile
Germania	1969 (FRG) 1988 (GDR)	2017	Adopție: 2017 ART: restrictiv (decontat doar pentru cupluri heterosexuale)	Experiență duală Est/Vest. Generații marcate de paragraful 175 (incriminare în perioada nazistă, apoi menținută în RFG până în 1994).
Portugalia	1983	2010	Adopție: 2016 ART: 2016 (acces extins)	Progrese recente, însă dictatura Salazar își menține încă impactul asupra persoanelor vârstnice care au trăit acea perioadă (homosexualitatea a fost
România	2001	Interzis	Interzis	Stigmatizare persistentă. Persoane vârstnice confruntate cu lipsa recunoașterii legale și cu o respingere socială puternică

Cipru	1998	Nicio recunoaștere oficială	Interzis	Context ortodox conservator. Persoanele vârstnice sunt adesea forțate la tăcere.
--------------	------	-----------------------------	----------	--

- Franța/Germania: În ciuda progreselor, multe persoane LGBTQIAP+ au crescut în contexte în care identitatea lor era incriminată, ceea ce a dus la rușine sau ascundere, în special în centrele de îngrijire..
- Europa de Est: Negarea persistentă a drepturilor și a sprijinului social. În România, 65% dintre bărbații gay vârstnici trăiesc singuri și fără familie.

Norme internalizate și stigmatizare de-a lungul vieții



A. Tabu și reprimare

Oamenii vârstnici LGBTQIAP+ adesea internalizează stigma.

- “Revenirea la ascunderea identității”: 40% își ascund identitatea în zile din cauza fricii de discriminare (Grey Pride, 2023).
- Sexismul bazat pe gen: Femeile lesbiene vârstnice se confruntă cu o dublă/triplă invizibilitate (ageism + sexism + homofobie), în special în sistemul de sănătate.



B. Rasism și Antisemitism

Intersecția dintre vârstă, rasă și identitate queer creează experiențe specifice:

- Segregarea rasială anterioară.
- Lipsa reprezentării în media.
- Stereotipuri precum „lesbiene masculine” sau hipersexualizarea femeilor de culoare.

C. Accesul la sănătate

- 72% dintre doctori nu întreaba niciodată pacienții în vârstă despre orientarea lor sexuală (Flesia et al., 2023).

- Persoanele vârstnice care trăiesc cu HIV se confruntă cu un stigmat complex. Aproximativ 30% dintre diagnosticele HIV din Franța sunt în rândul persoanelor de peste 50 de ani.
- Persoanele trans vârstnice se confruntă cu discontinuități medicale, cum ar fi ignorarea terapiei hormonale după vârsta de 70 de ani.

Izolarea: O problemă structurală

Izolarea este o problemă frecventă în rândul tuturor persoanelor vârstnice, dar în cazul persoanelor LGBTQIAP+, în special al celor fără copii sau fără familii care să le ofere sprijin, aceasta poate fi accentuată de teamă, stigmatizare sau excluderea din spațiile comunitare.

Factori de izolare	Date cheie
Ruperea legăturilor cu membrii familiei	90% dintre seniorii comunității LGBTQIAP+ nu au copii (INSEE, 2023).
Lipsa facilităților incluzive	Doar 12% dintre căminele de bătrâni își instruiesc personalul în probleme LGBTQIAP+ (Grey Pride, 2024).
Insecuritate economică	40% dintre persoanele vârstnice queer au pensii sub 1.000 € pe lună (corelate cu cariere afectate sau întrerupte de discriminare).

Abordarea IDS: Incluzivă și Sistemică

Limba incluzivă



Evită:

- “La vârsta ta, asta nu este potrivit.” → Ageism
- Folosirea implicită a pronumelor (“Dl./Dna.”) → Binarism de gen
- “Nu ai deloc copii?” → Heteronormativitate



Folosește:

- Termeni neutri precum “persoană vârstnică” în loc de “bărbat/femeie în vârstă”
- Întreabă: “Ce pronume folosești?”
- Folosește formulări incluzive: „Aveți prieteni apropiați sau familie aleasă?”

Exemplu: Înlocuiește “Soț/Soție” pe formulare cu “Partener”, include opțiuni pentru identități non-binare.

Instrumente pentru Instituții

A. Formarea personalului



Module obligatorii despre:

- Sănătate sexuală și îmbătrânire
- Nevoile seniorilor Trans (ex. continuarea hormonoterapiei)
- Intersecționalitate (ex. sprijinirea unei femei lesbiene rasializate)
- Istoria LGBTQIAP+ (ex. criza SIDA, criminalizarea)

Instrument: Grey Pride kit de formare—include scenarii din viața reală.

B. Spații fizice incluzive

- Camere duble pentru cupluri de același sex



- Simboluri LGBTQIAP+ în spații comune
- Grupuri de sprijin tematice: “HIV și Imbatranirea,” “Asumarea identității după 60 ani”
- Exemple: Maison de la Diversité (Lyon) oferă camere private și spații comune pentru locuire colectivă

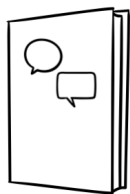
C. Activități intergeneraționale



- Ateliere de memorie queer: testimoniale ale persoanelor vârstnice împărtășite cu tinerii
- Discuții despre film (ex, Pour la Vie)
- “Arhive vii”: proiecte artistice care colectează poveștile persoanelor vârstnice

Metoda IDS: Co-creaaza programe cu seniori→ promovează împuternicirea și autonomia

D. Politici Instituționale



- **Eticheta “Bienvenue” (Grey Pride):**

- Criterii: personal instruit, cartă anti-discriminare, spații neutre din punctul de vedere al genului.
- Audit-uri anuale cu organizații LGBTQIAP+

- **Protocoale HIV**

- Conștientizarea „sindromului Lazarus” (supraviețuitori pe termen lung ai SIDA cu PTSD)
- Parteneriate cu medici specializați în HIV

Date cheie: În centrele etichetate „Bienvenue”, cu 30% mai mulți rezidenți își dezvăluie identitatea LGBTQIAP+. (Grey Pride, 2024)

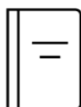
Resurse cheie

Materiale recomandate pentru informare suplimentară



Asociații:

- Grey Pride: Manualul “Welcoming LGBTQIAP+ Seniors”
- Les Audacieuses: Grupuri de sprijin pentru femei lesbiene varstnice



Cărți:

- Aging While Queer (Double Hélice Editions, 2023)



Website-uri:

- SOS Homophobia: Fișe practice privind drepturile persoanelor vârstnice



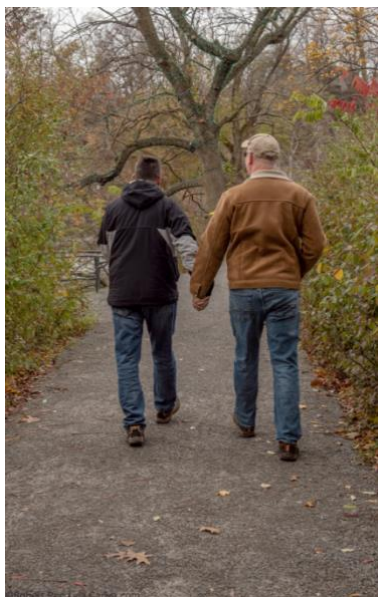
Filme:

- If I Die, It Will Be With Joy de Alexis Taillant (2024, documentar)



Concluzie

Îmbătrânirea nu este un capitol închis, ci o continuare a identității, experienței și exprimării de sine. Totuși, pentru mult timp, intersecția dintre îmbătrânire, sexualitate, gen și diversitate a fost ignorată — învăluită în tăcere, stereotipuri și neglijare instituțională. Acest ghid contestă mitul persistent conform căruia persoanele vârstnice, în special cele din comunitățile LGBTQIAP+, încetează să mai fie ființe sexuale, emoționale sau complexe. El afirmă că demnitatea în procesul de îmbătrânire include dreptul de a fi văzut, auzit și validat în toate identitățile proprii.



Am explorat realitățile nuanțate cu care se confruntă persoanele vârstnice LGBTQIAP+: moștenirea incriminării și a rușinii, teama de a reveni la ascunderea identității în centrele de îngrijire, invizibilitatea corpurilor și dorințelor la vârste înaintate, precum și efectele cumulate ale rasismului.

ableism, discriminarea bazată pe dizabilitate și sărăcia. Acestea nu sunt probleme izolate, ci sunt sistemice și necesită responsabilitate colectivă.

O abordare incluzivă nu înseamnă doar politici mai bune; înseamnă schimbarea mentalităților. Ea solicită profesioniștilor, familiilor și instituțiilor să depășească toleranța și să se îndrepte către o afirmare autentică. Aceasta presupune redesenarea spațiilor de locuire, adaptarea practicilor de îngrijire, formarea personalului și construirea de punți intergeneraționale bazate pe empatie și respect.

Înseamnă, de asemenea, să ne punem sub semnul întrebării presupunerile despre vârstă, gen și intimitate și să ascultăm — să ascultăm cu adevărat — vocile celor care au trăit experiențe de tăcere impusă, stigmatizare și supraviețuire.

A centra persoanele vârstnice LGBTQIAP+ înseamnă, de asemenea, a revendica memoria. Ele poartă istorii de rezistență, de iubire trăită în ascuns, de comunități construite de la zero, de doliu și bucurie împletite. Onorând aceste vieți, nu doar reparăm trecutul, ci modelăm și un viitor în care nimeni nu îmbătrânește în rușine sau izolare. Să ne imaginăm o lume în care a îmbătrâni înseamnă a deveni mai vizibil, nu mai puțin. În care



spațiile de îngrijire celebrează fiecare tip de poveste de viață. În care fiecare persoană, indiferent de vârstă, este liberă să țină mâna cuiva, să împărtășească iubirea și să își exprime identitatea: deschis, în siguranță, cu demnitate și mândrie.

Aceasta este promisiunea unei abordări IDS. Și este responsabilitatea noastră colectivă să o îndeplinim.

Referințe

Cărți și rapoarte

Grey Pride Association. (s. d.). Autrement vieillir. AssoConnect.
<https://www.greypride.fr/page/3239802-livre-autrement-vieillir>.

Grey Pride. (2023). Guide "Welcoming LGBTQIAP+ seniors".
<https://www.greypride.fr/page/1274292-nos-preconisations>

Les Petits Frères des Pauvres. (2022). Report on intimacy and emotional life of elderly people. <https://www.petitsfreres.asso.fr>

Thomas, P., & Hazif-Thomas, C. (2021). Sexuality and aging: Clinical and societal challenges. Elsevier Masson.

Articole din jurnale

Crenshaw, Kimberle (1989) "Demarginalizing the Intersection of Race and Sex: A Black Feminist Critique of Antidiscrimination Doctrine, Feminist Theory and Antiracist Politics," University of Chicago Legal Forum: Vol. 1989, Article 8.

Flesia, L., Monaro, M., Jannini, E. A. & Limoncin, E. (2023). "I'm Too Old for That": The Role of Ageism and Sexual Dysfunctional Beliefs in Sexual Health in a Sample of Heterosexual and LGB Older Adults: A Pilot Study. *Healthcare*, 11(4), 459. <https://doi.org/10.3390/healthcare11040459>

Public Health France. (2024). HIV screening and management among seniors: Epidemiological data. <https://www.santepubliquefrance.fr>

Resurse organizaționale și instrumente

Les Audacieuses. (2023). Guide to discussion groups for elderly lesbians.
<https://audacieusement.org/formation/>

SOS Homophobia. (2024). Factsheets on LGBTQIAP+ seniors' rights. https://ressource.sos-homophobie.org/Rapports_annuels/rapport_LGBTIphobies_2025.pdf

Documente de politică și legislație

DILCRAH. (2022). Combating discrimination based on sexual orientation and gender identity among seniors.

French National Authority for Health (HAS). (2023). Guidelines for inclusive care of LGBTQIAP+ elderly



3. Metodologia învățării intergeneraționale

„Învățarea intergenerațională se bazează pe principiul că diferite grupe de vârstă își împărtășesc reciproc experiențe, cunoștințe și perspective valoroase. Este importantă deoarece promovează schimbul între generații, creează înțelegere și empatie și consolidează legăturile sociale.”

(Franz 2010, p. 28)

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei secțiuni, cititorii vor:

Înțelege învățarea intergenerațională, inclusiv obiectivele de a împărtăși cunoștințe, experiențe și perspective între generații pentru a încuraja învățarea reciprocă și coeziunea socială.

Recunoaște factorii cheie pentru un dialog reușit, precum sensibilitatea la diferențe, comunicarea eficientă, respectul, ascultarea activă și interacțiunea incluzivă.

Aprecia considerentele practice, inclusiv rolul timpului, al spațiului și al mediilor structurate în promovarea schimbului semnificativ și reducerea barierelor între generații.



©pixelshot via Canva.com

Introducere

Tema „Generații în dialog” face parte din educația adulților încă din anii 1990 și descrie o abordare educațională în care persoane din generații diferite intră în schimb pentru a învăța unele de la altele și a evolua împreună. În diverse formate educaționale — precum cursuri, proiecte-pilot, inițiative intergeneraționale pentru familii sau voluntariat intergenerațional — oamenii învață unii de la alții, împreună și unii despre ceilalți. În contextul evoluțiilor demografice, al globalizării și al diversității din societate, viața profesională și cea personală, formatele educaționale intergeneraționale, care includ aspecte ale diversității stilurilor de viață, devin din ce în ce mai importante. Transformările sociale ridică întrebarea despre cum doresc generațiile să trăiască împreună în viitor. Este nevoie de o nouă conștientizare pentru a stimula interacțiunile între generații, a consolida coeziunea, a reduce prejudecățile și a promova înțelegerea reciprocă în aceste vremuri de schimbare socială. În contexte de învățare structurate, schimbul de experiențe, cunoștințe și înțelepciune între tineri și vârstnici poate fi încurajat, generând procese valoroase de învățare care sprijină atât dezvoltarea individuală, cât și coeziunea socială. Prin urmare, învățarea intergenerațională reprezintă un pilon esențial pentru o societate incluzivă și solidară, în care toate generațiile pot beneficia unele de la altele.

Așadar, ce înseamnă mai exact învățarea intergenerațională? Ce aspecte implică și ce importanță are, în special, pentru educatorii de adulți de astăzi?



Terminologia, fundamentele teoretice și semnificația actuală sunt prezentate în capitolul 2. Pentru ca învățarea intergenerațională să producă efectele descrise, trebuie îndeplinite anumite condiții prealabile. Prin urmare, capitolul 3 abordează premisele de bază pentru o comunicare intergenerațională reușită și lipsită de prejudecăți, care sunt transpuse în principiile fundamentale ale învățării intergeneraționale (capitolul 4). Dacă acest proces are succes, învățarea intergenerațională oferă oportunități și provocări valoroase; ambele sunt explicate în capitolul 5. În capitolul 6 sunt prezentate câteva exemple practice, iar lucrarea este încheiată printr-o concluzie și perspective de viitor.

Importanța unei abordări intergeneraționale sensibile la diferențe

Învățarea intergenerațională se referă, în primul rând, la învățarea între generații. Pentru activitatea pedagogică orientată către grupuri țintă, este util să analizăm mai atent ce înțelegem prin „generație” în fiecare caz.

Definiție și Dezambiguizare

Wiedemann (2024, p. 2f). distinge trei termeni din științele sociale:

1. **generația genealogică** (în funcție de gradul de rudenie),
2. **conceptul istorico-politic al generației** (persoanele din cohorte de naștere apropiate împărtășesc experiențe, atitudini și valori)
3. **conceptul pedagogic al generațiilor** (generațiile sunt înțelese ca relații de învățare, cu distribuirea rolurilor de profesor sau cursant, în funcție de cunoștințe și experiență)



În legătură cu învățarea intergenerațională, este utilizat de obicei conceptul istorico-politic al generațiilor, „deoarece subliniază particularitatea fiecărei generații în contextul experiențelor și valorilor sale – în loc să se bazeze doar pe vârsta biologică”. (Schmidt-Hertha, 2014a, p. 75f, citat de Wiedmann 2014, p.3).

În contextul clarificării discriminării, al atribuțiilor sociale și al stereotipurilor în dialogul intergenerațional, este util să folosim acest concept istorico-politic al generației ca bază, deoarece valorile, experiențele de viață și strategiile de gestionare a stereotipurilor sunt transmise și învățate în cadrul succesiunii istorico-politice a generațiilor. Pentru a permite un dialog deschis și constructiv, este necesar un grad ridicat de sensibilitate la diferențe, adică abilitatea de a percepe, respecta și reacționa adecvat la diferențele dintre persoane, situații sau perspective. Este vorba despre a fi atent la diversitatea și unicitatea celorlalți, fără a face prejudecăți sau presupuneri. Astfel, un dialog deschis și o înțelegere a perspectivelor diferite devin posibile. Iată o declarație a unui participant din interviul de tip focus group al proiectului Never Gets Old din martie 2025:

„...și cumva ajung să cunosc și perspectiva celuilalt, așa vede un tânăr lucrurile, așa le vede o persoană mai în vârstă, ..., și asta este extrem de important.”

(Participant al grupului german de focus Never Gets Old)

Fundament teoretic

Învățarea intergenerațională se bazează pe principiile și teoriile educației adulților, iar schimbul intergenerațional este definit în mod explicit ca un proces de învățare. Accentul este pus pe întrebarea cum este transmisă cunoașterea și cum generațiile ulterioare o dobândesc și, astfel, o transformă. (Franz 2010, p. 28).

Înțelegerea teoretică de bază a învățării intergeneraționale include următoarele aspecte:



Învățat împreună

În abordările care implică învățarea împreună între generații, accentul este pus pe dezvoltarea comună a unui subiect. Scopul este de a promova procese de învățare intergeneraționale comune. Participanții din generații diferite lucrează împreună, iar „nu există, prin urmare, un avantaj de cunoștințe sau experiență din partea unei generații, cunoașterea de specialitate se află în afara grupului”. (Franz 2010, p. 33).



Interacțiune socială

În procesul de învățare unii cu și de la ceilalți, accentul este pus pe interacțiunea socială, comunicare și învățare reciprocă, ceea ce consolidează coeziunea socială.



Învățare pe tot parcursul vieții

Procesul ghidat pedagogic promovează învățarea pe tot parcursul vieții prin inițierea schimbului de experiențe între generațiile mai tinere și cele mai vârstnice și prin utilizarea acestuia în procese sociale sau personale ulterioare. Tinerii beneficiază de experiența practică acumulată de-a lungul vieții a persoanelor mai în vârstă;

în același timp, persoanele vârstnice pot cunoaște mai bine viața generațiilor tinere. (cf. State Association of Volunteer Agencies Bavaria (lagfa) 2016, p.5).



Orientarea către resurse și împuternicire

Învățarea este îmbogățită de experiențele și cunoștințele diverse ale generațiilor. Persoanele vârstnice aduc adesea o experiență de viață valoroasă, în timp ce persoanele mai tinere contribuie cu perspective noi. Prin învățarea intergenerațională, înțelegerea între generații poate fi

astfel promovată și îmbunătățită semnificativ (Iagfa 2016, p.5). De asemenea, aceasta sprijină încrederea în sine și auto-eficacitatea (împuternicirea) tuturor celor implicați, prin participarea activă la procesul de învățare.

Cerințe de bază pentru un eveniment intergenerațional reușit

Pentru majoritatea oamenilor, învățarea comună în grupuri mixte de generații nu este, de regulă, o experiență obișnuită, ci mai degrabă una nouă și, posibil, asociată cu așteptări diferite și chiar cu anumite temeri.

" Întrebarea este acum cum se poate realiza acest lucru cu tactul necesar — nu doar printr-o simplă invitație de tipul „hai să vorbim despre sex”, ceea ce este, desigur, o abordare destul de simplistă. "

(Participant al grupului de focus german Never Gets Old)

Pentru a putea însoți procese de învățare cu generații diferite și, uneori, cu teme foarte personale sau intime, așa cum se întâmplă în proiectul Never Gets Old, și pentru a valorifica potențialul care rezidă în acestea, este importantă o pregătire și o planificare temeinică, care, pe lângă toate considerațiile metodologice preliminare, ia în calcul două aspecte fundamentale:



- 1. Care este semnificația timpului și spațiului în proiectarea proceselor educaționale în care mai multe generații lucrează într-un singur loc și pe o temă comună?***
- 2. Ce abilități de comunicare au nevoie actorii pedagogici pentru a putea lucra cu astfel de grupuri?***

Factorul Timp în Procesul de Învățare Intergenerațională

În esență, procesele de învățare — indiferent dacă este vorba despre cursuri de formare de lungă durată sau evenimente punctuale de o zi — se desfășoară întotdeauna în dimensiunea timpului. Timpul este perceput foarte diferit și evaluat în mod subiectiv. În grupurile mixte de generații, această evaluare subiectivă a timpului devine de obicei mai vizibilă și are o greutate mai mare: „Unii sunt mai exigenți în privința punctualității decât alții, unii comunică prin canale rapide pe internet – alții preferă apelurile telefonice. Unii se așteaptă la un răspuns imediat, alții consideră că un răspuns în decurs de o săptămână este rapid. Unii preferă să folosească timpul liber din timpul zilei, când nu există constrângeri legate de muncă, școală, universitate, formare sau copii mici acasă, în timp ce alții au cu adevărat timp liber doar seara. Unii au nevoie de pauze mai lungi sau mai devreme decât ceilalți” (Antz 2009, p. 22f). Aceste diferențe trebuie luate în considerare în planificarea, pregătirea și desfășurarea evenimentelor intergeneraționale, inclusiv în ceea ce privește întrebările legate de momentul potrivit al zilei și durata activităților, raportate la capacitatea de concentrare și receptare a participanților. În mod fundamental, procesele de învățare necesită timp; în grupurile intergeneraționale, poate chiar puțin mai mult — pentru a facilita contactul, pentru a construi încredere ca grup mixt de generații, pentru a depăși sentimentul de „diferit” sau „străin” și pentru a permite apariția înțelegerii reciproce. (cf. loc. cit., p. 22f).



Spațiul ca un factor în procesul de învățare intergenerațională

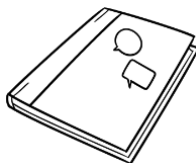
Spațiile și atmosfera acestora influențează starea de bine a oamenilor și, implicit, disponibilitatea lor de a învăța. Cunoscând această interdependență, este important ca spațiul înconjurător și elementele sale să fie proiectate, pregătite sau alese astfel încât să sprijine învățarea. De exemplu, concentrarea, creativitatea și sentimentul de familiaritate pot necesita medii diferite.



În contexte clasice de învățare (școli, seminarii), spațiile sunt adesea amenajate formal și orientate spre predare. În procesele de învățare intergenerațională, este însă mai important să se creeze un spațiu care promovează coeziunea, deschiderea, egalitatea și respectul,

generând astfel o atmosferă în care toate generațiile se simt egale și pot participa activ. Acest aspect trebuie avut în vedere în pregătirea evenimentelor intergeneraționale.

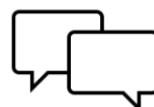
Ghiduri pentru design interior



- **Participarea in designul interior:** Participanții sunt invitați să participe la design. Asta creează un sentiment de apartenență și asigură ca spațiul răspunde nevoilor tuturor. Obiecte personale, imagini sau decorațiuni care reflectă diversității generațiilor pot crea o atmosferă primitoare.
- **Dinamici de grup și aranjament al locurilor:** Aranjamentele de așezare care permit o dispunere deschisă (în cerc sau în formă de U) favorizează dialogul și vizibilitatea reciprocă. Evitarea ierarhiilor: locurile nu ar trebui să sugereze ierarhii, de exemplu prin utilizarea unor scaune diferite sau prin poziționări care indică statut.
- **Spații exterioare:** pot fi incluse, dacă este posibil, pentru a relaxa procesul de învățare și a integra experiențe în natură.
- **Design tematic:** Designul încăperii în funcție de tema procesului de învățare (de exemplu, mediu: materiale naturale, plante ca elemente; istorie: fotografii vechi sau artefacte).
- **Flexibilitate prin elemente mobile:** Mesele, scaunele și tablele mobile facilitează adaptarea la diferite activități, în funcție de necesități.
- **Utilizarea activă a spațiului:** integrarea unor activități care promovează interacțiunea — participanții își pot crea singuri spațiul (de exemplu, stații de brainstorming, panouri de afișaj sau colțuri creative).
- **Reflecție și feedback:** utilizarea spațiului pentru reflecție, de exemplu prin amenajarea unui colț de feedback sau a unui colț pentru note personale, unde participanții își pot consemna impresiile.
- **Tehnologie și media:** Tehnologiile interactive, precum tablele inteligente, tabletele sau alte medii interactive, pot facilita schimbul între generații, mai ales atunci când există niveluri diferite de competențe digitale.
- **Zone fără tehnologie:** Este utilă crearea unor spații în care tehnologia este oprită, pentru a încuraja interacțiunea față în față.
- **Spațiu sigur pentru schimb și confidențialitate:** Spațiul trebuie conceput astfel încât participanții să se simtă în siguranță pentru a împărtăși experiențe personale.

- **Materiale comune de învățare:** de exemplu postere, fișe de lucru, fișe de reflecție etc., care rămân în încăpere pe durata activității. Acest lucru consolidează coeziunea și transformă spațiul într-un loc de învățare viu.
- **Atmosferă respectuoasă:** ascultarea activă și aprecierea sunt esențiale, la fel ca stabilirea unor reguli clare de interacțiune; de exemplu, conform abordării centrate pe temă, care subliniază responsabilitatea individuală a fiecărei persoane (cf. Langmaack et al. 1998, p. 98).

Modelarea comunicării și a interacțiunii



Într-o societate din ce în ce mai diversă, este important ca procesele de învățare să fie concepute astfel încât persoane de vârste diferite să poată învăța împreună și să beneficieze unele de la altele. Procesele de învățare intergenerațională oferă oportunitatea de a combina cunoștințele, experiențele și perspectivele diferitelor grupe de vârstă. Pentru ca aceste procese să aibă succes, proiectarea comunicării și a interacțiunii joacă un rol central.

Urmatoarele aspecte ar trebui luate in considerare:

- **Respect și apreciere:** Toate grupele de vârstă ar trebui să se trateze cu respect, ceea ce înseamnă recunoașterea experiențelor, atitudinilor și opiniilor celorlalți. Sprijinirea aprecierii diversității, adică recunoașterea diferitelor experiențe și perspective, este sarcina facilitării grupului. Scopul este de a încuraja participanții să își aducă propriile perspective și să învețe unii de la alții.
- **Ascultare activă:** Prin reformularea a ceea ce am înțeles și prin confirmarea că am înțeles corect, arătăm atenție și un interes autentic față de contribuțiile celorlalți. În plus, pot fi evitate neînțelegerile.
- **Cultură egală a discuției prin reguli comune:** Trebuie asigurat faptul că toți participanții au posibilitatea de a contribui fără a fi dominați. În acest scop, este util să se stabilească împreună modul în care fiecare dorește să comunice (de exemplu, să se lase interlocutorii să își termine ideea, fără întreruperi, folosirea unui limbaj respectuos). Elaborarea comună a regulilor creează o cultură pozitivă a discuției.
- **Comunicare clară și ușor de înțeles:** Limba și exprimarea trebuie alese astfel încât să fie înțelese de toți. Întrebările sunt binevenite și vor fi explicate, dacă este necesar. Un limbaj accesibil tuturor reduce barierele în participarea activă. Poate fi utilă includerea unor medii și formate diferite în procesul de învățare, pentru a ține cont de stiluri diferite de învățare și comunicare (tip vizual, tip auditiv, tip kinestezic/motor și tip comunicativ).

- **Încorporați reflecții regulate:** Participanților ar trebui să li se ofere în mod repetat posibilitatea de a vorbi despre experiențele lor și despre interacțiunea în grup pe parcursul procesului. Acest lucru promovează conștientizarea unei comunicări respectuoase.
- **Răbdare și toleranță:** Ambele ar trebui să fie exemplificate de către facilitatorul grupului, iar grupul ar trebui, de asemenea, încurajat în mod repetat să manifeste înțelegere pentru diferite ritmuri de învățare și comunicare, precum și pentru contexte culturale diferite. Diferențele de ritm și de exprimare fac parte din viață, iar găsirea unor modalități de a le gestiona reprezintă parte integrantă a procesului de învățare.
- **Stabilește o cultură a feedback-ului:** Participanții sunt încurajați să ofere și să primească feedback constructiv pentru a îmbunătăți continuu comunicarea. Critica trebuie formulată într-un mod prietenos și respectuos, pentru a susține o atmosferă pozitivă de învățare. Aceasta include utilizarea enunțurilor la persoana I („M-a deranjat afirmația ta pentru că...”) în locul mesajelor la persoana a II-a („Dar nu poți spune asta așa!”).
- **Evitarea conștientă a prejudecăților:** Recunoașterea stereotipurilor și a prejudecăților și contracararea lor activă pentru a crea o atmosferă incluzivă.
- **Deschidere și empatie:** Facilitatorul grupului poate fi un model prin ascultare activă, limbaj respectuos care arată înțelegere și utilizarea, de exemplu, a elementelor de comunicare non-violentă (cf. Rosenberg et al. 2006). În procesul de învățare, participanții sunt invitați în mod repetat să se raporteze la perspectivele celorlalți și să dezvolte o înțelegere a diferitelor puncte de vedere. Acest proces poate fi stimulat prin schimbarea perspectivelor și prin întrebări din sfera întrebărilor orientate spre soluții.



©SDI Productions via Canva.com

**Întrebări orientate spre soluții pentru promovarea
abilităților de empatie**



Întrebare de schimbare a perspectivei	Scopul întrebării
„Ce ar spune o persoană dintr-o altă generație în situația ta?”	Încurajează oamenii să adopte perspectiva unei alte grupe de vârstă și să dezvolte înțelegere.
"Dacă te-ai uita la situație din perspectiva unui alt membru al grupului, ce ai crede?"	Promovează empatia și înțelegerea diferitelor experiențe și opinii.
"Cum ar putea vedea o persoană care gândește și simte complet diferit de tine această situație?"	Ajută la reducerea prejudecăților și la recunoașterea diversității perspectivelor.
"Gândește-te cu 20 de ani înainte: ce sfat ți-ar da viitorul tău eu atunci când privești această situație?"	Încurajează să privim situațiile dintr-o perspectivă viitoare, mai înțeleaptă, și să identificăm soluții.
"Dacă privești situația din perspectiva unui observator extern, ce observi?"	Permite o privire detașată și poate aduce perspective noi.
"Ce ar face o persoana pe care o admiri în situația asta?"	Ne inspiră să reflectăm asupra modelelor pozitive și asupra modurilor lor de abordare.

Aceste întrebări sunt utile pentru lărgirea perspectivei, promovarea înțelegerii și susținerea unei comunicări deschise și respectuoase.

Concluzie

Învățarea intergenerațională se bazează pe principiul că diferite grupe de vârstă își împărtășesc unele altora experiențe, cunoștințe și perspective valoroase. Aceasta este importantă deoarece promovează schimbul între generații, creează înțelegere și empatie și consolidează legăturile sociale (Franz 2010, p. 28). Este esențial ca, în procesele de învățare intergenerațională, comunicarea și interacțiunea să fie concepute în mod conștient, contribuind astfel la abordarea perspectivelor diferite fără judecată, la reducerea barierelor și la facilitarea învățării comune, la același nivel.



Printr-o bună planificare, care ia în considerare aspecte organizatorice centrale precum designul spațiului și semnificația subiectivă a timpului, precum și cerințele descrise pentru o comunicare eficientă, învățarea intergenerațională contribuie la diminuarea prejudecăților și la transmiterea cunoștințelor și experienței. Aceasta nu doar că extinde cunoașterea individuală, ci și întărește coeziunea socială. În ansamblu, învățarea intergenerațională reprezintă o contribuție valoroasă la o comunitate incluzivă și respectuoasă. Astfel se creează un schimb semnificativ care susține atât dezvoltarea individuală, cât și pe cea socială.

Referințe

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). Themenzentrierte Interaktion: einführende Texte rund ums Dreieck. Beltz.

Langmaack, B. & Braune-Krickau, M. (1989). Wie die Gruppe laufen lernt: Anregungen zum Planen und Leiten von Gruppen : ein praktisches Lehrbuch. Beltz.

Landesarbeitsgemeinschaft der Freiwilligen-Agenturen/Freiwilligen-Zentren Bayern e.V. (2016). Generationenübergreifendes Lernen und bürgerschaftliches Engagement: Wie der Zusammenhalt innerhalb der Generationen und in unserer Gesellschaft gestärkt werden kann. Handbuch generationsübergreifendes Lernen. <https://lagfa-bayern.de/downloads/1841-2/download-file/>

Rosenberg, M. B., & Seils, G. (2006). Konflikte lösen durch gewaltfreie Kommunikation: Ein Gespräch mit Gabriele Seils. Herder.

Wiedemann, M. (2024). Intergenerationelles Lernen: Alt und Jung lernen gemeinsam (2. überarb. Aufl.). https://www.die-bonn.de/doks/WB_Intergenerationelles-Lernen_2024-01.pdf

ABORDAREA "SPEED-DATING" ȘI PRINCIPIILE-CHEIE

CAPITOLUL 4

AUTOR: THE LEARNING EDGE VENTURES (VANESSA SYMEONIDOU)



“Speed dating-ul este un exemplu excelent despre cum un concept care a pornit ca o practică socială pentru crearea de conexiuni romantice a evoluat într-un instrument puternic pentru învățare, colaborare și dialog.”

(IDS Guide page 41)

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei secțiuni, cititorii vor:

Înțelege evoluția istorică a metodei speed-dating și transformarea sa într-un instrument educațional.

Recunoaște potențialul metodei de a promova dialogul, empatia și conexiunea intergenerațională, în special în contextul genului și sexualității.

Dobândi cunoștințe practice pentru facilitarea eficientă a discuțiilor de tip speed-dating.

Înțelege principiile cheie care asigură sesiuni de speed-dating reușite și inclusive.

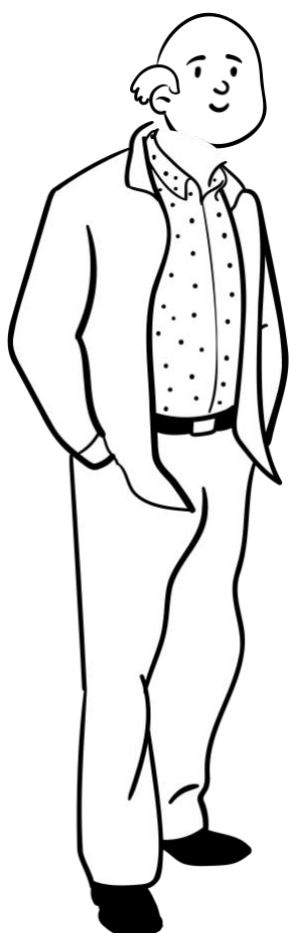


©Cub of Couple via Canva.com

Introducere

Acest capitol oferă o explorare a metodei Speed Dating, privită aici ca un instrument inovator pentru educație, interacțiune socială și împuternicire intergenerațională. Concentrându-se pe modul în care această metodă este integrată în proiectul Never Gets Old, el reunește atât perspective teoretice, cât și practice pentru a demonstra cum speed dating-ul poate servi ca o abordare structurată și incluzivă pentru discutarea genului, identității, sexualității și îmbătrânirii.

Bazându-se pe idei-cheie din articolul „From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education” (Muurlink & Poyatos Matas, 2011), precum și pe aplicații mai recente în contexte academice și comunitare, textul urmărește evoluția metodei de la un „icebreaker” social la un model semnificativ de dialog și colaborare. Această secțiune descrie principalele utilizări tematice ale metodei speed dating în practica educațională, oferă ghidaj pas cu pas pentru implementare și evidențiază principiile esențiale care asigură integritatea și caracterul incluziv al metodei. Scopul său este de a sprijini utilizarea speed dating-ului în sesiunile de Dialog Intergenerațional (IDS) ale proiectului, oferind facilitatorilor și participanților un instrument practic pentru empatie, reflecție și conectare autentică.



„Proiectul vostru este foarte important pentru noi, deoarece vom beneficia de un tratament mai bun din partea profesioniștilor din sănătate și, implicit, din partea întregii societăți. Este o modalitate prin care sentimentele noastre sunt auzite și viețile noastre sunt îmbunătățite.” — Feedback din grupul de discuție al proiectului Never Gets Old

„E bine să vorbești cu vârstnici, însă aș vrea să vorbesc și cu tineri pentru a vedea ce gândesc despre evoluția genurilor și a homosexualității” – Feedback din grupul de discuție al proiectului Never Gets Old din Franța

Contextul istoric al “Speed-Dating-ului”

Termenul „Speed Dating” a apărut pentru prima dată în 1998, fiind introdus de creatorul său, rabinul Yaacov Deyo. La acel moment, el se referea strict la un concept romantic (Olav Muurlink & Cristina Poyatos Matas, 2011), însă a evoluat rapid, căpătând noi semnificații și scopuri. Astăzi, speed dating-ul a devenit un instrument valoros nu doar în educație, ci și în domenii precum psihologia și medicina.

Istoric, metoda a fost utilizată pentru prima dată la Pete’s Café din Beverly Hills, unde rabinul Deyo a organizat întâlniri scurte pentru a aduce împreună bărbați și femei evrei, cu scopul de a facilita relații romantice potențiale. La scurt timp, formatul structurat a atras atenția instituțiilor educaționale și a fost folosit ca strategie de învățare. Formatul său de bază, bazat pe dialoguri rotative între perechi, s-a dovedit eficient în construirea unor schimburi semnificative și s-a potrivit perfect în contexte academice și de cercetare.

Din 2005, speed dating-ul a fost adoptat de universități și centre de cercetare pentru a promova interdisciplinaritatea și colaborarea. Pe măsură ce continuă să fie integrat în contexte sociale și educaționale, acesta deschide noi oportunități — în special pentru conversații intergeneraționale și intersecționale care altfel nu ar avea loc.



@fizkes via Canva.com

Evoluția Speed-Dating-ului ca o unealtă educațională

Speed dating este un exemplu excelent despre cum un concept care a pornit ca o practică socială pentru crearea de conexiuni romantice a evoluat într-un instrument puternic pentru învățare, colaborare și dialog. Conform articolului From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education, această transformare într-o metodă educațională poate fi urmărită prin șase arii tematice cheie, sau „clustere”, în care abordarea a găsit aplicații semnificative și diverse.

Promovarea interdisciplinarității și a networking-ului

Speed dating-ul este adesea utilizat pentru a stimula schimburi semnificative între studenți sau cercetători din domenii diferite. Procedând astfel, el încurajează gândirea interdisciplinară și combinarea cunoștințelor din diverse arii de studiu. Rid și Shaw (2005) au denumit chiar această abordare „speed networking”. În cadrul proiectului Never Gets Old, aceeași idee este aplicată pentru a reduce decalajele generaționale și intelectuale, prin crearea unui spațiu în care persoane de vârste și medii diferite pot interacționa și își pot aprofunda înțelegerea asupra temelor legate de sexualitate și gen la vârste înaintate.

Exemplu din viața reală privind eficiența metodei: la UC Berkeley, Centrul pentru Sisteme Nanomecanice Integrate se confrunta cu problema de a determina profesorii din unsprezece departamente diferite să colaboreze. Au organizat un eveniment de tip „speed-dating”, în care postdoctoranzi și studenți din șase departamente au avut conversații scurte, cronometrate, pentru a împărtăși idei. În doar două ore, aceștia au generat 45 de propuneri de cercetare. (Grossman. 2005)

Speed Dating ca metodă tip icebreaker pentru cercetători

Speed dating-ul poate fi o modalitate eficientă de a facilita intrarea în conversații dificile, în special în rândul cercetătorilor. Această abordare ajută la „spargerea gheții”, făcând mai ușoară depășirea stânjenelii inițiale care apare adesea atunci când sunt discutate subiecte sensibile.

În contextul proiectului Never Gets Old, unde teme precum sexualitatea la vârste înaintate sau identitatea de gen pot fi percepute ca incomode sau mai puțin familiare, speed dating-ul oferă participanților spațiul și încrederea necesare pentru a se deschide. Creează un mediu sigur și suportiv, care încurajează împărtășirea experiențelor și contribuie la construirea încrederii între participanți.

Exemplu din viața reală privind eficiența metodei: la conferința Marie Curie a Universității din Manchester, speed dating-ul a fost utilizat ca un „icebreaker” structurat pentru a facilita conexiuni informale între cercetători din medii diverse. S-a dovedit eficient în reducerea stânjenelii sociale inițiale, încurajarea dialogului spontan și crearea unei atmosfere relaxate care a susținut o implicare mai profundă pe parcursul întregului

Speed Dating pentru îmbunătățirea dinamicii din clasă în rândul studenților

În cadrul activităților didactice, metoda este aplicată pentru a îmbunătăți dinamica din clasă. Prin alternarea continuă a partenerilor de conversație, sunt stimulate interacțiunea și participarea. Studenții exersează argumentarea, ascultarea și comunicarea, în timp ce se cultivă un sentiment de familiaritate și acceptare în grup. În mod similar, în proiectul Never Gets Old, utilizarea acestei metode contribuie la crearea unui mediu de învățare egal și incluziv. Persoanele vârstnice au spațiu pentru exprimare, iar participanții mai tineri sunt antrenați să asculte activ și să respecte perspective diferite.

Speed dating pentru conectarea mediului universitar cu mediul comercial

În multe cazuri, metoda este utilizată pentru a conecta mediul academic cu mediul de afaceri. Studenții sau cercetătorii intră în contact cu reprezentanți ai companiilor pentru a face schimb de informații, a prezenta idei sau a se informa despre oportunități de angajare și stagii de practică. Această formă interactivă de conectare reduce distanța dintre teorie și practică, creând noi perspective pentru colaborări și soluții aplicate.

Exemplu din viața reală privind eficiența metodei: speed networking a fost utilizat cu succes în programe universitare orientate spre carieră pentru a ajuta studenții să construiască conexiuni în industrie, să exerseze abilități de networking și să acceseze oportunități de angajare.

Speed dating pentru identificarea de finanțare sau colaborări de cercetare

Metoda este utilizată strategic pentru identificarea oportunităților de finanțare sau a partenerilor în proiecte de cercetare. În contexte în care cercetătorii sunt solicitați să dezvolte propuneri de proiecte, capacitatea de a prezenta rapid idei și de a face schimb de informații permite conectarea persoanelor cu expertize complementare.

Exemplu din viața reală privind eficiența metodei: la un eveniment de tip speed dating organizat la Cornell, 85% dintre participanți au întâlnit cel puțin un potențial colaborator (Holmes, 2009).

Speed Dating pentru a găsi coordonatori de cercetare

Toate cele șase forme de speed dating academic sunt similare cu „strămoșul” lor romantic nu doar ca format, ci și ca motivație: aceea de a aduce oamenii împreună (Olav Muurlink & Cristina Poyatos Matas, 2011). O altă aplicație deosebit de utilă este utilizarea metodei pentru a pune în legătură studenții cu potențiali coordonatori de cercetare. Studenții postuniversitari sau doctoranzii au oportunitatea de a discuta cu mai mulți profesori într-un timp scurt și de a-și forma o opinie despre potrivirea acestora ca mentori. De asemenea, profesorii pot înțelege mai bine interesele și competențele studenților, ceea ce contribuie la îmbunătățirea calității viitoarelor colaborări.

Instrucțiuni practice pentru discuțiile de tip Speed-Dating - “DO’s” și “DON’T’s”

Do’s

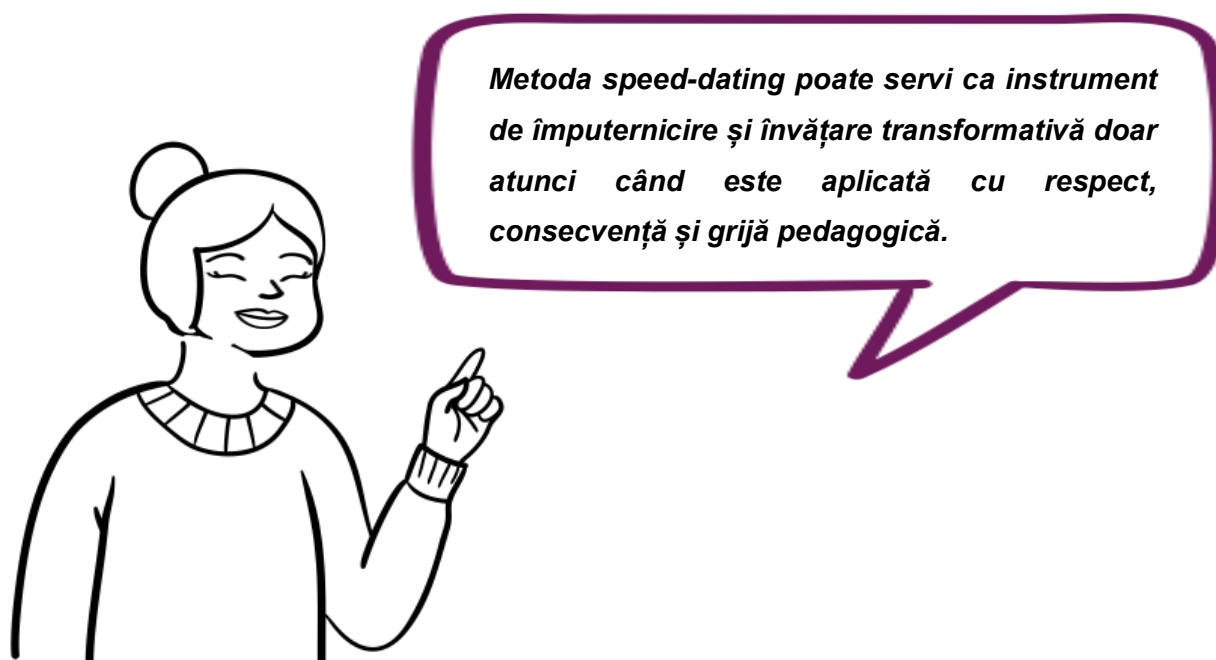
Activitate	Descriere
Selectează participanții cu grijă	Recrutați un număr par de participanți pentru a menține formatul în perechi. Informați participanții în avans despre natura activității, obiectivele acesteia și temele care vor fi abordate.
Aranjați sala de întâlnire în mod adecvat	Rezervați un spațiu liniștit, confortabil și complet accesibil, potrivit pentru conversații succesive unu-la-unu. Scaunele trebuie așezate față în față, în perechi, lăsând suficient spațiu pentru rotația participanților.

Îndeplinește rolul de facilitator	Asigurați desfășurarea fluentă a sesiunii și sprijiniți participanții. Prezentați obiectivele activității, explicați procesul și încurajați participarea activă. Monitorizați dinamica grupului și interveniți atunci când este necesar. Adaptați exemplele.
Alege teme și întrebări adecvate	Oferiți întrebări deschise, lipsite de prejudecăți. Participanții pot alege dintr-o listă de întrebări sau pot intra în conversație liberă.
Evitați presupuneri heteronormative și permiteți participanților să sară peste întrebări	Fiți deosebit de sensibili față de persoanele care pot aparține comunității LGBTQ+. (de exemplu, folosiți „partener” în loc de „soț/soție”). Asigurați-vă că sunteți instruiți în utilizarea unui limbaj incluziv.
Includeți exerciții de reflecție	La finalul sesiunii, includeți un scurt exercițiu de reflecție. O astfel de practică îmbunătățește înțelegerea și favorizează o colaborare durabilă după activitate. (Laprise, R., & Thivierge, R. L., 2012).
Colectează Feedback într-un mod eficient	Utilizați chestionare anonime, discuții în grupuri mici sau interviuri individuale pentru colectarea feedbackului. Participanții evaluează mai pozitiv activitatea atunci când li se oferă spațiu pentru a se exprima și a sugera îmbunătățiri. (Tynan, 2022)

Don'ts

Activitate	Descriere
Nu omiteți informarea și ghidarea participanților	Nu lăsați participanții fără îndrumare sau fără informații despre ceea ce urmează.
Nu ignorați nevoia de adaptare	Asigurați-vă că sesiunea este incluzivă din toate punctele de vedere.

Nu insista pe subiecte rigide	Fă loc pentru flexibilitate. Unele subiecte pot fi mai sensibile și au nevoie de adaptare.
Nu ignora semne de oboseală sau lipsă de interes	Observă discret și fă loc pentru o detașare temporară.
Nu judecați	Experiența trebuie să fie necompetitivă, neevaluativă și respectuoasă.



Principii cheie

Un set de principii fundamentale joacă un rol important în implementarea cu succes a unei sesiuni de speed dating. Deși nu a fost identificată o literatură suficientă și precisă privind aceste principii, articolul From Romance to Rocket Science: Speed Dating in Higher Education le sugerează prin accentul pus pe accesibilitate, interdisciplinaritate și promovarea dialogului. Mai jos, prezentăm cinci principii pe care le-am identificat și pe care le considerăm esențiale pentru a fi incluse într-o sesiune de speed dating:

Egalitatea participării

Toți participanții, indiferent de vârstă, gen, experiență sau rol, sunt tratați ca parteneri egali de dialog. Vocea fiecăruia are aceeași valoare și importanță.

Empatie și siguranță

Mediul trebuie să încurajeze exprimarea experiențelor fără teama de a fi judecat. Crearea unui spațiu sigur se bazează pe încredere, discreție și acceptare.

Diversitate și incluziune

Metoda trebuie adaptată pentru a reflecta diversitatea participanților, inclusiv în ceea ce privește vârsta, orientarea sexuală, mediul cultural, limba și abilitățile fizice.

Schimb intergenerațional

Esența metodei constă în schimbul de experiențe și perspective între generații. Nu este vorba despre faptul că o generație o învață pe cealaltă, ci despre învățare reciprocă.

Dialog Transformativ

Scopul nu este doar transmiterea de informații, ci promovarea înțelegerii reciproce. Învățarea apare prin împărtășirea experiențelor și ideilor, nu doar prin furnizarea de informații. (Muurlink & Poyatos Matas, 2011)

Glosar de termeni cheie



Dialog transformativ: Un proces în care participanții nu doar împărtășesc informații, ci și ascultă, își pun sub semnul întrebării presupuneri și trăiesc schimbări personale prin conversație. (Muurlink & Poyatos Matas, 2011)

Schimb intergenerațional: Învățare reciprocă între persoane din diferite grupe de vârstă.

Empatie: Capacitatea de a înțelege și de a simți perspectiva emoțională a celorlalți, chiar și atunci când experiențele de viață sunt diferite.

Comunicare incluzivă: Limbaj care respecta toate identitățile.

Concluzie

Metoda Speed Dating, inițial concepută pentru facilitarea potrivirilor interpersonale, a evoluat într-un instrument dinamic și flexibil pentru învățare, conexiune socială și schimb intergenerațional. Privind înapoi la modul în care s-a dezvoltat, devine clar că Speed Dating oferă o modalitate eficientă de a stimula participarea și de a încuraja comunicarea.

În cadrul proiectului Never Gets Old, speed dating-ul capătă un nou rol social și educațional, transformator. Devine un instrument util pentru incluziune, împuternicire și eliminarea stereotipurilor de gen și vârstă, atunci când este adaptat corespunzător și aplicat cu o înțelegere atentă a diferențelor generaționale, culturale și existente.

Această abordare poate reprezenta una dintre cele mai semnificative modalități de a conecta generații, povești de viață și perspective, atunci când este implementată cu atenție și ghidată de principii solide. În acest sens, speed dating-ul nu este doar o tehnică, ci și un mod de a învăța și de a construi conexiuni umane.

Referințe

Ackermann, C., Hahne, F., & Rieck, J. (2022). Matching and scheduling of student-company-talks for a university IT-speed dating event. *Operations Research Forum*, 3(3), Article 42. <https://doi.org/10.1007/s43069-022-00144-w>

Laprise, R., & Thivierge, R. L. (2012). Using speed dating sessions to foster collaboration in continuing interdisciplinary education. *Journal of Continuing Education in the Health Professions*, 32(1), 24–30.

Muurlink, O. (2011). From romance to rocket science: Speed dating in higher education. *Higher Education Research & Development*, 30(3), 343–356. <https://doi.org/10.1080/07294360.2010.539597>

Tynan, E. (2022). Speed dating for ideas generation (Report). Centre for Pedagogical Innovation and Development, Technological University of the Shannon. <https://research.thea.ie/handle/20.500.12065/4137>

GHID PRACTIC PENTRU SESIUNI DE DIALOG INTERGENERAȚIONAL

CAPITOLUL 5

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



„Sexualitatea nu era discutată; era cumva considerată ceva murdar și, desigur, pentru mulți oameni de vârsta noastră și mai în vârstă, această percepție încă este adânc înrădăcinată. Așadar, primul pas este cu adevărat cel mai dificil: să mergi acolo și să depășești pur și simplu acest vechi paradigm. [...] Învățăm prin întâlniri că nu este atât de rău pe cât credem să vorbim despre sexualitate.”

(Participant al grupului de discuție Never Gets Old din Germania, martie 2025.)

Rezultate ale învățării

La sfârșitul acestei secțiuni, cititorii vor:

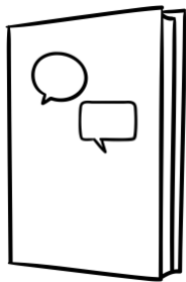
Învăța cum să planifice și să organizeze evenimente intergeneraționale, inclusiv definirea obiectivelor, alegerea locațiilor accesibile și a momentelor potrivite, și contactarea diverselor grupuri țintă.

Înțelege rolurile și metodele de facilitare, inclusiv moderarea, exercițiile de spargere a gheții, sesiunile de dialog și adaptarea flexibilă la nevoile participanților.

Evidenția rolul diversității și incluziunii, asigurându-se că evenimentele iau în considerare vârste, medii, abilități și identități diferite pentru a crea un mediu de învățare sigur, respectuos și îmbogățitor.



Introducere



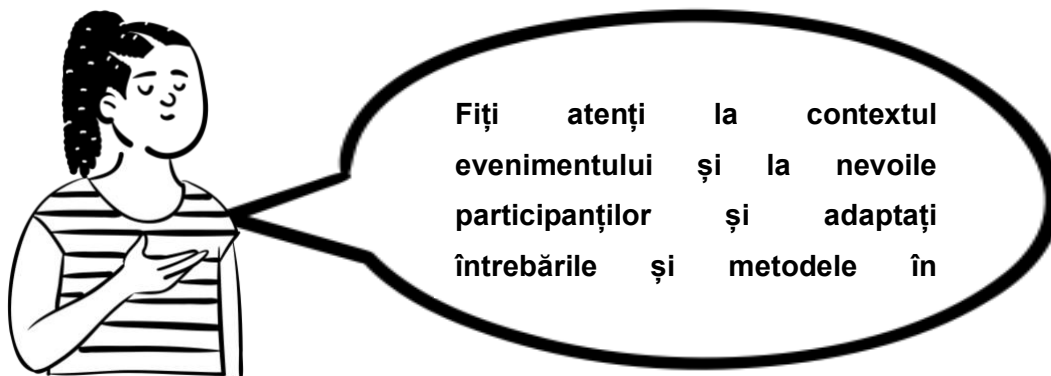
Următoarea secțiune combină fundamentele teoretice din capitolele 1 și 2 cu principiile metodologice din capitolele 3 și 4 într-un ghid compact de atelier, care ar trebui să permită cititorilor să implementeze ușor și clar sesiunile de dialog intergenerațional. Capitolul 6 prezintă un model de proces pentru evaluarea impactului, de la pregătire și implementare până la follow-up și reflecție.

Plănuirea evenimentului

Facilitatorii atelierului ar trebui să se familiarizeze în prealabil cu tema evenimentelor; capitolele din acest ghid oferă o bază bună în acest sens. În plus, există și alte aspecte practice de planificare, precum contactarea grupurilor-țintă, care sunt discutate mai jos.

Clarifică așteptările și personalizează evenimentul

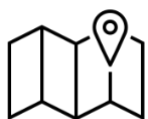
Evenimentele intergeneraționale își propun să permită generațiilor să învețe unele de la altele: schimbul de perspective și experiențe, dialogul și contactul personal sunt, prin urmare, obiectivele centrale. Evenimentul ar trebui să ofere, de asemenea, oportunitatea ca opinii diferite să coexiste. Un efect de învățare se obține atunci când nu se încearcă convingerea celuilalt într-o dezbatere, ci atunci când cealaltă parte poate înțelege modul în care persoana a ajuns la opinia sa prin experiențele biografice, fără a fi nevoită să o împărtășească. În funcție de context și situație, poate fi adecvat ca facilitatorii atelierului să adapteze procesul la nevoile și obiectivele specifice. Astfel, ghidurile oferă un cadru de bază care poate fi modificat după necesități pentru a se potrivi cât mai bine participanților. De exemplu, conținutul întrebărilor poate fi ajustat astfel încât să corespundă obiectivului stabilit al discuțiilor și nivelului de cunoștințe al participanților. De exemplu, dacă o discuție intergenerațională are loc într-un mediu mai conservator, subiectul ar trebui introdus mai precaut decât în cazul în care evenimentul are loc într-o școală de asistență medicală sau într-un centru queer, unde participanții au deja un grad mai ridicat de deschidere și cunoștințe anterioare.



Alegerea locului și a momentului



Locația și momentul desfășurării evenimentului sunt de mare importanță, deoarece au un impact direct asupra accesibilității și disponibilității participanților. Pentru a asigura participarea unui număr cât mai mare de persoane, recomandăm respectarea pe cât posibil a următoarelor puncte de cadru:



Locația: Locația ar trebui să fie ușor accesibilă, situată central și ideal bine conectată la transportul public. Ar trebui preferate spațiile fără bariere, accesibile pentru persoanele în scaun cu roțile sau cu cadru de mers. De

asemenea, este important ca toaletele accesibile să fie disponibile, deoarece, chiar dacă un spațiu este teoretic accesibil pentru o persoană în scaun cu roțile, lipsa facilităților sanitare adecvate face participarea dificilă sau chiar imposibilă fără stres. Încăperea ar trebui, de asemenea, să fie amenajată într-un mod plăcut și să ofere un mediu liniștit, în care conversațiile bazate pe încredere să se poată desfășura în mod optim. Este recomandat să fie oferite răcoritoare, cum ar fi băuturi și gustări.



Momentul: La alegerea momentului desfășurării evenimentului trebuie luate în considerare posibilitățile grupurilor-țintă, iar intervalul orar ar trebui ales astfel încât să permită participarea cât mai multor persoane. Trebuie avute în vedere convențiile culturale și specifice fiecărei țări; de exemplu, în Portugalia, grupul-

țintă tinde să participe la evenimente în timpul orelor de lucru, dimineața, pentru a avea timp pentru familie seara. În contextul german, situația este adesea inversă; persoanele active profesional participă mai frecvent la evenimente seara, deoarece nu le pot frecventa în timpul programului de lucru. Deoarece ghidul se adresează și tinerilor profesioniști care pot fi încă în formare și își petrec prima parte a zilei la centrele de pregătire, este recomandat să se aleagă

un interval în prima parte a serii, care poate fi combinat cu o masă comună. În weekend, evenimentul poate avea loc după-amiaza, eventual în combinație cu o pauză de cafea și prăjituri.

În cazul în care există deja un număr mare de persoane interesate, momentul poate fi stabilit prin dialog cu participanții. Participanții mai în vârstă sunt probabil în mare parte pensionari, însă pot avea și alte angajamente sau pot fi încă activi profesional. În contextul german, este recomandată alegerea unui interval de seară sau stabilirea acestuia după consultarea specifică a participanților. Totuși, în funcție de obiceiurile specifice fiecărei țări, și un interval de dimineață se poate dovedi mai potrivit.

Sfaturi pentru locație și dată	
Alegerea locației	• Asigură accesibilitate bună și conexiuni la transportul în comun • Alegeți locații cu bariere reduse, care permit participarea cu ajutoare precum scaune cu rotile și cadre de mers. • Amenajați încăperea într-un mod atractiv și asigurați un mediu liniștit. • Asigură-te că temperatura din încăperea este confortabilă • Asigură răcoritoare cum ar fi băuturi și gustări.
Alegerea datei	• Luați în considerare disponibilitatea de timp a grupului-țintă – când este cel mai probabil ca aceștia să aibă timp liber? • În zilele lucrătoare, alegeți programările de seară, dacă angajaților nu li se permite să participe în timpul programului de lucru. Dacă li se acordă permisiunea, sunt posibile și programări dimineața • Dacă e posibil combinați activitatea cu o masă împreună • Anunțați data cât de devreme posibil încât participanții pot fi recrutați în timp util și să poată stabili singuri programarea

Contactați grupurile țintă

Gândiți-vă încă de la un stadiu incipient la persoanele pe care doriți să le abordați și colectați contacte pentru grupurile-țintă. Acest lucru se poate realiza prin abordări personale și afișe informative, dar și prin contactarea directă a asociațiilor și grupurilor existente și implicarea rețelelor locale. De exemplu, dacă în regiunea dumneavoastră există deja un centru pentru persoane LGBTQ+, o școală de asistență medicală sau puncte de întâlnire

intergeneraționale, merită să le contactați. În ceea ce privește continuitatea proiectului, este de asemenea util să intrați din timp în contact cu grupuri relevante care au interes față de obiectivele proiectului și care ar putea utiliza ulterior materialele în mod independent.



De asemenea, utilizați o varietate de metode pentru a vă face cunoscută solicitarea. Chiar dacă tot mai multe persoane în vârstă folosesc rețele sociale precum Instagram, majoritatea utilizatorilor de acolo aparțin generației mai tinere. De exemplu, puteți tipări anunțul sub formă de pliant, puteți contacta direct grupuri și organizații sau puteți plasa un anunț în ziar. Încercați, de asemenea, să includeți perspective și grupuri diverse de persoane, cum ar fi persoane cu niveluri diferite de educație, deoarece diversitatea perspectivelor îmbogățește materialele proiectului și contribuie la o imagine de ansamblu mai cuprinzătoare, relevantă pentru realitățile de viață ale unui public larg. Adaptați explicația evenimentului la grupul-țintă specific, astfel încât să fie înțeleasă la fel de bine de persoane cu niveluri diferite de cunoștințe anterioare. Dacă este posibil, fiți deschiși la faptul că unele persoane în vârstă s-ar putea să nu utilizeze o adresă de e-mail. Oferiți acestor persoane posibilitatea de a obține informații prin telefon sau poștă. În acest scop, poate fi util să creați din timp o listă de contacte pentru a păstra o evidență clară.

Sfaturi pentru a găsi participanți

Definiți grupurile-țintă și contactați-le în mod adecvat. Utilizați forme de contact potrivite.

Folosiți rețeaua locală pentru a ajunge la grupul-țintă, de exemplu prin contactarea unei școli de asistență medicală, a unui centru pentru persoane vârstnice, a unui centru educațional sau a unei asociații LGBTIQ+. Această rețea va fi utilă ulterior în etapa de consolidare a rezultatelor proiectului.

Luați în considerare diversitatea în solicitările dumneavoastră de contact. Proiectul beneficiază atunci când persoane din medii diferite intră în contact unele cu altele.

Păstrați o listă de contacte pentru a menține o evidență clară și pentru a putea transmite rapid persoanelor interesate informații despre eveniment sau proiect.



Stabiliți moderarea și atribuiți roluri

O moderare bună este importantă pentru succesul unui eveniment. Înainte de desfășurarea sesiunilor IDS, se stabilesc roluri fixe de moderare pentru organizarea cadrului evenimentului. Moderarea poate fi realizată de una sau mai multe persoane. Este important ca sarcinile să fie distribuite

din timp, pentru a evita confuziile în timpul evenimentului. Moderatorul nu participă la discuții, ci se ocupă de cadrul extern și de structură. El introduce întrebările-cheie, monitorizează timpul și întâmpină și își ia rămas bun de la participanți. Moderatorul trebuie să aibă o atitudine deschisă și lipsită de judecată față de temele diversității sexuale și de gen la vârste înaintate și să încurajeze discuțiile deschise prin invitații la schimbări de perspectivă și reflecție.

Wiedemann (2024) recomandă ca facilitatorii să acorde atenție la trei aspecte în învățarea intergenerațională:



1. Reflectează asupra propriului rol

Renunțați la propria apartenență generațională și adoptați o poziție neutră între generații.

2. Flexibilitate

Țineți cont de nevoile și ideile diferitelor generații și facilitați posibilitatea unor compromisuri.

3. Folosiți propriile resurse

Faceți schimb de idei cu colegii pentru a introduce propriile metode și pentru a valorifica propriile experiențe cu diferite generații.

Programul evenimentului

Metode de tip icebreaker

O atmosferă de încredere și respect este importantă pentru succesul Sesiunii de Dialog Intergenerațional. De exemplu, ar trebui alocat suficient timp pentru acomodare și cunoaștere reciprocă. Înainte de schimbul propriu-zis de conținut în perechi, este recomandată o activitate relaxată de tip „icebreaker”. Mai jos sunt prezentate două exemple; pot fi utilizate și alte metode pentru a facilita o introducere dinamică. Metodele prezentate aici sunt preluate din

publicația „Generations learn together” (Scheunpflug et al., 2009) și sunt adaptate contextului metodologiei IDS.



Primul exemplu de metodă icebreaker este:
“Prezentare prin obiecte”



Al doilea exemplu este
“Simboluri generaționale”

Metoda	"Prezentare prin obiecte"
Posibilități	Pornirea de la obiecte poate facilita începutul unei unități tematice sau al unei faze de grup și poate motiva toți participanții să contribuie personal.
Context	Pornirea de la obiecte oferă tuturor participanților oportunitatea de a se exprima în legătură cu obiectul lor. Obiectele stimulează adesea asocieri și pot, astfel, să favorizeze procesele de dialog. Acest aspect este important deoarece, în contexte intergeneraționale, un grup — de regulă cel mai tânăr sau cel mai vârstnic — este numeric mai numeros decât celălalt. O astfel de dominanță a unui grup se poate reflecta, de exemplu, în contribuțiile făcute. Metodele introductive bazate pe obiecte permit tuturor participanților să își reflecteze și să își exprime ideile și experiențele anterioare legate de tema abordată, folosind aceste obiecte ca suport. Pot fi alese obiecte și simboluri relevante pentru temele de sexualitate, gen și diversitate, dar pot fi selectate și obiecte mai generale, care permit grupului să se cunoască independent de subiectul proiectului.
Procedura	<u>Pregătirea:</u> Obiectele sunt distribuite în centrul grupului, de exemplu în mijlocul cercului de scaune sau pe masă. Acestea pot fi obiecte de uz cotidian sau imagini, fotografii, cărți poștale, simboluri ori carduri cu ziceri sau citate. <u>Realizarea:</u>

	Participanții aleg spontan un obiect care consideră că se potrivește cel mai bine cu tema sau întrebarea, pe care îl pot folosi pentru a exprima ceva, pentru a-și comunica experiențele și așteptările sau care le amintește de ceva. După ce toți participanții și-au ales un obiect, aceștia explică pe rând de ce au ales acel obiect, ce asociază cu el și în ce mod se leagă de tema comună. Dacă mai mulți participanți doresc același obiect, îl pot discuta pe rând.
Exemple	 • “Spune într-o propoziție de ce ai ales acest obiect” • „Folosind obiectul ales, spuneți-ne ceva despre locurile în care intrați în contact cu alte generații și ce asociați cu acest lucru.” Metoda poate fi utilizată și ca instrument de reflecție sau, prin folosirea de fotografii istorice ori carduri cu evenimente sau date istorice, ca introducere în procese de învățare biografică.
Numărul de participanți	Poate fi organizat flexibil. Începând de la un număr de peste 16 participanți, schimbul ar trebui să aibă loc în grupuri mici.
Interval de timp	În funcție de dimensiunea grupului și de întrebare, aproximativ 20–40 de minute.
Material	Următoarele obiecte pot fi utilizate ca material stimulant și variat: • cărți poștale colectate • obiecte cu caracter simbolic • obiecte din natură • obiecte din centrul de conferințe • zicale colectate pe carduri
Alte sfaturi și indicații	Sesiunile de storytelling prea lungi pot deveni obositoare. Dacă sesiunea de storytelling se prelungește, este recomandat să fie întreruptă cu exerciții de relaxare.

Metoda	"Simboluri Generaționale"
Posibilități	Simbolurile generaționale permit o abordare personală și emoțională a temei generațiilor.
Context	Identificarea cu o generație — în special cu o generație istorică și socială — se realizează și prin intermediul obiectelor utilizate într-o generație pentru identificare și cărora li s-a atribuit, de-a lungul timpului, un caracter simbolic colectiv sau individual (de exemplu, în Germania: mese tip „kidney”, salopete, autocolante anti-nucleare, iPod-uri). Obiectele alese de participanți au o puternică încărcătură emoțională și o valoare ridicată de recunoaștere ca simboluri generaționale. În grupurile intergeneraționale, acestea facilitează poziționarea fiecăruia într-o generație și, totodată, discutarea acesteia. Modul lor de utilizare, adesea ludic, generează de obicei și multă bucurie în cadrul grupului.
Procedura	<u>Pregătirea:</u> Participanții sunt rugați în prealabil să aducă un obiect care simbolizează generația lor. Sarcina nu specifică din ce etapă a vieții participanților trebuie să provină acest

	obiect, deoarece alegerea unui singur obiect este întotdeauna subiectivă și inevitabil reductivă. <u>Realizarea:</u> Participanții așază obiectele generaționale pe care le-au adus în încăpere, pe podea sau pe masă. După o scurtă perioadă în care acestea sunt observate, începe discuția despre simboluri și semnificațiile lor. Dacă grupul este prea mare pentru o discuție comună, obiectele pot fi împărțite în grupuri mici pentru a facilita conversația. Discuția poate fi structurată prin introducerea unor întrebări-ghid.
Exemple	Întrebări-cheie pentru prezentarea obiectelor într-o sesiune plenară, precum și pentru schimbul de idei în grupurile mici: • „Am adus acest obiect deoarece...” • „Eu îl asociez personal cu...” • „Acest obiect reprezintă generația mea deoarece...” 
Numărul de participanți	Poate fi organizat flexibil. Începând de la un număr de peste 16 participanți, schimbul ar trebui să aibă loc în grupuri mici.
Interval de timp	În funcție de dimensiunea grupului și de întrebare, aproximativ 20–40 de minute.
Materiale	Obiectele aduse
Alte sfaturi și indicații	Sesiunile de storytelling prea lungi pot deveni obositoare. Dacă sesiunea de storytelling se prelungește, este recomandat să fie întreruptă cu exerciții de relaxare.



Activitatea principală: Sesiunea de dialog intergenerațional

Înainte de desfășurarea dialogurilor, este recomandat să fie citite cu atenție principiile și recomandările cheie din capitolul patru „Abordarea Speed-Dating și Principii Cheie”, pentru a le utiliza ca un supliment la instrucțiunile practice prezentate aici.

Metoda	"Sesiune de Dialog Intergenerațional"
Posibilități	Metoda permite un dialog personal între membri ai diferitelor generații pe o gamă largă de subiecte. Participanții ajung să se cunoască la un nivel mai personal.
Context	Așa cum este descris în capitolul 4, metoda speed dating s-a dezvoltat într-un instrument educațional inovator. În proiectul „Never Gets Old”, metoda promovează dialogul, empatia și conexiunile intergeneraționale, în special în ceea ce privește genul, sexualitatea și vârsta. Scopul este de a sprijini participanții în sesiunile de dialog intergenerațional. Aceasta facilitează conversațiile dificile și promovează un

	mediu de învățare incluziv, oferind tuturor participanților oportunitatea de a se exprima și punând accent pe împărtășirea experiențelor și pe adoptarea perspectivei celuilalt.
Procedura	<u>Pregătirea:</u> Aranjamentul scaunelor în încăpere este pregătit astfel încât toți participanții să stea față în față. Acest lucru se poate realiza în diferite moduri, de exemplu: 1. se formează un cerc interior și unul exterior din scaune 2. două persoane se așază față în față la o masă lungă 3. perechi de scaune sunt distribuite în încăpere <u>Realizarea:</u> Moderatorii adresează o întrebare grupului, iar perechile au apoi 5–10 minute pentru a o discuta. În funcție de complexitatea întrebării sau de necesitatea clarificării unor termeni în prealabil, timpul poate fi extins pentru a permite discuții de calitate. Expirarea timpului este semnalată printr-un semnal sonor, de exemplu un clopoțel. Ulterior, la un semnal, una dintre cele două persoane își schimbă locul, în timp ce cealaltă rămâne pe poziție. Trebuie stabilit dinainte care participanți se vor muta, pentru a menține amestecul generațional; de exemplu, se recomandă ca persoanele mai tinere să își schimbe locul, în timp ce persoanele mai în vârstă rămân așezate. Sesiunea poate fi încheiată după un număr prestabilit de întrebări sau atunci când participanții care s-au mutat revin la primii lor parteneri de dialog. Se poate adăuga apoi o scurtă secțiune finală, în care fiecare pereche are timp să discute impresiile și sentimentele de la finalul activității.
Numărul de participanți	Maxim 20 de participanți pentru a forma 10 perechi.
Interval de timp	În funcție de numărul de întrebări adresate, aproximativ 30–60 de minute sau mai mult, dacă se dorește un ritm mai lent și o analiză mai aprofundată.
Material	• Întrebări pregătite, inclusiv în formă vizuală • Clopoțel • Scaune și mese, dacă este necesar • Băuturi și gustări
Alte sfaturi și indicații	• Întrebările ar trebui, de asemenea, vizualizate, de exemplu într-o prezentare sau tipărite și numerotate pe mese. Acest lucru facilitează înțelegerea, în special pentru persoanele cu deficiențe de auz sau pentru a înțelege rapid întrebările. În plus, asigurați-vă că există suficient spațiu între perechile de scaune, astfel încât participanții să se poată auzi și înțelege bine, în ciuda nivelului de zgomot. • Țineți cont de faptul că mobilitatea nu este neapărat legată de vârstă. Persoanele mai tinere pot avea, de asemenea, mobilitate redusă; în astfel de cazuri, este recomandat ca persoanele mai în vârstă să fie cele care își schimbă locul. • Dacă numărul de participanți nu este par, discuția se poate desfășura și în grupuri de trei, cu doi participanți care rămân împreună în mod constant. • De asemenea, este important de subliniat că „intergenerațional” nu înseamnă neapărat foarte tânăr și foarte în vârstă; chiar și o pereche formată dintr-o persoană de 80 de ani și una de 50 de ani reprezintă o combinație intergenerațională.

- Posibilă variație: dacă se dorește, aceeași pereche poate rămâne împreună pentru două sau mai multe întrebări consecutive, pentru a permite o conversație mai profundă.
- Se recomandă includerea unor pauze scurte după fiecare set de întrebări.

Concluzia evenimentului

În final, trebuie alocat timp pentru metode de reflecție și feedback. Așa cum este descris în detaliu în capitolul șase, acest lucru presupune atât o oportunitate de reflecție pentru participanți în timpul evenimentului, cât și o oportunitate de reflecție și debriefing pentru facilitatorii atelierului după eveniment. Capitolul șase prezintă metode și recomandări specifice care pot fi aplicate imediat cu întregul grup, la finalul activității.

Rețineți:

Toate acestea sunt doar un ghid —
dumneavoastră vă cunoașteți cel mai bine
grupul!

Simțiți-vă liberi să ajustați timpul, spațiul și
întrebările în funcție de nevoile grupului-
tintă!



Exemple de întrebări pentru sesiunile ID



Compilarea acestor întrebări a fost realizată pe baza focus grupurilor din proiectul Never Gets Old. Desigur, puteți formula și propriile întrebări. O întrebare de follow-up din capitolul 3 poate fi adăugată dacă se dorește accentuarea mai puternică a schimbării de perspectivă și dacă intervalul de timp este disponibil.

Niveluri de complexitate

- **Accesibil:** Ușor de răspuns; bun pentru deschiderea unei sesiuni sau pregătirea grupului.
- **Moderat:** Necesită o anumită reflecție; adecvată după ce grupul s-a acomodat.
- **Mai profund:** Mai personal sau complex; cel mai potrivit pentru grupuri deja stabilite sau mai târziu în cadrul unei sesiuni.

Perspective personale asupra îmbătrânirii și autoimaginii

Ce înseamnă pentru tine, personal, să îmbătrânești?	● <i>Accesibil</i>
Care este un lucru care îți place la vârsta pe care o ai acum?	● <i>Accesibil</i>
Când te gândești la vârsta ta, pentru ce ești cel mai recunoscător?	● <i>Accesibil</i>
Este ceva ce poți face acum și nu ai putut să faci la o vârstă mai tânără?	● <i>Accesibil</i>
Ce te-a ajutat să ai mai multă încredere în tine sau să fii mândru de cine ești?	● <i>Accesibil</i>
A fost vreun moment în viața ta care te-a făcut să te vezi diferit?	● <i>Moderat</i>
Cum crezi că va fi să îmbătrânești? Ți-ai făcut vreun plan în acest sens?	● <i>Moderat</i>
Cum credeai că va fi să îmbătrânești când erai mai tânăr/mai tânără? Cum se compară realitatea cu acea imagine?	● <i>Moderat</i>
Dacă ai putea oferi un singur sfat despre acceptarea de sine așa cum ești, care ar fi acela?	● <i>Moderat</i>
De ce crezi că unele persoane se tem de îmbătrânire și ce ar putea ajuta la schimbarea acestui lucru?	● <i>Mai profund</i>

Dialog intergenerațional și experiențe	
Ce ai învățat de la o persoană mult mai în vârstă sau mult mai tânără decât tine?	● Accesibil
Ai observat vreodată pe cineva tratat diferit din cauza vârstei? Ce s-a întâmplat?	● Accesibil
Ți-ai schimbat vreodată părerea despre ceva după ce ai vorbit cu o persoană dintr-o altă generație?	● Accesibil
Care este un lucru pe care ți-ai dori ca o altă generație să îl înțeleagă despre generația ta?	● Accesibil
Maria (22 de ani) spune că persoanele mai în vârstă îi spun adesea că este prea tânără ca să știe ce își dorește. Ce părere ai despre acest lucru?	● Moderat
Dacă bunicii sau părinții tăi ar avea vârsta ta astăzi, cum crezi că s-ar raporta la evenimentele Pride sau la diversitatea de gen?	● Moderat
Imaginează-ți că organizezi un eveniment comunitar pentru persoane de toate vârstele. La ce ar trebui să te gândești pentru ca toată lumea să se simtă binevenită?	● Moderat
În ce fel sunt asemănătoare și în ce fel diferă provocările cu care se confruntă persoanele LGBTIQ+ mai tinere și cele mai în vârstă?	● Mai profund
Ce pot învăța adulții tineri de la adulții mai în vârstă despre relații și identitate și invers?	● Mai profund

Sexualitate, Intimitate și Sănătate Sexuală	
Consideri că despre sexualitate se vorbește diferit astăzi față de trecut?	● Accesibil
Cum arată pentru tine apropierea sau conexiunea cu o altă persoană?	● Accesibil

Cine sau ce a influențat modul în care ai învățat pentru prima dată despre sexualitate?	● Accesibil
Cum ai descrie ce înseamnă sexualitatea pentru tine în punctul actual din viața ta?	● Moderat
Ce rol are intimitatea, fizică sau emoțională în viața ta de zi cu zi?	● Moderat
Crezi că modul în care ne raportăm la propria sexualitate și identitate ne influențează sănătatea mintală? În ce fel?	● Moderat
Ai simțit vreodată că sexualitatea sau identitatea ta a fost ignorată sau minimizată din cauza vârstei tale?	● Moderat
Ai fost vreodată tratat(ă) diferit de personalul medical din cauza vârstei sau a identității tale?	● Moderat
Ce subiecte legate de sexualitate și identitate la vârste înaintate ți-ai dori să fie discutate mai deschis?	● Deeper
Te-ai simți confortabil să vorbești cu un medic sau cu un îngrijitor despre sănătatea ta sexuală sau identitatea ta? Dacă nu, ce ar trebui să se schimbe?	● Deeper
Ce bariere există pentru persoanele vârstnice LGBTQ+ în exprimarea identității lor sexuale?	● Deeper
Cum ar putea sistemele de sănătate să abordeze mai bine sexualitatea la persoanele în vârstă?	● Deeper

Diversitate și Identitate la vârste înaintate

Cu ce provocări crezi că un vârstnic LGBTIQ+ se confruntă astăzi?	● Accesibil
Ce sfaturi ai da îngrijitorilor care își doresc să fie mai atenți la aceste subiecte?	● Accesibil

Cunoști pe cineva a cărui identitate te-a surprins? Cum ai reacționat?	● Accesibil
Cum ai răspunde dacă un membru mai în vârstă al familiei ți-ar dezvălui o identitate de gen sau sexuală despre care nu știai?	● Moderat
Ai observat diferențe în modul în care oamenii vorbesc despre îmbătrânire în funcție de gen, context sau sexualitate?	● Moderat
Ce ar trebui să facă un cămin de îngrijire pentru a oferi îngrijire de calitate persoanelor LGBTIQ+ în vârstă?	● Moderat

Media, Cultură și Percepție Socială

Te poți gândi la un film, o reclamă sau o emisiune TV care ți-a influențat modul în care vezi persoanele în vârstă?	● Accesibil
Ai văzut vreodată o persoană LGBTIQ+ în vârstă reprezentată în media? Cum a fost prezentată?	● Accesibil
Ce imagine a îmbătrânirii vezi cel mai des în publicitate?	● Accesibil
Cum influențează modul în care media prezintă îmbătrânirea felul în care oamenii percep sexualitatea la vârste înaintate?	● Moderat
Ai întâlnit stereotipuri despre persoanele în vârstă și sexualitate? Cum afectează acestea oamenii?	● Moderat
Cum influențează diferențele culturale sau generaționale modul în care oamenii percep sexualitatea pe măsură ce îmbătrânesc?	● Mai profund

Vizibilitate și Spațiu de Siguranță (Safe Space)

Ce înseamnă pentru tine să te simți văzut(ă) și recunoscut(ă) pentru cine ești?	● Accesibil
---	-------------

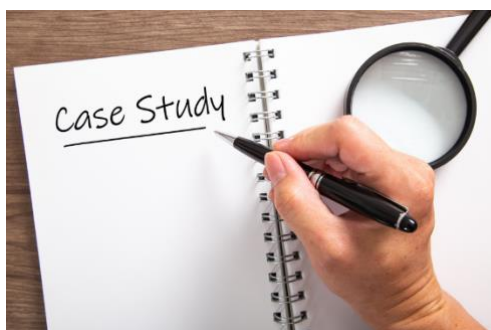
Cum ai descrie un spațiu sigur pentru a vorbi despre gen și sexualitate?	● Accesibil
Te poți gândi la un loc sau o situație în care te-ai simțit cu adevărat acceptat(ă)?	● Accesibil
De ce ai avea nevoie într-un cămin de îngrijire pentru a te simți în siguranță în identitatea ta?	● Moderat
Cum ar trebui să reacționeze un cămin de îngrijire dacă apare discriminare între rezidenți?	● Moderat
Ce pot face comunitățile pentru a face spațiile lor mai primitoare pentru persoanele în vârstă de toate orientările sexuale și identitățile de gen?	● Mai profund

Sfaturi pentru facilitator

Nu este necesar ca toate întrebările să fie folosite în fiecare sesiune. Puteți formula și propriile întrebări; acestea sunt doar exemple. Alegeți 3–5 întrebări pe categorie care se potrivesc nivelului de confort al grupului și obiectivelor sesiunii. Începeți cu întrebări **accesibile** pentru a construi încrederea, apoi treceți treptat către întrebări **moderate** și **mai profunde**, pe măsură ce grupul devine mai confortabil.



Studii de caz pentru discuții



Acest capitol oferă studii de caz scurte, bazate pe practică, care pot fi utilizate pentru discuții în grupuri mici în cadrul Sesiunilor de Dialog Intergenerațional sau în locul unei întrebări. Scopul nu este de a oferi „răspunsuri corecte”, ci de a sprijini profesioniștii în abordarea temei într-un mod accesibil și de a oferi exemple care pot fi întâlnite realist în viața de zi cu zi.

Fiecare studiu de caz urmează o structură consecventă: o scurtă narațiune care descrie o situație profesională realistă, un punct-cheie care evidențiază problema centrală și un set de întrebări de reflecție pentru discuția de grup.

Scopul nu este de a oferi „răspunsuri corecte”, ci de a sprijini profesioniștii în recunoașterea situațiilor în care sunt încălcate limitele, în evitarea culpabilizării persoanelor afectate și în explorarea împreună a unor răspunsuri incluzive, bazate pe drepturi.

Fiecare studiu de caz urmează o structură consecventă: o scurtă narațiune care descrie o situație profesională realistă, un punct-cheie care evidențiază problema centrală și un set de întrebări de reflecție pentru discuția de grup.



Studiul de Caz 1**“Nu Suntem Colegi de Cameră”***Context: Sănătate și îngrijire pe termen lung***Recunoașterea unei relații între persoane de același gen la o vârstă înaintată**

Maria (78) și Elise (76) sunt parteneri romantici și locuiesc împreună într-un apartament mic de peste treizeci de ani. Când Maria suferă un accident vascular cerebral minor, aceasta este internată într-o secție de recuperare pentru câteva săptămâni. În timpul interviului de internare, asistenta o întreabă pe Maria: „Locuiți singură sau cu familia?” Maria ezită, se uită la Elise și răspunde încet: „Cu partenera mea.” Asistenta zâmbește și spune: „Deci este colega dumneavoastră de apartament. E bine, e important să ai companie la vârsta asta.”

În zilele următoare, personalul se referă în mod repetat la Elise ca fiind „prietena” sau „colega de apartament” a Mariei. Orele de vizită sunt flexibile, dar doar „membrii familiei” sunt invitați să participe la întâlnirile de planificare a îngrijirii. Elise nu este inclusă, chiar și atunci când se discută despre externarea Mariei și planificarea îngrijirii viitoare. Maria nu contestă deschis situația, dar devine mai retrasă și uneori refuză ședințele de fizioterapie.

PUNCT CHEIE

În acest scenariu, limita care este depășită nu ține de comportamentul Mariei sau al Elisei, ci de modul în care instituția nu recunoaște relația lor și dreptul Mariei de a decide cine este implicat în îngrijirea ei. Referirea repetată la Elise ca „prietenă” sau „colegă de apartament” șterge o relație de cuplu de lungă durată și întărește presupuneri heteronormative despre persoanele în vârstă.

Întrebări de reflecție

1. Ce forme de heteronormativitate și ageism sunt evidente în modul în care personalul vorbește despre Maria și Elise? De exemplu, presupunerea automată a unei prietenii platonice și ștergerea relațiilor între persoane de același sex la vârste înaintate.
2. Cum poate echipa să numească în mod clar limita care a fost încălcată, și anume dreptul Mariei de a-și defini relația și persoanele apropiate (next of kin), fără a transfera responsabilitatea asupra Mariei sau Elisei?
3. Ce întrebări deschise și respectuoase ar putea adresa profesioniștii pentru a clarifica dorințele Mariei în ceea ce privește informarea, consimțământul și implicarea Elisei în îngrijirea ei?
4. Ce modificări ar fi necesare în formulare, procedurile de internare sau politicile de vizitare pentru ca relații precum cea dintre Maria și Elise să fie vizibile și recunoscute încă de la început?
5. Cum ați putea utiliza acest caz într-un grup IDS pentru a discuta dreptul la autodeterminare la vârste înaintate și vizibilitatea lingvistică a partenerilor, fără a „dezvălui” sau problematiza persoanele implicate?

Cazul de Studiu 2

“A fost doar o glumă”

Context: Educație și asistență socială

Comentarii care depășesc limitele într-un workshop intergenerațional

În timpul unui atelier intergenerațional pe tema „Schimbarea percepțiilor despre sexualitate între generații”, participanții sunt împărțiți în grupuri mici mixte ca vârstă. Un grup include doi bărbați în vârstă de aproximativ șaptezeci de ani, o studentă la asistență socială în jur de douăzeci de ani și un educator comunitar aflat la mijlocul carierei, care moderează discuția.

Conversația ajunge la aplicațiile de dating și flirtul online. Unul dintre bărbații mai în vârstă, Klaus, râde și îi spune studentei: „Dacă aș fi cu patruzeci de ani mai tânăr, aș da swipe right imediat la tine!” Mai mulți participanți râd nervos. Klaus continuă: „Nu-ți face griji, știu că sunt prea bătrân. În zilele noastre, dacă te uiți puțin mai mult la o femeie tânără, imediat se vorbește despre hărțuire, nu?” Studenta forțează un zâmbet, dar devine vizibil mai retrasă.

PUNCT CHEIE

În această situație, încălcarea limitei constă în comentariul cu tentă sexuală făcut de Klaus către o participantă mult mai tânără, într-un context de învățare. Studenta nu este responsabilă pentru acest comentariu; disconfortul ei este un semnal că spațiul nu mai este complet sigur pentru ea. Atunci când facilitatorii rămân tăcuți, grupul poate interpreta acest lucru ca o tolerare a comportamentului, ceea ce poate normaliza hărțuirea subtilă și poate reduce vocea celor afectați.

Întrebări de reflecție

1. Ce dinamici de putere sunt în joc în această scenă (vârstă, gen, rolul de invitat versus facilitator) și cum contribuie acestea la faptul că acel comentariu devine o încălcare a limitelor pentru studentă, chiar dacă este prezentat ca o „glumă”?
2. Cum ai putea, în calitate de facilitator, să faci clar că a fost depășită o limită fără a-l devaloriza pe Klaus ca persoană, de exemplu prin a te concentra pe efectul comentariului mai degrabă decât pe intenția lui?
3. Formulează una sau două posibile fraze pe care le-ai putea folosi pentru a interveni imediat, de exemplu, menționând că comentariile sexualizate adresate unor persoane nu sunt adecvate în acest context și explicând de ce.
4. Ce măsuri preventive (de exemplu, reguli de bază stabilite împreună privind comentariile despre corp și atractivitate) ar putea ajuta la evitarea unor astfel de situații și la clarificarea faptului că responsabilitatea aparține comportamentului, nu persoanelor care se simt inconfortabil?
5. Cum ar putea arăta o discuție de debrief a echipei în care reflectați, fără a atribui vina studentei sau altor persoane afectate, asupra sprijinului de care ar fi avut nevoie și asupra a ceea ce ați face diferit în viitor?

Cazul de Studiu 3

“Mă simt inconfortabil”

Context: Sănătate și îngrijire socială

Navigarea Consimțământului și a Afectării Cognitive

Într-un cămin de îngrijire rezidențială, personalul observă că domnul Novak (82 de ani), care trăiește cu demență moderată, caută frecvent apropiere fizică de alți rezidenți. Uneori, acesta ține de mână sau încearcă să îmbrățișeze alte persoane fără a cere consimțământul. Într-o după-amiază, este găsit în grădină stând foarte aproape de doamna Zielinski (79 de ani), atingându-i coapsa peste haine. Ea pare încordată și își evită privirea. Când o asistentă se apropie, aceasta spune încet: „El este doar singur, nu vreau să creez probleme.”

Mai târziu, ea îi spune unui asistent social că se simte inconfortabil, dar și că se simte „prea bătrână ca să vorbească despre astfel de lucruri”.

PUNCT CHEIE

Aici, încălcarea limitei constă în atingerea fizică neconsimțită din partea domnului Novak. Reticența doamnei Zielinski nu reprezintă consimțământ; mai degrabă, reflectă modul în care rușinea, rolurile de gen și stereotipurile legate de vârstă pot împiedica persoanele în vârstă să vorbească despre încălcări ale limitelor sexuale sau fizice. Responsabilitatea revine profesioniștilor și organizației de a menține o poziție clară privind integritatea corporală și protecția împotriva contactului nedorit, respectând în același timp dreptul la intimitate și apropiere.

Întrebări de reflecție

1. Ce tensiuni apar între dreptul la exprimare sexuală și dreptul la siguranță fizică și emoțională, în special în contextul afectării cognitive?
2. Cum pot profesioniștii să clarifice faptul că atingerea nedorită reprezintă o încălcare a limitelor, fără a o învinovăți pe doamna Zielinski pentru că „nu a spus nimic”? Ce tip de limbaj ar putea transmite că sentimentele ei sunt luate în serios și că nu „exagerează”?
3. Ce măsuri pot fi luate pentru a-i proteja atât pe domnul Novak, cât și pe doamna Zielinski, de exemplu prin observare, discuții cu membrii familiei sau ajustări ale planurilor de îngrijire, fără a stigmatiza sau patologiza rezidenții individuali?
4. Ce ghiduri clare privind sexualitatea, intimitatea și consimțământul ar avea nevoie instituția dumneavoastră, astfel încât personalul să aibă repere atunci când sunt încălcate limitele și persoanele afectate să știe că vor primi sprijin?
5. Cum pot IDS sau alte formate de reflecție să ajute personalul să își proceseze propriile incertitudini legate de sexualitate în contextul demenței, în loc să transfere inconștient aceste incertitudini asupra rezidenților?

Caz de Studiu 4**“Este doar o fază”***Context: Dialog intergenerațional****O discuție intergenerațională de familie despre identitatea Queer***

Într-o sesiune IDS organizată într-un centru comunitar, participanții sunt invitați să împărtășească povești despre „conversații importante” din familiile lor. Într-un grup mic se află o bunică, Ingrid (72 de ani), nepotul ei adult, Leo (24 de ani), care se identifică non-binar și queer, precum și alți participanți de vârste diferite, fără legătură între ei.

Leo povestește că recent și-a informat familia despre faptul că are un partener de același sex și că folosește un nou prenume. Ingrid răspunde în fața grupului: „Îl/o iubesc foarte mult pe Leo, dar tot sper că este doar o fază. La vârsta mea nu existau toate aceste etichete. Mă îngrijorează că tinerii se încurcă singuri cu toate astea.” Leo pare vizibil rănit și devine tăcut. Unii participanți aprobă cu înțelegere spusele lui Ingrid, în timp ce alții par inconfortabili, dar nu intervin.

PUNCT CHEIE

În acest exemplu, încălcarea limitei constă în punerea sub semnul întrebării, în mod public, a identității și relației lui Leo într-un spațiu prezentat ca fiind unul de sprijin și respect. Durerea lui Leo este de înțeles; aceasta nu apare pentru că ar fi „prea sensibil”, ci pentru că propria sa auto-definire este relativizată și patologizată în mod direct.

Întrebări de reflecție

1. Ce efecte poate avea asupra persoanelor queer mai tinere faptul că identitatea lor este descrisă ca „o fază” sau „un trend” în contexte intergeneraționale?
2. Cum ai putea, în calitate de facilitator, să intervii pentru a clarifica faptul că a fost depășită o limită, de exemplu prin validarea modului în care Leo se descrie și invitând-o pe Ingrid să își exprime îngrijorările fără a nega identitatea lui Leo?
3. Ce reguli de bază sau ce informații despre limbajul respectuos (pronume, nume, terminologie) ar putea fi introduse în prealabil pentru a reduce astfel de situații, fără a-i stigmatiza pe participanții mai în vârstă sau a-i prezenta ca fiind „înapoiați”?
4. Cum poate fi creat un spațiu în care Ingrid să își poată exprima incertitudinile, dar în același timp să fie clar că dreptul lui Leo la auto-definire nu este negociabil?
5. Ce oportunități oferă IDS pentru a face astfel de tensiuni vizibile într-un mod constructiv, în loc să se evite conflictele, și cum poți evita ca participanții queer să fie folosiți ca „material educațional” în acest proces?

Caz de Studiu 5**“Nu este potrivit pentru vârsta lor”***Context: Sănătate și îngrijire socială****Doi Bărbați care se iubesc într-un cămin de îngrijire***

Într-un cămin de îngrijire, doi rezidenți, domnul Becker (81 de ani) și domnul Ruiz (79 de ani), încep să petreacă tot mai mult timp împreună. Mănâncă la aceeași masă, se plimbă în grădină și sunt adesea văzuți ținându-se de mână. Într-o seară, un îngrijitor îi observă stând foarte aproape pe canapea, sărutându-se discret. Mai târziu, o colegă comentează la postul de asistenți: „E drăguț că s-au găsit, dar sper să nu vadă prea mult ceilalți rezidenți. Unii dintre ei sunt foarte tradiționali.”

Curând, unii rezidenți și membri ai familiilor încep să facă remarci. O fiică se plânge managerului: „Mama mea nu vrea să împartă sala de mese cu astfel de comportament. Nu este potrivit pentru vârsta lor.” Ca răspuns, managerul sugerează ca domnul Becker și domnul Ruiz să evite manifestările vizibile de afecțiune în spațiile comune „pentru a menține liniștea.” Niciunul dintre cei doi bărbați nu a fost întrebat cum percep reacțiile sau ce își doresc.

PUNCT CHEIE

În acest caz, încălcarea limitei apare atunci când răspunsurile instituționale prioritizează disconfortul altora în detrimentul dreptului domnului Becker și al domnului Ruiz de a-și trăi relația în mod deschis și cu demnitate. Relația lor este tratată ca o problemă, în timp ce comentariile discriminatorii din partea membrilor familiei sau a altor rezidenți sunt abia abordate.

Întrebări de reflecție

1. Ce mesaj le transmite domnului Becker și domnului Ruiz faptul că li se cere să își ascundă afecțiunea, în timp ce comentariile homonegative sunt abia abordate?
2. Cum ai putea, în calitate de profesionist, să numești clar că a fost încălcată limita nediscriminării și că problema nu este relația celor doi bărbați, ci reacțiile de respingere ale celorlalți?
3. Ce măsuri de sprijin ar putea fi luate, de exemplu o discuție de clarificare cu membrii familiei critici, sesiuni de informare despre îmbătrânirea LGBTI+ sau o declarație explicită că instituția își propune să fie un mediu lipsit de discriminare?
4. Cum ar putea echipa să se asigure că domnul Becker și domnul Ruiz sunt întrebați în mod activ ce își doresc și ce nivel de vizibilitate li se pare sigur, în loc să se decidă în locul lor?
5. Ce rol ar putea avea IDS sau alte formate bazate pe dialog în facilitarea unor conversații cu rezidenții și membrii familiei despre iubire, intimitate și diversitate la vârste înaintate, fără a „problematiza” relația celor doi bărbați?

Caz de Studiu 6**"Nu îi place să fie atinsă"***Context: Cămin de îngrijire rezidențială pentru adulți vârstnici*

Un asistent medical observă că doamna K., o rezidentă de 82 de ani cu demență în stadiu incipient, devine vizibil tulburată ori de câte ori un coleg bărbat o ajută cu igiena personală. Doamna K. spune în mod repetat „Nu, nu el” și încearcă să îl împingă pe asistent. Echipa interpretează inițial acest comportament ca fiind o agitație generală legată de declinul cognitiv. Un coleg sugerează că doamna K. ar putea pur și simplu „să nu îi placă bărbații”.

În timpul unei ședințe de predare a cazurilor, un asistent social ridică întrebarea dacă reacția doamnei K. ar putea indica o experiență anterioară de violență sexuală, mai degrabă decât o preferință generală. Echipa se simte nesigură cum să reacționeze: nu dorește să facă presupuneri, dar recunoaște, de asemenea, că minimalizarea suferinței doamnei K. ca fiind doar confuzie ar putea să nu îi protejeze demnitatea și siguranța.

PUNCT CHEIE

Refuzul repetat al doamnei K. reprezintă o exprimare clară a limitelor sale. Interpretarea suferinței exclusiv ca simptom al demenței riscă să ignore o posibilă istorie de traumă și să îi submineze dreptul la autonomie corporală. Sarcina profesională nu este de a diagnostica cauza, ci de a respecta necondiționat limita și de a explora abordări de îngrijire informate de traumă.

Întrebări de reflecție

1. Cum poate echipa de îngrijire să respecte imediat limita exprimată de doamna K., indiferent dacă motivul este pe deplin înțeles sau nu?
2. Ce rutine instituționale (de exemplu, rotația personalului, documentarea) ar putea ajuta la prevenirea situațiilor în care refuzurile rezidenților sunt ignorate?
3. Cum ar arăta o abordare informată de traumă în acest context specific de îngrijire?
4. Cum ar putea echipa să inițieze o discuție cu familia doamnei K. sau cu reprezentantul legal, fără a face presupuneri sau a încălca confidențialitatea?
5. Ce tip de formare sau supervizare ar ajuta personalul să distingă între simptomele cognitive și expresiile de suferință legate de experiențe anterioare?

Caz de Studiu 7**"Nu știu cum să aduc asta în discuție"***Context: Atelier de educație pentru sănătate în educația adulților*

Un educator în sănătate conduce un atelier despre bunăstare și îmbătrânire sănătoasă pentru un grup de adulți cu vârste între 55 și 75 de ani. Curriculumul include o sesiune despre sănătatea sexuală la vârste înaintate. Educatorul a observat că participanții se implică cu entuziasm în subiecte precum nutriția și exercițiile fizice, dar devin vizibil mai tăcuți ori de câte ori este menționată sexualitatea. Când introduce cu prudență sesiunea, un participant spune: „La vârsta noastră, asta nu mai este chiar relevant, nu-i așa?” Ceilalți dau din cap aprobator.

Educatorul bănuiește că cel puțin o parte dintre participanți au întrebări; un număr mic s-au apropiat de ea în privat după sesiuni anterioare pentru a întreba despre subiecte precum schimbările în libido, durerea în timpul actului sexual sau modul în care medicația afectează funcția sexuală. Ea se simte prinsă între dorința aparentă a grupului de a evita subiectul și cunoștințele ei profesionale conform cărora sănătatea sexuală este importantă la orice vârstă.

PUNCT CHEIE

Tăcerea grupului nu înseamnă că subiectul este irelevant; aceasta poate reflecta disconfort, ageism interiorizat sau lipsa unor spații sigure pentru a discuta despre sexualitate la vârste înaintate. Întrebările adresate în privat de unii participanți confirmă faptul că există această nevoie. Provocarea profesională este de a crea condiții în care subiectul să poată fi abordat fără a forța dezvăluirea personală, normalizând conversația, mai degrabă decât impunând participarea.

Întrebări de reflecție

1. Ce strategii ar putea folosi educatorul pentru a normaliza subiectul sănătății sexuale fără a pune participanții în situații incomode?
2. Cum ar putea presupunerile ageiste („sexualitatea este pentru cei tineri”) să afecteze atât disponibilitatea participanților de a se implica, cât și disponibilitatea profesioniștilor de a aborda subiectul?
3. Ce rol au formatele de întrebări anonime, materialele scrise sau invitații externi în a face subiectele sensibile mai accesibile?
4. Cum poate educatorul să recunoască disconfortul grupului, îndeplinindu-și în același timp responsabilitatea educațională?
5. Ce schimbări instituționale sau curriculare ar face mai ușoară includerea sănătății sexuale ca parte standard a programelor de îmbătrânire sănătoasă?

Întrebări generale de reflecție pentru practica profesională

Următoarele întrebări pot fi utilizate în toate studiile de caz sau ca întrebări independente pentru reflecție profesională și discuții în echipă.

1. Cum mi-au influențat propriile experiențe, valori și norme sociale legate de vârstă, gen și sexualitate modul în care interacționez cu adulții mai în vârstă și participanții mai tineri în contexte profesionale?
2. În organizația mea, unde observ practici, documente sau rutine care presupun implicit norme heterosexuale, cisgen sau non-dizabilitate și cum ar putea acest lucru afecta participanții LGBTI+ mai în vârstă?
3. În organizația mea, unde observ practici, documente sau rutine care presupun implicit norme heterosexuale, cisgen sau non-dizabilitate și cum ar putea acest lucru afecta participanții LGBTI+ mai în vârstă?
4. În organizația mea, unde observ practici, documente sau rutine care presupun implicit norme heterosexuale, cisgen sau non-dizabilitate și cum ar putea acest lucru afecta participanții LGBTI+ mai în vârstă?
5. Cum pot formatele de dialog intergenerațional precum IDS să ajute la scoaterea la suprafață a experiențelor invizibile de marginalizare și să creeze spațiu pentru învățare colectivă despre sexualitate, consimțământ și diversitate, fără a pune povara educației pe persoanele cel mai afectate?
6. Cum influențează dinamica de putere — între profesioniști și beneficiari, între generații, între genuri — ale cui limite sunt luate în serios?
7. Cum ar arăta dacă instituția mea ar avea o politică clară, scrisă, privind dreptul rezidenților/beneficiarilor la exprimare sexuală și intimitate?
8. Cum pot contribui la o cultură de echipă în care colegii se simt în siguranță să discute incertitudinile legate de subiecte sensibile, fără teama de a fi judecați?

Ghidul Facilitatorului: Gestionarea Subiectelor și Conversațiilor Dificile în Discuții de Grup

Sesiunile de Dialog Intergenerațional (IDS) sunt concepute pentru a crea spații deschise și respectuoase în care participanți de vârste diferite pot face schimb de perspective pe teme importante pentru ei. Cu toate acestea, o parte dintre cele mai valoroase procese de învățare apar tocmai atunci când conversațiile devin inconfortabile, când apar conflicte de valori între generații, când sunt abordate subiecte tabu sau când un participant împărtășește o experiență emoțională neașteptată.

Acest capitol oferă îndrumări practice pentru facilitatori privind modul de pregătire, gestionare și urmărire a momentelor dificile din discuțiile de grup. Scopul nu este evitarea completă a disconfortului, ci crearea unor condiții în care disconfortul poate deveni un catalizator pentru învățare, mai degrabă decât o sursă de vătămare.

Înainte de Sesiune: Pregătirea Dumneavoastră și a Grupului

Facilitarea eficientă a conversațiilor dificile începe înainte de începerea sesiunii. Facilitatorii care își acordă timp pentru a reflecta asupra propriilor reacții la subiecte sensibile sunt mai bine pregătiți să rămână ancorați atunci când emoțiile din grup devin intense.

Autopregătirea

Reflectează asupra propriilor tale valori, presupuneri și declanșatori emoționali în raport cu tema sesiunii. Întreabă-te: ce aspecte ale acestui subiect mă fac să mă simt inconfortabil? Care sunt punctele mele oarbe? În ce situații ar putea opiniile mele personale să influențeze, fără intenție, grupul? Acest tip de conștientizare de sine te ajută să faci diferența între propriile tale reacții și ceea ce are nevoie grupul de la tine ca facilitator.

Stabilirea Regulilor de Bază

Co-crearea regulilor de bază împreună cu grupul la începutul fiecărei sesiuni oferă participanților un sentiment de responsabilitate comună asupra spațiului. În loc să impuneți reguli, invitați grupul să exprime de ce are nevoie pentru a se simți suficient de în siguranță încât să vorbească sincer. Facilitatorul poate apoi completa cu orice principii pe care grupul le-ar fi putut omite.

Reguli de bază sugerate pentru IDS

- Ascultă pentru a înțelege, nu pentru a răspunde sau a corecta.
- Vorbește din propria experiență.
- Respectă faptul că alții pot avea valori diferite, fără a fi nevoie să fii de acord cu ele.
- Confidențialitate: poveștile personale împărtășite în această încăpere rămân în această încăpere.
- Este întotdeauna acceptabil să alegi să nu participi; nimeni nu este obligat să împărtășească.
- Dacă ceva este rănitor, semnalează acest lucru. Facilitatorul va susține procesul.

În timpul sesiunii: Navigarea momentelor dificile

Chiar și cu o pregătire atentă, vor apărea momente dificile. Următoarele principii pot ajuta facilitatorii să răspundă într-un mod constructiv atunci când conversațiile devin tensionate, emoționale sau potențial dăunătoare.

1. Numește ceea ce se întâmplă în încăpere.

Atunci când tensiunea crește, recunoaște-o în loc să o ignori. O simplă observație precum „Observ că acest subiect a generat emoții puternice. Este de înțeles, pentru că este un subiect important” poate normaliza disconfortul și poate transmite că facilitatorul este atent la ceea ce se întâmplă.

2. Separă impactul de intenție.

Atunci când comentariul unui participant provoacă suferință, concentrează-te pe efect, mai degrabă decât pe intenție. De exemplu: „Observ că acest comentariu a fost primit diferit față de cum a fost probabil intenționat. Haideți să ne oprim puțin și să verificăm cum se simt ceilalți.” Acest lucru evită rușinarea vorbitorului, validând în același timp experiența celor afectați.

3. Fiți confortabili cu tăcerea

Atunci când apar emoții, rezistă impulsului de a umple fiecare pauză. Pauzele le oferă participanților timp să își proceseze sentimentele și să găsească cuvintele pentru

ceea ce vor să spună. Graba de a trece mai departe poate transmite mesajul că exprimarea emoțiilor nu este binevenită.

4. Redirecționează fără a opri discuția

Dacă o discuție riscă să devină dăunătoare, de exemplu dacă un participant invalidează în mod repetat identitatea sau experiența altuia, facilitatorul are responsabilitatea de a interveni. Redirecționează conversația reafirmând regulile de bază și readucând grupul la subiect: „Am convenit să vorbim din propria experiență. Haideți să revenim la acest principiu.” Acest lucru menține limitele fără a opri sau a bloca conversația.

5. Răspunde dezvoltărilor emoționale cu grijă

Dacă un participant împărtășește o experiență personală de traumă, discriminare sau pierdere, recunoaște curajul necesar pentru a vorbi despre acest lucru. Nu insista pentru detalii, nu interpreta experiența și nu invita grupul să comenteze, decât dacă persoana își exprimă explicit dorința de a continua discuția. O scurtă recunoaștere caldă este adesea suficientă: „Îți mulțumesc că ai împărtășit asta cu noi. A fost nevoie de curaj.”

Gestionarea conflictelor de valori intergenerationale

Conflictele de valori între generații pot apărea în dialogul intergenerațional. Participanții mai în vârstă și cei mai tineri pot avea perspective diferite, modelate de contexte istorice, culturale sau sociale distincte. Sarcina facilitatorului este de a crea condiții pentru un schimb autentic, fără a solicita consens, menținând în același timp un mediu respectuos.

Strategii pentru conflicte de valori

- Reîncadrează dezacordul ca pe o oportunitate: „Acesta este exact tipul de diferență pe care IDS este conceput să îl exploreze.”
- Pune întrebări bazate pe curiozitate: „Ce experiență ți-a format această perspectivă?” mai degrabă decât „De ce gândești asta?”
- Protejează indivizii de a deveni reprezentanți ai generației lor: reamintește grupului că nimeni nu vorbește în numele tuturor persoanelor de aceeași vârstă.

- Dacă auto-definirea unui participant (de exemplu, identitatea de gen sau orientarea sexuală) este pusă sub semnul întrebării, intervine pentru a afirma că auto-definirea nu este subiect de dezbatere, permițând în același timp spațiu persoanei care ridică întrebarea să își exprime incertitudinea, fără a invalida cealaltă persoană.

După sesiune: debrief și follow-up

Conversațiile dificile nu se încheie odată cu sesiunea. Facilitatorii ar trebui să includă timp pentru o încheiere structurată și, atunci când este posibil, pentru un debriefing în echipă.

Încheierea Sesiunii

Înainte ca participanții să plece, oferă o scurtă rundă în care fiecare persoană poate împărtăși un cuvânt sau o propoziție despre cum se simte. Acest lucru previne plecarea cu emoții neprocesate și îi oferă facilitatorului o imagine asupra stării grupului. Încheie prin a mulțumi grupului pentru deschiderea de a se implica în subiecte dificile.

Debrief de echipă

După sesiune, facilitatorii ar trebui să reflecteze, individual sau împreună cu co-facilitatorii, asupra a ceea ce a funcționat, ce a fost provocator și dacă vreun participant ar putea avea nevoie de sprijin ulterior. Întrebările-cheie includ:

Întrebări de debrief pentru facilitatori

- Au existat momente în care am simțit nevoia să iau partea cuiva? Ce a declanșat acest lucru?
- A părut vreun participant tulburat sau retras după sesiune?
- Au fost regulile de bază suficiente sau trebuie revizuite pentru următoarea sesiune?
- Există cineva cu care ar trebui să fac un check-in individual înainte de următoarea întâlnire?
- Ce aș face diferit data viitoare?

CONCLUZIE CHEIE

Scopul facilitării nu este de a preveni disconfortul, ci de a se asigura că acesta este împărtășit, conținut și utilizat ca resursă pentru învățare. Atunci când facilitatorii se pregătesc cu atenție, răspund cu claritate și urmăresc cu grijă ceea ce se întâmplă după sesiune, conversațiile dificile pot deveni cele mai transformatoare momente dintr-o Sesiune de Dialog Intergenerațional.

Checklist

Acest checklist poate face planificarea evenimentului mai ușoară.

Titlul evenimentului:	
Data:	
Locația:	
Persoane responsabile:	

☒ Înainte de eveniment

Sarcina	Responsabil	Deadline	✓
Definește scopul și conceptul			
Alege un buget			
Plănuiește locația			
Clarifică cerințe tehnice			
Băuturi și gustări			
Contactează grupuri țintă			

Menține lista de contact			
Începe promovarea			
Pregătește materialele și întrebările			

Sarcina	Responsabil	Ora din zi	✓
Setup & verificare tehnică			
Design interior			
Pregătește lista de participanți			
Organizarea materialelor			
Primirea invitațiilor			
Metoda Icebreaker			
Dialog Intergenerațional			
Reflecție si feedback			
Concluzie			

 După eveniment

Sarcina	Responsabil	Interval de timp	✓
Curățarea încăperii			
Debriefing cu echipa			
Evaluarea feedback-ului participanților			
Trimite email-uri de mulțumire			



Referințe

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>



“Singurul scop al unei activități este de a oferi o oportunitate pentru debriefing. Învățarea nu are loc în timpul activității, ci în timpul evaluării acesteia, în faza de reflecție.”

(Thiagarajan & Van den Bergh, 2014)

Rezultate ale învățării

**La sfârșitul
acestei
secțiuni,
cititorii vor:**

Înțelege importanța evaluării diferitelor aspecte ale Sesiunilor de Dialog Intergenerațional implementate, pe trei niveluri.

Putea colecta feedback de la participanți și organizatori, asigurându-se că toate vocile sunt auzite.

Fi pregătit să faciliteze activități de reflecție folosind instrumente interactive și incluzive.



Introducere

Reflectăm în mod natural asupra activităților pe care le facem în fiecare zi, mai ales atunci când ceva nu decurge conform planului. Însă este la fel de important să facem un pas înapoi și să evaluăm lucrurile și atunci când merg bine, pentru a înțelege ce a funcționat și pentru a construi pe baza acestui succes.

La finalul unei Sesiuni de Dialog Intergenerațional (IDS), este esențial să se evalueze impactul acesteia și să se reflecteze asupra sesiunii. Pentru a face acest lucru, este util să ne oprim un moment pentru a analiza cum a decurs totul, ce a funcționat bine, ce ar putea fi îmbunătățit sau schimbat și cum a trăit fiecare participant experiența. Acest proces ne ajută să continuăm să învățăm, să sprijinim îmbunătățirea continuă a sesiunilor viitoare și să le facem și mai relevante și semnificative.



Această secțiune oferă formatorilor și facilitatorilor idei, instrumente practice și exerciții pentru a evalua eficacitatea IDS din perspective multiple: participanți, organizatori și contextul individual al sesiunii. Ca element central de follow-up al Sesiunilor de Dialog Intergenerațional, Never Gets Old propune includerea unei componente de evaluare ca parte finală a atelierului. Acest capitol oferă mai multe exemple care pot fi utilizate ca activități de reflecție în grup.

„Sunt aici și vorbesc, nu am discutat niciodată cu adevărat despre aceste lucruri, sunt aici și mă gândesc la diverse aspecte. Vă mulțumesc că mi-ați permis să particip.”

-Participant al grupului de focus "Never Gets Old" Portugalia



Evaluarea impactului

Sesiunile de dialog intergenerațional (IDS) sunt dinamice și relevante din punct de vedere social – însă fără o evaluare atentă, impactul lor riscă să fie trecut cu vederea sau înțeles greșit. Secțiunile următoare prezintă de ce este importantă evaluarea, la ce niveluri poate avea loc, recomandări utile (ce este de făcut și ce trebuie evitat), precum și instrumente practice pentru facilitatori.

De ce să evaluezi impactul?

Evaluarea merge dincolo de numărarea participanților sau bifarea unor criterii. Ea surprinde rezonanța emoțională, intelectuală și socială. Este despre învățare, îmbunătățire și despre a face vizibil ceea ce este adesea invizibil. Așa cum afirmă Sánchez (2009), evaluarea ar trebui privită ca „un proces sistematic și explicit, un efort organizat și deliberat de a colecta informații valide pentru a descrie și a formula judecăți de valoare fundamentate despre un fenomen” (p. 14). Este vorba despre a întreba: Ce a funcționat? Pentru cine? În ce context? Și cum putem face mai bine data viitoare?

După organizarea unei Sesiuni de Dialog Intergenerațional (IDS) — în care persoane din grupuri de vârstă diferite împărtășesc experiențe și perspective personale — poate fi extrem de valoros să existe o activitate de feedback sau reflecție de grup. Aceste conversații pot fi puternice, surprinzătoare și chiar emoționale. În timpul IDS, participanții pot auzi lucruri care le contestă presupunerile, se pot conecta cu propriile experiențe sau își pot schimba perspectiva. În plus, activitățile de închidere transmit un mesaj pozitiv: vocea ta contează și este auzită. A-și lua timp pentru reflecție împreună îi ajută pe participanți să:

- Să proceseze ceea ce au trăit într-un mediu calm și suportiv.
- Să înțeleagă emoțiile sau insight-urile neașteptate care pot apărea.
- Să își împărtășească deschis impresiile, ceea ce poate întări conexiunea și învățarea în grup.
- Să ofere feedback constructiv care ajută facilitatorii să îmbunătățească sesiunile viitoare.

Reflecțiile și feedback-ul oferă, de asemenea, organizatorilor ocazia de a vedea cât de bine a susținut sesiunea un dialog deschis și respectuos, în special în contextul diferențelor de vârstă, gen sau identitate, și dacă fiecare participant s-a simțit auzit și inclus. Evaluarea impactului îi permite facilitatorului să:

- Să învețe din provocări.

- Recunoașterea și evaluarea rezultatelor învățării.
- Să înțeleagă și să amplifice reușitele.
- Să îmbunătățească sesiunile IDS viitoare pe baza feedback-ului participanților.
- Evaluarea incluziunii în raport cu vârsta, orientarea sexuală, identitatea de gen și contextul social.

Niveluri de evaluare

Când evaluăm o Sesiune de Dialog Intergenerațional (IDS), este util să o analizăm din trei perspective diferite:



La nivelul participanților, accentul este pus pe experiențele personale: s-au simțit oamenii incluși, respectați și ascultați? Au dobândit perspective sau înțelegeri noi, în special despre vârstă, gen sau identitate? De exemplu, un participant mai tânăr ar putea spune că nu s-a gândit anterior la modul în care sexualitatea este trăită la vârste înaintate, iar un adult mai în vârstă ar putea exprima cât de important a fost pentru el să se simtă cu adevărat ascultat.



Nivelul organizațional analizează modul în care a fost facilitată sesiunea și „experiența din culise” a facilitatorilor: atmosfera a fost primitoare? Au apărut provocări, cum ar fi puncte de discuție tensionate sau voci dominante? Acest lucru îi ajută pe organizatori să reflecteze și să învețe pentru data viitoare. De exemplu, facilitatorii pot analiza dacă participanții cu identități de gen diverse au fost la fel de activi în discuție.



În cele din urmă, **nivelul sesiunii** oferă o perspectivă de ansamblu asupra aspectelor practice și structurale: spațiul a fost incluziv și accesibil? Grupul a fost echilibrat din punct de vedere al vârstei, identității de gen sau contextului social? Programul a funcționat bine sau anumite părți au fost grăbite ori prea

lungi? Au fost utile aranjarea scaunelor sau organizarea încăperii pentru conversații deschise? De exemplu, o sesiune poate să fi funcționat bine din punct de vedere logistic, dar să fi lipsit un dialog real între grupurile de vârstă.

Sánchez (2009) recomandă integrarea tuturor celor trei niveluri pentru a obține o imagine mai precisă asupra valorii reale a programului și a ariilor de dezvoltare. Analizarea acestor trei niveluri împreună oferă o imagine completă asupra a ceea ce a funcționat, ce nu a funcționat și cum pot fi îmbunătățite sesiunile viitoare IDS pentru a fi și mai eficiente și mai incluzive.

Recomandări generale

Trebuie reținut faptul că, la fel ca generațiile mai tinere, generația mai în vârstă nu este un grup omogen. Persoanele implicate în IDS pot acoperi trei sau mai multe generații, iar „între generații” înseamnă o perioadă de aproximativ 25 de ani (Generations Working Together, 2011). Ghidarea, mentoratul și învățarea prin observare (shadowing) sunt tehnici valoroase care pot îmbunătăți experiențele de învățare pentru toți cei implicați. Învățarea intergenerațională nu este un transfer unidirecțional de cunoștințe de la un „expert” către o persoană mai tânără — este vorba despre învățare reciprocă, în care fiecare persoană aduce propriile perspective, experiențe și întrebări la discuție. Atunci când generațiile se întâlnesc într-un schimb activ, ele participă la o formă de învățare dinamică și bidirecțională. În continuare, pe baza unei analize a literaturii de specialitate, veți găsi câteva recomandări practice de tip „ce este de făcut și ce trebuie evitat” (DO's si DON'T's), menite să vă ajute să creați un mediu de învățare intergenerațional pozitiv și incluziv pentru atelierul de evaluare.

Do	Don't
Planifică-ți evaluarea înainte de sesiune	Tratează evaluarea ca o formalitate administrativă.
Include opțiuni de feedback anonim cum ar fi Mentimeter sau Kahoot pentru grupuri mai mari	Să te focusezi doar pe “povesti de succes”: voci critice oferă oportunități de învățare valoroase.
Gândește-te de la început la imaginea de ansamblu, inclusiv la sustenabilitate: ce	Fii prea ambițios și/sau complică excesiv instrumentele: păstrează-le accesibile pentru toate vârstele și nivelurile de alfabetizare.

se va întâmpla după ce activitatea se încheie?	
Implică toate părțile în discuții înainte de activitate, pentru a te asigura că obiectivele tale de învățare sunt aceleași cu ale lor. Discută, dacă este necesar, temerile, întrebările și îngrijorările.	Ignoră factori contextuali (ex. tonul cultural sau emoțional al sesiunii)
Fii atent(ă) la dinamica de putere și la diferitele stiluri de comunicare; participanții pot proveni dintr-o gamă largă de medii, cu o varietate de nevoi diferite.	Nu considera persoanele în vârstă ca fiind un grup omogen. Nevoile „tinerilor vârstnici” vor fi diferite de cele ale „vârstnicilor mai înaintați în vârstă”.
Agreeți timpul implicat împreună cu participanții.	Exclude pe cineva, ex grupuri minoritare
Folosește limbaj incluziv în toate materialele	Nu considera deschiderea ca fiind dificilă sau un obstacol. Ea poate reprezenta o oportunitate de învățare.
Creează momente de liniște pentru adulți și spațiu pentru tineri să fie activi.	Segregați grupurile pe criterii de vârstă: scopul este să învățăm din perspectivele celorlalți.

Atunci când evaluăm programe intergeneraționale, este important să privim dincolo de activitățile în sine. Miriam Bernard (2006) sugerează că participanții ar trebui implicați în toate etapele procesului de evaluare, de la planificare până la reflecțiile finale. Acest lucru îi ajută să se simtă valorizați și cu adevărat parte a proiectului, mai degrabă decât persoane studiate din exterior. Chiar dacă nu oferă pași exacti, abordarea ei se aliniază cu ceea ce mulți numesc cercetare colaborativă, în care atât organizatorii, cât și participanții lucrează împreună, iar ambele părți beneficiază de acest proces (Sánchez, 2009).



Instrumente de evaluare

Evaluarea este esențială pentru a ne asigura că sesiunea de dialog intergenerațional nu este doar semnificativă în momentul desfășurării, ci continuă să se dezvolte și să aibă impact în timp. Acest capitol vă oferă o selecție de

instrumente practice și fișe de lucru menite să ajute facilitatorii și organizatorii să reflecteze asupra procesului de învățare, să colecteze feedback și să evalueze atât punctele forte, cât și ariile de îmbunătățire ale sesiunilor lor.

Pentru a ghida procesul de evaluare, luați în considerare următoarele: începeți prin a documenta clar activitatea, scopurile acesteia și rezultatele de învățare așteptate pentru toți cei implicați. Gândiți-vă la planul vostru: cine ar trebui să beneficieze și în ce mod? Monitorizați progresul în timpul sesiunii și reflectați asupra a ceea ce se schimbă: ce a funcționat bine, ce nu a funcționat și de ce? Colectarea feedbackului de la toți participanții, inclusiv organizatorii, ajută la construirea unei imagini mai complete. În final, evaluați proiectul în ansamblu și identificați ce elemente pot fi dezvoltate mai departe sau continuate într-un mod sustenabil (Generations Working Together, 2011).

În paginile următoare veți găsi exemple de instrumente de evaluare gata de utilizat – de la formulare simple de feedback până la activități creative de reflecție în grup – pentru a sprijini o evaluare atentă și incluzivă a muncii intergeneraționale.

Exerciții Interactive de Reflecție IDS

Cerc de Impresii pentru Dialog Intergenerațional

Formați un cerc în picioare sau așezați. Explicați că aceasta este o ocazie pentru fiecare de a reflecta pe scurt la experiența sa și de a împărtăși o idee principală.

Fiecare persoană spune un cuvânt sau o propoziție scurtă care rezumă ideea sa principală din sesiune.

„Ce cuvânt descrie cum te simți acum?”

„Care este un lucru pe care îl iei cu tine de azi?”

Variantă: Folosiți cartonașe colorate pentru a încuraja exprimarea spontană (verde = insight sau emoție pozitivă, galben = neutru sau ceva la care mai trebuie reflectat, roșu = observație critică sau provocare). Sfaturi: Încheiați într-o notă optimistă – rugați participanții să împărtășească un lucru pe care îl vor păstra cu ei.

Pentru a energiza grupul, includeți activități de mișcare – de exemplu: etichetați colțurile camerei cu panouri precum „Insight nou”, „Încă mă întreb”, „Inspirat(ă) să acționez”, „Sentimente confuze”; sau folosiți categorii precum „Ridică-te dacă te-ai simțit ascultat(ă) în timpul sesiunii” etc.

Călătoria de învățare

Această activitate îi încurajează pe participanți să reflecteze asupra a ceea ce au învățat sau au simțit în timpul sesiunii de dialog, poziționându-se fizic pe o axă imaginară.

Identificați un spațiu liber în încăpere (sau în aer liber) unde participanții pot sta pe o linie orizontală. Definiți cele două capete opuse ale liniei: Un capăt reprezintă „Sunt complet de acord” | „Mult” | „Foarte confortabil” Celălalt capăt reprezintă „Nu sunt deloc de acord” | „Deloc” | „Foarte inconfortabil” Citiți cu voce tare o afirmație de reflecție, de exemplu:

„Simt că înțeleg mai bine perspectivele altor generații acum.” „M-am simțit încrezător/încrezătoare să contribui la conversație astăzi.”

„Sunt motivat(ă) să continui astfel de conversații și în afara acestui spațiu.” Participanții se deplasează în punctul de pe linie care reflectă cel mai bine cum se simt în raport cu afirmația.

Variantă: În loc de o linie, creați o axă temporală etichetată cu fazele sesiunii: Început → Mijloc → Acum/Sfârșit. Rugați participanții să se poziționeze în zona în care au simțit că a avut loc o schimbare sau un moment emoțional important pentru ei. Întrebări de ghidaj: „În ce moment al sesiunii te-ai simțit cel mai implicat(ă)?”

După ce toți participanții s-au poziționat, invitați câțiva voluntari să împărtășească de ce au ales acel loc.

IDS Chestionar de Feedback

Completat de participanti dupa sesiunea ID

Va multumim pentru participarea la sesiunea de dialog intergenerational. Feedback-ul dumneavoastra este esential pentru a ne ajuta sa intelegem impactul acestei sesiuni si a imbunatatii initiative viitoare. Va rog sa acordati cateva minute din timpul dumneavoastra sa completati acest formular de feedback. Multumim!

Vârsta:

Nume (opțional): _____

Email (opțional): _____

Te rog indică nivelul de acord cu următoarele afirmații.	Nu sunt Deloc de acord	Nu sunt de acord	Neutru	Sunt de acord	Sunt Total de acord
M-am simțit în siguranță și respectat în timpul sesiunii.	☐	☐	☐	☐	☐
Dialogul a fost incluziv cu identități și experiențe diferite.	☐	☐	☐	☐	☐
Am învățat ceva nou despre perspectivele altor generații.	☐	☐	☐	☐	☐
Am avut spațiu pentru a mă exprima.	☐	☐	☐	☐	☐
Sesiunea a fost captivantă.	☐	☐	☐	☐	☐
Sesiunea a fost bine organizată și structurată în mod clar.	☐	☐	☐	☐	☐
Dialogul m-a ajutat să reflectez asupra propriilor presupuneri sau credințe.	☐	☐	☐	☐	☐
Mă simt mai conectat cu persoane din altă generație după această sesiune.	☐	☐	☐	☐	☐

Facilitatorii au susținut o participare ☐ ☐ ☐ ☐ ☐
semnificativă și echilibrată.

Întrebări de Reflecție pentru Participanți

Care a fost cea mai valoroasă parte a sesiunii pentru tine? A fost vreun subiect care a ieșit în evidență pentru tine?

Au fost momente care au adus o provocare asupra gândirii sau perspectivei tale?
Te rog descrie.

Cum a impactat sesiunea modul cum privești vârsta, genul sau sexualitatea?

Ce poate fi îmbunătățit la sesiunile viitoare?

Mai ai alte comentarii sau sugestii de menționat?

Aș vrea să mai particip la activități viitoare și să primesc propuneri similare:

☐ Da ☐ Nu

Dacă da, te rog completează adresa ta de e-mail aici:

Thank you very much for your time and input! 🌸

IDS Fisă de Reflecție

Completată de organizator după sesiunea IDS

Numărul de participanți: _____

Durata sesiunii: _____

Data și locația: _____

Facilitator(i): _____

Ce a mers bine în sesiune?

Au fost momente de tensiune sau disconfort? Cum au fost gestionate?

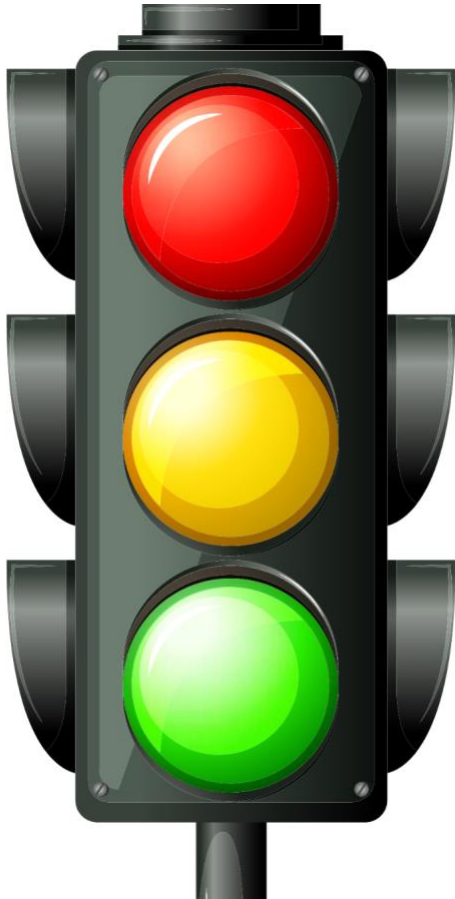
Au fost toate vocile auzite și apreciate?

Au fost și participanți din comunitatea LGBTIQ+? S-au simțit incluși?

Cum a funcționat interacțiunea intergenerațională? A fost echilibrată?

Au fost reactii sau opinii neasteptate?

Ce am face diferit data viitoare?

	Ce ar trebui să evităm data viitoare?
	Ce ar trebui să îmbunătățim?
	Ce ar trebui să păstrăm?

Concluzie

Acest capitol s-a concentrat pe importanța activităților de evaluare ca parte a oricărei sesiuni de dialog intergenerațional. Am explorat de ce evaluarea impactului este importantă – nu doar pentru îmbunătățirea practicii viitoare, ci și pentru valorizarea experiențelor și contribuțiilor tuturor generațiilor implicate.

Capitolul a introdus diferite niveluri ale evaluării (nivelul participanților, nivelul organizațional și nivelul sesiunii), a oferit recomandări practice de tip „ce este de făcut și ce trebuie evitat” și a pus la dispoziție o selecție de fișe de lucru adaptabile pentru diverse contexte și dinamici de grup. Evaluarea impactului nu este doar un proces de măsurare; este și unul transformațional. Prin feedback și activități interactive, facilitatorii pot sprijini participanții să își reflecteze propriile emoții, să facă schimb de experiențe și să îmbunătățească incluziunea în cadrul grupului.

Cercetările recente susțin valoarea dialogului intergenerațional ca instrument de învățare puternic. O analiză sistematică realizată de Trujillo-Torres et al. (2023) a arătat că activitățile de învățare intergenerațională conduc în mod constant la rezultate pozitive în șase domenii cheie: îmbunătățirea atitudinilor și a stării de bine, creșterea incluziunii grupurilor vulnerabile, consolidarea relațiilor familiale, dezvoltarea valorilor sociale și umane, o mai bună conștientizare a sănătății și reducerea decalajului digital între generații. Deși aceste programe necesită un angajament semnificativ din partea participanților și pot întâmpina inițial prejudecăți intergeneraționale, beneficiile generale evidențiază potențialul puternic al dialogului intergenerațional ca abordare educațională transformațională.

Privind spre viitor, există un potențial important de a aprofunda înțelegerea modului în care munca intergenerațională influențează dezvoltarea personală, coeziunea socială și dezvoltarea comunitară. Scopul acestui capitol este de a sprijini facilitatorii de ateliere cu instrumente care să îi ajute să reflecteze, să învețe și să se adapteze, asigurându-se că sesiunile intergeneraționale rămân incluzive, atractive și cu impact pentru toți participanții.

Evaluarea activității



- Ce te-a surprins în timpul sesiunii de astăzi?
- S-au schimbat opiniile tale despre o altă generație după ziua de azi? În ce fel?
- Când te-ai simțit conectat în mod particular cu un alt participant de aici?
- Ce reprezintă “dialog incluziv” pentru tine?
- Ce ai vrea să transmiți unei persoane din altă generație care nu a fost prezentă azi aici?

Referințe

Bernard, M. (2006). Research, policy, practice and theory: Interrelated dimensions of a developing field. *Journal of Intergenerational Relationships: Programs, Policy, and Research*, 4(1), 5–21.

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

[Generations Working Together. \(2011, August 15\). Users guide for intergenerational learning. The Scottish Centre for Intergenerational Practice. https://generationsworkingtogether.org/downloads/504dec3ddbef6-Intergenerational_Learning_updated_15_Aug_2011.pdf](https://generationsworkingtogether.org/downloads/504dec3ddbef6-Intergenerational_Learning_updated_15_Aug_2011.pdf)

Sánchez, M. (2009). *Intergenerational programmes evaluation* (1st English ed.). Spanish National Institute for Older Persons and Social Services (IMSERSO). <https://www.seg-social.es/imserso/documentacion/pub.html>

Thiagarajan, S., & Van den Bergh, S. (2014). *Interaktive Trainingsmethoden: Thiagis Aktivitäten für berufliches, interkulturelles und politisches Lernen in Gruppen*. Wochenschau Verlag.

Trujillo-Torres, J. M., Aznar-Díaz, I., Cáceres-Reche, M. P., Mentado-Labao, T., & Barrera-Corominas, A. (2023). Intergenerational learning and its impact on the improvement of educational processes. *Education Sciences*, 13(10), 1019.

