

## IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

*PLAY AND STORYTELLING – connecting generations the intergenerational way*

*(Generations working together in Play Scotland!, 2022).*

### **PRIROČNIK ZA IZVAJALCE MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV**

#### ***Nikoli nisi premlad in nikoli nisi prestar za zgodbe in igro***

Predstavljamo priročnik za izvajalce medgeneracijskih programov. Nastal je na podlagi spoznanj pilotnega medgeneracijskega projekta, katerega cilj je bil vključiti igro in pripovedovanje v medgeneracijsko povezovanje.

### **MEDGENERACIJSKO POVEZOVANJE**

Medgeneracijsko povezovanje ima mnogo pozitivnih učinkov. Preko medgeneracijskih dejavnosti lahko delimo spretnosti in se učimo. Deljenje izkušenj zmanjšuje osamljenost, gradijo se prijateljstva in socialne povezave. Za vse generacije sta značilna tudi povečano duševno blagostanje in samozavest. Tvrstne aktivnosti ustvarjajo priložnosti za vse generacije, da se počutijo cenjeni del svoje skupnosti. A prepogosto se zataknje pri vsebini povezovanja.

V ta namen sta se povezali dve škotski organizaciji: *Generacije delajo skupaj* (Generations working together) – nacionalno priznana organizacija, katere poslanstvo je podpora in razvoj medgeneracijskega dela na Škotskem, ter organizacija *Igraj se Škotska!* (Play Scotland), nacionalna

organizacija, ki podpira pravico otrok do igre in spodbuja koristi in potrebe po igri v življenju vsakega otroka. Skupaj sta razvili priročnik v podporo strokovnim delavcem pri razvijanju medgeneracijskih odnosov.

### **ZAKAJ IGRA IN PRIPOVEDOVANJE ZGODB?**

Pripovedovanje zgodb in igra sta nepogrešljiv del vseživljenjskega učenja. Sta ključna za naš osebni razvoj ter za povezovanje s skupnostjo. Oboje spodbuja tako razumevanje kot izražanje ter lajša izmenjavo znanja na miselni in čustveni ravni. Z igro in pripovedovanjem zgodb se spoznavamo ter ustvarjamo mostove.

S pripovedovanjem naših zgodb (govorjenih, zapetih, napisanih ali zaigranih) in poslušanjem zgodb drugih se povezujemo, učimo in krepimo empatijo. Zgodba zajema domišljijo, odpira okno v življenja drugih, odraža našo kulturo, običaje, misli in izkušnje. Ko pripovedujemo svoje zgodbe, si med seboj delimo to kar in kdo smo, svojo osebno in lokalno zgodovino, kaj znamo, kaj potrebujemo in kaj si želimo ali predstavljamo. Zgodbe nas povezujejo ter dajejo smisel našemu svetu, odnosom in izkušnjam. Zgodbe prinašajo smeh, zabavo in prijetne skupne spomine.

Igra in zgodba sta neločljivo povezani. Ena podpira drugo in obe podpirata posameznika. Igra in pripovedovanje zgodb sta naravni in ključni del življenja, ki traja skozi celotno življenje z neomejenimi možnostmi za razvoj, saj pokrivata vse vidike življenja. Zgodbe lahko pripovedujemo z

igro, tako kot uporabljamo vse vidike igre in igranja za eksperimentiranje z vsem kar vidimo, slišimo in doživljamo.

Otroci in odrasli vseh starosti in okoliščin se lahko z igro in zgodbo izrazijo, delijo misli in izkušnje ter najdejo načine, kako sodelovati v svojem življenju in svojih skupnostih na enakopraven način. Igra in zgodba sta naravna načina, s katerima se povezujemo sami s seboj, drug z drugim in s svojimi skupnostmi.

## **ZAKAJ POTREBUJEMO MEDGENERACIJSKI PRISTOP K IGRI?**

Cilj medgeneracijskih dejavnosti je povezati ljudi iz različnih generacij v namenskih, vzajemno koristnih dejavnostih, ki spodbujajo boljše razumevanje med generacijami, z odpravljanjem starizma in stereotipov pa prispevajo k oblikovanju bolj povezanih skupnosti.

Pomemben je poudarek, da projekt ni medgeneracijski samo zato, ker v njem sodeluje skupina otrok in starejših, ampak je ključen razvoj odnosov med njimi. Generacije se morajo med seboj povezati in preplesti, da se lahko razvijajo prijateljstva ali druga vrsta odnosov (kot so soigralstvo, vzajemna skrb, mentorstvo ...). Vse to je treba upoštevati pri načrtovanju in določanju rezultatov medgeneracijskega projekta ali programa.

Pomemben del medgeneracijskega povezovanja je medgeneracijsko učenje. Gre za način, kako se lahko ljudje vseh starosti učijo skupaj in med seboj. Je pomemben del vseživljenjskega učenja, kjer generacije sodelujejo pri pridobivanju spretnosti, vrednot in znanja. Gradijo vzajemne medgeneracijske odnose ter občutek pripadnosti skupnosti.

Otroška igra se v medgeneracijskem kontekstu spremeni. Raziskave kažejo, da otroci kažejo višjo raven jezikovnih spretnosti in reševanja problemov, če imajo veliko stikov z odraslimi. Medgeneracijska igra prav tako spreminja igro iz tekmovalne v bolj igrivo dejavnost.

*»Ne prenehamo se igrati, ker se postaramo, postaramo se, ker se prenehamo igrati.«*

Medgeneracijska igra lahko koristi vsem. Z inovativnostjo lahko ustvarjamo pozitivne izkušnje, saj je igra zelo prilagodljiva, zgodbe pa pomagajo krepiti naše razumevanje sveta na način, ki je dostopen vsem, od otrok in mladih do najstarejših in najranljivejših v naši družbi. Odzivanje na igro in pripovedovanje je tisto, kar nas dela človeške. Zato je zaželeno spodbujanje praktičnih pristopov k smiselnim dejavnostim za mlade, otroke in starejše, in ustvarjanje več medgeneracijskih povezav, tudi na daljavo. A vedno je potrebno začeti in v nadaljevanju sledi nekaj napotkov, kaj je pri tem dobro upoštevati.

## **RAZVOJ MEDGENERACIJSKEGA PARTNERSTVA**

Vsak medgeneracijski projekt se začne z izbiro ustreznih partnerjev. Posvetujte se z vsemi v vaši skupnosti, ki bi lahko imeli potencialni interes za sodelovanje v vašem medgeneracijskem projektu, in pridobite njihove povratne informacije o svoji zamisli. Dobra medgeneracijska praksa se odziva na potrebe v skupnosti, ne pa da ena skupina »dela« za drugo; vključevati mora vse skupine v družbi. **Generacije so enakopravne, brez pasivnih opazovalcev.**

Redno se srečujte s partnerji, ko načrtujete vaš projekt. V partnerstvu pisno

določite cilje, naloge in rezultate, ki jih želite doseči. Ko je oblika vašega projekta določena, se obrnite na skupine, s katerimi bi radi sodelovali. Prosite za njihove povratne informacije in mnenja.

Del vašega načrtovanja naj bo tudi priprava ustreznih pravilnikov, ki vključujejo pomembne smernice, kot so zaupnost, higiena, dobro počutje in vedenje. Prva srečanja naj bodo ločena za različne starostne skupine, da lahko udeležencem pomagata pri razmišljanju o drugih generacijah in odpravljanju napačnih prepričanj in stereotipov. Razmislite o samih srečanjih, o času, pogostosti, velikosti skupine (najbolje deluje enako število članov vsake starostne skupine), starosti in sposobnosti udeležencev ter na kakšni ravni bo dejavnost.

Načrtujte dejavnosti, ki bodo uspešne za obe skupini in bodo omogočile uspeh vsem; to bo odvisno od sposobnosti skupine in njihovih interesov. Pogovorite se z ljudmi in ugotovite, kaj jih zanima, ter ne pozabite, da morajo biti dejavnosti zabavne in prijetne. Prizadevajte si za različne dejavnosti, ki ne temeljijo samo na sedenju za mizo ali obrti – **ne želijo vsi samo sedeti in izdelovati!** Uspešne dejavnosti lahko vključujejo tudi kuhanje, vrtnarjenje, petje in drugo glasbo, telesno vadbo, obujanje spominov in čutne dejavnosti – seznam je neskončen.

Pri medgeneracijskem učenju si je treba zapomniti, da čeprav želimo, da bi bila skupinska dejavnost uspešna, je le sredstvo za doseg cilja. Namen povezovanja generacij je podpora ljudem pri vzpostavljanju odnosov in učenju drug od drugega. To je lahko učenje novih ali ohranjanje obstoječih spretnosti. Proces je pomembnejši od rezultata in skupina se mora osredotočiti na odnosni vidik in ne na končni izdelek.

Za izvajanje dejavnosti bo potreben nekdo, ki jih bo vodil, in dodatno osebje, ki bo podpiralo sam proces dejavnosti. Vodja dejavnosti spodbuja pogovor in podpira udeležence pri spoznavanju drug drugega, opozarja na podobnosti in razlike med ljudmi z željo, da bi vsem omogočili skupno sodelovanje, razvijanje sodelovalnih in smiselnih prijateljstev.

Tudi učinkovito spremljanje projekta je pomembno, če želite doseči pričakovane rezultate. Evalvacija je lahko zelo preprosta, igriva in enostavna za izvajanje. Bodite ustvarjalni!

Začnite z majhnimi koraki. Razmislite o trajnosti in ne pozabite, da so odnosi ključni za smiselnost izkušnje. Dejavnost je le orodje za povezovanje ljudi. Cilj ni, da se vsi ali večina otrok ali mladostnikov, odraslih in starejših vključi takoj. Majhne skupine dajejo tudi veliko možnosti za prilagajanje različnim osebnostim, sposobnostim in interesom.

Razmislite, komu (v vaši skupini) bi povezovanje lahko najbolj koristilo. Resnična prednost je pri vzpostavljanju odnosov, saj je na voljo več časa in več podpore potrebam udeležencem. To hkrati pomeni, da lahko na začetku začnete tudi s srečanjem »ena na ena«.

Ključno je zavedanje, da prijateljstva med različnimi generacijami ne nastanejo sama od sebe. Pripravite obe starostni skupini na medsebojno srečanje in nato prebijte led s katero od vaj namenjenih vzpostavljanju sproščenega vzdušja v skupini, na primer, da vsak pove tri stvari, ki bi jih vzel na samotni otok, ali dve resnici in eno laž. Seveda pa upoštevajte, da se odnosi ustvarjajo prek interakcije in zanje ni čudežnega recepta, saj so odvisni od značilnosti udeležencev.

## PROSTOR IN PRIPOMOČKI

Pri oblikovanju dejavnosti je pomemben tudi prostor. Naj gre za notranji ali zunanji prostor, ste lahko ustvarjalno povezovalni pri njegovem oblikovanju.

Za potrebe medgeneracijskega povezovanja so razvili tudi priporočila za vrečko z uporabnimi pripomočki za spodbujanje stikov. Pri vsaki dejavnosti je dobro upoštevati okvirno starost udeležencev. V zgodnjem otroštvu so primerni pripomočki mehurčki, raztegljiv material, flomastri in podobno. Za starejše otroke in mladostnike so to lahko revije, glasbila, risalni material, namizne igre ter knjige za starejše in mlajše udeležence, ki pomagajo vzpostaviti igro in zgodbo.

Zelo priporočljiv je predvsem splošno uporaben material za raznoliko igro. To so na primer karton, palice, listi, kamni, kroglice in podobno, saj pri otrocih spodbuja »kaj pa, če« razmišljanje, ki vodi k reševanju problemov, krepí otrokovo sposobnost domišljije ter v otroško igro vnaša občutek pustolovščine in vznemirjenja.

## KAKO POVEDATI ZGODBO NA IGRIV NAČIN

Če je le mogoče naj zgodba temelji na občutkih. Če zgodbo dobro poznate, jo lahko prilagodite na šaljiv način. Uporabite obrazno mimiko, govorico telesa, gibanje, različne glasove, uživajte se v različne vloge. Uživajte v humorju. Uporabite lahko od šepetanja do kričanja, nagovorite poslušalce in jih spodbujajte k sodelovanju. Uporabite rekvizite ali lutke. Naj bo zanimivo in primerno okolju. V čim večji meri povežite starostne skupine. Vredno je raziskati različne medije – kaj lahko še pomaga razviti zgodbo?

## PRIMERI MEDGENERACIJSKIH PROJEKTOV

Priročnik podrobno opisuje več medgeneracijskih projektov, našteji bomo le nekatere:

- Redno tedensko igranje s sodobnimi igračami in z igračami iz preteklosti.
- Izmenjava starih in novih spretnosti na prostem ob pripovedovanju zgodb (pletanje iz lesa, risanje po lubju, stiskanje cvetja).
- Izboljševanje bralnih in pismenih spretnosti pri otrocih z uporabo pristopa pripovedovanja zgodb in igre, uporaba zgodb pri spominjanju (reminiscence).
- Raziskovanje lokalne skupnosti.
- V oskrbo doma za starejše in vrtca sta na primer prispela tudi dva čebelnjaka, za katera so skupaj skrbeli.

Ko srečevanje ni bilo možno, so se prilagodili tako, da so si pisali pisma, pesmi in uporabljali drugo tehnologijo za komuniciranje na daljavo. Otroci so želeli, da starejši vidijo njihove najljubše igrače, zato so otroci narisali svoje igrače, ki so jih poslali skupaj s pismom. Otroci so prejeli pismo z veliko informacijami o vrstah igrač, s katerimi so se starejši igrali in katere so bile njihove najljubše, zraven so se učili pesmi in otroci so radi sodelovali. Zvočni posnetek so poslali prijateljem iz druge generacije in tako so se tudi oni lahko naučili isto pesem.

## PRIDOBLEJENE KORISTI

Združevanje odraslih in otrok ob skupnemu cilju je omogočilo več možnosti za medgeneracijsko razumevanje, olajšalo razvoj odnosov, odstranilo ovire, s tem pa okrepilo povezave v skupnosti. Kot ključne

koristi so se izkazale pozitivna izmenjava znanj, spretnosti in izkušenj v varnem okolju. Povečala se je intimnost pogovorov, zmanjšala se je osamljenost, razvila se je medsebojna skrb.

Starejši so se lahko vrnili v svojo mladost in pozitivne izkušnje delili z otroki. Pomemben poudarek je bil tudi na razvoju izbire, spoštovanju, dostojanstvu, pripadnosti skupnosti in povečanem občutku vrednosti in koristnosti. Starejši so pridobili večjo samozavest za sodelovanje v nadaljnjih dejavnostih.

Tudi mlajši so pridobili številne koristi. Imeli so možnost varne igre v zunanjem okolju ter se izraziti v bolj umirjenem tempu. To je pripomoglo k čustvenemu in socialnemu razvoju ter ustvarjalnosti. Pridobili so tudi na samozavesti, izboljšali svoje komunikacijske spretnosti, navezali so nova prijateljstva, oblikovali pozitivna stališča do starejših in tako omogočil razcvet medgeneracijskih odnosov.

Učenje z uporabo kombinacije digitalnih in hibridnih pristopov se je izkazalo za zelo plodno za medgeneracijsko povezovanje. Na te pristope niso gledali kot na težavo, ampak so jih prepoznali kot ustrezen način za povezovanje generacij ter za izboljšanje svojega obvladovanja digitalnih tehnologij. Pri tem so člani skupnosti imeli tudi priložnost videti primere medijskih projektov, ki so jih skupaj ustvarili.

## MEDGENERACIJSKE AKTIVNOSTI NA INŠTITUTU

Tudi na Inštitutu Antona Trstenjaka je eden naših temeljev medgeneracijsko

povezovanje, ki ga izvajamo predvsem v okviru *Mreže medgeneracijskih programov za kakovostno staranje*. Pri tem sledimo trojnemu osnovnemu pravilu:

*Za kakovostno staranje mora vsak človek v vsakem obdobju življenja poskrbeti, da je osebno povezan vsaj z enim pozitivno usmerjenim človekom iz vsake generacije – z enim mladim, enim srednjih let in enim starim.*

*Biti osebno povezan pomeni, da z njim vsaj eno uro tedensko komunicira na ravni osebnega človeškega doživljanja in izkušnje – torej ne samo na ravni splošnih, brezosebnih vsebin.*

*Pozitiven odnos pa pomeni, da je pri komunikaciji pet prijetnih, spodbudnih ali pozitivnih vsebin na eno negativno, ki pa ne sme biti med prvimi.*

Med našimi medgeneracijskimi programi izstopajo vodenje medgeneracijskih skupin za kakovostno staranje, usposabljanje za osebno družabništvo s starim človekom, družabništvo ob učenju uporabe informacijsko-komunikacijske tehnologije, ki ponuja starejšim ljudem možnost, da se ob prijetnim druženju z mladim človekom naučijo osnov računalništva, širše uporabe pametnega telefona, video povezav in podobnega. V okviru programa *Starosti prijaznih mest in občin* pa nas navdušuje predvsem povečan interes za razvoj medgeneracijskih projektov in programov na lokalni ravni, kjer smo skupaj že soustvarili mnoge lepe zgodbe.

*Alen Sajtl*