

Vyresnių informacinių komunikacinių technologijų naudotojų požiūris į internetinį bendravimą

Gražina Rapolienė

Lietuvos socialinių mokslų centras
ORCID <https://orcid.org/0000-0003-0125-3328>
<https://ror.org/02e16g411>

Goda Marija Steponavičiūtė

Vilniaus universitetas
<https://ror.org/03nadee84>

Margarita Gedvilaitė-Kordušienė

Vilniaus Gedimino technikos universitetas
ORCID <https://orcid.org/0000-0001-7691-1490>
<https://ror.org/02x3e4q36>

Santrauka. Tyrimai rodo, kad informacinių komunikacinių technologijų (IKT) naudojimas gali turėti teigiamą įtaką vyresnių asmenų gyvenimo kokybei. Vis dėlto vyresni žmonės Lietuvoje menkai naudojami internetinio bendravimo galimybėmis. Šiame straipsnyje tiriamas IKT naudotojų požiūris į bendravimą internete, remiantis 36 interviu su vyresniais IKT naudotojais ir 9 interviu – su juos įtraukusiais žmonėmis, atliktais 2022 metais. Rezultatai susiję su teoriniu technologijų priėmimo modeliu: vyresni naudotojai laikosi teigiamų nuostatų dėl internetinio bendravimo, kai išvelgia naudą. Atliepiama ir medijų turtingumo teorija: dalyviai pabrėžia gyvo bendravimo kaip turtingiausio nepakeičiamumą. Išryškėjo internalizuoto amžizmo nuostatos, kad bendravimas IKT tinkamesnis jaunimui.

Raktažodžiai: informacinės komunikacinės technologijos (IKT); vyresnio amžiaus žmonės; internetinis bendravimas; nuostatos

The Attitudes of Older Users of Information Communication Technologies Towards Online Communication

Summary. Research suggests that the use of information and communication technologies (ICT), especially for communication purposes, can have a positive impact on the emotional health and subjective quality of life of older people. However, older people are little willing to engage in online communication. This article analyses the attitudes of older ICT users towards online communication. The study is based on 36 interviews

Padėka. Šio tyrimo duomenys buvo surinkti ir sukoduoti įgyvendinant mokslinį projektą „Vyresnio amžiaus žmonių skaitmeninė įtrauktis“ (S-MIP-21-58), finansuotą LMT. Dėkojame Vaidai Trejtakovai už jos indėlį rengiant kokybinio tyrimo gaires, renkant interviu ir juos koduojant.

Received: 2024 06 18. **Accepted:** 2024 10 21.

Copyright © 2024 Gražina Rapolienė, Goda Marija Steponavičiūtė, Margarita Gedvilaitė-Kordušienė. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

with older ICT users and 9 interviews with people who encouraged them to use technology, conducted in 2022. The results of the study are in line with the theoretical Technology Acceptance Model. It is found that older people have positive attitudes towards online communication when they perceive its benefits. In contrast, public and private online communication are also criticized. Results reveal concerns that the rise of online communication is disrupting face-to-face communication, and that it is addictive and time-consuming. There are expressions of internalized ageism that such communication is more suitable for young people. The study results align with the Media Richness Theory, with older people emphasising the irreplaceability of live communication as the richest form of communication.

Key words: information and communication technologies (ICT); older people; online communication; attitudes

Įvadas

Dėl sparčios technologijų plėtros skaitmeninis raštingumas tampa reikšmingu įgūdžiu, didinančiu įsitraukimo į visuomenės gyvenimą galimybes. Pasaulio populiacijos senėjimas skatina skirti ypatingą dėmesį vyresnio amžiaus asmenų skaitmeninei įtraukčiai. Nors vyresniajai kartai būdingas pasyvesnis informacinių komunikacinių technologijų (IKT) taikymas savo kasdienybėje negu jaunesniesiems asmenims, užsienio šalių tyrimai rodo galimą teigiamą technologijų naudojimo įtaką šios amžiaus grupės atstovams.

Tyrimai atskleidžia pozityvią nuotolinio bendravimo įtaką subjektyviam gyvenimo kokybės vertinimui (Sala et al., 2023). Aptikta, kad naudojimasis internetu susijęs su geresne vyresnių asmenų emocine sveikata, retesniais depresijos atvejais, ypač jei technologijos naudojamos bendrauti, o ne instrumentiniais (apsipirkimo, bankų paslaugų) tikslais (Heo et al., 2015; Nakagomi et al., 2022). Pripažįstama, kad informacinių technologijų įtraukimas į kasdienybę teikia galimybę dažniau susisiekti su draugais ir artimaisiais (Karaoglu et al., 2021), be to, intensyvesnis interneto naudojimas susijęs su mažesniu vienišumu ir stipresniu socialinės paramos jausmu (Heo et al., 2015). Tam tikrais atvejais įvertinama galimybė susipažinti, apsikeisti nuomonėmis su nepažįstamais žmonėmis, kas taip pat prisideda prie subjektyvios gyvenimo kokybės pagerėjimo (Vošner et al., 2016; Casanova et al., 2021; Bixter et al., 2019).

Vienas iš esminių veiksnių, užkertančių kelią naudotis IKT, yra vyresnio amžiaus žmonių požiūris į bendravimą pasitelkus informacines technologijas. Vyresnio amžiaus žmonės dažnai jaučiasi svetimi informacinių technologijų pasaulyje. Net jau naudodamiesi jomis, jie stokoja pasitikėjimo savimi (Wilson et al., 2023). Tokios savikritiškos dėl amžiaus prielaidos apie save vadinamos į save nukreiptu amžizmu (angl. *self-ageism*) (Köttl et al., 2023). Paprašyti įvertinti savo subjektyvų amžių, vyresni asmenys, pasinaudoję technologijomis, ypač iki tol nepažįstamomis, po šios patirties save vertina vyresniais nei įprastai. Atvirksčiai, į tyrimą neįtraukus naudojimosi technologijomis, jaučiasi jaunesni, negu rodo jų chronologinis amžius (Caspi et al., 2019). Net ir tais atvejais, kai vyresni žmonės naudojami, pavyzdžiui, elektroniniu paštu, jie gali laikytis nuostatos, kad socialinės medijos, kaip kitas internetinės komunikacijos kanalas, yra skirtos tik jaunesniems naudotojams (Hope et al., 2014).

Tyrimai atskleidžia ir skeptišką vyresnio amžiaus žmonių požiūrį, vertinant technologijų integravimą į kasdienybę kaip nebūtiną. Paprastai brėžiama skirtis tarp „žmogiško“ bendravimo ir bendravimo nuotoliu. Baiminamasi, kad susitelkimas į pastarąjį sumažina

tiesioginį kontaktą (Vaportzis et al., 2017; Heinz et al., 2013) arba gali sutrikdyti komunikaciją, nes dėl techninių nesklandumų ne visos žinutės ar elektroniniai laišakai pasiekia adresatą (Bixter et al., 2019). Be to, bendravimas internetu vyresniems žmonėms atrodo neprasmingas ir „neproduktyvus“, nes atitraukia nuo tradicinių susisiekimo būdų – kalbėjimosi, laiškų rašymo (Heinz et al., 2013). Pastebimas ir asmeniškumo jausmo praradimas – susisiekus nuotoliniu būdu, jaučiamasi, lyg kalbama su mašina, o ne gyvu asmeniu (Heinz et al., 2013).

Neigiamo vyresnių asmenų vertinimo sulaukia ir bendravimas su nepažįstamaisiais. Išsakomas nepasitikėjimas internetinėse bendravimo platformose matomomis virtualiomis tapatybėmis, manoma, kad megzti naujas pažintis yra pavojinga (Casanova et al., 2021). Vyresnių žmonių nepasitikėjimas internetiniu bendravimu kyla dėl suvokiamo kitų naudotojų kontrolės trūkumo. Dalis vyresnių žmonių nesinaudoja socialiniais tinklais, nes neturi naujų pažinčių poreikio. Jų teigimu, socialiniai tinklai nėra reikalingi jau esamiems ryšiams išlaikyti (Bixter et al., 2019), be to, jie siejami su nepageidaujamu nuolatiniu pasiekiamumu. Tai neatitinka vyresnio amžiaus asmenims būdingo kasdienybės struktūravimo, kai komunikacijai paskiriama tinkama vieta ir tinkamas dienos metas (Hope et al., 2014).

Kita vertus, tyrimai rodo, kad vyresni asmenys linkę mokytis naudotis IKT tais atvejais, kai išvelgia naudą (Heinz et al., 2013). Lūkestis pagerinti savo socialinį gyvenimą įvardijamas kaip vienas iš pagrindinių motyvų naudoti IKT (Casanova et al., 2021). Jungiamasi į socialinius tinklus, tikintis išvengti socialinio atskirtumo jausmo, ypač jaučiamo išėjus į pensiją (Karaoglu et al., 2021). Aktyviai socialiniais tinklais besinaudojantys vyresni žmonės juos tiesiogiai sieja su sumažėjusiais vienišumo jausmo išgyvenimais (Vošner et al., 2016).

Vyresni asmenys įvertina internetą kaip įrankį, įgalinantį dažnesnį kontaktą su kitais, jei yra geografinis atstumas (Yuan et al., 2016; Casanova et al., 2021; Bixter et al., 2019). Trūkstant galimybių susitikti su pašnekovu akis į akį, garso skambučiai yra alternatyva, leidžianti išgirsti ir suprasti kalbančiojo emocijas (Yuan et al., 2016), finansškai labiau prieinamu būdu negu, pavyzdžiui, telefoniniai skambučiai (Casanova et al., 2021). Taip pat vaizdo skambučių funkcija suteikia galimybę nuotoliu dalyvauti svarbiuose toli gyvenančių artimųjų gyvenimo įvykiuose – pavyzdžiui, pamatyti gimusius kūdikius (Hope et al., 2014).

Tyrimų duomenimis, IKT veikia kaip suartinimo priemonė. Tyrimų dalyviai dalijasi su socialinių tinklų pagalba suradę pažįstamus, su kuriais bendravimas iki tol buvo nutrūkęs (Casanova et al., 2021). Be to, nuotolinio bendravimo priemonės veikia suartinamai, sujungdamos skirtingų kartų atstovus. Vyresni žmonės dalijasi įtraukiantys susirašinėjimą tekstinėmis žinutėmis į savo komunikacijos praktikas dėl to, kad tai yra priimtinausias nuotolinio bendravimo būdas jaunesnių kartų artimiesiems. Dalis net žvelgia kritiškai į tuos bendraamžius, kurie nesinaudoja socialinėmis medijomis. Jų teigimu, taip prarandama proga patirti tai, kuo naudojasi jų anūakai (Hope et al., 2014).

Dar vienas internetinės komunikacijos privalumas – galimybė peržvelgti ir pataisyti tekstą, nepaliekant klaidų. Susirašinėjimas naudojant informacines technologijas palankiai vertinamas tais atvejais, kai dėl senyvo amžiaus sudėtinga rašyti popieriuje (Hope et al., 2014). Tekstinė nuotolinė komunikacija ypač įvertinama tais atvejais, kai norima

suteikti adresatui galimybę perskaityti pranešimą ir į jį atsakyti sau patogiu metu arba turint klausos ar kalbėjimo negalią (Yuan et al., 2016).

Taip pat dalis vyresnių žmonių internetinį bendravimą mano esant efektyviu komunikacijos būdu. Manoma, kad taip galima greitai keistis norima informacija ir patogiai (elektroninio pašto atveju) ją kaupti (Bixter et al., 2019). Be to, bendravimui skirtos programėlės vertinamos kaip priemonė sulaukti pagalbos, susidūrus su kasdienio gyvenimo problemomis, pavyzdžiui, automobilio gedimu (Casanova et al., 2021).

Taigi užsienio šalių tyrimuose atsiskleidžia dvejopos vyresnio amžiaus individų nuostatos dėl internetinio bendravimo. Viena vertus, internetinis bendravimas kelia nepasitikėjimą. Pastebimas internalizuotas amžizmas – kritiškas savo pačių gebėjimų naudotis technologijomis vertinimas, akcentuojant amžių. Be to, nuotolinis susisiekimas dažnai lyginamas su komunikacija akis į akį, pastarąją nurodant kaip pranašesnę bendravimo būdą. Kita vertus, internetinis bendravimas vertinamas palankiai ir pripažįstamas kaip esąs naudingas, kai atsiranda poreikis įveikti geografinį atstumą, fizinius ribotumus ar kitas bendravimo kliūtis, kai norima bendrauti jaunesniems įprastu būdu, didinti pažiūstanų žmonių ratą ir kt.

Lietuvoje vyresnių žmonių IKT naudojimas tyrinėtas nedaug. Nustatyta, kad vyresnio amžiaus žmonės yra tarp labiausiai technologiškai atskirtųjų (Šuminas et al., 2018). Kadangi vyresnių žmonių informacinė technologinė įtrauktis Lietuvoje santykinai maža, net 29 procentai 65–74 metų žmonių niekada nenaudojo interneto 2023 m. (EUROSTAT, 2023), tyrimai sutelkė dėmesį į naudotojų patiriamas kliūtis – mokymosi, psichologines ir siejamas su amžiumi (Rapolienė et al., 2024). Remiantis nereprezentatyvios internetinės apklausos duomenimis, analizuotas vyresnių IKT naudotojų patiriamų kliūčių paplitimas bei veiksniai, skatinantys išitraukimą (Gedvilaitė-Kordušienė & Rapolienė, 2023). Vis dėlto pačių vyresnių žmonių nuostatos kaip vienas iš veiksnių, skatinančių technologinį komunikacinį išitraukimą, nebuvo tirtos.

Šio straipsnio tikslas – išsiaiškinti, kaip vyresni IKT naudotojai vertina bendravimą internete, remiantis pusiau struktūruotais kokybiniais interviu su vyresniais (65+ m.) IKT naudotojais (N = 36) ir jų įtraukėjais – asmenimis, įtraukusiais vyresnio amžiaus tyrimo dalyvius į technologijų pasaulį (N = 9).

Teorinė prieiga: medijų turtingumo teorija ir technologijų priėmimo modelis

Koks apskritai galimas informacinės komunikacijos vertinimas? Mūsų tyrimo kontekstui itin parankios yra komunikacijos teorijos, pasveriančios gyvo ir *online* bendravimo ypatumus: medijų turtingumo teorija ir technologijų priėmimo modelis.

Medijų turtingumo teorijos (angl. *Media Richness Theory*) atstovų teigimu, komunikacijos būdus galima skirstyti pagal tai, kiek turtinga jų perteikiama informacija. Teorijos autoriai skiria penkis keitimosi informacija tipus: diskusijos akis į akį, pokalbiai telefonu, laiškai, tekstiniai dokumentai ir skaitiniai dokumentai. Gyvas bendravimas perteikia turtingiausią informaciją, skaitiniai dokumentai – mažiausiai turtingą (Daft & Lengel, 1984). Kalbėjimasis akis į akį suvokiamas kaip turtingiausias komunikacijos būdas, nes

jo metu yra nedelsiant suteikiamas grįžtamasis ryšys. Be to, kitaip negu kalbant telefonu, bendraujant gyvai papildomos informacijos suteikia pašnekovo kūno kalbos, veido išraiškų ir balso tono stebėjimas (Daft & Lengel, 1984). Vadinas, toks komunikacijos būdas tinkamiausias asmeniškiesiems bendravimui ir diskusijoms, o kiti – efektyviai keistos informacija (Yuan et al., 2016). Medijų turtingumo teorija gali būti pritaikoma, siekiant paaiškinti vyresnių vartotojų požiūrį į skirtingus komunikacijos būdus. Remiantis JAV atliktu tyrimu, vyresni asmenys labiausiai vertina teorijoje turtingiausiu įvardijamą komunikacijos būdą – gyvą bendravimą, todėl požiūris į nuotolinius susisiekimo būdus, kuriems trūksta gyvo bendravimo elementų, gali būti kritiškas (Yuan et al., 2016).

Kita vertus, remiantis technologijų priėmimo modeliu (angl. TAM – *Technology Acceptance Model*), kokios nors technologijos – šio tyrimo atveju, internetinių komunikacijos priemonių – vertinimas priklauso nuo suvokiamų technologijos naudojimo paprastumo ir naudos (Davis, 1989a; 1989b). Tam tikrais atvejais, pavyzdžiui, esant geografiniam atstumui, gyvas bendravimas yra neįmanomas, tad internetinis bendravimas gali būti suvokiamas kaip naudinga alternatyva (Yuan et al., 2016).

Taigi, remiantis medijų turtingumo teorija ir technologijų priėmimo modeliu, galima manyti, kad žmonės laikosi teigiamų nuostatų dėl internetinio bendravimo kaip būdo perduoti informaciją ar palaikyti ryšį, kai nėra kitų galimų būdų. Kita vertus, nuotoliniai susisiekimo būdai gali sulaukti kritiško žvilgsnio kaip mažiau turtingas informacijos perdavimo būdas negu komunikacija akis į akį.

Tyrimo metodologija

Dalyvių atranka ir tyrimo eiga

Tyrimo dalyvauti buvo kviečiami vyresnio amžiaus (65+ m.) interneto naudotojai bei jų identifikuoti įtraukėjai. Ieškant tyrimo dalyvių, buvo siekiama užtikrinti įvairovę pagal tokias socialines demografines charakteristikas, kaipantai lytis, amžius, išsilavinimo lygis, sveikatos būklė, gyvenamoji vieta (miestas, miestelis ar kaimo vietovė) ir priklausymas etninėms mažumoms. Tyrimo dalyviai rasti pasitelkus interviu vykdytojų socialinius tinklus, socialines medijas (pavyzdžiui, aktyvių senjorų grupes), vyresnio amžiaus asmenų NVO (tokias kaip Trečiojo amžiaus universitetai) ir sniego gniūžtės atranką.

Kadangi interviu vyko laikotarpiu po COVID-19 pandemijos (2022 m. balandžio–rugšėjo mėnesiais), potencialūs tyrimo dalyviai buvo kviečiami pasidalyti savo patirtimi gyvo susitikimo metu arba nuotoliniu būdu (internetu arba telefonu), atsižvelgiant į jų pasirinkimą. Dauguma interviu vyko nuotoliniu būdu, naudojant *Zoom*, *Facebook Messenger* ir *Skype* programas arba telefonu. Trys interviu buvo atlikti susitikus su informantais gyvai.

Interviu atliko trys patyrusios tyrėjos. Interviu su vyresnio amžiaus IKT naudotojais iš viso užtruko 20 valandų (vidutiniškai – po 0,56 valandos). Interviu su įtraukėjais buvo trumpesni ir truko iki 20 minučių. Visi atlikti interviu buvo įrašyti ir transkribuoti.

Tyrimas atliktas laikantis pagrindinių etikos principų – anonimiškumo, privatumo ir konfidencialumo – ir patvirtintas Lietuvos socialinių mokslų centro Atitikties mokslinių tyrimų etikai komiteto (Nr. 1G-2(1G), 2022-01-26). Prieš dalyvaudami tyrimo visi

informantai buvo supažindinti su informacija apie jį ir davė žodinius sutikimus, kurie užfiksuoti garso įrašuose. Informantams buvo užtikrintas asmeninės informacijos konfidencialumas, interviu duomenų anonimiškumas ir teisė bet kuriuo metu neatsakyti į klausimus ir (arba) nutraukti interviu.

Imties charakteristikos

Iš 36 tyrime dalyvavusių vyresnių IKT naudotojų dauguma buvo moterys (26), asmenys, turintys aukštąjį išsimokslinimą (31), gyvenantys miestuose (27) ir naudojantys IKT ilgiau negu septynerius metus (31). Dalyvių amžius – 65–91 metai. Imtyje taip pat yra trys etninių mažumų atstovai ir vienas asmuo, turintis formaliai pripažintą negalią (1 lentelė). Tyrimo imties proporcijos atitinka visos Lietuvos 60 metų ir vyresnių žmonių, besinaudojančių IKT, populiacijos proporcijas. Remiantis Europos socialinio tyrimo duomenimis, 68 proc. vyresnio amžiaus IKT naudotojų Lietuvoje yra moterys, 34 proc. turintys aukštąjį išsilavinimą ir 71 proc. gyvena penkių didžiausių šalies miestų apskrityse (Rapoliienė et al., 2024).

1 lentelė. Vyresnių IKT naudotojų, dalyvavusių tyrime, charakteristikos (N = 36)

Charakteristika	Dažnis
Lytis	
- Moterys	26
- Vyrai	10
Amžius	
- 65–74	22
- 75+	14
Išsimokslinimas	
- Pradinis	0
- Vidurinis	1
- Profesinis	4
- Universitetinis	31
Tautybė	
- Lietuviai	33
- Rusai	3
Gyvenamoji vieta	
- Didmiestis	27
- Vidutinio dydžio miestas	3
- Kaimo vietovė	6
IKT naudojimo trukmė	
- Iki 2 metų	0
- 3–6 metai	5
- 7 metai ir daugiau	31
Naudojamų programų skaičius	
- 1–2 programos	1
- 3–4 programos	13
- 5 programos ir daugiau	22

Tyrimo dalyviai atskleidė nevienodą įsitraukimo į internetinį bendravimą laipsnį. Vieni interneto svetaines ar programas naudoja reguliariai ar kiekvieną dieną. Tokiais atvejais informacinės technologijos pasitelkiamos susisiekti su pažįstamais ir artimaisiais, o kartais – ir naujoms pažintims užmegzti. Kiti apklausos dalyviai komunikacijos tikslais internetą naudoja retai arba visai nenaudoja.

Naudojantiems IKT dažnai būdingas daugiau negu vieno skirtingo bendravimo tinklo įvaldymas. Interviu dalyviai mini naudojantys tokias internetinio bendravimo priemones, kaip antai elektroninis paštas, susirašinėjimo ir vaizdo / garso skambučių platformos *Zoom*, *Skype*, *Google Meet*, *Viber*, *WhatsApp*, taip pat socialinis tinklas *Facebook* bei jam priklausanti susirašinėjimo ir pokalbių programa *Messenger*. Įvaldžiusieji daugiau negu vieną šių programų naviguoja tarp jų pagal savo poreikius ir programų funkcionalumą: vieni kanalai atrodo tinkamesni dalytis nuotraukomis, nes išlaiko aukštesnę jų kokybę, kiti – vaizdo skambučiams, o tretieji parankesni, kai norima greitai pasiekti adresatą tekstine žinute.

Įtraukėjai buvo pakviesti dalyvauti šiame tyrime, siekiant papildyti gautą informaciją. Įtraukėjai yra asmenys, kuriuos tyrimo dalyviai, vyresnio amžiaus IKT naudotojai, įvardijo kaip suteikiančius daugiausia paramos naudojant IKT (tai buvo vaikai ir viena vaikaitė). Jų imtį sudaro keturios moterys ir penki vyrai, 30–56 metų. Du įtraukėjai yra įgiję profesinį išsilavinimą, septyni – universitetinį. Šeši gyvena miestuose, vienas – miestelyje ir du užsienyje. Visi tyrime dalyvavę įtraukėjai yra lietuviai.

Teminė analizė

Tyrime taikyta indukcinė teminė analizė. Visi interviu buvo koduojami trijų tyrėjų, naudojantis MAXQDA 2020 programine įranga. Kiekvieną interviu į smulkius reikšmės vienetus kodavo vienas tyrėjas ir tikrino antrasis. Toliau kodai buvo tikslinami ir grupuojami, kad atspindėtų stambesnius reikšmės vienetus. Buvo pereita nuo pradinių aprašomųjų kodų prie labiau aiškinamųjų kodų. Šiame straipsnyje naudojami duomenys, priskirti kodui „Bendravimo *online* vertinimas“ ir jo subkodams.

Tyrimo rezultatai

Internetinio bendravimo privalumai vyresnių naudotojų požiūriu

Vyresni IKT naudotojai išvelgia teigiamų internetinio bendravimo aspektų. Nuotolinis bendravimas, jų teigimu, visų pirma leidžia susisiekti su kitais asmenimis, kai kitu atveju toks susisiekimas būtų sunkiai įmanomas. Pavyzdžiui, virtualus bendravimas padeda tiems vyresnio amžiaus žmonėms, kurių menkas fizinis pajėgumas trukdo gyvai aplankyti draugus ar artimuosius. Nuotolinės komunikacijos galimybės buvo itin svarbios pandemijos laikotarpiu (31MII¹, 4MI, 20MI). Internetinis bendravimas padeda ir augant

¹ Tyrimo dalyviams suteiktas kodas žymi interviu numerį, lytį (M – moteris, V – vyras) ir amžiaus grupę (I – 65–74 m., II – 75+ m.). Įtraukėjų interviu atveju vyresniojo IKT naudotojo kodas papildomas jo ryšiu su įtraukėju („dukra“, „sūnus“ ar „vaikaitė“).

žmonių mobilumui. Vyresnio amžiaus žmonės, bendraujantys nuotoliu, ne kartą pamini taip pasiekiantys savo artimuosius, kurie gyvena ne tik kituose miestuose, bet ir užsienyje, arba keliauja į užsienio šalis. „*Nu anksčiau, kai dar vaikai užsienyje nebuvo, tai to bendravimo mesendžerių praktiškai nebuvo labai su kuo ten. Nu nelabai buvo reikalingas*“, – dalijasi informantė (11MI). Į užsienį gyventi išvykę ar keliaujantys artimieji kai kuriais atvejais ir tampa senjorų įtraukėjais į nuotolinio bendravimo tinklus. Patys įtraukėjai pažymi, kad tai yra turtingesnis komunikacijos būdas negu skambučiai telefonu – internetu galima perduoti vaizdus, dalytis nuorodomis ir artimiesiems įdomios informacijos šaltinius (5VII_sūnus, 13MI_duktė, 24MII_vaikaitė). Tyrimo dalyviai dalijasi ne tik palaikantys ryšį su artimaisiais užsienyje, bet ir socialiniuose tinkluose suburiantys savo jaunystės draugus ar bendraklasius, kurie įprastomis aplinkybėmis nebesusitinka kasdieniame gyvenime.

Nuotolinis bendravimas, pasak tyrimo dalyvių, padeda kovoti su vieatve ir pajauti santykį su kitais, padeda jaustis įtrauktiems: „...*tiesiog nejaučiu, kad aš dirbu viena, kad aš kažkur užsidarius. Man atrodo, kad aš turiu ir savo kažkokį sociumą, nes matau ir feisbuko drauguose kas kur atostogauja, o kas dirba, o pas ką galbūt anūkas gimė*“ (7MI). Netgi ir tais atvejais, kai nurodomas komunikacijos akis į akį pranašumas, gali būti pripažįstama, kad susisiekimas socialiniais tinklais labiau priartina prie gyvo bendravimo patirties nei skambučiai telefonu ar apsikeitimas tekstinėmis žinutėmis. Galimybė pasinaudojant vaizdo skambučių funkcija leidžia pažvelgti į žmonių veidus, išvysti jų nuotaikas, todėl vertinama kaip itin patrauklus būdas „*pasimatyti*“ (26MI_dukra). Virtualus bendravimas tam tikrais atvejais gali tapti netgi gyvo bendravimo pakaitalu: „*Žodžiu, kažkaip taip labai... labai tai virtuali virtuali tikrovė, jinai tokia yra ne visai virtuali. Ji iš tikrųjų labai veiksmingai pakeičia tam tikrą sociumą, kurį turi žmogus, kuris kasdien eina į darbą, turi bendradarbių ir... ir ratą pažįstamų, kuriuos sutinka ne tik būdamas namie. Žodžiu, tai didelis ir labai veiksmingas langas į pasaulį.*“ (7MI). Kaip matome, virtuali realybė traktuojama kaip lygiavertė socialinei tikrovei. Virtualus bendravimas padeda ne tik palaikyti santykius, bet ir didinti savo socialinį ratą, megzti naujus ryšius. Pavyzdžiui, informantė įvardija įprastai labiau linkusi į vieatvę, tačiau internetu komunikuojanti ir mezganti pažintis: „...*šiaiip tai bendrauti man nelabai reikia. Vienišius daugiau. O kai per feisbuką, kažkas kažką įkelia, tai pakomentuoji. Susirašai, tada į Messendžerį pereini, jeigu reikia artimiau ką nors. Pažįstamų ratą prapleti*“ (13M1). Įtraukėjai paantrina, kad, paskatinus vyresnio amžiaus artimuosius naudotis internetinio bendravimo priemonėmis, pajaučiama ramybė, kad pastarieji yra „apsaugoti nuo vieatvės“ (35VII_sūnus). Pastebima, kad ir tie senjorai, kuriems nedrašu megzti gyvą santykį, noriai įsitraukia į komunikaciją internete, sulaukia dėmesio ir grįžtamojo ryšio, kuris kelia jų pasitenkinimą ir pasitikėjimą savimi (13MI_duktė).

Galimybė sulaukti įvairios pagalbos – dar vienas tyrimo dalyvių pastebimas socialinių tinklų privalumas. Tyrimo dalyvė pasakoja vykusį į seminarą ir paklydusi: „*Ir aš paskambinau dukrai, ir dukra man sako: Tu įsijunk Feisbuką, parodyk man tą visą nuotrauką ir aš tau parodysiu kur eiti. Tai tiesiog... Aš parodžiau jai nuotrauką ir iškart susigaudė, kur aš esu. Tai taip gana jos pagalba per feisbuką, per tą mesendžerį*“ (26MI).

Nuotolinio bendravimo siūlomas efektyvumas, kai galima greitai pasiekti kitą žmogų ir sulaukti atsako, tyrimo dalyvių įvertinamas ne kartą. Kitas tyrimo dalyvis palygina šiuolaikines galimybes su laikmečiu iki internetinio bendravimo: „*Ne taip, kaip tada. Laišką parašai, dvi savaites lauki. Aišku, kitas bendravimo lygis ir kitas gyvenimo lygis. Tikrai, bendraut maloniau ir geriau.*“ (19VI). Pozityviai vertinamas bendravimo internetu finansinis prieinamumas. Kalbant apie bendravimą su užsienyje gyvenančiais ar besilankančiais pažįstamais ar artimaisiais, telefoniniai skambučiai yra brangus susisiekimo būdas, palyginti su nuotolinio bendravimo platformomis.

Taigi internetinis bendravimas vyresnių žmonių vertinamas pozityviai, nes padeda įveikti fizines kliūtis, trukdančias gyviems susitikimams. Jis gali būti vertinamas kaip būdas mažinti vienišumo jausmą, neišeinant iš savo namų, kaip priemonė ne tik greitai ir patogiai pabendrauti su kitu žmogumi, bet ir prireikus sulaukti pagalbos. Galiausiai, atskleidžiama, kad palankus internetinio bendravimo programėlių vertinimas taip pat susijęs su jų finansiniu prieinamumu.

Internetinio bendravimo trūkumai vyresnių naudotojų požiūriu

Kritika dažnu atveju nukreipiama ne konkrečiai į tarpasmeninį bendravimą žinutėmis ar skambučiais tam skirtose internetinėse programėlėse, bet į viešą komunikaciją socialiniuose tinkluose. Atkreipiamas dėmesys į milžiniškus informacijos srautus socialiniuose tinkluose. Informantų teigimu, tampa nebeįmanoma pastebėti ir aprėpti visos informacijos, kurią ten bandoma komunikuoti. Be to, socialiniuose tinkluose susidaro „burbulai“, kurie sujungia bendraminčius. Tai, pasak informantės, gali būti ir privalumas, bet tuo pačiu atsiranda pavojus, kad priimama informacija yra šališka. Ji pastebi socialiniuose tinkluose matomą fasadą ir pageidautino įvaizdžio kūrimą: „*Ir kai pasiklausau, ir kai pamatau, kad žmogus pasako tik tai... Ar kaip jis nori, kad visi žinotų... Jis nenuoširdžiai tą padaro. Kad atrodo, jog nuoširdžiai kalba, bet, kaip man patinka tas išsireiškimas, mes visi turime spintoje skeletų. Ne vieną. Tai jis apie skeletus dažniausiai nieko ir nepasako.*“ (2MII).

Internetinio bendravimo kritikos šaltiniu gali tapti ir nuolatinis pasiekiamumas, kuris buvo minėtas ir kaip tokio bendravimo privalumas. Tyrimo metu atskleidžiama, kad būti lengvai pasiekiamam gali sutrikdyti dienos planus (8MI, 12MI). Lengvas pasiekiamumas gali reikšti ir tai, kad socialiniais tinklais su asmeniu gali susisiekti nepažįstami. Iškyla pavojus susidurti su nepageidaujama informacija – vaizdo įrašais, nuotraukomis: „*...yra buvę tokių, kad gavau keletą kartų tokių vos ne pornografinių, visai pornografinių nuotraukų į... per feisbuką. Kažkokių nepažįstamų asmenų. Nu tai tą akimirką būni kažkaip tai tu nemaloniai sutrikęs*“ (7MI). Tyrimo metu atsiskleidžia ne tik nepasitikėjimas socialiniuose tinkluose perduodama informacija, bet ir tuo, kas slepiasi kitoje ekrano pusėje. Interviu dalyviai mini susidūrę su žinutėmis iš netikrų profilių. Tai skatina atsargų ir kritišką bendravimą su nepažįstamaisiais. Net ir intensyviau socialiniais tinklais besinaudojantys tyrimo dalyviai teigia nejaučiantys poreikio internetu megzti naujas pažintis. Išryškėja selektyvus vyresnių vartotojų „draugų“ rato kūrimas, kai į socialinius

tinklus priimami ne visi ir realiame gyvenime sutikti žmonės: „*Aš jau kartais kokiam kolektyve, kur dalyvauju, aš jau pasakau, kad aš atsiprašau, bet į draugus nepriimu. Nu tiesiog man to nereikia. Sutinki žmogų, gali pasikalbėti. Kam man dar ten kiekvieną dieną skaityti, ką jis ten nufotografavo?*“ (31MII).

Socialiniai tinklai vyresnių IKT naudotojų kritikuojami kaip negatyvumo ir susipriešinimo šaltinis. Žmonės, reikšdami savo mintis socialiniuose tinkluose ir nematydami adresato akis į akį, gali jaustis anonimiški. Dalis socialinių tinklų vartotojų, pasak tyrimo dalyvės, reiškia nemalonus nuomones, galinčias sukelti jautrią reakciją (12MI). Kritikuojamas ir privatus internetinis bendravimas. Tyrimo metu išryškėja skirtis tarp „tikro“ (gyvo) ir „netikro“ (nuotolinio) bendravimo: „*Kada tu sėdi su žmogum. Tai yra tikrasis bendravimas. O čia tai, kai nėra kito, tai gerai ir šitas.*“ (34VI). Internetinis bendravimas, pavyzdžiui, darbo kontekste yra tinkamas operatyviai perduoti informaciją, bet ne giliems pokalbiams ir diskusijoms: „*dabar tas toksai nuotolinis darbas, jis daugiau skirtas bendravimui, tokiems operatyviems dalykams. Atlikti užduotims, suderinti ir taip toliau. Jis gal mažiau tinka ar netinka tokiems, sakysime, diskutiniams dalykams, strateginiam planavimui, sakysime, analizei*“ (8MI). Informantė apibūdina šį bendravimo būdą kaip „sausą, trumpą, dalykinį“, tinkamesnį, pavyzdžiui, klausytis paskaitų.

Dalis tyrimo dalyvių net nesusimąsto apie bendravimo internetu galimybę (3MII) arba teigia stebintys kitų veiklą, tačiau patys neįsitraukiantys (20MI). Kai kurie sako paprastai: jiems nepatinka žiūrėti ir kalbėti į ekraną (1MI). Dalis vyresnių interneto naudotojų nemėgsta vaizdo skambučių, nes vaizdas blaško jų dėmesį. Taip pat vyresni IKT naudotojai gali nesiryžti naudoti bendravimui skirtų programų dėl išankstinių nuostatų, kad šios programos yra painios, sunkiai perprantamos. Pavyzdžiui, kalbėdama apie prisijungimą prie nuotolinio bendravimo platformų, slaptažodžius tyrimo dalyvė pavadina „burtažodžiais“: „*Visko prašo ten visko prašo. Reikia tą padaryti, tų burtažodžių ir visa kita.*“ (3MII).

Taip pat išryškėja tyrimo dalyvių nuostata, kad internetinis bendravimas, internetinių pažinčių mezgimas tinkamesnis jaunimui (31MII, 10MI). Informantė, kalbėjusi apie besiformuojančius socialinius burbulus, pratešia: „*...ne mano natūrai feisbukas, bet jauni žmonės tai tiek to. Todėl, kad jie ten ir bendraminčiai dažniausiai. Vienas kitą ir palaiko, ir pagaliau dabar ir susiburia kažkokiom akcijom atlikti. Tik, matyt, ne aštuoniasdešimtmečių ten užsiėmimas turėtų būti. Tie senukai, jeigu jiems reikia jiems, gyvai gali eiti kažkur susitikti*“ (2MII). Kita dalyvė pažymi, kad į internetinį bendravimą sunku įtraukti bendraamžius. Ji prisimena atvejį, kai bendraklasė nenorėjo dalyvauti virtualiame klasės susitikime dėl savo išvaizdos: „*Labai iš arti parodys mano raukšles. Sakau, tai pasistatyk ekraną toliau. Žinai, pasistatyk toliau, kad nerodytų tavo raukšlių.*“ (4MI).

Galiausiai, dalis tyrimo dalyvių dalijasi nerimu, kad bendravimas internetu gali pernelyg įtraukti („*gali labai ilgai įlįst ir neišlįst iš tų svetainių*“, 10MI). Taip pat nerimaujama, kad nuotolinis bendravimas gali pakeisti gyvą bendravimą (11MI). Kita vertus, kai kurie dalyviai tarsi atsako į tokius nuogaštavimus teigdami, kad įsitraukimo į socialinius tinklus intensyvumas yra laisvai pasirenkamas (4MI).

Taigi vyresni IKT naudotojai nuotolinį bendravimą vertina nevienodai. Nors tyrimo metu išryškėjo tokio susisiekimo būdo privalumų, informantai pateikė ir kritikos tiek viešai prieinamai komunikacijai socialinių tinklų paskyrose, tiek asmeniniam susirašinėjimui ar vaizdo skambučiams. Kita vertus, ne vienu atveju pripažįstama, kad internetinis bendravimas, nors ir kritikuotinas, yra geriau negu kai nėra bendravimo.

Internetinis bendravimas – ne pats priimtinausias, bet „geriau negu nieko“

Tarp tyrimo dalyvių dažnas yra nusiteikimas, kad internetinis bendravimas yra „geriau negu nieko“ (20MI). Vis dėlto, kai yra pasirinkimas, kitos – įprastinės – komunikacijos formos pripažįstamos kaip priimtinesnės. Vyresnio amžiaus IKT naudotojai teigia, kad bendrauti per atstumą mieliau renkasi skambučius telefonu, kad to „užtenka“, ir nebūtinai yra poreikis matyti pašnekovą. Net ir kalbantis naudojant internetines programėles ne visada norima dalytis vaizdu. Nuskamba pamąstymai, kad telefoninis bendravimas, kurio metu girdimas tik balsas, yra įprastesnis ir dėl to galbūt jaukesnis.

Tyrimo dalyviai pabrėžia labiausiai vertinantys gyvą bendravimą, kurio negali pakeisti nei garso, nei vaizdo skambučiai ar tekstinės žinutės, o „*kai susitinki su žmogum, tas pokalbis kažkaip tai šiltesnis*“ (16MI). Kaip gyvo bendravimo pranašumas įvardijamas ir jo efektyvumas. Nors dalis tyrimo dalyvių minėjo efektyvumą kaip bendravimo internetu privalumą, buvo nuomonių, kad gyvas bendravimas vis dėlto yra efektyvesnis. Kalbant apie žinučių rašymą, dalis vyresnio amžiaus asmenų užtrunka santykinai ilgai, kad be klaidų perteiktų norimas mintis. Vienos tyrimo dalyvės teigimu: „...vis tiek man pirmenybė gyvas. Per minutę gali pasakyti daug daugiau negu ištaisyti klaidas parašius sakinį. Ir išsiųsti taisyklingą žinutę. Nes aš mėgstu su visais ž ir nosinėm. Kad būtų lietuviška, tvarkinga. O tai atima laiko“ (12MI). Apskritai tarp informantų kartais nuskamba nostalgija tradicinių bendravimo būdų. Paminimos dingusios laiškų rašymo tradicijos, taip pat prisimenami laikai, kai pažįstami „*dažnai tiesiog imdavo ir užeidavo, nepranešę*“ (7MI).

Taigi nors dalis tyrimo dalyvių įtraukia internetinį bendravimą į savo kasdienybę ir įžvelgia tokios komunikacijos privalumų, taip pat pripažįstama, kad šis bendravimo būdas neprilygsta gyvam. Neretai už internetinį bendravimą palankiau vertinami ir pokalbiai telefonu. Paradoksas, kad, labiausiai vertindami gyvą bendravimą, šio tyrimo dalyviai vis dėlto dažniau rinkosi interviu nuotoliu, paaiškintinas tuo, kad (greičiausiai dėl paprastumo ir patogumo) informantai dažniausiai rinkosi antrąją prioritetinę alternatyvą – kalbėtis telefonu.

Diskusija ir išvados

Šiuo tyrimu siekta išsiaiškinti, kaip internetinį bendravimą vertina vyresni IKT naudotojai. Išryškėjo tiek pozityvios, tiek neigiamos vyresnių žmonių nuostatos. Duomenų analizė, visų pirma, atitinka technologijų priėmimo modelio (Davis, 1989a; 1989b) idėją – teigiamos Lietuvos vyresnių žmonių nuostatos vertinant internetinį bendravimą su-

sijusios su suvokiama nauda. Įžvelgiamos naudos atliepia ir papildo apžvelgtus užsienio šalių tyrimų rezultatus. Kaip aptikta ir kituose tyrimuose, nuotolinis bendravimas atveria galimybių sulaukti artimųjų pagalbos kasdienėse situacijose (Casanova et al., 2021) ir padeda įveikti vienatvės išgyvenimus. Užsienio šalių tyrimuose vienišumo mažinimas įvardijamas kaip pozityvi internetinio bendravimo įtaka vyresniems žmonėms (Nowland et al., 2018).

Vyresni IKT naudotojai vertina nuotolinės komunikacijos priemones kaip padedančias kovoti su vienišumu, kai yra ribotos fizinio kontakto galimybės, t. y. kai pašnekovus skiria reikšmingas geografinis atstumas (Yuan et al., 2016; Casanova et al., 2021; Bixter et al., 2019) arba kai vyresniems žmonėms trūksta fizinio pajėgumo aplankyti artimuosius. Šio tyrimo dalyviai įtraukė COVID-19 pandemijos įtaką. Nesant galimybės susitikti, įvertinama ne tik kasdieninė internetinė komunikacija, bet ir galimybė padalyvauti nuotoliu artimiesiems reikšminguose įvykiuose ir šventėse (Hope et al., 2014). Kaip ir kitų šalių tyrimuose, IKT įvertinamos kaip pigesnė alternatyva negu bendravimas telefoniniais skambučiais, ypač tais atvejais, kai skambinama į užsienio šalis (Casanova et al., 2021).

Prie vienišumo mažinimo prisideda ir naujų pažinčių socialiniuose tinkluose mezgimas. Vis dėlto tiek šio, tiek užsienio tyrimų dalyviai atrodo labiau linkę internetu bendrauti su jau pažįstamais asmenimis (Vošner et al., 2016) ir komunikaciją su nepažįstamaisiais vertina nevienpusiškai. Nors naujos pažintys gali būti vertinamos, ypač pastebint pensinio amžiaus asmenims būdingą ankstesnio socialinio rato mažėjimą, tačiau pastebimas ir nepasitikėjimas bei baimė susidurti su nepageidaujamu turiniu (Bixter et al., 2019).

Šiame tyrime išryškėję kritikuotini internetinio bendravimo aspektai taip pat susiję su ankstesnių tyrimų rezultatais. Atsikartoja brėžiama skirtis tarp „tikro“, „žmogiško“ (akis į akį) ir „netikro“ (internetinio) bendravimo ir baiminamasi, kad nuotolinė komunikacija gali tapti gyvo kontakto pakaitalu (Vaportzis et al., 2017; Heinz et al., 2013). Socialiniai tinklai gali būti pernelyg įtraukūs ir imlūs laiko (Casanova et al., 2021). Be to, išryškėjo internalizuotas amžizmas – kalbintų IKT naudotojų nuostata, kad bendravimas internete labiau tinkamas jaunimui (Köttl et al., 2023).

Kita vertus, apklaustų vyresnių IKT naudotojų įžvalgos papildo ankstesnių tyrimų rezultatus, kai kritika skiriama viešajai internetinei komunikacijai. Kritikuojami neaprepiami internetinės komunikacijos srautai, dėl besiformuojančių socialinių burbulų kylantis šališkumo pavojus, realybės neatitinkančių įvaizdžių internete kūrimas ir anonimiškumo paskatintas negatyvių pasisakymų skleidimas.

Galiausiai, tyrimo rezultatai bent iš dalies atitinka medijų turtingumo teorijos teiginius (Daft & Lengel, 1984). Vyresni IKT naudotojai Lietuvoje yra linkę vertinti skirtingas komunikacijos priemones pagal tai, kiek, jų nuomone, turtinga tokiu būdu perduodama informacija. Prioritetas teikiamas bendrauti akis į akį kaip būdui, tinkamam diskusijoms ir leidžiančiam keistis neverbaline informacija. Vaizdo skambučiai vertinami dėl panašumo į gyvą bendravimą – galimybės pamatyti pašnekovą, jo nuotaiką. Dėl panašumo į pokalbius susitikus vertinami ir garso skambučiai. Šie radiniai dera su rezultatais anksčiau

atliktų tyrimų, kuriuose nustatyta, kad nuotolinių komunikacijos priemonių panašumai su gyvu bendravimu įvardijami kaip jų privalumai (pavyzdžiui, Yuan et al., 2016).

Siekiant paskatinti vyresnius žmones naudoti IKT ir bendrauti internetu, vertėtų platinėti informaciją apie interneto naudojimo naudą, atsiveriančias galimybes ir pranašumus. Teigiami vyresnių IKT naudotojų patirčių ir įpročių pavyzdžiai galėtų būti gera atsvara amžistiniams stereotipams. Reikia šviesti visuomenę apie tolygios skaitmeninės įtraukties svarbą, skatinti tiek intra-, tiek tarpgeneracinę pagalbą naudotis nuotolinėmis bendravimo priemonėmis, įsitraukti į bendruomenes socialiniuose tinkluose. Galiausiai, derėtų plėsti skaitmeninį raštingumą apie saugų bendravimą internete, kritišką gaunamos informacijos vertinimą ir nepageidaujamos informacijos tvarkymą.

Literatūra

Bixter, M. T., Blocker, K. A., Mitzner, T. L., Prakash, A., & Rogers, W. A. (2019). Understanding the use and non-use of social communication technologies by older adults: A qualitative test and extension of the UTAUT model. *Gerontechnology: international journal on the fundamental aspects of technology to serve the ageing society*, 18(2), 70. <https://doi.org/10.4017/gt.2019.18.2.002.00>

Casanova, G., Abbondanza, S., Rolandi, E., Vaccaro, R., Pettinato, L., Colombo, M., & Guaita, A. (2021). New older users' attitudes toward social networking sites and loneliness: The case of the oldest-old residents in a small Italian city. *Social Media+ Society*, 7(4), <https://doi.org/10.1177/205630512111052905>

Caspi, A., Daniel, M., & Kavé, G. (2019). Technology makes older adults feel older. *Aging & mental health*, 23(8), 1025–1030. <https://doi.org/10.1080/13607863.2018.1479834>

Daft, R. L., & Lengel, R. H. (1984). Information richness: A new approach to managerial behavior and organization design. *Research in Organizational Behavior*, 6, 191–233.

Davis, F. D. (1989a). Technology acceptance model: TAM. *Al-Suqri, MN, Al-Aufi, AS: Information Seeking Behavior and Technology Adoption*, 205, 219.

Davis, F. D. (1989b). Perceived usefulness, perceived ease of use, and user acceptance of information technology. *MIS quarterly*, 319–340.

EUROSTAT (2023). Data on Digital Economy and Society. Open access: <https://ec.europa.eu/eurostat/data/database>

Gedvilaitė-Kordušienė, Margarita, & Rapolienė, Gražina (2023). Digital Engagement of Older Adults in Lithuania: Obstacles and Support Opportunities. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 27, 38–57. <https://doi.org/10.15388/STEPP.2023.27.3>

Heinz, M., Martin, P., Margrett, J. A., Yearns, M., Franke, W., Yang, H. I., ... & Chang, C. K. (2013). Perceptions of technology among older adults. *Journal of Gerontological Nursing*, 39(1), 42–51. <https://doi.org/10.3928/00989134-20121204-04>

Heo, J., Chun, S., Lee, S., Lee, K. H., & Kim, J. (2015). Internet use and well-being in older adults. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 18(5), 268–272. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0549>

Hope, A., Schwaba, T., & Piper, A. M. (2014). Understanding digital and material social communications for older adults. In *Proceedings of the SIGCHI Conference on Human Factors in Computing Systems* (pp. 3903–3912). <https://doi.org/10.1145/2556288.2557133>

Yuan, S., Hussain, S. A., Hales, K. D., & Cotten, S. R. (2016). What do they like? Communication preferences and patterns of older adults in the United States: The role of technology. *Educational Gerontology, 42*(3), 163–174. <https://doi.org/10.1080/03601277.2015.1083392>

Karaoglu, G., Hargittai, E., Hunsaker, A., & Nguyen, M. H. (2021). Changing technologies, changing lives: older adults' perspectives on the benefits of using new technologies. *International Journal of Communication, 15*, 3887–3907. Retrieved from: <https://ijoc.org/index.php/ijoc/article/view/16047/3539>

Köttl, H., Allen, L. D., Mannheim, I., & Ayalon, L. (2023). Associations between everyday ICT usage and (self-) ageism: A systematic literature review. *The Gerontologist, 63*(7), 1172–1187. <https://doi.org/10.1093/geront/gnac075>

Nakagomi, A., Shiba, K., Kondo, K., & Kawachi, I. (2022). Can online communication prevent depression among older people? A longitudinal analysis. *Journal of Applied Gerontology, 41*(1), 167–175. <https://doi.org/10.1177/0733464820982147>

Nowland, R., Necka, E. A., & Cacioppo, J. T. (2018). Loneliness and Social Internet Use: Pathways to Reconnection in a Digital World? *Perspectives on Psychological Science, 13*(1), 70–87. <https://doi.org/10.1177/1745691617713052>

Rapoliene, G., Gedvilaite-Kordusiene, M., & Tretjakova, V. (2024). Barriers of Information and Communication Technologies (ICT): Narratives of Older Users and Their Facilitators. *Romanian Journal of Communication and Public Relations 25*(3): 7–23. <https://doi.org/10.21018/rjcp.2023.3.443>

Sala, E., Cerati, G., & Gaia, A. (2023). Are social media users more satisfied with their life than non-users? A study on older Italians. *Ageing & Society, 43*(1), 76–88. <https://doi.org/10.1017/S0144686X21000416>

Šuminas, A., Gudinavičius, A., & Aleksandravičius, A. (2018). Skaitmeninės atskirties požymiai ir lygmenys: Lietuvos atvejo analizė. *Information & Media, 81*, 7–17. <https://doi.org/10.15388/Im.2018.0.11937>

Vaportzis, E., Giatsi Clausen, M., & Gow, A. J. (2017). Older adults perceptions of technology and barriers to interacting with tablet computers: a focus group study. *Frontiers in Psychology, 8*, 1687. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01687>

Vošner, H. B., Bobek, S., Kokol, P., & Krečič, M. J. (2016). Attitudes of active older Internet users towards online social networking. *Computers in Human Behavior, 55*, 230–241. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.09.014>

Wilson, G., Gates, J. R., Vijaykumar, S., & Morgan, D. J. (2023). Understanding older adults' use of social technology and the factors influencing use. *Ageing & Society, 43*(1), 222–245. <https://doi.org/10.1017/S0144686X21000490>