



Co-funded by
the European Union

SISTEMA DE FORMACIÓN DE VÍNCULOS INTERGENERACIONALES

Módulo 6 - Estereotipos e ideas falsas sobre las generaciones más jóvenes

Número de proyecto: 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.



EDITOR

Magdalena Czarnocka-Kaptur, CSE Światowid w Elblagu

AUTORES

Magdalena Czarnocka-Kaptur, CSE Światowid w Elblagu

Antoni Czyzyk, CSE Światowid w Elblagu



Esta publicación se ha realizado con el apoyo financiero de la Comisión Europea en el marco del proyecto Erasmus + "BRIDGING GENERATIONS THROUGH EMOTIONAL INTELLIGENCE", № 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

© May 2025 - Centrum Spotkan Europejskich Swiatowid w Elblagu, Indepcie SCA, Adi & Salu Sersoc Slu, Innovation Education Lab, Obcina Radenci, Interactive Media Knowledge Transfer Intermediakt.

Atribución, compartir la misma condición



(CC BY-SA): Usted es libre de Compartir - copiar y redistribuir el material en cualquier medio o formato y Adaptar - remezclar, transformar y construir sobre el material para cualquier propósito, incluso comercial. El licenciente no puede revocar estas libertades siempre que usted respete los términos de la licencia en los siguientes términos:
Atribución: debe dar los créditos correspondientes, proporcionar un enlace a la licencia e indicar si se han realizado cambios. Puede hacerlo de cualquier manera razonable, pero no de forma que sugiera que el licenciente le respalda a usted o a su uso.
ShareAlike- Si remezcla, transforma o construye sobre el material, debe distribuir su contribución bajo la misma licencia que el original.
Sin restricciones adicionales: no puede aplicar condiciones legales.



Co-funded by
the European Union

Índice



Objetivos de aprendizaje	Página 5
¿Qué es el Youngismo?	Página 6
Youngism as the Opposite of Ageism	Página 7
¿De dónde viene la aversión a los jóvenes?	Página 8
Estereotipo 1: "Los jóvenes son vagos y no quieren trabajar"	Página 9
Estereotipo 2: "Los jóvenes son maleducados e irrespetuosos"	Página 10
Estereotipo 3: "A los jóvenes sólo les importan los teléfonos y las redes sociales"	Página 11
¿De dónde vienen estos estereotipos?	Página 12
¿Cuáles son los efectos del jovenismo?	Página 13
¿Cómo afecta a las relaciones intergeneracionales?	Página 14
¿Cómo es el lenguaje del jovenismo?	Página 16
¿Qué quieren los jóvenes de las generaciones mayores?	Página 17
¿Qué conecta a las generaciones?	Página 18



Índice

· ¿Cómo reconocer el jovenismo en nosotros mismos?	Página 19
· Escenarios situacionales - ¿Cómo reaccionar de forma diferente? (1)	Página 20
· Escenarios situacionales - ¿Cómo reaccionar de forma diferente? (2)	Página 21
· Escenarios situacionales - ¿Cómo reaccionar de forma diferente? (3)	Página 22
· Bibliografía y recursos en línea recomendados	Página 23
· Resumen: Principales conclusiones	Página 24
· Referencias	Página 25



Objetivos de aprendizaje



Al final de este módulo, serás capaz de:

- Entender qué es el jovenismo y en qué se diferencia del edadismo tradicional.
- Tomar conciencia de los estereotipos y prejuicios hacia las generaciones más jóvenes presentes en la sociedad.
- Conozca el impacto de estas creencias en las relaciones intergeneracionales y en el bienestar de los jóvenes.
- Reconocer las actitudes personales y los patrones de comunicación que pueden reforzar involuntariamente el jovenismo.
- Aprenda a entablar el diálogo y el respeto mutuo al interactuar con las generaciones más jóvenes.
- Fomentar la autorreflexión e introducir cambios positivos en las actitudes cotidianas hacia los jóvenes.

Utilice estos objetivos como guía para seguir su progreso de aprendizaje. Es posible que desee volver a esta diapositiva después de completar el módulo para evaluar qué objetivos ha logrado y dónde le gustaría centrarse más.





¿Qué es el jovenismo?

¿Qué es el jovenismo?



El jovenismo es una forma de discriminación basada en suposiciones negativas sobre los jóvenes por el mero hecho de serlo. Se manifiesta en la creencia de que los jóvenes son vagos, irresponsables o desagradecidos. Aunque es menos conocido que el edadismo (discriminación de las personas mayores), el jovenismo es igualmente perjudicial.

El jovenismo en la vida cotidiana:



El jovenismo puede encontrarse en todas partes: en casa, en los medios de comunicación, en el trabajo. Cuando alguien dice: "Con el tiempo entenderás la vida", o "En mis tiempos, la juventud era mejor", puede que no se dé cuenta de que está desestimando las voces y el valor de los más jóvenes. Estos comentarios, aunque aparentemente inofensivos, pueden herir, distanciar y entorpecer el diálogo. Incluso etiquetas aparentemente humorísticas como "generación smartphone" o "copos de nieve" pueden reflejar una falta de respeto hacia los jóvenes y su forma de vida.

Definición científica y contexto más amplio:



Los estudios científicos confirman que el jovenismo es un fenómeno social real. En un artículo publicado en la revista *Journal of Experimental Psychology: General*, Stéphane P. Francioli y Michael S. North definen el jovenismo como el prejuicio hacia los adultos jóvenes derivado de la creencia de que la generación actual es menos valiosa que las anteriores. Destacan que tales prejuicios pueden dar lugar a la exclusión social de los jóvenes de las decisiones importantes.





El jovenismo como forma de edadismo

¿Qué es el edadismo?

El edadismo se refiere a los prejuicios y la discriminación basados en la edad. Suele asociarse a actitudes negativas hacia las personas mayores, a las que se suele considerar menos competentes o menos valiosas socialmente.

Jovenismo - Edadismo a la inversa:

El jovenismo es una forma de edadismo dirigido a los más jóvenes. Incluye la creencia de que los jóvenes son vagos, irresponsables, demasiado sensibles o no están preparados para la vida adulta. Estos estereotipos pueden llevar a la marginación de los jóvenes en el trabajo, la educación y la vida social.

Diferencias entre edadismo y jovenismo:

Mientras que el edadismo hacia las personas mayores suele derivarse del miedo al envejecimiento y la decadencia, el jovenismo se basa en la creencia de que la generación actual es peor que las anteriores. La noción de "juventud en declive" ha existido durante siglos, dando lugar a un trato injusto de los jóvenes.



Tanto el edadismo como el jovenismo son perjudiciales y contribuyen a divisiones intergeneracionales





¿De dónde viene la aversión a los jóvenes?

La aversión hacia los jóvenes, expresada a menudo a través de estereotipos y prejuicios, tiene su origen en diversos factores sociales, psicológicos y culturales. Comprender estas causas puede ayudar a fomentar mejores relaciones intergeneracionales.

El rápido avance tecnológico y los nuevos hábitos mediáticos pueden alienar a las generaciones mayores, fomentando la incomprensión y el resentimiento.

La juventud se asocia con el potencial y la apertura. Algunas personas mayores pueden sentir envidia si perciben que sus propias oportunidades han pasado.

La gente tiende a idealizar su juventud, olvidando las luchas del pasado. Esto hace que sea más fácil juzgar injustamente a los jóvenes de hoy sin tener en cuenta los cambios sociales.

Las personas mayores suelen creer que la generación actual es inferior: menos comprometida, más imprudente o mentalmente más débil. Estas generalizaciones forman parte de un ciclo generacional recurrente que cuestiona el statu quo.

A menudo se ve a los jóvenes como agentes del cambio, lo que puede intimidar a las generaciones mayores, que valoran la estabilidad y la tradición.



Estereotipo 1: "Los jóvenes son vagos y no quieren trabajar"



A menudo escuchamos la opinión de que los jóvenes son perezosos y no están dispuestos a trabajar. Sin embargo, la investigación y las estadísticas pintan un panorama distinto. Los jóvenes son profesionalmente activos, a menudo combinan el trabajo con la educación y se esfuerzan por adquirir experiencia.



Trabajar durante los estudios

Según los estudios, hasta el 83% de los universitarios aceptan trabajos a tiempo parcial durante sus estudios, lo que demuestra su compromiso y su voluntad de adquirir experiencia profesional.



Ambiciones profesionales

Un informe de OLX indica que el 84% de los bachilleres piensa compaginar el trabajo con los estudios, movidos por el deseo de adquirir experiencia y ser económicamente independientes.



Preparación para el mercado laboral

Una investigación de la Fundación SPS muestra que el 56% de los jóvenes polacos no se sienten preparados para trabajar a tiempo completo, lo que puede deberse a un desajuste entre el sistema educativo y la realidad del mercado laboral.



Los datos no corroboran el estereotipo de los jóvenes perezosos. Los jóvenes son muy activos en el mercado laboral, a menudo empiezan a trabajar cuando aún están en la escuela, con el objetivo de ganar experiencia e independencia económica.



Co-funded by
the European Union

Estereotipo 2: "Los jóvenes son maleducados e irrespetuosos"



Existe la creencia generalizada de que los jóvenes son maleducados y no muestran respeto por las generaciones mayores. Sin embargo, las diferencias de estilos de comunicación entre grupos de edad suelen dar lugar a malentendidos y a interpretaciones erróneas del comportamiento de los jóvenes.

Diferencias en los estilos de comunicación

Las generaciones más jóvenes suelen preferir un estilo de comunicación directo y desenfadado, que los mayores pueden considerar irrespetuoso.

Los jóvenes utilizan emojis, memes y abreviaturas, que las generaciones mayores pueden considerar confusos o percibir como inmaduros.

Las generaciones mayores valoran la jerarquía y la formalidad, mientras que los jóvenes tienden a favorecer la igualdad y las relaciones entre iguales.

Ejemplos de malentendidos

Los jóvenes pueden saltarse los títulos y las expresiones formales; para los adultos mayores, esto supone una falta de respeto, pero para los jóvenes expresa igualdad.

Los jóvenes suelen hablar rápido y utilizar jerga, lo que puede resultar difícil de entender para las generaciones mayores y provocar frustración.



Estereotipo 3: "A los jóvenes sólo les importan los teléfonos y las redes sociales "



Existe la creencia común de que los jóvenes están completamente absorbidos por sus teléfonos y las redes sociales, lo que supuestamente conduce al aislamiento social y a la falta de compromiso. Sin embargo, los estudios demuestran que los jóvenes utilizan las nuevas tecnologías no solo para entretenerse, sino también como herramientas de aprendizaje, comunicación y participación social.



Compromiso social de los jóvenes

La investigación indica que el 60,1% de los jóvenes polacos participa en acciones para el cambio social, como obras de caridad (57,0%), iniciativas medioambientales (48,2%) y apoyo a la salud mental (37,8%).



Voluntariado juvenil

Aunque el porcentaje de jóvenes (entre 15 y 24 años) que declaran participar como voluntarios descendió del 45 % en 2016 al 27 % en 2022, siguen representando un grupo significativo de voluntarios en Polonia.



Uso de las redes sociales

Los jóvenes utilizan las redes sociales no sólo para entretenerse, sino también para promover la actividad física, la educación y las causas sociales.



El estereotipo de que a los jóvenes sólo les interesan los teléfonos y las redes sociales no refleja la realidad. Participan activamente en la vida social, utilizando las nuevas tecnologías como herramientas de aprendizaje, comunicación y ayuda a los demás.



Co-funded by
the European Union

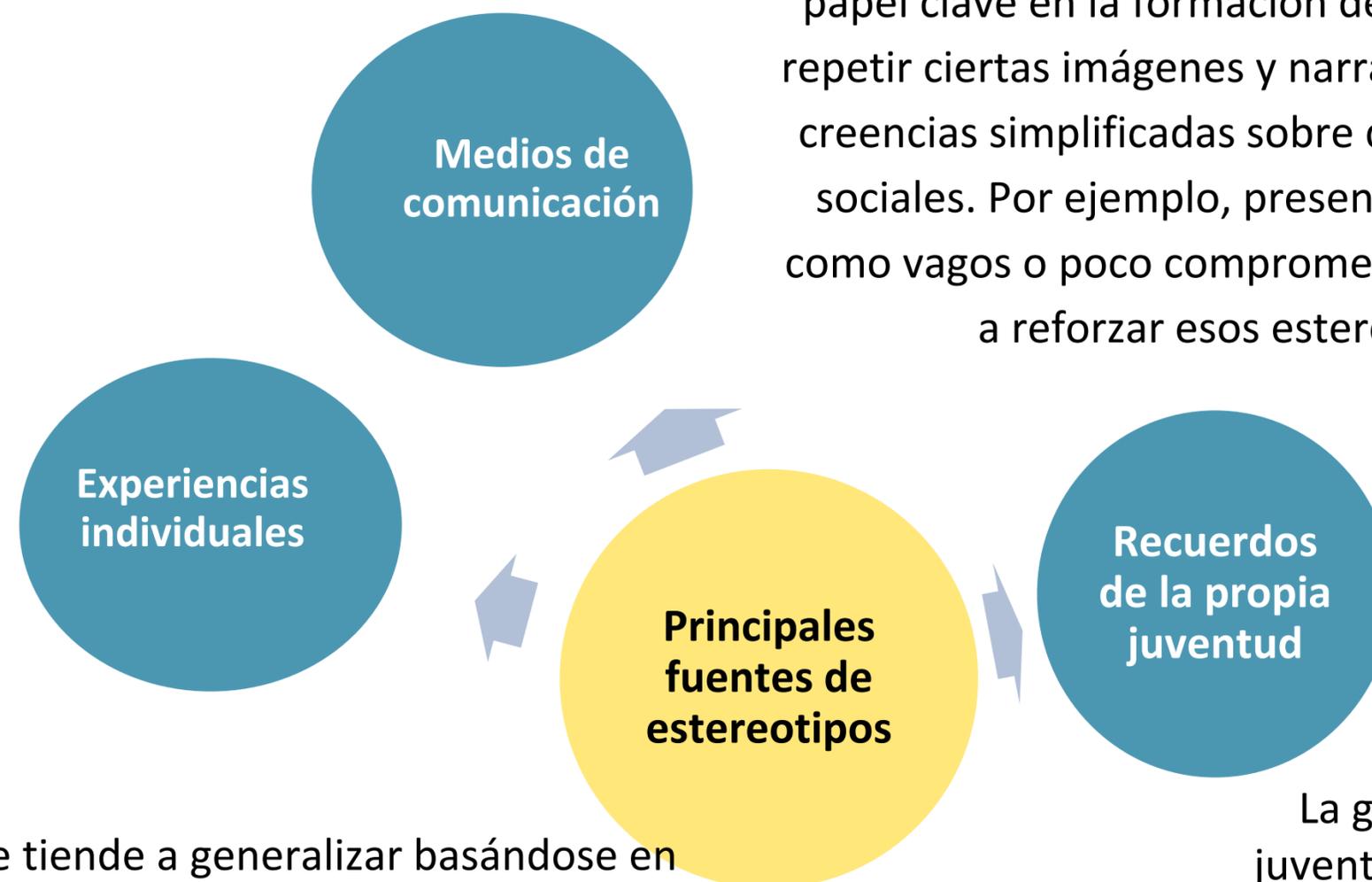


¿De dónde vienen estos estereotipos?

Los estereotipos son creencias simplificadas y a menudo falsas sobre determinados grupos de personas. Surgen y persisten en la sociedad por diversas razones, moldeando la forma en que percibimos a los demás.



Los estereotipos surgen de diversas fuentes, como los medios de comunicación, los recuerdos personales y las experiencias individuales. Ser conscientes de estos mecanismos puede ayudarnos a reconocer y contrarrestar sus efectos negativos.



Los medios de comunicación desempeñan un papel clave en la formación de estereotipos. Al repetir ciertas imágenes y narraciones, refuerzan creencias simplificadas sobre diferentes grupos sociales. Por ejemplo, presentar a los jóvenes como vagos o poco comprometidos puede llevar a reforzar esos estereotipos.

La gente tiende a generalizar basándose en experiencias individuales. Un encuentro negativo con una persona de un determinado grupo puede llevar a conclusiones generales sobre todo el grupo, lo que es un factor clave de muchos estereotipos.

La gente suele idealizar su juventud, olvidando los retos y errores a los que se enfrentó. Al comparar la generación joven actual con sus propios recuerdos, pueden juzgar injustamente la juventud como peor o menos valiosa.



¿Cuáles son los efectos del jovenismo?

Discriminación en el mercado laboral

Los jóvenes se enfrentan a menudo a prejuicios en el lugar de trabajo, lo que puede limitar sus oportunidades profesionales. Los estereotipos sobre la falta de experiencia o compromiso pueden influir en las decisiones de contratación y promoción.

Menos apoyo político y social

La percepción negativa de los jóvenes puede traducirse en una falta de apoyo a las políticas destinadas a ayudar a la generación más joven, como las subvenciones educativas o los programas de vivienda. Las generaciones mayores, que ostentan más poder político y económico, pueden no reconocer las necesidades de los jóvenes.

Impacto en la salud mental

Los prejuicios relacionados con la edad pueden mermar la autoestima de los jóvenes, aumentar su estrés y provocarles una sensación de aislamiento. La falta de aceptación y comprensión por parte de las generaciones mayores puede afectar negativamente a su bienestar mental.



¿Cómo afecta a las relaciones intergeneracionales?



En lugar de intercambiar conocimientos y experiencias, a menudo surge un muro. Los jóvenes no quieren escuchar a los mayores, y los mayores no quieren escuchar a los jóvenes. No se trata de malas intenciones: a veces, una frase basta para cerrar una conversación. Veámoslo en situaciones cotidianas.

Escena 1 - Abuela, déjame enseñarte una aplicación de medicación

Un nieto muestra entusiasmado a su abuela una aplicación de teléfono que le recuerda cuándo debe tomar sus medicinas y permite compartir el horario con la familia. La abuela la mira, sacude la cabeza y dice: "Por favor, soy demasiado vieja para estos inventos. En mis tiempos, nos acordábamos de todo sin esos artilugios".



¿El efecto?
El nieto se siente descartado; sus buenas intenciones son ignoradas. La abuela pierde la oportunidad de hacer su vida más fácil y de establecer un vínculo con su nieto.

Escena 2 - Eso no es trabajar, eso es mirar el móvil.

Una adolescente está sentada frente a su portátil: dirige una reunión en línea para un proyecto de voluntariado, tiene sesiones de tutoría más tarde y está escribiendo un proyecto escolar. Su abuelo entra en la habitación y le dice con sorna: "Siempre con ese ordenador. En mis tiempos, la gente tenía que trabajar duro, no sentarse y hacer clic".



¿El efecto?
La niña siente que su compromiso no importa, que lo que hace no es "real". Pierde la motivación para compartir su vida con su abuelo.



¿Cómo afecta a las relaciones intergeneracionales?



Escena 3 - ¿Qué puede saber de los problemas?

Un adolescente le cuenta a su padre el estrés que sufre en la escuela, el acoso en Internet y el miedo a hablar en público. El padre escucha y responde: "Cuando yo tenía tu edad, trabajaba después de clase. Ni siquiera sabes lo que son los problemas de verdad. Espera a ser adulto".



¿Efecto?

El chico se apaga. No retoma la conversación. Siente que sus emociones son ignoradas. El padre pierde la oportunidad de conectar incluso antes de empezar.

Escena 4 - No le pido consejo al abuelo, nunca nos entenderíamos

Un joven se enfrenta a un dilema: ¿cambiar de trabajo o seguir estudiando? Está indeciso y le asusta el riesgo. Su abuela le dice: "Pregúntale al abuelo, quizá tenga algún consejo". El joven suspira: "¿Para qué? Sólo dirá que hay que sufrir y quedarse en un sitio".



¿El efecto?

En lugar de una conversación, hay silencio. Ambas partes pierden. El abuelo no comparte su experiencia y el nieto se pierde su sabiduría. Porque los estereotipos funcionan en ambos sentidos.



Las palabras tienen poder. A veces basta un comentario para construir un muro en lugar de de un puente. Pero con la misma facilidad, una frase puede derribar ese muro.



Co-funded by
the European Union

¿Cómo es el lenguaje del jovenismo?



🗨️ Declaración	😞 ¿Cómo podría sentirse un joven?	🧠 Resultado potencial
"En mis tiempos, las cosas eran mejores".	Enfado, frustración, incomprensión	Se retrae emocionalmente, deja de escuchar
"No sabes nada de la vida".	Se siente inútil, descartado	Cae la confianza, se apaga
"Sois la generación copo de nieve".	Vergüenza, ridículo	Deja de expresar emociones
"Háblame cuando tengas hijos y una hipoteca".	Se minimizan sus problemas actuales	Deja de hablar, se siente inmaduro
"Lo quieres todo enseguida, sin esfuerzo".	Injusticia, falta de confianza	Pierde la motivación para intentarlo
"Siempre estáis con vuestros teléfonos".	Se siente juzgado e incomprendido	Deja de compartir sus intereses
"No entiendes el mundo real".	Exclusión, alienación	Se aleja de las personas mayores, busca la comprensión entre iguales



Las palabras tienen peso. Incluso cuando se dicen por costumbre, pueden herir, desanimar y crear distancia. A veces basta con preguntar: "¿Cómo lo ves?".



Co-funded by
the European Union

¿Qué quieren los jóvenes de las generaciones mayores?



La generación joven busca relaciones basadas en el respeto mutuo, la comprensión y la apertura. No buscan tutorías ni sermones, sino un diálogo de colaboración en el que ambas partes puedan aprender la una de la otra.



Escuchar sin juzgar

Los jóvenes quieren que se les escuche con atención, sin juicios inmediatos ni comparaciones con el pasado. Necesitan un espacio donde poder expresar sus pensamientos y sentimientos sin miedo a las críticas.

Ser tratado con respeto y seriedad

Los jóvenes quieren que se les tome en serio, independientemente de su edad. Esperan que se respeten sus opiniones y decisiones, no que se las desestime por el mero hecho de ser jóvenes.

Lo que los jóvenes esperan de las generaciones mayores

Comprensión y empatía

En lugar de oír "en mis tiempos...", los jóvenes esperan empatía y un esfuerzo por comprender su perspectiva. Quieren que los mayores intenten comprender su situación y reconozcan los retos a los que se enfrentan.

Curiosidad y apertura

La generación joven desea que los mayores sientan curiosidad por su mundo, sus intereses y sus pasiones. La apertura a nuevas experiencias y el deseo de comprender un punto de vista diferente son muy valiosos para ellos.

¿Qué une a las generaciones?



Aunque tenemos edades diferentes, tenemos mucho en común. Lo que realmente nos une es la necesidad de cercanía, comprensión y de sentirnos importantes, independientemente de la edad.



La necesidad de familia y cercanía

Una anciana prepara una tarta de manzana para la cena del domingo. Su nieta, aunque vive en una gran ciudad, siempre vuelve para estas reuniones. A pesar de la diferencia de edad, ambas saben que lo más importante son las relaciones. La familia, el apoyo y la cercanía son importantes a cualquier edad. Tanto los jóvenes como los mayores quieren sentirse necesitados y queridos.



La necesidad de seguridad y paz

Los adultos mayores valoran la verdad. Para ellos es importante que "una palabra signifique algo". Los jóvenes también quieren ser auténticos, sólo que lo dicen de otra manera. No quieren ser juzgados ni fingir. Aunque el lenguaje puede diferir, la necesidad de honestidad, lealtad y sinceridad es compartida.



Honestidad y ser uno mismo

Un abuelo se preocupa por su nieto porque "corren tiempos difíciles". El nieto se preocupa por su abuelo porque "el mundo está cambiando muy deprisa". Aunque vean las amenazas de forma diferente, a ambos les une el mismo deseo. Ambos grupos buscan la estabilidad, sólo que en diferentes etapas de la vida.



El deseo de sentir necesario

Los mayores suelen decir: "Ya no soy útil". Los jóvenes a veces piensan, "¿Acaso importo?". Ambos grupos anhelan que alguien se fije en ellos. Ser necesario no depende de la edad. Cuando una generación pide consejo a la otra, ambas se benefician.



¿Cómo reconocer el jovenismo en uno mismo?



El jovenismo no es sólo cuestión de opiniones extremas. También se manifiesta en los hábitos de conversación cotidianos. Párate un momento y pregúntate: ¿te suena alguna de estas cosas?

Situación / Pensamiento	Lo que hay que tener en cuenta
Dices: "Las cosas eran mejores en mis tiempos"	¿Intenta poner fin a la conversación en lugar de abrirla?
Interrumpes a un joven en mitad de una frase	¿Estás escuchando de verdad o sólo esperas tu turno para hablar?
Dices: "Todavía no tienes ningún problema real"	¿Te impide tu experiencia ver sus dificultades?
Piensas: "¿Qué sabrán ellos?".	Quizá tengan conocimientos diferentes, no peores, sólo diferentes.

¿Qué puede ayudar?

- En lugar de decir "*No lo entenderías*", prueba a preguntar "*¿Cómo lo ves?*".
- En lugar de interrumpir, escucha hasta el final.
- En lugar de juzgar, mantén la curiosidad.





Escenas situacionales - "¿Cómo responder de otra manera?"

Durante una conversación familiar, un nieto habla de su idea de dirigir un canal online de temática histórica. Su abuela suspira y le dice: "En vez de esas tonterías, deberías hacer algo que valga la pena".

Pero otro día, ella dice:

"Es interesante que quieras hablar a los jóvenes de la guerra. ¿Sabías que mi padre sirvió en Montecassino?".

¿Por qué funciona la segunda respuesta?
Esta respuesta muestra empatía y curiosidad. La abuela no sólo se abstiene de juzgar la idea de su nieto, sino que la relaciona con su propia experiencia. Este tipo de conversación crea conexión y comprensión mutua. En lugar de crear distancia, abre un tema compartido.

Las investigaciones confirman que la reflexión empática refuerza la confianza y la apertura entre generaciones jóvenes y mayores (Francioli & North, 2021).



**En lugar de juzgar, escucha.
En lugar de aconsejar, pregunta.
Así es como se crea
una conversación que
contigo.**



Escenas situacionales - "¿Cómo responder de otra manera?"

Durante un paseo con su tía, Zosia, de 16 años, dice que va a terapia porque tiene problemas de estrés escolar. Su tía frunce el ceño y responde:

"En mis tiempos teníamos problemas con las facturas, no con la cabeza".

Otro día responde: **"Es bueno que digas esto. Debe de ser duro. ¿Quieres hablar de ello?"**

¿Por qué funciona la segunda respuesta?

En lugar de comparar dificultades, la tía simplemente escucha. En lugar de "yo lo sé mejor", ella dice **"estoy aquí"**. Esta actitud da a los jóvenes espacio para expresar sus emociones.

Según las investigaciones (Wyjatek, 2021), sentirse comprendido reduce la ansiedad y aumenta la apertura de los jóvenes. Realmente marca la diferencia.



No necesitas tener la respuesta perfecta. A veces basta con estar ahí y decir "te escucho".





Escenas situacionales - "¿Cómo responder de otra manera?"

En el trabajo, un joven empleado sugiere utilizar una nueva aplicación de gestión de tareas. El jefe mayor suspira: "Llevamos 20 años usando Excel. Y funciona".

En otra ocasión, dice:
"No conozco esa aplicación, pero si puede ayudarnos, enséñame cómo funciona".

¿Por qué funciona la segunda respuesta?
En lugar de rechazar de plano la idea, el jefe se muestra abierto. No necesita entender la tecnología, sólo la idea del joven. Esto crea respeto mutuo y espacio para la cooperación.

La comunicación empática en el lugar de trabajo fomenta el compromiso de los jóvenes y reduce la distancia generacional (Francioli & North, 2021).



**No tienes por qué saberlo todo.
Pero puedes ser quien dé
a los demás una oportunidad.**

Lecturas recomendadas y recursos en línea



Lo que se necesita para liderar a través de las generaciones

Un podcast de Harvard Business Review sobre cómo liderar eficazmente equipos multigeneracionales.

<https://hbr.org/podcast/2023/08/what-it-takes-to-lead-across-generations>

El podcast de Verywell Mind: Cómo sanar el trauma intergeneracional

La Dra. Mariel Buqué habla sobre la importancia de reconocer y sanar el trauma intergeneracional.

<https://www.verywellmind.com/mariel-buque-the-verywell-mind-podcast-5214173>

Hablando de psicología: Superar la brecha generacional en el trabajo

La Dra. Megan Gerhardt habla de cómo romper los estereotipos intergeneracionales en el trabajo.

<https://www.apa.org/news/podcasts/speaking-of-psychology/generation-gap>

Envejecer con vitalidad: Conversaciones para empoderar a las personas mayores

Podcast sobre derechos de las personas mayores, discriminación por motivos de edad, salud mental y creación de relaciones intergeneracionales.

<https://podcasts.apple.com/ca/podcast/aging-vibrantly-conversations-to-empower-seniors/id1773645981>

Jovenismo en el mercado laboral: ¿Tienen derecho los jóvenes a quejarse?

Un artículo sobre la discriminación de los jóvenes trabajadores en Polonia.

<https://subiektywnieofinansach.pl/youngizm-na-ryнку-pracy/>

El diálogo intergeneracional como forma de creación de relaciones entre generaciones

Un análisis de las organizaciones que promueven la creación de relaciones intergeneracionales.

https://ibe.edu.pl/images/EDUKACJA/NUMERY/2022-02/PDF/4_Nosek-Kozowska_39-57%202.pdf

Edadismo y discriminación por motivos de edad

Un análisis del concepto de edadismo y sus manifestaciones en la sociedad polaca.

<https://www.niebieskalinia.pl/aktualnosci/aktualnosci/ageizm-i-dyskryminacja-ze-wzgledu-na-wiek>





Resumen: Principales conclusiones

A lo largo de la conferencia y los ejemplos, vimos que los prejuicios contra los jóvenes -aunque a menudo involuntarios- tienen consecuencias reales.

Deteniéndonos un momento, escuchando atentamente y preguntando en lugar de juzgando, podemos tender puentes en lugar de muros.

La edad aporta experiencia, pero no superioridad.



El jovenismo existe y puede hacer daño.

No es una exageración. Las investigaciones demuestran que los prejuicios contra los jóvenes disminuyen su autoestima y desalientan el diálogo abierto.



La edad no otorga el derecho a juzgar.

Ser mayor no significa tener razón. Todas las voces, incluidas las jóvenes, merecen respeto.



La conversación comienza con curiosidad, no con quejas.

Sustituir los juicios por preguntas crea espacio para el diálogo. Un pequeño cambio que marca una gran diferencia.



Cada generación tiene algo valioso que ofrecer.

Los jóvenes aportan energía e ideas. Las generaciones mayores ofrecen experiencia y perspectiva. Juntos, crean una imagen más completa.





Referencias

- Baszczak, Ł., Mokrzycki, R., Trojanowska, M., Wincewicz-Price, A., & Zyzik, R. (2021). *Ageism in Poland – Summary of an Experimental Field Study*. Polish Economic Institute. <https://pie.net.pl/ageizm-w-polsce-podsumowanie-eksperymentalnego-badania-terenowego/>
- Brown, B. (2020). *Unlocking Us*. Brené Brown. <https://brenebrown.com/podcast-show/unlocking-us/>
- Buqué, M. (2022). *How to Heal From Intergenerational Trauma*. The Verywell Mind Podcast. <https://www.verywellmind.com/mariel-buque-the-verywell-mind-podcast-5214173>
- Danielewicz, M. (2024). *Youngism in the Job Market. Young People Complain—Is It Justified?* Subiektywnie o Finansach. <https://subiektywnieofinansach.pl/youngizm-na-ryнку-pracy/>
- Francioli, S. P., & North, M. S. (2021). *Youngism: The Content, Causes, and Consequences of Prejudices Toward Younger Adults*. *Journal of Experimental Psychology: General*.
- Edelman, L. (2021). *Ageism: Here's What It Is and How to Avoid Engaging in It*. @theU. <https://attheu.utah.edu/u-rising/ageism-heres-what-it-is-and-how-to-avoid-engaging-in-it>
- Du, Q., Wei, X., Li, J., Kuang, E., Hao, J., Weng, D., & Fan, M. (2024). *AI as a Bridge Across Ages: Exploring the Opportunities of Artificial Intelligence in Supporting Intergenerational Communication in Virtual Reality*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2410.17909>
- Nicklin, J. (2023). *What It Takes to Lead Across Generations*. Harvard Business Review. <https://hbr.org/podcast/2023/08/what-it-takes-to-lead-across-generations>





- Old School. (n.d.). *Anti-Ageism Clearinghouse*. <https://oldschool.info/>
- Zou, R., Yin, S., Song, T., Qin, P., & Lee, Y.-C. (2024). *Mitigating Ageism through Virtual Reality: Intergenerational Collaborative Escape Room Design*. arXiv. <https://arxiv.org/abs/2403.03742>





Co-funded by
the European Union

GRACIAS

Número de proyecto: 2024-1-PL01-KA220-ADU-000243946

Financiado por la Unión Europea. No obstante, los puntos de vista y opiniones expresados son exclusivamente los del autor o autores y no reflejan necesariamente los de la Unión Europea ni los de la Agencia Ejecutiva en el Ámbito Educativo y Cultural Europeo (EACEA). Ni la Unión Europea ni la EACEA pueden ser consideradas responsables de las mismas.

