

Iwona Kozejka-Grabowska

DIALOG MIĘDZYPOKOLENIOWY – Z PERSPEKTYWY UMIEJĘTNOŚCI KOMUNIKACYJNYCH

STRESZCZENIE

Artykuł porusza kwestię dialogu międzypokoleniowego z perspektywy umiejętności komunikacyjnych jako podstawę nawiązywania i kontynuowania relacji. Autorka m.in. omawia w skrócie modele komunikacyjne – Davida Kantora, Billa Isaacs'a oraz Matshalla Rosenberga – amerykańskich teoretyków i praktyków dialogu, które mogą posłużyć jako baza do zorganizowania warsztatów dialogowych międzypokoleniowych.

Słowa kluczowe: dialog międzypokoleniowy, zdrowa komunikacja, porozumiewanie się, wzajemne rozumienie

WPROWADZENIE

O dialogu, współpracy, porozumiewaniu się czy solidarności pokoleń dużo się pisze i mówi, gdyż stanowią one niezaprzeczalną wartość społeczną. Aby dialog mógł w ogóle zaistnieć, potrzebujemy chęci, otwartości i motywacji. Żeby go zapoczątkować i praktykować, potrzebujemy kontaktu, spotkania. Z kolei gdy już dochodzi do spotkania, kluczowe są nasze umiejętności komunikacyjne. I tu właśnie często spotykamy się z barierami trudnymi do przejścia, gdyż poza różnicami osobniczymi dochodzą różnice związane z doświadczeniami i edukacją różnych generacji. A to z kolei znacząco odbija się na preferencjach, stylach i umiejętnościach komunikacyjnych.

Pierwszymi przestrzeniami, które są związane z komunikacją interpersonalną, porozumiewaniem się, jak również z międzypokoleniowością (rozumianą jako kontakt co najmniej dwóch pokoleń) są dom i rodzina oraz miejsca wczesnej edukacji (przedszkole, szkoła). Następnie kolejne, jak uczelnia, praca i tak naprawdę wszystkie miejsca, gdzie spotykają się różni ludzie. Tam mamy okazję do rozmowy, wymiany myśli, opinii. Z jednej strony, im więcej interakcji z innymi, tym więcej się uczymy, jak lepiej się komunikować. Z drugiej strony – nabywamy pewne wzorce i schematy, które później mogą nam przeszkadzać w dialogu z innymi.

W powyższym opisie widzimy dwie podstawowe sfery życia stanowiące okazję do dialogu generacji: prywatną (rodzina, przyjaciele) i publiczną (społeczną). Publiczna może przybierać formę bardziej ogólną, oficjalną (np. hierarchiczne stosunki w pracy) lub mniej formalną (np. zawierane bliższe relacje służbowe). W każdej z takich sfer spotykają się ludzie z różnych pokoleń i mogą lepiej lub gorzej funkcjonować razem.

120 Wiele nawyków, zasad, przekonań czy stereotypów związanych z kontaktami z innymi wynosimy z domu i przenosimy później na dalsze znajomości. Dlatego dialog w rodzinie, umiejętności związane z komunikacją, porozumiewaniem się i wzajemnym zrozumieniem są tak ważne, zgodnie z powiedzeniem „czym skorupka za młodu...”. Ciekawym podejściem do tematu porozumiewania się w rodzinie jest zidentyfikowanie przez badaczy A. Koerner i M. Fitzpatricka dwóch reguł nim rządzących: dialogu i konformizmu.

Nastawienie dialogowe określa stopień przychylności i otwartości na omawianie różnorodnych tematów. W rodzinach o nastawieniu dialogowym interakcje są swobodne, częste i spontaniczne, bez ograniczeń tematycznych i czasowych¹.

Cztery kombinacje związane z dialogiem i konformizmem bardzo dobrze odzwierciedlają sposób komunikowania się i zażyłości relacji w rodzinach. Wysoki konformizm i wysoka orientacja dialogowa cechuje rodziny konsensualne, wysoka orientacja konformistyczna i niska dialogowa – protekcyjne, zaś wysokie nastawienie dialogowe i niski konformizm – pluralistyczne. Z kolei przy obydwu niskich wskazaniach jest to typ rodziny „każdy robi, co chce”. Na podstawie tego modelu można dokonać samodiagnozy – jaki styl jest czy był preferowany we własnej rodzinie oraz jaki to ma czy może mieć wpływ na komunikowanie się danej osoby w życiu pozarodzinnym (nawyki).

Statystycznie starsze pokolenia miały mniej do czynienia z dialogowym podejściem do komunikacji, natomiast najmłodsze pokolenia – przeciwnie. W przeszłości większe znaczenie miało podejście hierarchiczne do relacji, obecnie króluje podejście demokratyczne. Istotne, aby przy organizowaniu spotkań międzypokoleniowych wykazywać się taktem i wyczuciem, gdyż preferowane czy wyuczone style komunikacji różnią się między pokoleniami.

Dzisiejsza możliwość nauki przez całe życie wspiera nas w ciągłym rozwoju i pracy nad swoimi umiejętnościami. Możemy wspólnie – międzypokoleniowo – praktykować rozmowy na różne tematy, szlifować razem swoje umiejętności komunikacyjne. Obecnie sporo już zostało zrobione, aby łączyć pokolenia. Tworzy się różne zorganizowane formy aktywności, jak wspólne gotowanie, zajęcia fotograficzne, podróżowanie czy wolontariat. Takie zajęcia są bardzo potrzebne, zbliżają ludzi, przełamują stereotypy. Jest wiele pretekstów do pielęgnowania relacji międzypokoleniowych i spędzania czasu razem. Ważne jest też wspólne świętowanie związane np. z ważnymi rocznicami, jak w tym roku 40 rocznica powstania NSZZ „Solidarność”. Niemniej, żeby dialog odbywał się na głębszym poziomie i mógł przynosić długotrwałe efekty, trzeba nad nim pracować przez kształtowanie odpowiednich postaw oraz pracę nad swoimi przekonaniem i kompetencją porozumiewania się. Często właśnie brak pewnych umiejętności komunikacyjnych i np. związana z nimi nieśmiałość zamykają ludzi w domach, ponieważ ci nie czują się komfortowo w kontaktach z innymi. Moim zdaniem, dla trwalszych efektów autentycznego dialogu między generacjami potrzebne są również wspólne spotkania (warsztaty, webinary) połączone z edukacją dotyczącą komunikowania się. Oznacza to poszukiwanie i znajdowanie wspólnego gruntu na poziomie porozumiewania się, wspólne uczenie się od siebie – razem.

Jest wiele definicji dotyczących komunikacji, ale najczęściej definiuje się ją jako przekazywanie i odbieranie informacji. To oczywiście nie wyczerpuje tematu, bowiem „w ciągu ostatniego stulecia powstały trzy różne modele opisujące komunikację: komunikacja jako informowanie, komunikacja jako perswazja, komunikacja jako tworzenie związku”². Model ostatni podkreśla, jak ważne jest komunikowanie się z innymi w kontekście tworzenia związków, budowania relacji z innymi. Coraz częściej się mówi, że jakość naszego życia zależy od jakości naszych rozmów z innymi – od umiejętności komunikacyjnych, które przekładają się na jakość kontaktów. Dlatego tak ważny jest dialog międzypokoleniowy, dzięki

Coraz częściej się mówi, że jakość naszego życia zależy od jakości naszych rozmów z innymi – od umiejętności komunikacyjnych, które przekładają się na jakość kontaktów. Dlatego tak ważny jest dialog międzypokoleniowy, dzięki któremu możemy w pełni wykorzystywać potencjał doświadczeń różnych generacji i budować bliskie, wartościowe relacje.

któremu możemy w pełni wykorzystywać potencjał doświadczeń różnych generacji i budować bliskie, wartościowe relacje.

CZYM JEST DIALOG?

Nie ma jednej definicji czy jednego podejścia do tematu dialogu. Etymologia wskazuje na dwa greckie wyrazy: *dia* znaczące „przez” oraz *logos* oznaczające „słowo”. Dosłowne tłumaczenie „poprzez

słowo” jest często interpretowane jako „przepływ znaczeń”. Dla porównania, zupełnie inne znaczenia mają „dyskusja” i „debaty”. Dyskusja, z łac. *discutere*, „rozbić na kawałki” lub z łac. *discussio* – dyskusja, omówienie. Debaty (z łac. *bat(t)uere*) – uderzać, rozbijać, walczyć.

122 Na dialog możemy spojrzeć z trzech głównych perspektyw:

- Perspektywy komunikacji – np. konstruktywne przekazywanie i odbieranie informacji, wzajemne zrozumienie, usprawnianie procesu porozumiewania się, uczenie się od siebie wzajemnie;
- Perspektywy relacji – budowania więzi, porozumienia czy rozwiązywania konfliktów;
- Perspektywy filozoficznej – postawa czy podejście do życia i drugiego człowieka, „filozofia dialogu”. Jak to ja określam – „człowiek człowiekowi człowiekiem”.

Podział ten nie wyczerpuje tematu i, tak naprawdę, często te trzy wymienione sfery łączą się w codziennej komunikacji. Można powiedzieć, że dialog to taki rodzaj kontaktu, interakcji, komunikacji między ludźmi, w których ważne są ciekawość oraz otwarcie się na drugiego człowieka; chęć poznania innego, dowiedzenia się, co myśli, jaki jest, jakie ma opinie, przemyślenia, doświadczenia. Relacja pełna poszanowania dla odmienności, która wzbogaca obie strony, w której uczymy się od siebie wzajemnie – dzięki której wiemy więcej i stajemy się lepsi. Taka, która wymaga od nas uważności w komunikacji, taktu, wyczucia oraz równowagi między wypowiedzianiem swoich opinii a słuchaniem innych, jak również traktowania innych po partnersku.

Filozof i profesor ks. J. Tischner pisał: „aby zrozumieć spotkanego człowieka, trzeba mu pozwolić być, trzeba wejść z nim dialog, zapytać co myśli, szukać odpowiedzi, gdy on zada pytanie. Kto zaraz na wstępie zniszczy człowieka, ten nigdy nie zrozumie”³. Z kolei M. Buber, przez wielu uznawany za ojca filozofii dialogu, głosił „możliwość autentycznych ludzkich relacji poprzez dialog, intencjonalny proces którego jedynym celem jest zrozumienie przez obie strony sytuacji drugiego”⁴.

W obu przypadkach podkreślana jest rola wzajemnego zrozumienia. A dla lepszego rozumienia potrzebujemy lepszej komunikacji oraz pracy nad swoimi umiejętnościami porozumiewania się z innymi.

W celu zaprezentowania pewnych technik i narzędzi wspierających praktykę dialogu, chciałam omówić szerzej trzy koncepcje, których znajomość może nas wesprzeć w lepszym budowaniu zdrowych relacji między generacjami, gdyż można je przełożyć na praktykę. Dwie pierwsze są mniej znane w Polsce, trzecia jest dość popularna. Myślę, że łączą w sobie podejścia komunikacyjne, relacyjne i filozoficzne, gdzie kluczowe jest poszanowanie drugiego człowieka wyrażone kulturą rozmowy.

123

DIALOG ROZUMIANY JAKO RÓWNOWAGA ODGRYWANYCH RÓL – MODEL 4 GRACZY DAVIDA KANTORA

W szczerym dialogu nie ma statycznych ról. Gdy tylko ludzie poczują potrzebę zmiany energii rozmowy, w sposób bardziej lub mniej naturalny podejmują nowe role.

Tymczasem większość naszych rozmów charakteryzuje sztywność przyjmowanych ról: wszyscy przepychają się wzajemnie, walcząc o przeforsowanie swojego poglądu...

(P. Senge)⁵.

Chciałam się przyjrzeć modelowi 4 graczy amerykańskiego psychoterapeuty Davida Kantora, który przez wiele lat zajmował się terapią rodzin, a następnie przeniósł swoje koncepcje na grunt pozarodzinny (np. do idei organizacji uczących się). Jest to o tyle przydatne, że dość proste do zauważenia w codziennym życiu a następnie – do praktykowania. W tym podejściu widoczna jest pewna dynamika rozmowy, gdzie każdy uczestnik stara się aktywnie przyczyniać się do dialogu, który można w tym miejscu potraktować narzędziowo czy technicznie.

Kantor zdiagnozował cztery role, które najczęściej odgrywamy w rozmowie czy na spotkaniu, a także fakt że każdy z nas ma skłonność do przyjmowania ulubionej z nich. To z kolei często skutkuje stagnacją, powielaniem schematów i niemożnością zdrowego porozumiewania się, co Kantor nazywa „uwięzieniem w roli”. Dialog – rozumiany jako pewna równowaga aktywności w rozmowie – może nastąpić wówczas, kiedy wszystkie role występują jednocześnie, czyli:

- Rola inicjowania działania – oznacza, że niektóre osoby przedstawiają pomysły i wyznaczają kierunek;
- Rola podążania i kończenia myśli – oznacza, że niektóre osoby pomagają innym doprecyzować ich pomysły i wspierają je w realizacji idei;
- Rola oponowania czy poddawania krytyce – oznacza, że niektóre osoby poddają pod wątpliwość to, co zostało powiedziane i podważają tego sens;
- Rola obserwowania – oznacza, że niektóre osoby dostarczają szerszej perspektywy czy interpretacji tego, co jest wypowiedziane.

Poniżej przykład prostej rozmowy, w której mamy obsadzone wszystkie role:

- Rola inicjowania: „Trzeba zdecydować, co dziś jemy na obiad. Proponuję zamówić coś z restauracji Krewetka”;
- Rola podążania: „Tak, to doskonały pomysł”;
- Rola oponenta: „W Krewetce jest za drogo, nie zgadzam się”;
- Rola obserwatora: „Widzę, że mamy różne pomysły. Zastanówmy się, co nam dziś najbardziej by pasowało?”.

124

Większość ludzi posiada dominującą postawę w różnych sytuacjach. To powoduje skłonność do konkretnych zachowań w rozmowie (np. wyłącznie inicjowanie lub podążanie). Są osoby, które tylko inicjują pomysły, ale gdy zabraknie oponenta, nie będą w stanie skorygować swoich pomysłów. Aby inicjować dialog, warto nauczyć się równoważenia wszystkich ról, umiejętności zmiany własnych zachowań i zachęcania innych do tego samego.

Niestety często nasze rozmowy to serie monologów. W tej koncepcji chodzi o to, by zauważać, której roli brakuje i móc ją świadomie przyjmować. Np. gdy dwie osoby tylko inicjują pomysły, warto przyjąć rolę osoby wspierającej ideę albo dającej szerszą perspektywę, co stwarza realną możliwość zdrowej, dialogowej konwersacji.

Praktykowanie modelu 4 graczy może stanowić podstawę do warsztatu międzypokoleniowego – traktowanego poważnie, narzędziowo czy choćby w bardziej luźnej formie, służącego zauważaniu własnych preferencji w rozmowie i samorefleksji.

DIALOG JAKO PEWIEN ZESTAW UMIEJĘTNOŚCI CZY KOMPETENCJI – 4 PODSTAWOWE PRAKTYKI DIALOGU WG BILLA ISAACSA

Dialog i sztuka wspólnego myślenia to tytuł książki oraz warsztatów dialogowych, z którymi miałam okazję zapoznać się kilka lat temu. Dzięki nim spotkałam się z koncepcją dialogu jako pewnego zestawu kompetencji czy umiejętności, które pozwalają nam na lepsze rozumienie się wzajemnie, lepszą komunikację oraz uczenie się od siebie nawzajem. Są to:

- Umiejętne wyrażanie tego, co naprawdę chcemy powiedzieć bez urażania innych – wypowiedzianie się;
- Aktywne słuchanie – słuchanie z empatią i zrozumieniem;
- Poszanowanie cudzych opinii i prawa do własnego zdania;
- Zauważanie i zawieszenie z góry przyjętych założeń.

W praktyce oznacza to, że w każdej istotnej rozmowie możemy albo przedstawić nasze prawdziwe poglądy i zachęcić innych do tego samego, lub też możemy narzucić nasze przekonania innym. Możemy zawiesić nasze przekonania i przyjąć, że inni mogą widzieć rzeczy, których my nie dostrzegamy, lub pozostać przy naszym punkcie widzenia. Możemy słuchać, poprawiając nasze zrozumienie tego, co jest mówione, lub możemy słuchać wybiórczo, dodając nasze interpretacje. Oraz – możemy albo wykazywać się szcunkiem, którym potwierdzimy, że inni mogą posiadać wiedzę, której my nie dostrzegamy, albo odrzucić cudze „racje”, jako że „wiemy lepiej”.

Przyjęcie tych czterech podstawowych zasad (umiejętności) czyni z nas świadomego i aktywnego rozmówcę – otwartego na opinie innych, a jednocześnie potrafiącego wyrażać swoje zdanie. Ważna jest także piąta umiejętność – współtworzenie dobrej atmosfery spotkania. Szczególną uwagę poświęca się praktyce słuchania, gdyż wiele badań i obserwacji potwierdza, że mamy z tym problem.

Praktykowanie modelu 4 graczy może stanowić podstawę do warsztatu międzypokoleniowego – traktowanego poważnie, narzędziowo czy choćby w bardziej luźnej formie, służącego za uważaniu własnych preferencji w rozmowie i samorefleksji.

Słuchamy innych bez należytej uwagi. Bez zachowania zdrowej równowagi między tym, co mamy do przekazania a ciekawością zdania i opinii innych. W kontaktach międzypokoleniowych dodatkowym problemem może być fakt, że w pewnym wieku dochodzą problemy związane ze słuchem, co zawsze warto mieć na uwadze w kontakcie z seniorami.

Lista praktyk dialogowych nie jest zamknięta, może być też pretekstem do dyskusji na spotkaniach międzypokoleniowych: jak powinien wyglądać autentyczny dialog? Jakie umiejętności czy reguły są tu istotne? Czym jest uważne słuchanie?

POROZUMIENIE BEZ PRZEMOCY, CZYLI DIALOG WG M. ROSENBERGA

Dialog to tworzenie takiego kontaktu, w którym potrzeby wszystkich są uwzględnione poprzez dawanie z otwartego serca.

(M. Rosenberg)

126 Koncepcja porozumienia bez przemocy (PBP) jest bardzo popularna w ostatnich latach, zwłaszcza w edukacji dzieci. Myślę, że jej podstawy bardzo pasują do praktykowania dialogu międzypokoleniowego. Jej podstawowym założeniem jest pewien uniwersalizm podstawowych potrzeb ludzkich (np. bliskich relacji) i różne sposoby ich zaspokajania, co może prowadzić do nieporozumień.

PBP to zasady czy umiejętności, dzięki którym lepiej komunikujemy się, rozumiemy się wzajemnie i dbamy o dobry kontakt. Należą do nich:

- Rozróżnianie spostrzeżenia i oceny – zauważanie tego co się dzieje bez oceniania;
- Wyrażanie własnych uczuć – umiejętność zauważania i odpowiedniego nazywania tego, co czujemy;
- Branie odpowiedzialności za nasze potrzeby – identyfikowanie i przyznawanie się do naszych potrzeb kryjących się za naszymi uczuciami;
- Umiejętne wyrażanie prośby – zwracanie się do innych z prośbą, a nie żądaniem.

Dzięki powyższym umiejętnościom można budować komunikat, który zawiera fakty i spostrzeżenia, uczucia, wyrażanie potrzeb i prośb. Gdy obie strony potrafią się w ten sposób komunikować, mogą nawiązać prawdziwy dialog.

Metaforą używaną w PBP jest rozróżnienie na tzw. język żyrafy i język szakala. Język szakala obfituje w oceny, krytykę, porównania, analizy. Szakal w czasie rozmowy posługuje się uogólnieniem i etykietami. Skupia się na sobie i tym, co ma do powiedzenia. Język żyrafy operuje komunikatem „ja”, mówi w swoim imieniu, jest empatyczny, relacyjny. Nie krytykuje, nie ocenia, stara się komunikować konstruktywnie. Zauważa innych w rozmowie.

PBP jest metodą, która staje się coraz bardziej popularna, gdyż opiera się na stosunkowo łatwych do codziennego stosowania wskazówkach i konkretnych regułach. Zaprezentowane powyższe modele mogą być przydatne do wspólnej nauki czy dyskusji, wspierać warsztaty międzypokoleniowe rozumiane jako pewne wspólne praktykowanie umiejętności komunikacyjnych i dialogowych, mogą być takim narzędziem, które łączy pokolenia.

Jeśli chodzi o sferę publiczną i społeczną ważne jest organizowanie i inicjowanie spotkań międzypokoleniowych w celu tworzenia przestrzeni do rozmów, wymiany opinii, wzajemnego rozumienia, dialogu. Istotne może

być zrobienie pewnego wywiadu środowiskowego lokalnie, aby zorientować się, jakie osoby łatwo lub trudniej zaprosić do dialogu między różnymi generacjami. Trzeba też pamiętać, że np. seniorzy będący na emeryturze mogą mieć mniej sposobności, aby się spotykać i uczestniczyć w życiu publicznym. Zwłaszcza ci, którzy mieszkają na obszarach poza wielkimi miastami. Stąd konieczne jest inicjowanie i moderowanie takich kontaktów, jak również edukacja dotycząca np. stereotypów.

Należy też wziąć pod uwagę różne bariery, które mogą utrudniać nawiązywanie kontaktów międzypokoleniowych. Np. młodzi ludzie często wymieniają brak czasu i nadmiar obowiązków związanych z edukacją.

Inną z barier jest znajomość i wykorzystywanie nowych technologii, takich jak Internet czy smartfon. Są one czymś oczywistym dla ludzi młodych –

Metaforą używaną w PBP jest rozróżnienie na tzw. język żyrafy i język szakala. Język szakala obfituje w oceny, krytykę, porównania, analizy. Szakal w czasie rozmowy posługuje się uogólnieniem i etykietami. Język żyrafy operuje komunikatem „ja”, mówi w swoim imieniu, jest empatyczny, relacyjny. Nie krytykuje, nie ocenia, stara się komunikować konstruktywnie.

również w kontekście codziennego komunikowania się, a już nieco już mniej oczywistym np. dla seniorów. Wg badań GUS w 2014 r. smartfon posiadało:

- 91,5% osób w grupie wiekowej 16-24 lata,
- 85,6% - 25-34 lata,
- 74,1% - 35-44 lata,
- 49,4% - 45-54 lata,
- 29,1% - 55-64 lata,
- 14,9% - 65-74 lata

Widać tu największą różnicę między osobami najmłodszymi a seniorami.

Kolejną ważną przeszkodą może być używanie odmiennego języka. Młode osoby często mówią slangiem niezrozumiałym dla starszych. Z kolei seniorzy znają wiele słów, które już wyszły z obiegu czy kojarzą się z przedmiotami, których już się nie używa. Najłatwiej komunikować się z rówieśnikami. Dotyczy to także kultury spędzania wolnego czasu – młodsze pokolenia chętniej wychodzą z domu, np. korzystają z usług kawiarni, zaś starsze osoby często preferują spotkania domowe. Warto na te kwestie też zwrócić uwagę, gdyż często stanowią dodatkowe pole do wzajemnego niezrozumienia i utwierdzania stereotypów, a z drugiej strony mogą stanowić pretekst do wspólnych spotkań dialogowych poświęconych właśnie nowym technologiom, kulturze języka czy stylowi spędzania wolnego czasu.

128

Co zrobić, by było więcej dialogu międzypokoleniowego? Poza organizowaniem konkretnych aktywności i wspólnych praktyk potrzebna jest promocja czy popularyzacja idei dialogu międzypokoleniowego, a także korzyści, które dialog niesie. W rzeczywistości nadal – mając wybór – najczęściej wybieramy do kontaktu osoby w zbliżonym do naszego wieku, a z innymi często „się mijamy” czy nie nawiązujemy bliższych relacji. Ograniczamy do minimum kontakty między generacjami, przeważnie w rodzinie.

Kolejna sprawa „na dziś”, to stawienie czoła pandemii, która może mieć negatywny wpływ na kontakty między generacjami. Dlatego trzeba tym bardziej dążyć do kontaktu z seniorami, choćby telefonicznego czy za pośrednictwem komputera. Takie minimum dialogu międzypokoleniowego to właśnie regularne rozmowy, codzienna troska, wzajemna solidarność.

Obecnie wzrosła motywacja starszych pokoleń do nauki obsługi komputerów i smartfonów. To doskonały pretekst do robienia czegoś razem. Choćby na gruncie rodzinnym. Najważniejsze, by stwarzać warunki do zaistnienia dialogu

międzypokoleniowego. Organizując różne otwarte warsztaty, spotkania, webinary czy dyskusje, starajmy się tak dobierać sposób prowadzenia spotkań i rekrutacji uczestników, by mogły z nich skorzystać osoby w każdym wieku. Warsztaty wokół umiejętności komunikacyjnych, jako poszukiwanie „wspólnego gruntu”, mogą stanowić bazę wspólnych kontaktów.

PODSUMOWANIE

Żyjemy coraz dłużej, dlatego niektórych seniorów i juniorów dzieli aż 100 lat, czyli cały wiek – wciąż są między nami osoby urodzone w 1920 roku, jak również już najmłodsze pokolenie 2020. Spójrzmy na najczęściej spotykany podział generacji (który jest wykorzystywany m.in. na rynku pracy):

- ciche pokolenie – urodzeni w latach 1920-1944,
- pokolenie wzrostu urodzeń (*baby boomer* – urodzeni w latach 1945-1964),
- generacja X – urodzeni w latach 1965-1980,
- generacja Y (tzw. *millennials*) – urodzeni w latach 1981-1994,
- generacja Z, czyli osoby urodzone po 1995 roku.

Choćby ta klasyfikacja pokazuje, jak dużo może dzielić różne pokolenia. Każde z nich żyje w tak naprawdę innym świecie. Z drugiej strony bezcenne może się okazać łączenie tych światów – ich doświadczeń, mądrości, pomysłów, praktyk życiowych.

Pielęgnowanie dialogu międzypokoleniowego na każdym poziomie – rodzinnym, społecznym, publicznym, codziennym czy okazyjnym – może nas wspierać w łączeniu generacji i, co za tym idzie, wykorzystywaniu potencjału tkwiącego w ludziach w różnym wieku. Jeżeli uznamy dialog międzypokoleniowy za pożądaną wartość w społeczeństwie, z czasem możemy się spodziewać wielu wartościowych efektów wynikających z bliskich relacji oraz wykorzystywania „kolektywnej inteligencji” różnych generacji. A także zmniejszania się poziomu uprzedzeń, negatywnych przekonań i niechęci, gdyż regularne kontakty z innymi wzmacniają więzi i wzajemne zrozumienie.

Trzeba tylko pamiętać, że nic samo się nie dzieje. Potrzebujemy praktykowania dialogu na każdym poziomie życia i edukacji. Począwszy od „wychowania do dialogu” w ogóle – w tym dialogu międzypokoleniowego. Szkoda stracić taki potencjał.



BIBLIOGRAFIA

- [1] Isaacs, W. (1999). *Dialogue and the art of thinking together*. New York: Doubleday.
- [2] Kantor, D. (2012). *Reading the room*. San Francisco: Jossey-Bass.
- [3] Kozieja, I. (2016). *Czym jest dialog?* w: L. Czarkowska (red.), *Coaching jako konstruktywny dialog*. Warszawa: Poltext
- [4] Rosenberg, M. (2009). *Porozumienie bez przemocy*. Warszawa: Wydawnictwo Czarna Owca.



PRZYPISY KOŃCOWE

- [1] R. Adler, L. Rosenfeld, R. Proctor, *Relacje interpersonalne*, Poznań 2011, Dom Wydawniczy Rebis, str. 410.
- [2] S. Morreale, B. Spitzberg, J. K. Barge, *Komunikacja między ludźmi*, Warszawa 2015, PWN.
- [3] J. Tischner. 2002, *Myslenie według wartości*, Kraków: Wydawnictwo „Znak”.
- [4] E. Griffin, 2003, *Podstawy komunikacji społecznej*, Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne.
- [5] P.M. Senge, 1993, *The fifth discipline. The art & practice of the learning*.

INTERGENERATIONAL DIALOGUE – PERSPECTIVE OF COMMUNICATIONS SKILLS

ENGLISH SUMMARY

The article refers to intergenerational dialogue seen from communication perspective. The author describes shortly the communication models of David Kanto, Bill Isaacs and Marshall Rosenberg – American theorists and practitioners of dialogue. They can serve for intergenerational dialogue workshops.

Keywords: intergenerational dialogue, healthy communications, common understanding

Iwona Koziejka-Grabowska



Praktyk i facylitator dialogu, trener kompetencji miękkich, mediator. Promuje ideę dialogu w Polsce. Pisze, publikuje, prowadzi badania oraz liczne spotkania, wykłady i warsztaty. Szczególnie interesują ją kwestie dialogu międzypokoleniowego.

Posiada unikalne umiejętności i kompetencje nabyte m.in. podczas warsztatów prowadzonych przez Nansen Center for Peace and Dialogue z Norwegii oraz Dialogos z USA - organizacji promujących dialog na świecie. Bogate doświadczenie i wieloletnia praktyka pozwoliły jej na stworzenie warsztatów i szkoleń dialogowych w Polsce biorąc pod uwagę uwarunkowania lokalne.