

PAST-TIMES



Diálogo intergeracional

Módulo 2, Unidade 1: Ter consciência da lacuna intergeracional

Diálogo intergeracional



Introdução

- A geração a que pertencemos constitui uma das muitas diferenças que podemos ter com as pessoas com quem podemos trabalhar ou interagir.
- Essas diferenças podem causar *stress*, desconforto, conflito e frustração.
- Mas também podem tornar-se uma fonte de criatividade e produtividade.



O que é a lacuna geracional?

- Uma lacuna geracional constitui uma diferença de opiniões entre duas gerações em relação a crenças, políticas ou valores.
- Tais diferenças entre jovens e idosos não devem ser vistas como obstáculos, mas sim como uma oportunidade de crescimento pessoal e enriquecimento para ambos os grupos.



Fonte: Shutterstock

Diálogo intergeracional

As **peças mais velhas** podem dar conselhos sobre situações que já vivenciaram e com as quais lidaram. Também trazem um valor inestimável: as suas memórias e histórias

O diálogo intergeracional é, pois, necessário para incentivar estas gerações a partilharem os seus conhecimentos e pontos de vista.

Os **jovens** têm uma nova visão da sociedade e do mundo em que vivemos, nomeadamente graças à utilização das novas tecnologias.

Visão geral das diferentes gerações

- ▣ Geração silenciosa/Maduros/Veteranos/Tradicionalistas/Segunda Guerra Mundial: nascidos antes de 1940-45
- ▣ Bebés *boomers*/Grande maioria: nascidos de 1940-45 a 1964
- ▣ Geração X/X'ers/*Post boomers*/A 13,^a geração: nascidos de 1964 a 1980
- ▣ Millennials/Geração Y/*Echo boomers*/*Baby busters*/*Generation next*: nascidos de 1981 a 1999



Fonte: Shutterstock



Vantagens do diálogo intergeracional (1/2)

A capacidade de se relacionar e se comunicar eficazmente com todos os tipos de pessoas abre a sua mente para uma variedade de perspectivas, estilos e opiniões.

Diálogo intergeracional:

- ▣ Proporciona uma oportunidade para que ambos aprendam novas competências.
- ▣ Dá um sentido de propósito a idosos e a jovens.
- ▣ Ajuda os jovens a entenderem e mais tarde aceitarem seu próprio envelhecimento.
- ▣ Previne o isolamento e a solidão dos idosos.
- ▣ Dá aos idosos a oportunidade de aprender como se adaptar a diferentes grupos de pessoas, uma competência procurada pela maioria das empresas.

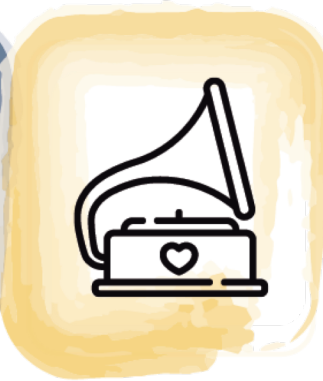
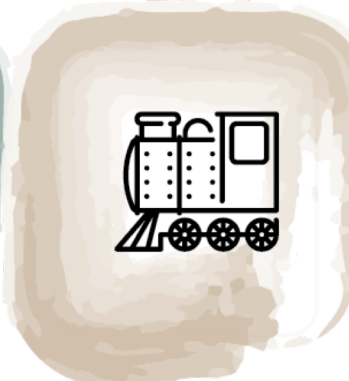
Vantagens do diálogo intergeracional(2/2)

- Ajuda a manter vivas as histórias.
- Promove a estimulação cognitiva, bem como a ampliação dos círculos sociais, especialmente quando os jovens introduzem tecnologia na vida dos idosos.
- Melhora a saúde mental dos idosos, que têm um melhor desempenho nos testes de memória. Os idosos com demência também experimentam efeitos positivos.
- Reduz os sentimentos de tristeza, uma vez que estas são experiências que tanto os mais jovens como os mais velhos gostam.
- Aumenta a autoestima das pessoas mais jovens e mais velhas, juntamente com um melhor desempenho mental.

Iniciativas e melhores práticas a nível europeu

- ▣ **Dia Europeu da Solidariedade Intergeracional** (29 de Abril)
- ▣ **Plataformas de estadia** em casas de famílias de idosos que desejam hospedar um estudante
- ▣ **Mentores ao contrário:** funcionários jovens atuam como mentores que apoiam funcionários mais velhos ao nível das tecnologias emergentes.
- ▣ Iniciativas locais realizadas por ONG que promovem a **inclusão social**.

PAST-TIMES



inn^oventum



INNEO



S V E B ■
F S E A ■



Erasmus+

movetia

Austausch und Mobilität
Echanges et mobilité
Scambi e mobilità
Exchange and mobility

"Projeto financiado com o apoio da Comissão Europeia. A informação contida nesta publicação (comunicação) vincula exclusivamente o autor, não sendo a Comissão responsável pela utilização que dela possa ser feita.

Projeto número: 2018-1-FR01-KA204-047883