

Medgeneracijsko sodelovanje: lahko vrtnarjenje pripomore k učinkovitejšemu medgeneracijskemu sodelovanju?

Znanstveni članek

UDK 316.4.051.63

KLJUČNE BESEDE: medgeneracijsko sodelovanje, mladostniki, starejši, aktivnosti, vrtnarjenje

POVZETEK - Medgeneracijsko sodelovanje omogoča večje razumevanje in spoštovanje med generacijami, povečuje samopodobo, krepi telesno in duševno zdravje, izboljšuje komunikacijo ter prinaša višjo kvaliteto življenja. Namen v prispevku prikazanega projekta je bil povezati mlado in starejšo generacijo preko skupne aktivnosti, ugotoviti, če enotedenska delavnica na temo vrtnarjenja spremeni doživljanje druge generacije in kaj so udeleženci delavnice pridobili. Uporabili smo kvalitativno metodologijo, podatke smo zbirali s polstrukturiranimi intervjuji, ki smo jih izvedli na začetku in ob koncu delavnice. Na njej je sodelovalo šest udeležencev, tri starejše osebe in tri mladostnice. Pred delavnico so bila mnenja mladostnic o starejših različna, tako pozitivna kot negativna, nekatera tudi stereotipna. Z vrtnarjenjem so vsi že imeli predhodno izkušnjo, kar je bil tudi pogoj za sodelovanje v projektu. V tednu delavnice so potekale medgeneracijske aktivnosti, kjer so mladostnice sodelovale s starejšimi v paru. Po delavnici so mladostnice nekoliko spremenile pogled na starejšo populacijo, presojojo jo manj stereotipno, pa tudi doživljajo jo drugače. Na delavnici so pridobile novo znanje, izkušnje in spoznanja, ki jim omogočajo uspešnejše medgeneracijsko sodelovanje.

Scientific article

UDC 316.4.051.63

KEY WORDS: intergenerational cooperation, adolescents, elderly people, activity

ABSTRACT - Intergenerational cooperation enables a better understanding and respect between generations, improves one's self-image, strengthens mental and physical health, improves the communication between generations and brings a better quality of life. The purpose of the project presented in the paper was to connect a younger and an older generation by using a group activity. We wanted to find out if a week-long activity of gardening can alter the image one group has of the other, and learn what the participants gained in the activity. We used a qualitative research methodology and gathered information with the use of semi-constructed interviews that were carried out at the beginning and at the end of the week-long activity. There were seven participants – four elderly and three adolescent persons. Prior to the activity, the adolescents' opinions on elderly people varied – some were positive, some negative, some even stereotypical. Familiarity with gardening was the key requirement to enter the project. During the activity the adolescents were paired up with the older persons. After the week-long activity, the adolescents have changed their opinions on the elderly population to a certain extent; they now perceive them less stereotypically. The adolescents gained a lot of knowledge and experience that enables a more successful intergenerational cooperation.

1 Izhodišča

Populacija starejših ljudi narašča (Ramovš, 2005, str. 301). V Sloveniji se bo do leta 2050 delež oseb, starejših od 65 let, podvojil, delež oseb, starejših od 85 let, pa se bo potrojil (Cepin, 2012, str. 13). Posledice staranja prebivalstva so številne, tako ekonomske kot tudi družbene, najbolj pa se kažejo na področjih dela, zaposlenosti, pokojninskega sistema in upokojevanja, medgeneracijskih razmerij ter na področju zdravja (Malačič, 2003, str. 378).

Za uspešen obstoj so bili ljudje že od samega začetka človeštva prisiljeni k sodelovanju. Izkušnje in modrost starejših so mlajšim generacijam omogočile lažje preživetje. S takšnim sodelovanjem so nevede krepili medgeneracijske odnose. »Če je nekoč veljalo, da je sodelovanje med generacijami nekaj samo po sebi umevnega, je danes prav nasprotno« (Cepin 2012, str. 12). Moderna družba se vse bolj nagiba k izključevanju starejših, obravnava jih kot nekompetentne in jim ne pripisuje odgovornosti, medtem ko so jih nekoč smatrali za varuhe običajev in tradicij, modre ljudi ter učitelje in jim podeljevali višji status (Hernandez, 2008, str. 292-305). »Medgeneracijsko sodelovanje tako postaja dejstvo, ki se ga moramo na novo in načrtno učiti v vseh segmentih življenja« (Cepin 2012, str. 12).

Medgeneracijsko sodelovanje prinaša večje razumevanje in spoštovanje med generacijami, boljšo kvaliteto življenja, zagotavlja občutek varnosti, povečuje samopodobo, izboljšuje komunikacijo ter krepí duševno in telesno zdravje (Vučina, 2012, str. 39), pripomore tudi k povečanju medgeneracijske solidarnosti in povezanosti, njegov rezultat pa je sožitje med generacijama (Hozjan, 2010, str. 46-48). Prav tako omogoča izmenjevanje znanja in izkušenj ter ohranjanje in širjenje socialne mreže. Starejši na mladostnike prenašajo svoje izkušnje in znanje, mladostniki pa na starejše utrip sodobne družbe in mladostno energijo (Vučina, 2012, str. 39). Povezovanje in vzajemna pomoč mladih in starejših generacij ter skupne aktivnosti so temelj za medgeneracijske odnose in uresničevanje medgeneracijskega sodelovanja.

1.1 Pojmovanje generacij

Z besedo generacija označujemo ljudi, ki izhajajo iz istega življenjskega obdobja. Ramovš (2005) navaja tri življenjska obdobja, in sicer: mladost, srednja leta in starost.

Največ avtorjev mladost interpretira kot obdobje prehoda iz odvisnosti v neodvisnost oziroma obdobje med otroštvom in odraslostjo. Po klasifikaciji Urada za mladih RS med mladostnike štejemo osebe med 15. in 29. letom starosti (Bučar Ručman, 2004, str. 25). Srednja leta so obdobje, v katerem oseba poskrbi za svoje potomstvo in dela za preživetje sebe in obeh drugih generacij. To življenjsko obdobje začnemo s prvo zaposlitvijo in končamo z upokojitvijo (Ramovš, 2005: 301). V razvitejših državah naj bi kronološka starost 65 let predstavljala začetek tretjega življenjskega obdobja oziroma starosti, kar pa ne velja za države tretjega sveta. V veliko primerih je začetek starosti povezan z upokojitvijo (WHO, 2014). V obdobju starosti ljudje še vedno nadaljujejo z delom, učenjem in družabnim življenjem. Kljub temu pa se veliko starejših počuti osamljene in potrebne pomoči, zaradi česar je potrebno medgeneracijsko sodelovanje (Ramovš, 2012, str. 310).

1.2 Medgeneracijsko sodelovanje

Različni avtorji za sodelovanje dveh generacij uporabljajo različne izraze, kot so na primer medgeneracijsko sodelovanje, medgeneracijsko sožitje, medgeneracijska solidarnost, medgeneracijsko povezovanje in podobno. Mi smo se odločili za uporabo izraza medgeneracijsko sodelovanje. Cepin in sod. (2012) definirajo medgeneracijsko sodelovanje kot širši pojem, ki povezuje in spodbuja sodelovanje med mlado, srednjo in tretjo generacijo sredi vsakdana, preko različnih projektov, programov in dejavnosti.

Medgeneracijsko sodelovanje je zavestna odločitev, nujna v moderni družbi, ki se kaže kot medsebojna izmenjava izkušenj in spoznanj, učenje, pomoč ene generacije drugi, ustvarjanje ter ohranjanje in širjenje socialne mreže. Z njim ohranjamo tudi kulturno dediščino in materialno varnost (Kralj, 2009). Cepin in sod. (2012) v svoji publikaciji navajajo, da mladina medgeneracijsko sodelovanje slabo pozna. Z njim je najbolj seznanjena le tretjina mladostnikov, predvsem tisti, ki so vključeni v mladinske in civilnodružbene organizacije oziroma projekte.

Medgeneracijski programi skrbijo za dober odnos med generacijami in krepijo vez med njimi. Osebe, udeležene v medgeneracijskih projektih, se lahko naučijo, kako prispevati k dobrobiti družine, skupnosti in drugih ljudi (Steinig, 2010, str. 64-69). Študije so pokazale, da medgeneracijski programi ustvarijo pozitivne spremembe v odnosu do starejših ljudi in mišljenju o njih (Cummings, 2003, str. 46). Mladostniki pri medgeneracijski interakciji občutijo njene fizične, emocionalne in kognitivne prednosti, obenem pa dosežejo tudi boljše razumevanje staranja. Naučijo se, da je vsak starejši nekaj posebnega, spoznajo, kakšne spretnosti in veščine imajo starejši, in jih lahko uvidijo kot pozitivne vzornike. Starejši pa imajo tako priložnost spoznati mladostnike z enakimi interesi, doživeti občutek izpopolnitve in razviti vezi tudi z drugimi mladostniki tako kot s svojimi vnuki (Jones, 2004, str. 754-5).

Rezultati raziskav kažejo na to, da starejši z veseljem sodelujejo v starostno mešanih skupinah, ker radi delijo svoje izkušnje z mladostniki, ki se od njih učijo (Jarvis, 2001). Zaradi hitrih družbenih in tehnoloških sprememb pa je potrebno tudi obratno sodelovanje, saj se s tem starejši izognejo nevarnosti, da ostanejo neinformirani (Kump, 2010, str. 43-49).

Nelson (1997) pravi, da lahko posameznik doseže boljše zdravje in kakovost življenja preko vključevanja v aktivnosti, ki so zanj smiselne in potrebne, kar je ena od osnovnih idej delovne terapije.

1.3 Stereotipi

Obojestranski stereotipi lahko zavirajo sožitje generacij, vendar pa lahko s sodelovanjem le-teh pozitivno vplivamo na njihovo zmanjšanje (Kump, 2010, str. 43-49). Na splošno je odnos, še posebej mladostnikov in otrok, do starejših precej negativen (Hernandez, 2008, str. 292-305). V mlajši generaciji je o starejših zakoreninjenih veliko stereotipov, ki vključujejo predvsem negativne lastnosti. Starejše smatrajo za fizično, intelektualno in spolno nemočne, odvisne od drugih, duševno odsotne, konzervativne, rigidne, prepirljive, trmaste, cinične, sitne in egoistične. Stereotipe spodbujajo tudi filmi, smešnice in pregovori, ki starejše prikazujejo na tak način. Poznamo pa tudi stereotipe, ki starejše opisujejo na pozitiven način, kot modre ljudi, ki so izkušeni in ljubeči do svojih potomcev (Pečjak, 1998, str. 63).

Stereotipov je deležna tudi mlada generacija, saj ji starejši pripisujejo drugačnost od prejšnjih generacij (Pihlar, 2012). Stereotipe o mladostnikih opisuje veliko avtorjev. Drugačnost v svoji raziskavi zelo dobro prikazuje Blauth s sod. (2011), ki ugotavlja, da so pri drugih generacijah prisotni stereotipi o mladostnikih, ki pravijo, da so ti vase zagledani in narcisoidni, odtujeni, samosvoji in egoistični, da imajo visoka pričakovanja, potrebujejo veliko pohval in slabo sprejemajo kritiko.

2 Namen projekta

Kot delovni terapeuti smo se odločili, da povežemo mlajšo in starejšo generacijo preko skupne delavnice, katere rdeča nit bo aktivnost, ki bo smiselna tako za eno kot drugo generacijo. Na osnovi poznavanja slovenske populacije smo izbrali vrtnarjenje (Tanja Križaj, ZF Ljubljana, osebna komunikacija, 17. 7. 2013).

Zanimalo nas je, če enotedenska delavnica na temo vrtnarjenja pri udeležencih spremeni njihovo doživljanje in gledanje na drugo populacijo ter kaj so v taki medgeneracijski delavnici udeleženci pridobili in kaj so lahko dali.

3 Metode dela

V okviru projekta je bila izvedena enotedenska delavnica, katere namen je bil povezovanje mlajše in starejše generacije preko skupnih aktivnosti na temo vrtnarjenja ter obojestransko pridobivanje znanja na to temo. V projektu, ki je bil izveden jeseni 2013, so bile vključene tri starejše osebe, povprečne starosti 74 let, ter tri mladostnice, v povprečju stare 22 let. Pogoj za vključitev pri obeh skupinah so bile pretekle izkušnje z delom na vrtu. Delavnica je potekala pet dni zaporedoma, štiri ure dnevno, pod vodstvom šestih študentk delovne terapije na Zdravstveni fakulteti v Ljubljani in mentorstvom profesorice. Na začetku delavnice smo z udeleženci izvedli individualne intervjuje, s katerimi smo zbrali podatke o predhodnem znanju in izkušnjah z vrtnarjenjem, pogledu na drugo generacijo in izkušnjah z njo ter izkušnjah z medgeneracijskim sodelovanjem. Sledilo je spoznavanje udeležencev in aktivnosti, ki so vključevale medgeneracijsko sodelovanje, kot so izdelovanje plakatov na temo živali in rastlin na vrtu ter predstavitev le-teh, igranje prilagojene družabne igre, ki vključuje spretnosti pantomime, risanja in govora na temo vrtnarjenja, pri kateri so udeleženci sodelovali v parih – starostnik in mladostnik. Prav tako je v okviru delavnice potekal kviz na temo vrtnarjenja, pri katerem so udeleženci tekmovali v parih. Zadnji dan delavnice so bili izvedeni individualni intervjuji, s katerimi smo od udeležencev pridobili mnenje o drugi generaciji in o koristnosti delavnice.

Na osnovi petdnevne delavnice smo izvedli kvalitativno študijo, ki se uporablja za preučevanje kompleksnosti in celovitosti pojava v vsakdanjem okolju (Strauss, 1978). Med kvalitativne tehnike sodi kombinacija intervjujev, opazovanja in analize besedila (Silverman, 2001). Primarne vire smo pridobili z intervjuji, sekundarne pa smo zbrali s pomočjo strokovne literature, dostopne v bazah podatkov (Cobiss, PubMed, Google Scholar, Springerlink).

Podatke o izkušnjah z delom na vrtu, doživljanjem tega dela, doživljanjem druge generacije in pridobitvah med projektom smo zbirali s polstrukturiranimi intervjuji, ki smo jih izvedli na začetku in na koncu delavnice, ter z opazovanjem ob udeležbi. Začetni intervjuji so trajali 30 minut, končni 15 minut, oboje pa smo od intervjuja do intervjuja prilagajali in razvijali. Intervjuji so bili posneti z diktafonom. Udeleženci so

pred pričetkom projekta podpisali izjavo o prostovoljnem sodelovanju v projektu. Podatke, zbrane z intervjuji, smo dobesedno zapisali in obdelali s kvalitativno vsebinsko analizo po Mescu (1998), kasneje pa posnetke izbrisali.

Analizo zbranega materiala smo izvajali po naslednjih korakih: urejanje empiričnega gradiva, določanje enot kodiranja, odprto kodiranje, izbor in definiranje relevantnih kod, oblikovanje kategorij, povezovanje kategorij (Mesec, 1998). Anonimnost udeležencev je zagotovljena, saj v članku niso navedena prava imena udeležencev projekta in tudi ne kraj izvedbe delavnice.

Zaradi velike količine zbranega materiala in zaradi lažjega sodelovanja v skupini raziskovalk smo si delo razdelili, in sicer se je naša skupina osredotočila na analizo materiala, ki smo ga pridobili od mladostnic.

4 Rezultati

S kvalitativno vsebinsko analizo smo zbrani material kodirali, kode smo povezali v kategorije, le-te pa strnili v pet tem.

Tabela 1: Predhodno znanje in izkušnje z vrtnarjenjem

<i>Koda</i>	<i>Kategorija</i>
Prva izkušnja z vrtnarjenjem pri starih starših Najprej samo opazovanje dela na vrtu, kasneje svoja greda Prva izkušnja z vrtnarjenjem v OŠ – opazovanje rasti Prvi stik z vrtnarjenjem – počitniško delo Prva izkušnja – svoja greda	Prva izkušnja z vrtnarjenjem
Znanje o vrtnarjenju dobiva od staršev Pridobivanje informacij na internetu Učenje preko vključevanja v delo na vrtu Pridobivanje znanja iz revij Pridobivanje znanja od sorodnikov	Pridobivanje znanja o vrtnarjenju

Prvo izkušnjo z vrtnarjenjem so mladostnice opisale kot opazovanje in pomoč starim staršem pri delu na vrtu in kot opazovanje rasti v osnovni šoli. Izkušnje v kasnejših letih so opisovale kot izkušnje s svojo gredo in kot vrtnarjenje ali počitniško delo.

Znanje o vrtnarjenju so pridobile od staršev, sorodnikov in z interneta ter iz revij. Napredek so dosegle tudi preko vključevanja v delo na vrtu.

Tabela 2: Odnos do vrta in dela na vrtu

<i>Koda</i>	<i>Kategorija</i>
Dobri občutki pri izvajanju nekaterih aktivnosti (zalivanje) Zadovoljstvo ob opazovanju rasti posevkov in pobiranju pridelkov	Vrt kot vir pozitivnih občutkov
Sajenje, okopavanje, pletje, obračanje zemlje kot opravila, ki jih moraš opraviti Težko je najti motiv za delo na vrtu	Vrt kot vir negativnih občutkov

Mladostnice pri delu na vrtu doživljajo pozitivne in negativne občutke. Dobro se počutijo med izvajanjem aktivnosti, kot sta zalivanje in pobiranje pridelkov, to jim prinaša zadovoljstvo. V veselje jim je tudi opazovanje posevkov. Negativne občutke doživljajo predvsem med izvajanjem njim neljubih opravil, kot so sajenje, okopavanje, pletje, obračanje zemlje, ki so jih opisale kot neizogibna.

Ugotovili smo, da so se vse mladostnice z vrtnarjenjem že srečale, prav tako pa so o vrtnarjenju že imele nekaj predhodnega znanja. Vsem udeleženkam je vrtnarjenje predstavljalo smiselno aktivnost.

Tabela 3: Mnenje mladostnic o starejših pred delavnico

<i>Podkategorija</i>	<i>Kategorija</i>
Starejši so potrebni pomoči Starejše je treba vključevati v družbo Starejši potrebujejo družbo mladih Starejše je treba vključevati v moderni način življenja	Potrebe starejših z vidika mladostnic
Starejši pomagajo Mladi lahko od starejših veliko odnesejo, se veliko naučijo Starejši dajejo nasvete	Starejši kot zgled in pomoč mladostnicam
Starejši so umirjeni Starejši so izkušeni Starejši so prijazni Starejši veliko vejo	Starejši v očeh mladostnic –pozitiven vidik
Zagrenjenost je moteča Nepotrpežljivost je moteča Jemanje preveč pravic Starejši so tečni in počasni Starejši se počutijo manjvredne Starejši so firbčni	Starejši v očeh mladostnic – negativen vidik

Po mnenju mladostnic je starejše treba bolj vključevati v družbo in jim pomagati, treba jih je vključiti v moderni način življenja in družbo mladostnikov. Pred pričetkom delavnice so mladostnice menile, da lahko starejši mladostnikom nudijo zgled in pomoč, saj jim s svojim bogatim vedenjem lahko pomagajo in dajejo nasvete, od njih se torej lahko veliko naučijo. Opisale so tudi svoje pozitivno in negativno stališče do starejših. Med pozitivnimi vidiki so navedle njihovo umirjenost, izkušnost, prijaznost, pomoč in razgledanost. Kot negativne pa so opisale njihovo zagrenjenost, nepotrpežljivost, jemanje preveč pravic, počasnost, radovednost in občutek manjvrednosti.

Mladostnice so se pred delavnico družile s starimi starši, nekatere so celo živele z njimi. Navajale so tudi povezanost in komunikacijo s starejšimi sosedi. Kar nekaj udeleženk je navajalo sodelovanje s starejšimi med prakso in prostovoljnim delom v domu starejših občanov. Ker mladostniki starejše vidijo kot vir znanja in izkušenj, od njih pričakujejo predvsem pomoč pri iskanju službe. Občutki, ki jih mladostnice doživljajo med sodelovanjem s starejšimi, se kažejo predvsem pri uživanju v njihovi družbi in pogledu na aktivne starejše. Večina mladostnic si želi več aktivnega preživljanja časa s starejšimi in sodelovanja generacij. Moti jih predvsem preveč ločevanja dogodkov na dogodke za starejše ali za mlade. Vse pa se zavedajo, da je za uspešno sodelovanje med generacijami potrebna volja.

Tabela 4: Sodelovanje mladostnic s starejšimi pred delavnico

Koda	Kategorija
Praksa v DSO Pomoč in druženje s starimi starši Povezanost in komunikacija s starejšimi sosedi Življenje s starejšo osebo Svetovanje starejšim – v trgovini Prostovoljno delo v DSO	Oblike sodelovanja mlajše in starejše generacije
Vir znanja in izkušenj Pomoč pri iskanju službe	Pričakovanja mladostnic do starejših
Uživanje v družbi starejših Neovirano komuniciranje s starejšimi Užitek ob pogledu na aktivne starejše ljudi Želja po aktivnem preživljanju časa s starejšimi Želja po večjem sodelovanju generacij Preveč je ločevanja dogodkov na dogodka za starejše ali mlade Za razumevanje med generacijami je potrebna volja	Občutki mladostnic glede povezovanja s starejšimi

Tabela 5: Učinki delavnice

Koda	Kategorija
Pridobitev novega splošnega znanja Občutki zadovoljstva in veselja po delavnici Ugotovitev, da so lahko starejši zelo različni Pridobitev novega znanja in izkušenj, povezanih z vrtnarjenjem	Splošne pridobitve po delavnici
Spoznanje, da se mladi lahko učijo od starejših in obratno Spoznanje, da je za medgeneracijsko sodelovanje potrebno obojestransko popuščanje Okrepitev stikov s starejšimi v domačem okolju	Pridobitve, vezane na medgeneracijsko sodelovanje
Boljše mnenje o starejših Presenečenje nad dejavnim vključevanjem starejših v aktivnosti Že dosednji dobri odnosi s starejšimi Boljše spoznavanje starejših	

Učinke delavnice smo razdelili v dve kategoriji, splošne pridobitve po delavnici in pridobitve, vezane na medgeneracijsko sodelovanje.

V času delavnice so si mladostnice pridobile novo znanje in izkušnje. Ugotovile so, da so starejši lahko zelo različni. Po delavnici so doživljale občutke zadovoljstva in veselja. Vse to smo uvrstili v kategorijo splošnih pridobitev po delavnici.

Kar se tiče pridobitev, vezanih na medgeneracijsko sodelovanje, pa so mladostnice opisale spoznanje, da se lahko učijo od starejših in obratno, ter spoznanje, da je za medgeneracijsko sodelovanje potrebno obojestransko popuščanje. Po delavnici se je pri nekaterih mladostnicah mnenje o starejših izboljšalo. Navdušene so bile nad njihovim dejavnim vključevanjem v aktivnosti, sproščenostjo in pogovornostjo. Navajale so tudi, da so okrepile stike s starejšimi v domačem okolju in da so jih bolje spoznale, pri drugih pa se odnosi s starejšimi niso spremenili.

5 Razprava

Raziskovanje medgeneracijskega sodelovanja pri nas še nima takšnih razsežnosti kot v skandinavskih državah, Veliki Britaniji in ZDA, kljub temu pa se tudi v Sloveniji vse več organizacij ukvarja s krepitvijo medgeneracijskega sodelovanja (Hozjan, 2010, str. 46-48). Marsikateri medgeneracijski program je za medij povezovanja dveh generacij uporabil skupne aktivnosti, ki so imele pomembno značilnost – bile so zanimive za obe generaciji, kar sta v svoji raziskavi ugotovila tudi Steinig in Butts (2010). V našem projektu smo za medij povezovanja mladostnikov in starejših uporabili vrtnarjenje. Kakšne so bile predhodne izkušnje naših mladostnic z vrtnarjenjem, je predstavljeno v nadaljevanju.

5.1 Predhodno znanje in izkušnje z vrtnarjenjem

Nekatere od udeleženk projekta so se z vrtnarjenjem prvič srečale prostovoljno, druge pa so bile k temu primorane, kot navaja ena od intervjuvank: »Ne ne, ni blo iz lastne volje, sm kr mogla.« Vse pa so se z njim srečale že v osnovni šoli in v obliki pomoči na vrtu pri sorodnikih. S projektom smo ugotovili, da so udeležene mladostnice svoje znanje o vrtnarjenju, poleg informacij z interneta in iz revij, pridobile tudi od starejših generacij. Nekatere so za pomoč prosile tudi svoje starše, kar je v intervjuju poudarila ena od udeleženk: »Skos sm mela atija zraven, k mi je pač narekvau, kak pa kej.« Cambridge in Simandiraki (2005) pravita, da se mladostniki od starejših lahko naučijo njihovega maternega jezika, o njihovi kulturi in podobno, torej lahko starejši mladostnikom nudijo znanje z različnih področij, tudi vrtnarjenja.

5.2 Odnos do vrta in dela na vrtu

»Prvo je blo mučenje, kr to kr traja, pol je pa u bistvu fajn, k vidiš, da ti neki raste in use.«

Tako je ena od udeleženk opisala sprejemanje vrtnarjenja oziroma kako se ji je negativno doživljanje vrtnarjenja spremenilo v pozitivno. Vrtnarjenje ljudje opisujejo kot aktivnost, ki jih veseli in navdušuje; čeprav je to aktivnost, ki jo je večina ljudi prisiljena izvajati, jo izvajajo z navdušenjem (Švab, 2012, str. 11). Aktivnosti na vrtu lahko zagotavljajo možnosti za zmanjševanje stresa in izboljšujejo interakcijo z drugimi člani skupnosti (Van de Berg, 2010, str. 2). Koristi se odražajo tudi na emocionalnem, socialnem in fizičnem področju (Milligan, 2004, str. 1781-1793). Aktivnosti na vrtu omogočajo občutek nadzora nad situacijo, večajo socialno podporo in mrežo, omogočajo fizične aktivnosti in stik z naravo (Vadnjal Gruden, 2011). Kljub pozitivnim vplivom vrtnarjenja pa mladostnice še vedno težko najdejo motiv za delo na vrtu.

5.3 Mnenje mladostnic o starejših pred delavnico

Mnenja mladostnic o starejših pred delavnico so bila različna, prisotno je bilo tudi nekaj stereotipov. Ena od udeleženk je povedala: »Ker mam zdej dost pripomočkov, k jih marsikter starejši sploh ne pozna al pa noče uporabljat, ker ni navajen« in še »so tudi odstopanja, ljudje, k so pač zagrenjeni, majo vrjetn probleme.« Kump in Jelenc

Krašovec (2010) poudarjata, da lahko stereotipi obeh generacij zavirajo sožitje le-teh. Udeleženke pa so starostnike opisovale tudi pozitivno: »Js sm jih vedn zlo spoštovala pa ubistvu mi je blo prijetno v njihovi družbi.«

Med analizo podatkov smo ugotovili, da so mnenja o starejših tako pozitivna kot negativna. Ugotovili smo tudi, da se mnenja mladostnic o starejših med seboj razlikujejo, nekatere jih vidijo v boljši, druge pa v slabši luči. To povezujemo z dejstvom, da je vsak človek nekaj posebnega in ima svoje mnenje ter izhaja s svojega stališča. Stališča pa v psihologiji obravnavajo na nivoju posameznika in ne na nivoju skupine (Kumelj, 2000, str. 87).

5.4 Sodelovanje mladostnikov s starejšimi pred delavnico

Starostnike, s katerimi so mladostnice imele stike v preteklosti, predstavljajo predvsem njihovi stari starši in stari sosedi. Druženje je potekalo na različne načine, lahko tudi kot pomoč na vrtu in podobno. Raziskave kažejo, da ima približno 5–10 % starejših neformalno obliko pomoči oseb, ki so njihovi prijatelji ali sosedje (Filipovič Hrast, 2005, str. 205–221). Ramovš (2005) ugotavlja, da so stiki s sorodniki pogostejši kot z drugimi ljudmi. Sodelovanje s starejšimi se lahko pojavlja tudi v okviru dela, šolanja ali prostovoljnega dela, kar so omenjale tudi mladostnice v naši študiji. Ena od njih je navajala izkušnjo s svoje prakse v DSO med študijem: »Ja ubistvi js mam dost prakse, js sm delala v domu za ostarele.« Mladostnice opisujejo starejše kot vir znanja in izkušenj, kot priča tudi izjava udeleženke: »Ja, lahko opišem to, da sem delala seminarsko nalogo, pa mi je pomagala teta, ko je tud starejša, in dedi in smo potem vsi skupaj naredili to.« Kump in Jelenc Krašovec (2010) pravita, da lahko mladostniki, ki imajo v času šolanja stike s starejšimi »tutorji«, dosežejo boljši učni uspeh kot mladostniki, ki teh stikov nimajo. Udeleženkam projekta je všeč družba starejših, poudarjajo pa tudi, da je preveč ločevanja dogodkov na dogodke za mlade in za starejše, kar ugotavlja druga udeleženka: »Ker pr družbenih dogodkih je vedno vse ločeno.«

5.5 Učinki delavnice

Ugotovili smo, da lahko enotedenske delavnice z aktivnostmi, ki vključujejo medgeneracijsko sodelovanje, pripomorejo k izboljšanju mnenja o starejših in zmanjšanju stereotipov o njih. O udeleženkini ugotovitvi v času delavnice priča njena izjava: »Ugotavljam, da tud starejši spremljajo dogodke in novitete.« Tudi Climblings s sod. (2003) in Jones s sod. (2004) sta ugotovila, da z lahko medgeneracijskim sodelovanjem zmanjšamo stereotipe in izboljšamo sodelovanje generacij, kar sta trdila že Powell in Arquitt (1978), ki pravita, da interakcija med starejšim in mladostnikom pripomore k pozitivnejšemu odnosu enega do drugega. Sodelovanje med generacijami je pri udeleženkah povzročilo tudi okrepitev stikov s starejšimi v domačem okolju, o čemer priča tudi izjava udeleženke: »Moji občutki po končani delavnici so v redu, ker smo se družili s starostniki, k jih prej nism tok poznala. Sedaj smo se bolj spoznali, povezali in so me veliko novega naučili o vrtnarjenju in zdravi prehrani, kar so vedeli oziroma kar je vedela gospa, ko veliko kuha zdrave hrane, s katero sem js sodelovala.«

Ugotovili smo, da se udeleženske zavedajo pomembnosti medgeneracijskega sodelovanja. Enotedenska delavnica je pri mladostnicah spodbudila ugotovitev, da je za medgeneracijsko sodelovanje potrebno obojestransko popuščanje, kar je zaznati tudi v trditvi udeležence: »Ja u bistvi da se lahk isto vključujejo, ane, če usak mal popušča, da se lahk isto vključijo mladi.« Prav tako lahko taka delavnica pripomore k vzpostavitvi medgeneracijskega učenja, kot ugotavlja ena od mladostnic: »Da se lahk dost mi od njih naučimo in oni od nas.« Tudi Cepin in sod. (2012) ugotavljajo, da lahko starejši mladostnikom nudijo nasvete, izkušnje in drugačen pogled na svet. Kump in Jelenc Krašovec (2010) pravita, da lahko medgeneracijsko sodelovanje pri mladostnikih poveča občutek lastne vrednosti in samospoštovanja ter zmanjša občutek izolacije in osamljenosti. Mladostniki postanejo bolj odgovorni, prav tako pa bolje razumejo pomembnost vseživljenjskega učenja. Omenjeni avtorici sta ob pregledu literature ugotovili, da se pri mladostnikih, ki sodelujejo na medgeneracijskih delavnicah, razvije sposobnost empatije, odprtost, ustvarjalnost in iniciativnost.

6 Zaključek

Ugotavljamo, da je enotedenska delavnica na temo vrtnarjenja pri mladostnikih spremenila pogled na staro populacijo in zmanjšala stereotipe ter okrepila medsebojne odnose. Način, kako mladostniki doživljajo in gledajo na starejše, se je pozitivno spremenil. Pridobili so predvsem novo znanje in spoznanja, ki jim omogočajo uspešnejše medgeneracijsko sodelovanje.

Delovni terapevti lahko pripomoremo k učinkovitejšemu medgeneracijskemu sodelovanju z organizacijo medgeneracijskih delavnic in programov, s promocijo programov za medgeneracijsko sodelovanje, poudarjanjem pomena takšnega sodelovanja, s svojim znanjem in izkušnjami pa lahko pripomoremo k optimalni izvedbi aktivnosti na medgeneracijskih programih.

Zaradi staranja celotne populacije je zelo pomembno osveščanje vseh treh generacij o pomenu medgeneracijskega sodelovanja. Izvajanje medgeneracijskih programov namreč pozitivno vpliva na dobrobit vsakega posameznika in prihodnost generacij.

Cecilija Lebar, MSc, Tina Gatej, Tina Kirič, Aja Eva Rus

Intergenerational Cooperation: Can Gardening Contribute to a More Effective Intergenerational Cooperation?

The number of elderly people is increasing worldwide and scientists assume that the population of people older than 65 years will double until 2050. The consequences of population aging are numerous, both economic as well as social, but they are the most evident in the field of labour, employment, pension system and retirement, inter-

generational relationships and health. Modern society increasingly tends to exclude the elderly, it treats them as incompetent and does not allow them enough responsibility, even though they were once considered as the guardians of customs and traditions, wise persons, and teachers, having a higher status.

Intergenerational cooperation enables a better understanding and respect between generations, improves one's self-image, strengthens both mental and physical health, improves the communication between generations and increases the quality of life. It contributes to better intergenerational solidarity and as a result, we can talk about the intergenerational cooperation. Cooperation enables the exchange of knowledge and experience; it helps to expand the social network and keeps it alive.

Intergenerational cooperation is becoming a fact, which should be learned throughout life. The elderly share their experiences and knowledge with young people (youth), while the youth gives back the beat of the modern society and youthful energy. Intergenerational and interactive help of both younger and older generations, as well as joint activities are the foundations for intergenerational relations and achievement of intergenerational cooperation.

The word generation is used to describe people that belong in to the same period of life. We talk about three generations: the younger generation - youth, middle generation - middle age, and older generation - the elderly. Most of the studied authors describe youth as a period of transition to independence or period between childhood and adulthood, while elderly people are being described as retired people. From a chronological perspective, the elderly are people over the age of 65, while young people are in between 15 and 29 years of age. The middle age is considered as period in which a person reproduces and provides for the other two generations and this period starts with the beginning of working age and ends with retirement.

Different studies have shown that intergenerational cooperation is not quite known to the younger generation; only one third of this generation is familiar with it. In general, the attitude towards elderly, especially from adolescents and children is rather negative. The younger generation has many stereotypes about elderly people, including negative characteristics in particular. They consider the elderly population to be physically, intellectually and sexually helpless, dependent on others, mentally absent, conservative, rigid, controversial, stubborn, cynical, and a nuisance or self-serving. Stereotypes are also promoted by movies and comics that depict the older generation in this manner. However, there are stereotypes that describe the older generation in a positive way as wise people, who are experienced and loving. Stereotypes designed to affect the young generation mostly refer to their differences from the previous generations. Other present stereotypes about the youth say that adolescents are self-centred and narcissistic, alienated, and selfish, that they have high expectations, but are poor at accepting criticism and need a lot of praise and rewarding.

Many different authors use different terms to describe intergenerational cooperation, such as intergenerational solidarity, intergenerational companionship, intergenerational learning and many others. We decided to use the term intergenerational cooperation in our study.

Intergenerational cooperation is described as a companionship between the young, middle and elderly generation in everyday life while working on different projects, programs and activities. Intergenerational cooperation is a conscious decision, necessary in the modern society and it manifests itself as mutual exchange of knowledge, experience, help and creativity. It helps us to maintain our cultural heritage and economic safety. Intergenerational programs are essential for good relationships between generations because they help to create positive changes and positive thinking about older generations. Studies have shown us that elderly people are more willing to participate in intergenerational groups. Studies have also indicated that intergenerational programs help to strengthen the bond between participants in those programs. Participants are most likely to learn how to contribute to wellbeing of families, communities and others. According to studies, intergenerational programs help creating positive changes in relations toward older people and in the opinion of the younger generation about the older generations. Through the process of intergenerational interaction, the young people describe physical, emotional and cognitive benefits, while achieving better understanding of ageing. They can also develop empathy, become more open about themselves, develop creativity and self-esteem. Participants of those programs can achieve better health and quality of life while participating in activities is logical and essential to them, and this is actually one of the basic ideas of occupational therapy.

The purpose of the project presented in the paper was to connect a younger and an older generation by using a group activity. We wanted to find out if a week-long activity of gardening can alter the image one group has of the other, and learn what the participants gained in the activity. We used a qualitative research methodology and gathered information with the use of semi-constructed interviews that were carried out at the beginning and at the end of the week-long activity. There were seven participants – four elderly and three adolescent persons. Familiarity with gardening was the key requirement to enter the project.

The week-long activity of gardening was held for five days in a row, four hours per a day. It was held under the leadership of six students of occupational therapy at the Faculty of Health Sciences in Ljubljana under mentorship of the senior lector. At the beginning of the week-long activity, semi-constructed interviews about the previous experiences with gardening, the perception of the other generation and about experiences with intergenerational cooperation were carried out. These were followed by the introduction of participants and activities included in the intergenerational cooperation, such as making posters about plants and animals, playing board games in intergenerational pairs on the topic of gardening and a pop quiz about gardening. During the activity, adolescents were paired up with the elderly. On the last day, semi-constructed interviews about the change of their perception of the other generation and on the benefits of week-long activity were carried out. Because of the large database, the students decided to split in two groups (three students per group), each focusing on one generation in specific. This study is focusing on the benefits and changes of opinion of the younger generation also described as the adolescents. The adolescents described their previous experiences with gardening as watching their grandparents gardening,

experiences with gardening in primary school and gardening as a summer job. They gained their knowledge from their parents and grandparents, from the internet and magazines. The participants described gardening as a meaningful activity. Their perception of the older generation was, that this generation is in desperate need of help of including them in society. They also saw the older generation as role models, a source of knowledge, advice and experience. They described them as calm, nice, experienced, knowledgeable people. As negative properties of the elderly, they described impatience, bitterness, curiosity, slowness and their feeling of less-worthiness. Before the week-long activity, they described their cooperation with the older generation as active since they enjoyed their company and can communicate with them without any difficulties. Despite everything, the younger generation still wishes that they could spend more quality time together.

After the week-long activity, the adolescents somewhat changed their perception of the older population; they now see them less stereotypically. The adolescents gained a lot of knowledge and experience that enable a more successful intergenerational cooperation. They were particularly thrilled by the active participation of the elderly people in various activities, their relaxed appearance and good communication skills. The new experience of the younger generation gained by these activities helped them to achieve effective intergenerational cooperation.

We, as occupational therapists can contribute to an effective intergenerational cooperation with organising intergenerational activities and programs, promoting programs for intergenerational cooperation and highlighting the importance of these programs. With our knowledge, we can help or assist participants to reach the optimal level of performance at activities and offer guidance through activities or programs. Practising intergenerational activities and programs has great benefits for all of us and for the future of the next generations.

By carrying out the activity, we contributed a piece of tile into the mosaic of intergenerational cooperation.

LITERATURA

1. Blauth, C., McDaniel, J., Perrin, C. and Perrin, P. (2011). Age-based stereotypes: silent killer of collaboration and productivity. *Active Global*, št. 2, str. 4.
2. Bučar Ručman, A. (2004). *Nasilje in mladi*. Ljubljana: Klub mladinski kulturni center Novo mesto.
3. Cambridge, J. and Simandiraki, A. (2005). *Intracative intergenerational learning project*. Final report, April, str. 3.
4. Cepin, M., Uršič, D., Hamler, L., Korošec, M., Mah, M. in Bernik, J. (2012). *Medgeneracijsko sodelovanje v mladinskih organizacijah*. Priročnik za vodje skupin in organizacij. Ljubljana: Zveza tabornikov Slovenije, Nacionalna skavtska organizacija, str. 12–13, 21–23, 35.
5. Cummings, S. M., Williams, M. N. and Ellis, R. A. (2003). Impact of an intergenerational program on 4th graders' attitudes toward elders and school behaviour. *Journal of human behavior in the social environment*, 8, št. 1, str. 46.
6. Filipovič Hrast, M., Kogovšek, T. in Hlebec, V. (2005). Starostniki in njihova vpetost v sosedstva omrežja. *Družboslovne razprave*, 21, št. 49/50, str. 205–221.

7. Hernandez, C. R. and Gonzalez, M. Z. (2008). Effects of intergenerational interaction on aging. *Educational gerontology*, 34, str. 292–305.
8. Hozjan, T. (2010). Aktualne dejavnosti na področju medgeneracijskega sodelovanja v Sloveniji. *Andragoška spoznanja*, 16, št. 4, str. 46–8.
9. Jarvis, P. (2001). *Learning in later life: an introduction for educators & carers*. London.
10. Jones, E. D., Herrick, C. and York, R. F. (2004). An intergenerational group benefits both emotionally disturbed youth and older adults. *Issues in mental health nursing*, 25, str. 754–5.
11. Kralj, A. (2009). Medgeneracijsko povezovanje. Pridobljeno dne 15. 4. 2014 s svetovnega spleta: <http://www.ventilatorbesed.com/?opcija=kompilanki&oce=64&id=176>.
12. Kumelj, T. in Turk, B. (2000). Pojav socialne resničnosti. *Psihološka obzorja*, 9, št. 4, str. 78.
13. Kump, S. in Jelenc Krašovec, S. (2010). Medgeneracijsko sožitje in učenje. *Pedagoško-andragoški dnevi 2010. Kulture v dialogu*. Ljubljana.
14. Kump, S. in Jelenc Krašovec, S. (2010). Prestari za učenje? Vzorci izobraževanja in učenja starejših. Ljubljana: Pedagoški inštitut.
15. Malačič, J. (2003). *Demografija: teorija, analiza, metode in modeli*. Ljubljana: Ekonomska fakulteta.
16. Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
17. Milligan, C., Gatrell, A. and Bingley, A. (2004). Cultivating health: therapeutic landscapes and older people in northern England. *Social Science & Medicine*, 58, str. 1781–93.
18. Nelson, D. L. (1997). Why the Profession of Occupational therapy will Flourish in the 21st Century. *The American Journal of Occupational Therapy*, 1, str. 11–23.
19. Pečjak, V. (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze.
20. Pihlar, T. (2012). Švicarsko poročilo o generacijah. *Kakovostna starost*, 15, št. 2.
21. Powell, J. A. and Arquitt, G. E. (1978). Getting the Generations Back Together: A Rationale for Development of Community Based Intergenerational Interaction Programs. *The family coordinator*, str. 423.
22. Ramovš, J. (2005). Zdrava poznejša leta, naj bodo tudi lepa. Medčloveški in medgeneracijski odnosi – pogoj za kakovostna poznejša leta. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
23. Ramovš, J. (2012). Za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
24. Resman, V. (2013). Vpliv aktivnosti na kmetiji na kakovost življenja oseb z motnjami v duševnem razvoju. *Diplomsko delo*. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Pedagoška fakulteta.
25. Silverman, D. (2001). *Interpreting qualitative data: methods for analysing talk, text and interaction*. London: Sage.
26. Steinig, S. Y., Butts, D. M. (2010). Generations going green: intergenerational programs connecting young and old to improve our environment. *Journal of the American society on aging*, Winter 2009–2010, 33, št. 4, str. 64–9.

Mag. Cecilija Lebar, višja predavateljica na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani.

E-naslov: cecilija.lebar@zf.uni-lj.si

Tina Gatej, absolventka na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani, smer delovna terapija.

E-naslov: gatej.tina@gmail.com

Tina Kirič, absolventka na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani, smer delovna terapija.

E-naslov: tina.kiric@gmail.com

Aja Eva Rus, absolventka na Zdravstveni fakulteti Univerze v Ljubljani, smer delovna terapija.

E-naslov: ajaevarus@gmail.com