

GEŠTALT PRISTUP I GLOBALNE PRAKSE

DORIS ZUBAC ¹

KJU Porodično savjetovalište Sarajevo, Bosna i Hercegovina

Sažetak: Međugeneracijska solidarnost ključna je za održive zajednice i društvenu koheziju, posebno u vremenima krize. Ovaj rad istražuje kako se odnosi između generacija mogu jačati kroz Geštalt psihoterapiju, primjenu globalnih filozofija Ubuntu i Buen Vivira, te praktične inicijative iz različitih dijelova svijeta. Kroz studije slučaja iz BiH, prikazani su izazovi i koristi međugeneracijskih programa, uključujući upotrebu Geštalt tehnika u prevazilaženju međugeneracijskih nesporazuma. Usporednom analizom praksi u Bosni i Hercegovini i Japanu, Njemačkoj i domorodačkim zajednicama Kanade, predstavljene su preporuke za kreiranje dugoročnih inicijativa u Bosni i Hercegovini. Kritička refleksija pokazuje da je za uspješnu implementaciju potrebno integrirati sigurne prostore za dijalog, strukturalnu podršku i politiku koja potiče međugeneracijsku povezanost.

Ključne riječi: *međugeneracijska solidarnost, Geštalt terapija, Ubuntu, Buen Vivir, socijalni rad, društvena kohezija.*

Abstract: Intergenerational solidarity is essential for sustainable communities and social cohesion, particularly in times of crisis. This paper explores how relationships between generations can be strengthened through Gestalt psychotherapy, the application of global philosophies such as Ubuntu and Buen Vivir, and practical initiatives from different parts of the world. Through case studies from Bosnia and Herzegovina, the paper highlights the challenges and benefits of intergenerational programs, including the use of Gestalt techniques in overcoming misunderstandings between generations. A comparative analysis of practices in Bosnia and Herzegovina, Japan, Germany, and Indigenous communities in Canada provides recommendations for developing long-term initiatives in Bosnia and Herzegovina. Critical reflection indicates that successful implementation requires the integration of safe spaces for dialogue, structural support, and policies that foster intergenerational connectedness.

Keywords: *intergenerational solidarity, Gestalt therapy, Ubuntu, Buen Vivir, social work, social cohesion.*

¹ Kontakt e-mail: doris.zubac@porodicno.ba

Uvod

Globalne društvene krize – ekonomske recesije, pandemije, politička previranja i klimatske promjene – produbljuju podjele unutar zajednica, uključujući međugeneracijske odnose (United Nations Economic Commission for Europe [UNECE], 2017). Međugeneracijska solidarnost, definirana kao uzajamna pomoć, povjerenje i zajedništvo između generacija (Bengtson & Oyama, 2007), postaje ključni faktor za održavanje socijalne kohezije. U društvima obilježenim demografskim promjenama, migracijama i erozijom tradicionalnih oblika podrške – kao što je slučaj u Bosni i Hercegovini – pitanje međugeneracijske povezanosti dobiva na posebnom značaju.

Suvremene teorije socijalnog rada i psihoterapije, posebno Geštalt pristup, nude alate za razumijevanje i obnovu međugeneracijskih odnosa. Geštalt terapija, temeljena na principima svijesti (awareness), kontakta i odgovornosti (Perls, Hefferline & Goodman, 1951), polazi od premise da je pojedinac neodvojiv od svog konteksta – porodice, kulture i društva. U tom smislu, obnavljanje dijaloga između generacija podrazumijeva „obnavljanje polja” (field restoration) – osvješćivanje međuovisnosti i povezanosti svih članova zajednice (Yontef, 1993). Globalni modeli solidarnosti, poput afričke filozofije Ubuntu i latinoameričkog koncepta Buen Vivir, nude etičke orijentire koji afirmiraju zajedništvo i kolektivnu odgovornost (Mbiti, 1990; Gudynas, 2011), otvarajući prostor za promišljanje alternativnih modela društvene podrške u lokalnom kontekstu BiH.

Bosna i Hercegovina, obilježena postratnim naslijeđem, tranzicijom i institucionalnim slabostima, suočava se s izazovima u održavanju međugeneracijske povezanosti (Bieber, 2006). Slabe veze između generacija vode ka gubitku kontinuiteta, nepovjerenju i socijalnoj isključenosti (Stubbs, 2012), dok transgeneracijski prijenosi traume, straha i nepovjerenja otežavaju autentičan dijalog i izgradnju povjerenja (Danieli, 1998; Volkan, 2017). U tom kontekstu, centralno istraživačko pitanje ovog rada glasi: *kako Geštalt terapija, u kombinaciji s filozofijama Ubuntu i Buen Vivir, može doprinijeti obnovi međugeneracijske solidarnosti u kontekstu društvene krize u Bosni i Hercegovini?*

Cilj rada je istražiti mogućnosti primjene Geštalt principa u jačanju međugeneracijske solidarnosti, analizirati globalne prakse međugeneracijske povezanosti (Japan, Njemačka, Kanada) i njihovu primjenjivost u kontekstu BiH, te ponuditi konkretne preporuke za razvoj održivih međugeneracijskih inicijativa. Rad polazi od pretpostavke da je međugeneracijska solidarnost ne samo pitanje socijalne politike, već i proces psihološkog iscjeljenja i kolektivne integracije koji zahtijeva kombinaciju terapijskih, kulturnih i političkih pristupa.

Metodološki okvir

Ovaj rad koristi kvalitativnu komparativnu analizu zasnovanu na triangulaciji teorijskih pristupa, sekundarne analize literature i kritičke hermeneutičke interpretacije. Metodološki pristup kombinira tri analitička nivoa: prvo, rad integrira koncepte iz Geštalt psihoterapije (Perls et al., 1951; Yontef, 1993), socijalnog rada (Bengtson & Oyama, 2007) i globalnih filozofija solidarnosti – Ubuntu (Mbiti, 1990) i Buen Vivir (Gudynas, 2011), omogućavajući interdisciplinarno razumijevanje međugeneracijske solidarnosti kao fenomena koji nadilazi pojedinačne discipline i zahtijeva integrativan pristup. Drugo, analizirane su prakse međugeneracijske povezanosti iz četiri konteksta odabrana prema sljedećim kriterijima: Japan kao razvijeni model institucionalne podrške u društvu koje stari (Okubo, 2009; Hasegawa, 2018); Njemačka kao primjer sistemske politike kroz međugeneracijske centre Mehrgenerationenhäuser (BMFSFJ, 2012, 2023); Kanada (domorodačke zajednice) kao tradicionalni modeli prijenosa znanja i kulturnog kontinuiteta (Battiste, 2002), te Bosna i Hercegovina kao postkonfliktni kontekst s fragmentiranim institucionalnim okvirom (Bieber, 2006; Stubbs, 2012). Treće, hermeneutički pristup omogućava interpretaciju značenja međugeneracijskih odnosa u kontekstu društvene krize i kulturne tranzicije (Hycner, 1993), povezujući individualna iskustva s institucionalnim i političkim okvirima, što je ključno za razumijevanje složenosti solidarnosti u postkonfliktnom društvu poput BiH. Kritička refleksija uključuje osvještavanje vlastitog pozicioniranja istraživača kao praktičara socijalnog rada i Geštalt terapeuta, što doprinosi dubinskom razumijevanju fenomena iz perspektive insider pozicije.

Geštalt terapija i međugeneracijski odnosi

Geštalt terapija polazi od premise da se smisao i identitet pojedinca formiraju unutar polja odnosa (field) – dinamične mreže interakcija između osobe i njenog socijalnog i kulturnog okruženja (Perls et al., 1951). U kontekstu međugeneracijskih odnosa, ovaj pristup omogućava razumijevanje kako obrasci kontakta i prekida kontakta između generacija oblikuju emocionalnu i socijalnu dinamiku porodice i zajednice.

Perls (1969) ističe da je kontakt osnova rasta i promjene, dok svaka rigidnost u odnosu predstavlja simptom nepotpunog ciklusa iskustva. Kod međugeneracijskih konflikata to može značiti da nerazriješeni emocionalni sadržaji – krivnja, neizrečena očekivanja, osjećaj nevidljivosti – ostaju u prekidu kontakta, onemogućavajući stvarnu razmjenu i učenje između generacija. Geštalt terapeut u takvom kontekstu djeluje kao facilitator svjesnosti, omogućavajući članovima da vide jedne druge izvan projekcija i stereotipa koji su se prenosili kroz vrijeme.

Fenomenološki pristup, kao temelj Geštalt terapije, zahtijeva otvorenost prema iskustvu drugog bez predrasuda i interpretacija (Yontef, 1993). Time se stvaraju uvjeti za autentičan dijalog, što je ključno u radu s grupama različitih generacija, gdje se susreću različite vrijednosti, norme i životne strategije. Ovaj proces može voditi ka transformativnom kontaktu – trenutku kada pojedinci istovremeno prepoznaju vlastitu granicu i povezanost s drugima (Hycner, 1991).

Koncept granice kontakta (contact boundary) u Geštalt teoriji posebno je relevantan za razumijevanje međugeneracijskih odnosa. Granica nije barijera koja razdvaja, već prostor susreta gdje se odvija razmjena, učenje i transformacija (Polster & Polster, 1973). Kada se primijeni na međugeneracijske odnose, granica kontakta postaje mjesto gdje se različita iskustva, vrijednosti i perspektive generacija susreću, prepoznaju i integriraju.

Međugeneracijska solidarnost i globalne paradigme

Koncept međugeneracijske solidarnosti u teoriji socijalnog rada definira se kao strukturna i emocionalna povezanost između članova različitih generacija, zasnovana na uzajamnoj podršci, obavezama i vrijednostima (Bengtson & Oyama, 2007). Intergeneracijski programi širom svijeta razvijaju se kroz različite kulturne i institucionalne okvire. U globalnim okvirima, tri filozofska modela posebno su relevantna za razumijevanje kulturnih dimenzija solidarnosti.

Ubuntu (afrički kontekst) se temelji na ideji kolektivnog identiteta i etici zajedništva – čovjek postaje čovjekom kroz druge ljude (Mbiti, 1990). Kao afrička filozofija koja naglašava međusobnu povezanost svih ljudi, njena temeljna poruka je da je individualni identitet neodvojiv od identiteta zajednice. Kroz ovaj pristup, naglasak je na međusobnoj odgovornosti, poštovanju i ravnoteži unutar zajednice, što čini Ubuntu ključnim za jačanje međugeneracijskih veza. Ubuntu stavlja snažan naglasak na međugeneracijsku solidarnost, gdje se stariji poštuju zbog njihove mudrosti i iskustva, dok mlađi članovi društva pružaju energiju i inovativnost. Filozofija Ubuntu također naglašava međusobnu odgovornost za dobrobit svih članova zajednice, čime se smanjuje rizik od socijalne isključenosti i osigurava ravnotežu između generacija. Kroz Ubuntu može se potaknuti međugeneracijski dijalog, gdje se prepoznaju potrebe i vrijednosti svih generacija.

Buen Vivir (Latinska Amerika) promiče ekološku i socijalnu ravnotežu, gdje dobrobit pojedinca zavisi od dobrobiti zajednice i prirode (Gudynas, 2011). Buen Vivir, filozofija popularizirana u Latinskoj Americi, promovira ravnotežu i harmoniju među ljudima, zajednicama i prirodom. Kroz Buen Vivir, ljudska dobrobit nije definirana samo ekonomskim uspjehom, nego uključuje socijalnu, emocionalnu i duhovnu ravnotežu. Ova filozofija inzistira na važnosti zajedništva i međusobne odgovornosti među generacijama. Buen Vivir također naglašava važnost povezivanja s prirodom, što omogućava generacijama da zajednički brinu o okolišu i društvenoj odgovornosti.

Korištenje Buen Vivira u radu može stvoriti temelje za razvoj zajednica koje njeguju međugeneracijsku solidarnost, ravnotežu i poštovanje. Ovaj pristup može također pomoći u smanjenju društvenih nejednakosti i promoviranju socijalne pravde među generacijama.

Wakon-yōsai (Japan) spaja tradicionalne vrijednosti s modernim društvenim inovacijama, kao što su intergeneracijski centri koji povezuju djecu, odrasle i starije u zajedničkim aktivnostima.

U Japanu, međugeneracijski modeli razvijeni su kao odgovor na proces starenja društva. Programi fureai kippu (sistemi međusobne pomoći) omogućavaju građanima da volontiraju pomažući starijima, a zauzvrat stiču bodove koje mogu koristiti kada njima bude potrebna pomoć (Okubo, 2009). Ovaj model pokazuje kako institucionalna podrška i jasno definisana pravila mogu održati dugoročnu održivost.

U Njemačkoj, razvoj centara za međugeneracijske susrete (Mehrgenerationenhäuser) ima snažnu podršku države. Ovi centri nude siguran prostor u kojem djeca, mladi i stariji provode zajedničke aktivnosti, što rezultira smanjenjem socijalne distance i povećanjem socijalne kohezije (BMFSFJ, 2012). U domorodačkim zajednicama Kanade, međugeneracijski prijenos znanja zasniva se na tradicionalnim praksama – pričanje priča, zajednički rituali i učenje kroz svakodnevne aktivnosti. Ove prakse ukazuju na važnost kulturnog kontinuiteta i afirmaciju kolektivnog identiteta (Battiste, 2002).

Usporedba ovih paradigmi s praksama u Bosni i Hercegovini pokazuje da lokalne zajednice često spontano razvijaju oblike podrške koji imaju sličnu funkciju, ali im nedostaje institucionalno priznanje i održiva struktura. Projekti koji povezuju mlade i starije u zajedničkim radionicama ili u socijalnim centrima rijetko imaju sistemsku podršku, iako njihovi učinci ukazuju na smanjenje socijalne distance i jačanje zajedničkog identiteta. Analizirajući ove modele, uočava se da je ključna razlika u Bosni i Hercegovini nedostatak institucionalne infrastrukture koja bi mogla osigurati kontinuitet i stabilnost programa.

Dok globalni primjeri pokazuju kako jasno definisane politike i dugoročna ulaganja omogućavaju održivost, lokalne inicijative u BiH često zavise od kratkoročnih projekata i donatorskih sredstava. Krićka usporedba ovih primjera sugerira da se u BiH mogu adaptirati elementi stranih praksi, ali uz nužno uzimanje u obzir kulturnih i društvenih specifičnosti. Na primjer, ideja međusobne pomoći iz japanskog modela mogla bi se povezati sa postojećim tradicijama susjedstva i solidarnosti, dok bi koncept njemačkih centara mogao poslužiti kao inspiracija za institucionalne sigurne prostore unutar lokalnih zajednica.

Epistemološka integracija: Od individualnog kontakta ka kolektivnoj solidarnosti

Integracija Geštalt terapije s filozofijama Ubuntu i Buen Vivir može na prvi pogled djelovati kontradiktornom – Geštalt pristup naglašava individualno iskustvo i osobnu odgovornost, dok Ubuntu i Buen Vivir polaze od kolektivnog identiteta i zajedničkog dobra. Međutim, dublja analiza otkriva komplementarnost ovih pristupa upravo u njihovom razumijevanju relacijske prirode postojanja. Iako se Geštalt terapija često pogrešno percipira kao isključivo individualistički pristup, njena teorijska osnova – teorija polja (field theory) – naglašava da se pojedinac ne može razumjeti izvan konteksta odnosa (Perls et al., 1951). Yontef (1993) ističe da je svijest (awareness) uvijek svijest-u-odnosu, što znači da se pojedinac konstituiše kroz kontakt s drugim ljudima, kulturom i okolinom. U tom smislu, Geštalt terapija ne promovira izolovanu individualnost, već autentičnost-u-zajednici – sposobnost osobe da bude prisutna i odgovorna u odnosu s drugima.

Koncept granice kontakta (contact boundary) u Geštalt teoriji posebno je relevantan za razumijevanje međugeneracijskih odnosa. Granica nije barijera koja razdvaja, već prostor susreta gdje se odvija razmjena, učenje i transformacija (Polster & Polster, 1973). Kada se primijeni na međugeneracijske odnose, granica kontakta postaje mjesto gdje se različita iskustva, vrijednosti i perspektive generacija susreću, prepoznaju i integriraju.

U radu s porodicama u KJU Porodično savjetovalište Sarajevo, često se susrećemo sa situacijama gdje mlađe i starije generacije dijele isti fizički prostor, ali su emocionalno i psihološki udaljene. Karakterističan primjer je porodica gdje baka živi s kćerkom i unukom – baka nosi neizrečenu bol ratnog iskustva, kćerka se bori s egzistencijalnom nesigurnošću, a unuka osjeća pritisak očekivanja obje generacije. Svaka generacija nosi vlastiti teret, ali taj teret ostaje nevidljiv drugima. Kroz Geštalt pristup fokus nije na rješavanju konflikta kroz savjete ili moraliziranje, već na stvaranju prostora gdje svaka osoba može izraziti vlastito iskustvo u sadašnjem trenutku. Kada baka dobije priliku da izrazi svoj strah – ne kao priču iz prošlosti, već kao prisutan osjećaj koji nosi u tijelu – unuka može prvi put vidjeti ne samo „strogu baku“, već ranjivog čovjeka.

Ovaj trenutak osvještavanja (awareness) ne mijenja prošlost, ali transformira kvalitetu sadašnjeg kontakta. Upravo u tim trenucima postaje vidljivo da Geštalt metode ne djeluju izolirano od kolektivnog konteksta – naprotiv, one omogućavaju da se kolektivna trauma, kulturni obrasci i transgeneracijski prijenosi osvijeste i integiraju na način koji poštuje individualnost svake osobe. Ovdje se Geštalt pristup prirodno nadovezuje na Ubuntu filozofiju – kada osoba osvijesti vlastito iskustvo, ona istovremeno postaje sposobna vidjeti i priznati iskustvo drugog.

Sličan pristup primjenjujemo u programu paralelnog grupnog rada sa samostalnim roditeljima i njihovom malodobnom djecom koji je razvijen kao odgovor na specifične izazove s kojima se suočavaju samostalni roditelji u BiH – ekonomsku nesigurnost, socijalnu stigmatizaciju, osjećaj izolacije i nedostatak sistemske podrške. Djeca samostalnih roditelja često nose dodatni emocionalni teret – osjećaj odgovornosti za roditelja, strah od gubitka, ljutnju zbog odsutnog roditelja, te pritisak da "budu jaka" u teškim okolnostima.

Program se odvija tako da roditelji i djeca istovremeno sudjeluju u odvojenim grupama sa zajedničkim ciljem: izgradnja sistema podrške, rad na emocionalnoj pismenosti i jačanje otpornosti u društvu koje često marginalizira netradicionalne porodične strukture. U grupi roditelja, fokus je na osvještavanju vlastitih emocionalnih stanja, prepoznavanju obrazaca ponašanja koji proizlaze iz stresa i izolacije, te razvijanju sposobnosti autentičnog kontakta – i sa djecom i sa širom zajednicom. Roditelji često dolaze s osjećajem krivice, straha i srama, a kroz Geštalt metode uče da osvijeste te osjećaje bez prosuđivanja, da ih izraze u sigurnom prostoru, i da prepoznaju da nisu sami u tim iskustvima.

U grupi djece, rad se fokusira na davanje dozvole da izraze ono što često moraju skrivati – ljutnju, tugu, zabrinutost, ali i snagu i ponos na vlastitu porodicu. Kroz kreativne Geštalt eksperimente – crtanje, igranje uloga, priče – djeca mogu izraziti ono što riječima teško mogu artikulirati, omogućavajući da se složena, često kontradiktorna osjećanja integiraju umjesto da ostanu u unutrašnjem konfliktu. Ključni trenutak programa je zajednička sesija gdje se obje grupe spajaju, a roditelji i djeca dijele ono što su naučili jedni o drugima kroz odvojene grupe na način koji je posredovan terapijskim okvirom – sigurno, postepeno i s podrškom. Roditelji često prvi put čuju kako njihova djeca doživljavaju situaciju – ne kroz svakodnevne razgovore opterećene brigama, već kroz iskren, prisutan dijalog. Djeca prvi put vide svoje roditelje ne samo kao „jake“ ili „zabrinute“, već kao ljude koji također imaju strahove, ali i snagu da ih prevaziđu. Ovaj trenutak transformativnog kontakta omogućava da se odnos između roditelja i djeteta produbi, da neizrečeno postane vidljivo, i da se osjećaj izolacije zamijeni osjećajem pripadanja – i unutar porodice i unutar grupe. Ubuntu princip ovdje postaje živa stvarnost – roditelji i djeca prepoznaju da nisu sami, da njihova iskustva dijele s drugima, i da je njihov identitet neodvojiv od identiteta zajednice koja ih podržava. Grupe postaju „proširena porodica“, gdje se međusobna briga i podrška razvijaju spontano – roditelji razmjenjuju praktične savjete, dijele resurse, čuvaju jedni drugima djecu, dok djeca grade prijateljstva i osjećaj normalnosti kroz zajedničke aktivnosti.

Buen Vivir filozofija također pronalazi svoje mjesto u programu – kroz osvještavanje da dobrobit pojedinca zavisi od dobrobiti zajednice, roditelji i djeca uče da traženje pomoći nije slabost, već izraz odgovornosti prema sebi i drugima, čime se dekonstruira kulturna stigma koja često prati samostalne roditelje u tradicionalnim društvima gdje se samostalnost idealizira, a traženje podrške doživljava kao neuspjeh.

Djeca uče da njihova porodična struktura nije „manje vrijedna“, već drugačija i jednako legitimna, dok roditelji razvijaju samopouzdanje i sposobnost da se zalažu za svoja prava i potrebe. Geštalt princip odgovornosti ovdje se širi sa ličnog na kolektivni nivo – učesnici programa postaju svjesni da njihova lična iskustva imaju političku i društvenu dimenziju, i da njihov glas može doprinijeti promjeni sistema koji trenutno ne prepoznaje njihove potrebe.

Oba pristupa prepoznaju da autentična solidarnost ne proizlazi iz apstraktne dužnosti, već iz živog iskustva povezanosti. U tom smislu, oni nude etički okvir koji nadopunjuje Geštalt terapijsku praksu – dok Geštalt metode omogućavaju osvještavanje i produbljivanje kontakta, Ubuntu i Buen Vivir pružaju vrijednosni kontekst koji taj kontakt usmjerava ka zajedničkom dobru.

U grupnim radionicama koje vodimo s mladima i starijima, koristim Geštalt eksperimente koji omogućavaju učesnicima da iskuse vlastitu povezanost s drugima. Jedan od eksperimenata uključuje vježbu slušanja – mlada osoba sluša priču starije osobe o nekom izazovu iz mladosti, ali ne da bi davala savjete ili komentare, već samo da bi bila prisutna. Nakon toga, mlada osoba dijeli šta je osjetila u svom tijelu dok je slušala.

Ono što se često dešava je iznenađujuće – mladi ljudi prepoznaju da su osjećaji koje starija osoba opisuje (nesigurnost, strah od odbacivanja, potreba za pripadanjem) identični njihovim vlastitim. U tom trenutku, generacijska granica prestaje biti barijera i postaje most. Ovaj iskustveni uvid – da različite generacije dijele univerzalne ljudske potrebe – odgovara Ubuntu principu: „ja jesam jer mi jesmo“. Mlada osoba ne uči o solidarnosti kao apstraktnom konceptu, već je doživljava kao iskustvo prepoznavanja sebe u drugom.

Sinergija ovih pristupa može se razumjeti kroz tri međusobno povezana nivoa. Individualni nivo (Geštalt) podrazumijeva razvoj svijesti o vlastitim potrebama, osjećajima i obrascima ponašanja kroz metode poput dijaloga, eksperimenata i kreativne ekspresije koje omogućavaju osobi da osvijesti vlastito iskustvo bez prosuđivanja. U praktičnom radu, ovaj nivo uključuje vježbe kao što su osvještavanje tjelesnih senzacija, izražavanje neizrečenih poruka ili istraživanje vlastitih projekcija na druge generacije.

Relacijski nivo (Geštalt + Ubuntu) predstavlja proširenje svijesti na kvalitetu kontakta s drugima, gdje kroz autentičan dijalog i prisutnost osoba uči kako biti u odnosu s drugima na način koji poštuje i vlastite i tuđe granice. Ubuntu princip – „ja jesam jer mi jesmo“ – ovdje postaje iskustvena stvarnost kroz vježbe empatijskog slušanja, refleksije i zajedničkog stvaranja značenja. Kolektivni nivo (Ubuntu + Buen Vivir) označava prepoznavanje vlastite povezanosti sa širom zajednicom i odgovornosti za zajedničko dobro. Buen Vivir filozofija proširuje ovu svijest na odnos prema prirodi i budućim generacijama, stvarajući osnovu za dugoročnu održivost solidarnosti kroz zajedničke projekte koji povezuju generacije u brizi za zajednicu. Tenzija između individualnog i kolektivnog razrješava se kroz Geštalt koncept paradoksalne teorije promjene (paradoxical theory of change) – promjena se ne dešava kroz forsiranje ili negiranje onoga što jeste, već kroz potpuno prihvatanje i osvještavanje sadašnjeg trenutka (Beisser, 1970). Primijenjeno na međugeneracijsku solidarnost, ovo znači da se autentična povezanost ne može nametnuti kroz moralnu obavezu ili društveni pritisak, već se rađa iz iskustva duboke prisutnosti i međusobnog priznavanja.

U praktičnom radu, ovo znači da ne počinjem s porukom „trebali biste biti solidarni“, već s pitanjem „šta se dešava između vas sada?“. Kada osobe dobiju dozvolu da izraze stvarne osjećaje – frustraciju, razočaranje, strah – paradoksalno se otvara prostor za autentičnu povezanost. Mlada osoba koja kaže „osjećam se nevidljivo kada mi baka daje savjete“ ne odbacuje baku, već poziva na dublji kontakt. Baka koja čuje ovu poruku može prvi put razumjeti da njena briga nije doživljena kao podrška, već kao kontrola – i u tom trenutku osvještavanja može se roditi nova forma odnosa.

Geštalt terapija tako pruža metodu za osvještavanje i produbljivanje kontakta, dok Ubuntu i Buen Vivir pružaju smjer ka zajedništvu i uzajamnoj brizi, stvarajući integrativan okvir za praksu međugeneracijske solidarnosti koja je istovremeno autentična, dobrovoljna i duboko ukorijenjena u iskustvu povezanosti.

Iz perspektive praktičara, ova integracija nije samo teorijski konstrukt, već živi proces koji se odvija u svakom terapijskom susretu, u svakoj porodičnoj konsultaciji, i u svakom zajedničkom projektu gdje se generacije susreću. Upravo zato što je utemeljena u iskustvu, a ne samo u ideji, ova integracija ima potencijal da transformira ne samo individualne odnose, već i šire društvene obrasce solidarnosti.

Prekidi kontakta i Geštalt intervencije za obnovu povezanosti

Prekidi kontakta među generacijama predstavljaju fenomen koji postaje sve izraženiji u društvima pogođenim društvenim krizama poput ekonomske, političke i kulturne nestabilnosti. Krize koje pogađaju društva često utječu na međugeneracijske odnose, stvarajući jaz između starijih i mlađih generacija, smanjujući međusobnu solidarnost i povećavajući socijalnu distancu.

Ekonomske krize, poput recesija, visoke nezaposlenosti, smanjenja socijalnih davanja ili inflacije, imaju dubok utjecaj na međugeneracijske odnose. Mladi ljudi koji imaju poteškoće u pronalaženju stalnog zaposlenja često postaju ovisni o starijim generacijama za financijsku pomoć, dok su starije generacije također suočene s umanjivanjem mirovina ili teškim uvjetima života, što stvara napetosti između generacija (Bengtson & Oyama, 2007). Ova financijska ovisnost može smanjiti socijalnu mobilnost mladih, a istovremeno oslabiti međusobnu solidarnost.

Ekonomska nesigurnost dovodi do smanjenja međusobne interakcije – kada su i mladi i stariji ljudi suočeni s ekonomskim nesigurnostima, porodica može postati preopterećena, a generacijski sukobi postaju češći, jer stariji ljudi teško mogu podnositi financijsku odgovornost za mlađe, što dovodi do povlačenja i smanjenja intergeneracijskih susreta i suradnje, čime se povećava jaz.

Političke nestabilnosti, poput ratova, revolucija, političkog nasilja ili polarizacije, također mogu povećati jaz među generacijama. U političkim krizama, različite generacije mogu imati različite perspektive i sjećanja o prošlim događajima – stariji ljudi koji su živjeli kroz ratove ili političke promjene mogu imati različita iskustva od mlađih ljudi koji nisu prošli kroz iste situacije (Bieber, 2006), što može izazvati neprihvatanje i različite interpretacije povijesti, stvarajući barijere u međugeneracijskom dijalogu i smanjujući međusobno razumijevanje i povjerenje.

U društvima gdje su političke opcije podijeljene, mladima i starijima često se nameću različita politička uvjerenja, a sukobi oko političkih pitanja mogu izazvati ne samo društvene podjele, nego i međugeneracijske nesuglasice (Mannheim, 1952). Politička polarizacija postaje prepreka autentičnom dijalogu, jer se razlike u stavovima doživljavaju kao lični napad, a ne kao prilika za razumijevanje.

U kulturama koje se brzo mijenjaju uslijed globalizacije, mladi i stariji ljudi mogu imati različite vrijednosti i uvjerenja. Stariji ljudi često žive prema tradicionalnim normama i vrijednostima koje su postojale u njihovim mladim danima, dok su mladi ljudi podložniji globalnim utjecajima, što može rezultirati kulturnim sukobom koji dovodi do smanjenja zajedničkog razumijevanja i otežava međugeneracijsku suradnju i solidarnost.

Mnoge promjene u društvenim normama, poput većeg prihvatanja različitih seksualnih i rodnih identiteta ili drugačijih političkih opcija, mogu biti izazovne za starije generacije koje se možda ne slažu s novim društvenim vrijednostima, a taj kulturalni jaz može se dodatno produbiti kroz komunikacijske barijere koje stvaraju različiti stavovi o društvenim normama (Kaplan et al., 2016).

Suvremeno društvo obilježavaju i migracije i urbanizacija, kao i digitalni jaz. Mladi ljudi migriraju prema većim gradovima u potrazi za obrazovanjem ili poslom, dok stariji ljudi često ostaju u ruralnim područjima, što stvara fizičke barijere koje otežavaju međugeneracijske kontakte (Stubbs, 2012). U društvu gdje se digitalna pismenost brzo razvija, mladi ljudi često dominiraju novim tehnologijama, dok starije generacije mogu biti isključene iz tih promjena.

Različite tehnološke barijere mogu uzrokovati nesporazume i socijalnu izolaciju, što dodatno povećava jaz između generacija. Digitalni jaz ne predstavlja samo tehnički problem, već i simboličku barijeru – starije generacije mogu osjetiti da njihov način komunikacije i prijenosa znanja postaje nevažan u svijetu koji dominira digitalnom komunikacijom. Geštalt intervencije za obnovu povezanosti između generacija nude učinkovite tehnike koje pomažu u ponovnom uspostavljanju dijaloga, svjesnosti i fenomenološkog pristupa. U kontekstu prekida među generacijama uzrokovanih društvenim krizama, Geštalt terapija može igrati ključnu ulogu u obnovi međugeneracijskih odnosa i jačanju međusobne solidarnosti, omogućavajući jačanje međusobnog razumijevanja, smanjenje sukoba i izgradnju dublje povezanosti.

Dijalog predstavlja osnovnu metodu u Geštalt terapiji koja omogućava ljudima da uspostave dublje i autentičnije odnose – kroz dijalog, osoba može otvoreno izražavati svoje misli i osjećaje, stvarajući prostor za međusobno razumijevanje (Hycner, 1993). U međugeneracijskim odnosima, dijalog omogućuje mladima i starijima da podijele svoja iskustva, vrijednosti i perspektive na način koji je empatičan i nenametljiv.

Kroz dijalog osobe iz različitih generacija mogu podijeliti svoja iskustva, iako se ta iskustva mogu drastično razlikovati, omogućavajući povratak na zajedničke vrijednosti i smanjujući nesuglasice i sukobe koji proizlaze iz različitih političkih, kulturnih i socijalnih stavova. Uz pomoć dijaloga otvara se zajednički prostor u kojem obje strane mogu izraziti svoja osjećanja i potrebe, omogućavajući generacijama da se ponovo povežu na emocionalnoj i socijalnoj razini, čime se obnavlja međugeneracijska solidarnost.

Svjesnost (awareness) predstavlja ključni aspekt Geštalt terapije koji pomaže u stvaranju dublje povezanosti i razumijevanja između generacija (Yon-tef, 1993). Svjesnost omogućuje osobama svih generacija da se usmjere na sadašnji trenutak, što smanjuje mentalne barijere koje često nastaju zbog prošlih trauma ili predrasuda prema drugim generacijama, omogućavajući da se obnova međugeneracijskih odnosa temelji na sadašnjoj, iskrenoj povezanosti.

Kroz svjesnost osobe mogu prepoznati emocionalne blokade ili negativne obrasce koji ometaju međugeneracijske odnose – starije osobe mogu postati frustrirane zbog nedostatka razumijevanja ili poštovanja mladih, dok mladi mogu doživjeti gubitak povezanosti zbog različitih životnih okolnosti ili političkih razlika. Svjesnost omogućuje prepoznavanje tih osjećaja i njihov olakšavajući proces, te omogućuje samospoznaju – razmatranje vlastitih misli, emocija i ponašanja u odnosu na druge generacije, što može olakšati pozitivnu promjenu u odnosima jer smanjuje reaktivnost i prejudiciranje među različitim generacijama. Fenomenološki pristup u Geštalt terapiji temelji se na razumijevanju stvarnosti iz perspektive osobe, uzimajući u obzir njihove unutarnje doživljaje i iskustva (Polster & Polster, 1973), što je izuzetno korisno u kontekstu međugeneracijskih odnosa jer omogućava duboko razumijevanje razlika u iskustvima među generacijama. Svaka generacija ima svoju subjektivnu stvarnost i različite interpretacije svijeta, povijesti i iskustava.

Fenomenološki pristup omogućava da se svaka osoba (bilo starija ili mlađa) osjeća saslušano i shvaćeno – umjesto da se naglašavaju nesuglasice između generacija, ovaj pristup pomaže ljudima da prepoznaju kako stvarnost druge osobe može biti drugačija, ali jednako validna. Ovaj pristup promiče empatično slušanje, što znači da svaka generacija u dijalogu aktivno sluša i razumije osjećaje, misli i potrebe drugih, smanjujući prejudiciranje i osudu te stvarajući prostor za međusobno poštovanje i povjerenje. Stereotipi o starijima ili mladima često sprečavaju međugeneracijske odnose, a fenomenološki pristup u Geštalt terapiji omogućava dekonstrukciju tih stereotipa, pomažući svakoj osobi da se oslobodi unaprijed stvorenih stavova i dođe do dubljeg razumijevanja i povezivanja s osobama iz drugih generacija.

Geštalt metode mogu se uspješno primijeniti u različitim međugeneracijskim inicijativama, kao što su porodične terapije, rad u zajednicama, edukacija i socijalne usluge. U porodičnim terapijama, Geštalt intervencije mogu se koristiti kako bi članovi porodice svih dobni skupina razvili međusobno razumijevanje, prihvaćanje i podršku, gdje kroz dijalog i svjesnost porodice mogu ponovo uspostaviti osnovnu povezanost, smanjujući međugeneracijske sukobe.

Korištenjem Geštalt metoda u radionicama koje okupljaju ljude različitih dobnih skupina, može se postići intenzivna povezanost i razumijevanje – radionice mogu omogućiti mladima i starijima da dijele svoja iskustva, bez osuda, kroz iskren, svjestan dijalog koji naglašava važnost jednakosti i poštovanja. U zajednicama pogođenim društvenim krizama, Geštalt pristupi mogu se koristiti za obnovu socijalne kohezije i međugeneracijskog dijaloga, pomažući u rješavanju međugeneracijskih sukoba i stvaranju sigurnih prostora za izražavanje, što dovodi do jače međugeneracijske solidarnosti.

Kritička refleksija i diskusija

Promišljanje o međugeneracijskoj solidarnosti u kontekstu Bosne i Hercegovine zahtijeva sagledavanje složenih društvenih, institucionalnih i psiholoških faktora koji oblikuju odnose između generacija. Bosanskohercegovački socijalni sistem, iako formalno zasnovan na principima solidarnosti, i dalje je fragmentiran između različitih nivoa vlasti, što otežava koordinirano djelovanje i dugoročno planiranje (Bieber, 2006). Zbog toga su mnoge inicijative međugeneracijske suradnje prepuštene entuzijazmu pojedinaca i nevladinim organizacijama, dok institucionalna podrška ostaje slaba i neredovna.

Nedostatak stabilnih finansijskih mehanizama dodatno produbljuje ovu problematiku – većina projekata zavisi od međunarodnih donacija, što znači da prestankom finansiranja često nestaje i program (Stubbs, 2012). Ovakav pristup stvara ciklus privremenih rješenja bez održivog utjecaja na lokalne zajednice, a kratkoročnost projekata onemogućava izgradnju dubokih i trajnih veza između generacija, jer autentična solidarnost zahtijeva vrijeme, kontinuitet i posvećenost.

Politički kontekst u BiH dodatno otežava razvoj sistemskih pristupa međugeneracijskoj solidarnosti. Socijalna pitanja često se instrumentaliziraju u predizborne svrhe, dok etnonacionalni narativi marginaliziraju teme zajedništva i međusobne povezanosti (Mujkić, 2008). Takvo okruženje generira apatiju i nepovjerenje prema institucijama, što se reflektira i u slabijem angažmanu građana u zajedničkim inicijativama.

Kada se društveni diskurs fokusira na podjele – etničke, političke, generacijske – prostor za izgradnju mostova između generacija postaje sve uži. Mladi ljudi često osjećaju da njihov glas nije čuven u političkim procesima, dok starije generacije mogu doživjeti marginalizaciju zbog percepcije da su njihove vrijednosti zastarjele, a ovaj osjećaj isključenosti s obje strane dodatno produbljuje međugeneracijski jaz.

U društvima koja nose duboke tragove kolektivne traume, dodatno se javljaju transgeneracijski prijenosi straha, nepovjerenja i osjećaja nemoći (Danieli, 1998; Volkan, 2017). Starije generacije, koje su preživjele rat i tranziciju, često nesvjesno prenose obrasce defanzivnosti i emocionalne zatvorenosti na mlađe članove porodice, a ti obrasci postaju nevidljive barijere u kontaktu i dijalogu, otežavajući razvoj međugeneracijskog povjerenja.

Trauma se ne prenosi samo kroz priče i sjećanja, već i kroz tjelesne i emocionalne obrasce – način na koji osoba reagira na stres, kako uspostavlja granice, kako izražava ili potiskuje emocije. Mlađe generacije mogu naslijediti te obrasce bez svjesnog razumijevanja njihovog porijekla, što vodi ka ponavljanju disfunkcionalnih obrazaca u odnosima. Geštalt pristup u ovom kontekstu otvara mogućnost za autentičan dijalog i iskustveno razumijevanje – temeljen na principu svjesnosti i kontakta, on omogućava da se iskustvo susreta generacija odvija ovdje i sada, u prostoru u kojem se osjećaji, sjećanja i značenja razmjenjuju bez prosuđivanja. Upravo taj trenutak dijaloga – prostor između osoba – postaje mjesto iscjeljenja i obnove povjerenja (Hycner, 1993). Kulturalni aspekti također imaju snažan utjecaj na razvoj međugeneracijske solidarnosti. Tradicionalna porodična struktura u BiH često se idealizira kao nosilac moralnih i zajedničkih vrijednosti, ali može i postati zatvoren sistem koji ograničava inovativne oblike suradnje (Mannheim, 1952). Generacijski sukobi u BiH ne proizlaze samo iz razlika u godinama, već i iz različitih vrijednosnih sistema – starije generacije mogu cijeniti vrijednosti poput poštovanja autoriteta, kolektivne odgovornosti i tradicionalnih rodničkih uloga, dok mlađe generacije mogu težiti individualnoj autonomiji, rodnoj ravnopravnosti i otvorenijem društvenom sistemu.

Ove razlike stvaraju jaz koji se može prevazići samo kroz dijalog koji prepoznaje i poštuje obje strane. Međutim, takav dijalog zahtijeva sigurne prostore – mjesta gdje se različite perspektive mogu izraziti bez straha od osude ili odbacivanja.

Empirijski primjeri iz drugih zemalja pokazuju da uspjeh međugeneracijskih programa zavisi o jasnoj institucionalnoj podršci i prepoznavanju međugeneracijske solidarnosti kao strateškog resursa (BMFSFJ, 2023; Hasegawa, 2018). U BiH se ovi modeli ne mogu jednostavno prenijeti – potrebna je duboka kontekstualizacija koja uvažava lokalne vrijednosti, resurse i traume. Geštalt perspektiva može djelovati kao most između globalnih modela i lokalne stvarnosti, jer ne teži uniformnosti, već autentičnom iskustvu susreta, prilagođenom konkretnom okruženju (Yontef, 1993). Na primjer, dok njemački model Mehrgenerationenhäuser funkcionira u kontekstu snažne državne podrške i stabilnih institucija, u BiH bi bilo potrebno razviti hibridne modele koji kombiniraju institucionalnu podršku s lokalnim inicijativama zasnovanim na postojećim obrascima solidarnosti (npr. komšiluk, mahala).

Izazovi u praktičnoj implementaciji odnose se i na međusobne predrasude generacija – stariji često pokazuju otpor prema novim tehnologijama i digitalnim alatima, dok mladi znaju biti skeptični prema iskustvu i vrijednostima starijih, smatrajući ih zastarjelima (Kaplan et al., 2016). Geštalt metoda, fokusirana na svjesnost i sadašnji trenutak, omogućava da se nesporazumi osvijeste, prepoznaju i transformiraju kroz dijalog. Ključni faktor uspjeha svakog međugeneracijskog dijaloga leži u stvaranju sigurnog prostora – mjesta u kojem svako može biti viđen, saslušan i priznat kao dio tog dijaloga.

Treba, međutim, priznati i ograničenja Geštalt pristupa u radu s međugeneracijskim odnosima. Prvo, Geštalt metode zahtijevaju visok nivo emocionalne spremnosti i otvorenosti učesnika, što može biti izazovno u kulturnim kontekstima gdje se izražavanje emocija percipira kao slabost ili neprikladnost. U tradicionalnim bosanskohercegovačkim porodicama, gdje se cijeni emocionalna kontrola i "jačina", pozivanje na osvještavanje i izražavanje ranjivosti može nailaziti na otpor.

Drugo, Geštalt pristup zahtijeva obučene facilitatore koji razumiju i terapijske principe i kulturni kontekst u kojem rade. U BiH, broj stručnjaka obučenih u Geštalt terapiji je ograničen, što otežava široku primjenu ovih metoda. Treće, Geštalt rad je često vremenski intenzivan i zahtijeva kontinuitet, što može biti teško održati u kontekstu kratkoročnih projekata i nestabilnog finansiranja. Dodatno, Geštalt pristup fokusiran na sadašnji trenutak može ponekad zanemariti važnost historijskog i političkog konteksta koji oblikuje međugeneracijske odnose. U postkonfliktnim društvima poput BiH, gdje prošlost aktivno oblikuje sadašnjost, isključivo fokusiranje na "ovdje i sada" može biti nedovoljno – potrebno je balansirati osvještavanje sadašnjeg trenutka sa razumijevanjem historijskih trauma i njihovog utjecaja na trenutne odnose.

Konačno, uspjeh Geštalt intervencija zavisi od dobrovoljnosti učesnika, što znači da ovaj pristup možda neće biti adekvatan u situacijama gdje postoji prinuda ili gdje učesnici nisu motivirani za promjenu. Ova ograničenja ne umanjuju vrijednost Geštalt pristupa, već ukazuju na potrebu za njegovom pažljivom adaptacijom i integracijom s drugim pristupima, kao što su Ubuntu i Buen Vivir filozofije, koje pružaju širi kulturni i etički okvir. Krićka refleksija pokazuje da međugeneracijska solidarnost u BiH ne može biti rezultat samo pojedinaćnih projekata ili dobrih namjera. Potreban je holistićki pristup koji integrira institucionalnu podršku kroz dugoroćne politike i stabilno finansiranje programa međugeneracijske suradnje; kulturnu osjetljivost kroz poštovanje lokalnih tradicija i vrijednosti uz otvorenost prema inovacijama; terapijske i edukativne metode kroz primjenu Geštalt principa i drugih terapijskih pristupa u radu s porodicama i zajednicama; zajednićke prostore kroz stvaranje fizićkih i simbolićkih mjesta gdje generacije mogu autentićno komunicirati; te osvještavanje trauma kroz rad na iscjeljenju kolektivnih i individualnih trauma koje ometaju međugeneracijski kontakt. Ovaj integrativan pristup prepoznaje da je međugeneracijska solidarnost istovremeno lićno, porodićno, zajednićko i politićko pitanje – i da se održiv a promjena može desiti samo kada se svi ovi nivoi povežu u koherentnu viziju zajednićke budućnosti.

Zaključak i preporuke

Međugeneracijska solidarnost ne nastaje spontano, već se gradi kroz svjesne i dugoročne procese dijaloga, suradnje i razmjene iskustava između generacija. Analiza pokazuje da u kontekstu Bosne i Hercegovine, obilježenom složenim političkim strukturama, posljedicama rata i društvenom tranzicijom, međugeneracijska solidarnost zahtijeva integriran i sistemski pristup koji povezuje socijalne, obrazovne i kulturne sfere. Uspostavljanje trajnih mehanizama suradnje između starijih i mlađih generacija ne može se zasnivati samo na institucionalnim okvirima, već mora uključiti i lične, emocionalne i iskustvene dimenzije odnosa – upravo one na kojima se temelji Geštalt pristup.

Primjena Geštalt terapije u socijalnom radu i obrazovanju otvara mogućnosti za razvoj dubljeg razumijevanja među generacijama. Kroz svjesnost, prisutnost i autentičan kontakt, pojedinci uče kako prepoznati i izraziti vlastite potrebe, ali i kako slušati i razumjeti druge (Yontef, 1993). Time se kreira prostor za zajedničko učenje i iscjeljenje, što je od posebnog značaja u društvima poput bosanskohercegovačkog, gdje su transgeneracijske traume i obrasci nepovjerenja još uvijek prisutni.

Geštalt metode – poput dijaloga, kreativne ekspresije i refleksivnog slušanja – mogu poslužiti kao most između različitih generacija, potičući empatiju i zajedničku odgovornost za društvenu koheziju (Perls et al., 1951).

Integracija ovih metoda u socijalne i obrazovne programe može doprinijeti stvaranju inkluzivnih zajednica koje njeguju međusobnu podršku i poštovanje. U obrazovnom kontekstu, to podrazumijeva razvoj pedagoških programa koji potiču svjesnost, dijalog i suradnju među učenicima i starijima kroz zajedničke projekte i razmjenu znanja, dok u socijalnom radu primjena Geštalt principa omogućava stručnjacima da bolje razumiju dinamiku međugeneracijskih konflikata i da ih pretvore u prilike za rast i povezivanje (Hycner, 1993).

Na društvenom nivou, stvaranje međugeneracijskih centara, programa volontarizma i digitalnih platformi za dijalog može ojačati osjećaj pripadnosti i zajedničke svrhe. Takve inicijative ne bi trebale biti kratkoročne, već strateški podržane kroz politike koje prepoznaju solidarnost kao osnovu održivog razvoja.

Primjeri uspješnih praksi iz svijeta, poput njemačkog modela Mehrgenerationenhäuser ili japanskih intergeneracijskih centara, pokazuju da dugoročna institucionalna podrška, u kombinaciji s lokalnim specifičnostima, daje najdublje rezultate (BMFSFJ, 2023; Hasegawa, 2018).

Filozofije Ubuntu i Buen Vivir, s Geštalt principima svjesnosti i prisutnosti, stvaraju temelj za razvoj solidarnosti koja nadilazi formalne okvire politike i postaje način življenja – svakodnevna praksa brige, razumijevanja i uzajamne podrške (Mbiti, 1990; Gudynas, 2011). Ovaj integrativan pristup omogućava da se međugeneracijska solidarnost ne doživljava kao obaveza ili teret, već kao prirodan izraz ljudske povezanosti i zajedničke odgovornosti.

Na osnovu analize globalnih praksi i specifičnosti bosanskohercegovačkog konteksta, predlažu se sljedeće konkretne preporuke:

- Razvoj međugeneracijskih centara na lokalnom nivou, što podrazumijeva uspostavljanje fizičkih prostora gdje se generacije mogu redovno susretati u neformalnoj atmosferi za zajedničke aktivnosti, učenje, kreativne radionice i dijalog. Ovi centri bi trebali biti dostupni svim generacijama i pružati programe koji odgovaraju različitim interesima i potrebama.
- Integracija Geštalt metoda u obrazovanje socijalnih radnika uključivanjem Geštalt principa i tehnika u kurikulare studija socijalnog rada i psihologije kako bi budući stručnjaci bili opremljeni alatima za facilitaciju međugeneracijskog dijaloga i rješavanje konflikata. Konkretno, preporučuje se uvođenje izbornog predmeta "Geštalt pristup u socijalnom radu".

- Programi međugeneracijskog mentorstva koji pomažu kreiranju strukturiranih programa gdje starije osobe dijele svoje znanje i iskustvo s mladima, a mladi pomažu starijima u savladavanju novih tehnologija i digitalnih vještina. Ovakvi programi bi trebali biti obostrano korisni i zasnovani na principima uzajamnosti.

- Podrška lokalnim inicijativama kroz stabilno finansiranje i osiguravanje dugoročnih izvora finansiranja za međugeneracijske projekte umjesto oslanjanja na kratkoročne donatorske cikluse. Ovo zahtijeva političku volju i prepoznavanje međugeneracijske solidarnosti kao prioriteta u socijalnoj politici.

- Kampanje podizanja svijesti o vrijednosti međugeneracijske solidarnosti, koje dekonstruiraju stereotipe o različitim generacijama i ističu uspješne primjere suradnje. Ove kampanje bi trebale koristiti različite medije (TV, radio, društvene mreže, plakati) i biti prilagođene različitim dobnim skupinama.

- Istraživanje i evaluacija s punim pružanjem podrške naučnim istraživanjima koja prate efekte međugeneracijskih programa u kontekstu BiH. Potrebna su longitudinalna istraživanja koja će pružiti dokaze o dugoročnim efektima ovih inicijativa i omogućiti kontinuirano unapređenje praksi.

- Rad na iscjeljenju kolektivne traume uz integraciju terapijskih pristupa, uključujući Geštalt terapiju, u rad sa zajednicama koje nose teret kolektivne traume. Stvaranje sigurnih prostora gdje se neizrečena bol, strah i ljutnja mogu osvijestiti i izraziti, omogućavajući tako obnovu povjerenja i povezanosti.

Ovaj rad ima određena ograničenja. Prije svega, rad se zasniva na sekundarnoj analizi literature i ne uključuje primarno empirijsko istraživanje. Buduća istraživanja trebala bi uključiti kvalitativne intervju s učesnicima međugeneracijskih programa u BiH kako bi se dobio dublji uvid u njihova iskustva i perspektive, te longitudinalna istraživanja koja bi pratila efekte primjene Geštalt metoda u međugeneracijskom radu tokom dužeg perioda.

Komparativne studije između različitih regija BiH mogle bi otkriti specifične kulturne i kontekstualne faktore koji utječu na uspjeh međugeneracijskih inicijativa, dok bi dodatna istraživanja mogla istražiti kako digitalne tehnologije mogu biti korištene za jačanje međugeneracijskih veza, posebno u kontekstu pandemija i drugih kriznih situacija koje ograničavaju fizičke kontakte.

Zaključno, međugeneracijska solidarnost u Bosni i Hercegovini može postati ključni stub društvene obnove i razvoja ako se pristupi njenoj izgradnji na sistemski, dijaloški i empatičan način. Potrebno je osigurati političku volju, institucionalnu podršku i edukacijske resurse koji će omogućiti održive međugeneracijske veze. Kroz integraciju Geštalt metoda u socijalni rad, obrazovne procese i zajedničke inicijative, moguće je stvoriti društvo u kojem generacije ne žive paralelno, već u međusobnom razumijevanju, uvažavanju i zajedničkom stvaranju budućnosti. Ova vizija zahtijeva hrabrost – hrabrost da se prevaziđu podjele, da se suoče s traumama, da se otvore novi prostori dijaloga. Zahtijeva također strpljenje, jer duboke promjene u odnosima ne dešavaju se preko noći. Ali prije svega, zahtijeva vjeru u fundamentalnu ljudsku potrebu za povezanošću i pripadanjem – potrebu koja nadilazi generacijske, kulturne i političke granice.

Pitanje koje ostaje otvoreno, i koje poziva na daljnje promišljanje i djelovanje, glasi: *Kako možemo kreirati systemske promjene koje podstiču međugeneracijsku povezanost u BiH ne samo kao političku agendu, već kao svakodnevnu kulturu zajedništva i brige?*

Odgovor na ovo pitanje leži u zajedničkom angažmanu svih aktera – od pojedinaca i porodica, preko stručnjaka i organizacija civilnog društva, do kreatora politika i institucija. Samo kroz takav kolektivni napor može se izgraditi društvo u kojem svaka generacija ima svoje mjesto, glas i doprinos zajedničkoj budućnosti.

Literatura:

- o Battiste, M. (2002). *Indigenous knowledge and pedagogy in First Nations education: A literature review with recommendations*. Canadian Heritage.
- o Beisser, A. (1970). The paradoxical theory of change. In J. Fagan & I. L. Shepherd (Eds.), *Gestalt therapy now* (pp. 77-80). Science and Behavior Books.
- o Bengtson, V. L., & Oyama, P. S. (2007). *Intergenerational solidarity: Strengthening economic and social ties*. United Nations.
- o Bieber, F. (2006). *Post-war Bosnia: Ethnicity, inequality and public sector governance*. Palgrave Macmillan.
- o Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFS-FJ). (2012). Mehrgenerationenhäuser: Zwischenbilanz. BMFSFJ.
- o Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend (BMFS-FJ). (2023). Mehrgenerationenhaus Report 2023. BMFSFJ.
- o Danieli, Y. (Ed.). (1998). *International handbook of multigenerational legacies of trauma*. Springer.
- o Gudynas, E. (2011). Buen vivir: Today's tomorrow. *Development*, 54(4), 441-447.
- o Hasegawa, T. (2018). *Intergenerational programs in Japan: From community to policy*. Japan Aging Research Center.
- o Hycner, R. (1991). *The healing relationship in Gestalt therapy*. Gestalt Journal Press.
- o Hycner, R. (1993). *Between person and person: Toward a dialogical psychotherapy*. Gestalt Journal Press.
- o Kaplan, M., Sánchez, M., & Hoffman, J. (2016). *Intergenerational pathways to a sustainable society*. Springer.

- o Mannheim, K. (1952). The problem of generations. In P. Kecskemeti (Ed.), *Essays on the sociology of knowledge* (pp. 276–322). Routledge.
- o Mbiti, J. (1990). *African religions & philosophy* (2nd ed.). Heinemann.
- o Mujkić, A. (2008). *We, the citizens of Ethnopolis*. Dani Press.
- o Okubo, Y. (2009). Intergenerational support in Japan. *Journal of Aging & Social Policy*, 21(3), 243–259.
- o Perls, F. S. (1969). *Gestalt therapy verbatim*. Real People Press.
- o Perls, F. S., Hefferline, R., & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality*. Julian Press.
- o Polster, E., & Polster, M. (1973). *Gestalt therapy integrated: Contours of theory and practice*. Vintage Books.
- o Stubbs, P. (2012). Networks, scales and transnationalisation: Transnational policy networks in Bosnia and Herzegovina. *European Integration Online Papers*, 16(9), 1–28.
- o United Nations Economic Commission for Europe (UNECE). (2017). Intergenerational solidarity and ageing: Policy brief on ageing No. 19. UN.
- o Volkan, V. D. (2017). *Trauma, identity and mourning: Psychoanalytic reflections*. Routledge.
- o Yontef, G. (1993). *Awareness, dialogue and process: Essays on Gestalt therapy*. Gestalt Journal Press.