

# MÓW DO MNIĘ NA PANI

## PANI BABCIA?

Kiedy mówimy o osobach starszych, bardzo ważne jest, jak używamy słów, ponieważ mogą one wyrażać zarówno szacunek, jak i dyskryminację. Jednym z bardziej ukrytych, ale szkodliwych przejawów dyskryminacji jest dziadurzenie – sposób mówienia, który traktuje starsze osoby jak dzieci.

## DZIADURZENIE

Dziadurzenie, czyli *elderspeak*, to forma komunikacji, w której używamy prostego języka, zdrobnień i nadmiernej poufałości. Możemy na przykład mówić „babciu” lub „kochanie” do nieznanej osoby, co sprawia, że traktujemy ją jak dziecko. Takie zachowanie może wynikać z przekonania, że starsze osoby są mniej zdolne i potrzebują specjalnego traktowania. Niestety, to tylko wzmacnia stereotypy i może ranić. **Psycholożka Nina Woderska zauważa, że dziadurzenie jest formą dyskryminacji, która obniża poczucie godności osób starszych.**

## ALE O CO CHODZI?

Badania przeprowadzone przez Stowarzyszenie Forum 4 Czerwca pokazują, że dziadurzenie jest powszechne i dotyka ponad jedną trzecią osób powyżej 60. roku życia. Takie traktowanie wpływa na poczucie własnej wartości i może prowadzić do wycofania się z aktywności społecznej. Komentarze w mediach często obrażają osoby starsze, na przykład komentując ich aktywność fizyczną w sposób protekcyjalny.



## JAK WYGLĄDA SYTUACJA PRAWNA?

**W Polsce temat dyskryminacji ze względu na wiek jest częściowo regulowany przez Ustawę z 3 grudnia 2010 roku, znaną jako ustawa antydyskryminacyjna. Niestety, mimo że przepisy wspominają o wieku jako jednym z kryteriów dyskryminacji, w praktyce często jest on traktowany po macoszemu. Na przykład, wiek wymieniany jest na dziewiątym miejscu, po takich kategoriach jak płeć czy rasa. Starsze osoby często są marginalizowane, a problem ageizmu wciąż nie jest wystarczająco zauważany.**

## CO ROBIMY, ABY TO ZMIENIĆ?

Są już inicjatywy, które starają się poprawić komunikację z osobami starszymi. Na przykład, Stowarzyszenie Forum 4 Czerwca prowadzi kampanię „Język wobec starości, szacunek w praktyce”, której celem jest edukacja w zakresie używania odpowiedniego języka i unikania dziadurzenia. To ważny krok w kierunku bardziej szacunkowej komunikacji.



## JAK KOMUNIKOWAĆ SIĘ Z OSOBAMI STARSZYMI, ABY NIE STOSOWAĆ DZIADURZENIA?

### Oto kilka praktycznych wskazówek:

1. Unikaj zdrobnień i protekcjonalizmu: Zamiast używać form takich jak „Pani Irenko” czy „Panie Tadiusz”, lepiej stosować pełne imiona. Zachowuj profesjonalizm i szacunek.
2. Zwracaj uwagę na ton i tempo mówienia: Nie podnoś zbyt wysoko tonu głosu ani nie mów zbyt wolno. Traktuj osoby starsze jak równorzędnych rozmówców.
3. Bądź świadomy komunikacji niewerbalnej: Unikaj gestów i mimiki, które mogą być odbierane jako drwiny lub politowanie.

## EDUKACJA SENIORÓW W ZAKRESIE NOWYCH TECHNOLOGII: WSKAZÓWKI DO KOMUNIKACJI

1. Stosuj proste, ale nie infantylne wyjaśnienia: Używaj jasnego i zrozumiałego języka, unikając nadmiernych zdrobnień i skomplikowanej terminologii. Zamiast mówić „naciśnij ten maleńki guziczek”, używaj sformułowań takich jak „naciśnij ten przycisk”.
2. Bądź cierpliwy i elastyczny: Każda osoba uczy się we własnym tempie. Zamiast spieszyć się z lekcją, daj czas na przyswojenie informacji i powtarzaj kluczowe punkty, jeśli zajdzie taka potrzeba.
3. Używaj wizualnych materiałów pomocniczych: Diagramy, obrazki i filmiki mogą znacznie ułatwić naukę nowych technologii. Staraj się, aby materiały były jasne i dobrze zorganizowane.
4. Unikaj technicznego żargonu: Kiedy omawiasz nowe technologie, staraj się używać prostych słów i unikać specjalistycznych terminów, które mogą być zniechęcające. Zamiast mówić o „aplikacjach” i „oprogramowaniu”, używaj słów takich jak „program” lub „narzędzie”.
5. Utrzymuj pozytywną i wspierającą postawę: Zamiast wyrażać frustrację, jeśli coś idzie nie tak, zachowuj pozytywne nastawienie. Pochwały i pozytywne wzmocnienia pomagają w budowaniu pewności siebie i motywacji.
6. Dostosuj komunikację do indywidualnych potrzeb: Każda osoba ma różne potrzeby i umiejętności. Staraj się dostosować swoje podejście do indywidualnych potrzeb ucznia, aby maksymalnie ułatwić mu naukę.

