

XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



La Formación Continua a lo Largo de Toda la Vida

Universida_{de}Vigo



XIII JORNADAS
INTERNACIONALES SOBRE
ASOCIACIONISMO
EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS
DE MAYORES

XIII JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

“La Formación Continua a lo Largo de Toda la Vida”

LIBRO DE ACTAS

Organiza



Asociación de Alumnos
“AULAS DE FORMACIÓN ABERTA”
del Programa de Formación de Mayores de la
Universidad de Vigo – Campus de Vigo

Convoca



Confederación Estatal de Asociaciones y
Federaciones de Alumnos y Exalumnos
de los Programas Universitarios de Mayores
(CAUMAS)

Vigo, del 17 al 20 de septiembre de 2014.

© Los autores. Vigo 2014.

Asociación de Alumnos “AULAS DE FORMACIÓN ABERTA” del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo.

Coordinación general.

Asociación de Alumnos “AULAS DE FORMACIÓN ABERTA” del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo.

Coordinación Editorial.

Eva Leal Gil.

Diseño de la Cubierta.

Asociación de Alumnos “AULAS DE FORMACIÓN ABERTA” del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo.

Diseño Original Logo XIII Jornadas.

“Camelia Ciudad de Vigo”, por Alex Vázquez Palacios.

Maquetación: SERVIGLOBAL-CORIA GRAFICA S.L.

Imprime: CORIA GRÁFICA, S.L.

ISBN. 978-84-8158-651-0

Depósito Legal: J-374-2014

Formato electrónico de la publicación (e-Pub) en:

webs.uvigo.es/aulasabertas2

www.revistadigitalseniorsuniversitarios.com

www.caumas.org

XIII JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

Organiza:

Asociación de Alumnos "AULAS DE FORMACIÓN ABERTA" del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo.

Auspicia:

Federación Galega de Asociacións Universitarias Séniors (FEGAUS).

Convoca:

Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Ex-alumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS).

Comité de Honor de las XIII Jornadas:

- Sr. Presidente de la Xunta de Galicia, D. Alberto Núñez Feijóo.
- Sr. Alcalde de Vigo, D. Abel Caballero Álvarez.
- Sr. Rector de la Universidad de Vigo, D. Salustiano Mato de la Iglesia.
- Sr. Secretario General de Universidades del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, D. Federico Morán Abad.
- Sr. Presidente del Consello Social de la Universidad de Vigo, D. Ernesto Pedrosa Silva.
- Sr. Director de la Escola Universitaria de Estudios Empresarias, D. Patricio Sánchez Bello.

- Sr. Representante de Universidad Portuguesa.
- Sr. Presidente de la Autoridad Portuaria de Vigo, D. Ignacio López-Chaves Castro.
- Sr. Presidente Provincial de la Diputación de Pontevedra, D. Rafael Louzán Abal.
- Sra. Delegada del Consorcio Zona Franca de Vigo, D^a Teresa Pedrosa Silva.
- Sr. Presidente de la Fundación Mapfre, D. Antonio Núñez Tovar.
- Sr. Presidente de CAUMAS, D. Felipe Martín Moreno.
- Sr. Presidente de "AULAS DE FORMACION ABERTA", D. Alejandro Otero Davila.

Comité Académico de las XIII Jornadas:

Presidente:

D. Manuel Fernández Iglesias, Vicerrector de Extensión Universitaria y Relaciones Internacionales de la Universidad de Vigo.

Comisionados:

- Profesor D. José Fariña Fariña, Ex-director del Programa de Mayores del Campus de Vigo
- Profesor D. Benjamín Porto Porto (Área Sociología)
- Profesor D. Leonardo Fuentes Blanco (Área Psicología)
- Profesor D. Esteban López Figueroa (Área Tecnología)
- Profesor D. José Montero Reguera (Área Literatura)
- Profesora D^a Concha Báez Montero (Área Comunicación e Información)
- Alumno D. Alejandro Otero Davila
- Alumno D. Lino Fortes Pousa
- Alumno D. Nicolás Santos Gallego

- Alumno D. José Luís Mariño Rodríguez
- Alumno D. Jacobo Pedrosa Pedrosa

Comité Organizador:

- Presidente de “AULAS DE FORMACIÓN ABERTA” D. Alejandro Otero Davila
- Presidenta del Comité Organizador D^a Marina Troncoso Rodríguez
- Secretario D. Miguel Correa Nogueira
- Tesorero D. Ramón Fernández Brey
- Relaciones con la Universidad e Información de la Web D^a Conchi Lobato Cameselle

- Responsable de Logística D^a Carmen Troncoso Rodríguez
- Relaciones Prensa-Radio y TV D. José Luis Mariño Rodríguez
- Equipo de Coordinadores de Voluntarios:
 - D^a Carmen Troncoso Rodríguez
 - M^a Carmen López Díaz
 - D^a Cristina Fernández Alonso
- Equipo Coordinador de los Talleres:
 - D. Fernando Devesa Múgica
 - D. José Luis Mariño Rodríguez
 - D. Jacobo Pedrosa Pedrosa
 - D. Constantino García Ares

PRESENTACIÓN

Un año más nos reunimos respondiendo al sentir de nuestros precursores, participando activamente en estas XIII Jornadas de intercambio de experiencias e información entre asociaciones de alumnos de las diferentes universidades con Programa de Mayores, públicas y privadas, de España y Portugal.

El Programa de Mayores y su aprendizaje nos permiten revivir las mejores experiencias de nuestra juventud, esta oportunidad de formarnos nos llena de optimismo, esperanza y satisfacción. Nos anima a proseguir y a invitar a nuestros amigos y familiares a que retornen de nuevo a las aulas.

El lema de estas jornadas es *“La Formación Continua a lo Largo de Toda la Vida”*. Caminamos hacia esa realidad, hoy podemos afirmar que tenemos mejores y mayores oportunidades de formarnos y actualizarnos. En todas las provincias y ciudades importantes hay una o más universidades con formación para mayores, públicas o privadas.

Por otro lado no llegamos al uno por mil de la población, con lo que sería conveniente publicitar en mayor grado esta actividad formadora. Resulta cada vez más necesario propagar esta inquietud de renovación o esa actitud adaptativa; el mundo evoluciona, progresa, se complica,

está lleno por todas partes de técnicas difíciles y vastos saberes. ¿Y nosotros? “nosotros estamos en medio de esta vorágine” con unos pocos añitos y con nuestras facultades un tanto mermadas. Tenemos que adaptarnos, ponernos al día en la manera de lo posible, para no caer en el ostracismo o en la obsolescencia cultural.

En la actualidad el nivel del conocimiento es el resultado del análisis y criba de muchas mentes brillantes a lo largo del tiempo, la aplicación constante del método científico a todas las disciplinas y las nuevas formas de comunicarse hacen que la búsqueda de la verdad o el conocer la realidad, se conviertan en una necesidad. Desde muy jóvenes hemos sido enseñados a razonar y comprender con lógica. Estamos acostumbrados a pensar y razonar de una manera racional, no fantasiosa, sin milagros. El admitir las cosas por dogma de fe ya no encajan tan fácilmente como en otras épocas, el desarrollo de la sociedad actual se debe fundamentalmente al avance científico-cultural.

La aplicación y diversificación de la metodología científica en sentido amplio y la forma de pensar, aproxima el conocimiento científico-técnico con el pensamiento humanista. Cada vez más, las ciencias se entronizan en las humanidades, y viceversa, acercándonos de este modo a un humanismo científico-técnico¹.

La educación continua o permanente se ha desarrollado de forma diversa en

¹ PÉREZ SERRANO, G. (2010): *APRENDER A LO LARGO DE LA VIDA. DESAFÍO DE LA SOCIEDAD ACTUAL* (PDF), EN WWW.UHU.ES PUNTOS (1,2,3). UNIVERSIDAD DE SEVILLA

todas las civilizaciones; siempre han existido estructuras educativas informales en relación con la totalidad de la vida. La transmisión de cultura de una generación a otra y la participación popular en la cultura tradicional conducen inevitablemente a formas y medios de aprendizaje que exceden el limitado espacio de la educación formal hasta abarcar prácticamente la integridad de la vida².

La explosión del conocimiento, los avances científicos y los desarrollos tecnológicos de los últimos tiempos suponen no sólo un cambio cuantitativo y cualitativo, por lo que son un reto y un esfuerzo para la educación³.

La formación permanente se ha convertido no sólo en una exigencia sino en una necesidad ineludible para todos nosotros, para la sociedad. El sistema educativo debe asumir el objetivo de que todas las personas a lo largo de su vida puedan seguir aprendiendo y eso exige oportunidades, programas y servicios⁴.

No es utópico desear lo que indica Marín Ibáñez (1988): la educación propia se caracteriza, entre otros rasgos, por la libertad y flexibilidad para que cada individuo seleccione los aprendizajes más adecuados a sus circunstancias e invierta el tiempo y los recursos que estime oportunos.

Es importante garantizar una formación adaptada a las peculiaridades de los

mayores, y dar la opción a que ésta sea también por períodos variables. El sedentarismo no es buen compañero a nuestra edad, necesitamos actividad y movilidad. E, entendemos que la formación de los mayores no se logra sin conocer "a priori" las apetencias, dificultades o necesidades del destinatario. No está de más señalar que en este curso han fallecido varios compañeros y otros han sido intervenidos o causaron baja por enfermedad, por ello sería estimable y de agradecer que en los programas de mayores hubiese diversas materias que tratasen de prevenir las principales fuentes de problemas o enfermedades. La formación tendría una vertiente práctica de utilidad vital, y respondería a nuestras características adaptándose a las necesidades del alumnado.

Manifestar nuestra opinión a través de los medios de comunicación, o a través de la jerarquía académica o participar en los órganos de decisión del Programa de Mayores es una necesidad conforme a las líneas democráticas de nuestra época. La excelencia en la educación no se logrará sin considerar nuestra participación.

La riqueza cultural que da haber trabajado durante toda la vida, nos faculta y sitúa en condiciones de tener criterio para manifestar nuestro parecer y poder señalar el grado de satisfacción sobre la formación recibida. Tener libertad para escoger asignaturas es fundamental y

² IDEM.

³ IDEM.

⁴ IDEM.

tenerla para opinar sobre los Programas de Formación en la Universidad es una manera de contribuir a mejorar la docencia que se imparte. Poder aprender lo que se necesite o quiera, colaborar con el profesorado en determinadas materias, participar en proyectos de investigación no son quimeras, ni sueños, son formas concretas de integración, aproximación y progreso.

El Informe de la Comisión Internacional de Educación de la UNESCO sobre *Educación para el siglo XXI*, presidida por Jacques Delors (1996) dedica el capítulo V a la educación a lo largo de la vida y señala:

- El concepto de educación a lo largo de la vida es la llave para entrar en el siglo XXI. Ese concepto va más allá de la distinción tradicional entre educación primera y educación permanente y coincide con otra noción formulada a menudo, la de sociedad educativa en la que todo puede ser una buena ocasión para aprender y desarrollar las capacidades del individuo.
- Con este nuevo rostro, la educación permanente se concibe como algo que va mucho más allá de lo que hoy ya se practica, particularmente en los países desarrollados, a saber, las actividades de nivelación, de perfeccionamiento y de conversión y promoción profesionales de los adultos. Ahora se trata de que ofrezca la posibilidad de recibir educación a todos, y ello con fines múltiples, tanto si se trata de brindar una segunda o tercera ocasión educativa o de satisfacer la sed de conocimientos, de belleza o de superación personal como de perfeccionar y ampliar

los tipos de formación estrictamente vinculados con las exigencias de la vida profesional, incluidos los de formación práctica.

- En resumen, la “educación a lo largo de toda la vida” debe aprovechar todas las posibilidades que ofrece la sociedad, y viceversa.

El informe alude a la transformación del concepto de educación e invita a que la educación ocupe un lugar predominante en la vida de los individuos.

El mismo informe, en el capítulo VIII, señala que el desarrollo de las nuevas tecnologías de la información y la comunicación debe dar pie para la reflexión general sobre el acceso al conocimiento en el mundo de mañana. La Comisión recomienda:

- La diversificación y mejora de la enseñanza a distancia gracias al uso de las nuevas tecnologías; una mayor utilización de éstas en el marco de la educación de adultos, especialmente para la formación continua del personal docente.
- El fortalecimiento de las infraestructuras y las capacidades de cada país en lo tocante al desarrollo en esta esfera, así como la difusión de las tecnologías en el conjunto de la sociedad. Se trata en todo caso de condiciones previas a su uso en el marco de los sistemas educativos formales.

En este capítulo se invita a recurrir a todos los medios que la tecnología pone a

nuestro alcance (TICs), por lo que los centros de formación, públicos y privados, deben utilizar, enseñar y fomentar su manejo.

La educación y el aprendizaje de las personas mayores está siendo un proceso natural. La Administración funciona a pesar de encontrarnos en serias dificultades económicas, falta de locales, falta de disponibilidad de profesores, diversidad de horarios, etc.

Ya se señaló el año pasado lo que puede hacer el alumno por la docencia. ¿Qué medios puede aportar?, ¿Qué iniciativas puede poner en marcha? Programar o diseñar cursos, seminarios, conferencias extracurriculares, pueden ser una alternativa para ampliar y diversificar el espectro de materias, grabar clases y difundirlas a través de Internet compartiendo las grabaciones por medio de la red mediante multiconferencias, etc.

En esta publicación se recogen las ponencias, comunicaciones e iniciativas de catedráticos, expertos, diversos profesionales y alumnos con el ánimo de informar y sugerir mejoras continuas al Programa de Mayores en todas las universidades. Se recogen las prácticas, conclusiones y propuestas de los talleres de los alumnos. Por otro lado, también se trata de reflejar la situación actual de los diferentes programas de la Universidad de Mayores, en instituciones públicas y privadas.

Por todo ello la Asociación de Estudiantes del Programa Universitario para Mayores

de la Universidad de Vigo (AULAS DE FORMACIÓN ABERTA), como organizadora y anfitriona de las jornadas, intenta por medio de esta publicación difundir ponencias y aportaciones con el ánimo de que su contribución ayude a enriquecer la actividad de asociaciones, universidades, responsables de políticas públicas y de los propios alumnos, presentes y futuros de los programas de mayores.

Por último, nuestro más sincero agradecimiento a todas las personas y entidades que han hecho posible que estas Jornadas se desarrollen de manera satisfactoria. Destacamos a la Xunta de Galicia, la Universidad de Vigo, especialmente el Rectorado, Vicerrectorado de Extensión Universitaria, Consello Social, y a la Escuela de Empresariales. También merecen mención especial el Concello de Vigo, la Autoridad Portuaria, el Consorcio de la Zona Franca, Fundación Mapfre, Green it, CAUMAS, la Universidad de Porto, la Diputación de Pontevedra y los alumnos voluntarios, sin los cuales la organización de este evento no podría funcionar.

Esperamos, por tanto, que esta publicación sea fuente de desarrollo de iniciativas y un impulso para posteriores acciones.

Jacobo Pedrosa Pedrosa,

Miembro de la Junta Directiva de "Aulas de Formación Aberta"

Responsable de Calidad

Comité Organizador

índice

	Página
PRÓLOGO	17
D. Salustiano Mato de la Iglesia, Rector de la Universidad de Vigo.....	19
SALUDAS	23
D. Alberto Núñez Feijóo, Presidente de la Xunta de Galicia.....	25
D. Abel Caballero Álvarez, Alcalde de Vigo.....	27
D. Ernesto Pedrosa Silva, Presidente del Consello Social de la Universidad de Vigo....	29
D ^a . Marisa Castro, Coordinadora del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo.	33
COMUNICACIONES	35
“La labor de organización de las XIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores” . D ^a . Marina Troncoso. Vocal de “Aulas de Formación Aberta”. Presidenta del Comité de Organización de las XIII Jornadas...	37
“Formación a lo Largo de la Vida y Envejecimiento Activo desde las Universidades de Mayores” . D ^a . M ^a Cruz Muñoz Grande. Asociación AUMISAN. Universidad Permanente Millán Santos de Valladolid.....	43
“La educación continua a lo largo de la vida” . Joaquín Ferrando Miñano. Asociación ASUNEX. Universidad de León.....	57
“Un nuevo discurso: Exigencias de una educación sin barreras” . Enrique Pozón Lobato. Catedrático de la Universidad de Málaga.....	63
“Inteligencia Emocional y Formación Continua de Adultos: Nuevos horizontes en la oferta formativa de adultos” . M ^a Carmen Fernández Vázquez. Doctora en Psicología. Directora de Oficina de Empleo de Zaragoza del Instituto Aragonés de Empleo.....	73
“Experiencias en educación emocional de adultos” . Ana Isabel García Capapey. Terapeuta Gestalt y Cuentoterapeuta. Zaragoza.....	79
“Resiliencia y bienestar psicológico a lo largo de la vida: Claves para un cambio de mirada” . M ^a Teresa Crespo Sierra. Universidad Permanente Millán Santos. Universidad de Valladolid.....	89

“Envejecimiento Activo en la Universidad” . <i>M^a del Carmen Alborés Maceiras</i> . Alumna IV Ciclo Universidad de Santiago de Compostela.	107
“Contributos para a desconstrução de alguns estereótipos sobre idosos e envelhecimento” (<i>“Contribuciones a la erradicación de algunos estereotipos acerca de la tercera edad y del envejecimiento”</i>). <i>Maria Ausenda Babo</i> . Programa Estudos Universitários para Sêniores de la Universidad de Oporto (PEUS).	111
“La construcción social de la edad: Buenas prácticas en el uso del lenguaje en los Programas Universitarios de Mayores” <i>M^a del Carmen Serrano Vázquez</i> . Directora de la Universidad Permanente “Millán Santos”, Universidad de Valladolid.	121
“Una visión nueva de los Sénior: Cómo envejecer, en verso” <i>Miguel Correa Nogueira</i> . Asociación “Aulas Abertas”. Universidad de Vigo. Campus de Vigo.	129
“El liderazgo en la organización de las Juntas Directivas” <i>Informe sobre cómo trabajar para visualizar y fomentar el liderazgo del mayor a través de la experiencia y valores</i> . Asociación de Alumnos “Aulas de Formación Abierta” del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo. Campus de Vigo.	137
“Incorporación del criterio de calidad en el trabajo de las Juntas Directivas de las Asociaciones Universitarias de Mayores” . <i>Alejandro Otero Dávila</i> . Presidente de la Asociación “Aulas de Formación Abierta” de la Universidad de Vigo. Presidente de la Federación Gallega (FEGAUS). Vocal de comunicación de la Confederación Nacional (CAUMAS).	147
“Universidades y Asociaciones de Alumnos Mayores en la Formación a lo Largo de la Vida: Indicadores para una nueva sociedad” . <i>Eva Leal Gil</i> . Periodista e ideóloga Social. Directora de la Revista “Madurez Activa”.	151
“La integración de las Asociaciones de Alumnos Mayores en la Universidad y en el modelo educativo de Formación Permanente. Aportaciones desde la Confederación Estatal CAUMAS . <i>Felipe Martín Moreno</i> . Presidente de la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS).	169
TALLERES	179
“Colaboración con profesores”.	181
“Normalización de los Programas de Formación Seniors”.	182
“Plan Bolonia, Desarrollo del Programa <i>Formación de Mayores</i> ”.....	182
“Programa Intergeneracional”.....	184

INFORME	187
“Informe sobre la situación actual de las Asociaciones Universitarias de Mayores en España: Resultados de la Encuesta a los Alumnos de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades Españolas”. <i>Realizado por la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS)</i>	189
EPÍLOGO	207
D. Manuel Fernández Iglesias, Vicerrector de Extensión Universitaria y Relaciones Internacionales de la Universidad de Vigo.	209
BIBLIOGRAFIA ESPECÍFICA	211
DIRECTORIO	215
De Asociaciones Universitarias de Personas Mayores en España.	217
De Programas Universitarios para Personas Mayores en España.	223



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Prólogo

PRÓLOGO

Envellecer aprendendo cada día moitas cousas novas.

O aumento da esperanza e da calidade de vida, outorga ás persoas maiores un peso cada vez máis relevante na sociedade, ata o punto de que conceptos como o de “terceira idade” evolucionaron rapidamente nos últimos anos cara a unha idea de envellecemento activo, afastado da pasividade e do declive intelectual. É neste escenario no que as persoas maiores demandan máis actividades de ocio, cultura e formación, ámbito este último no que as universidades responderon poñendo en marcha programa específicos, que no caso da Universidade de Vigo botaron a andar no ano 2002, para chegar a este 2014 con preto de 300 matriculados e matriculadas.

No caso dos e das nosas maiores, o concepto de envellecemento activo tamén cobra forza derrubando barreiras xeracionais e apostando por unha formación que, nalgúns casos, é unha continuación e noutros un novo comezo, pero en ambos a confirmación de que evolucionamos dun concepto de vellez como unha etapa definitiva a un novo modelo de mellora de calidade de vida das persoas maiores, no que as universidades deben desenvolver un papel fundamental. Unha obriga que pasa por facer da formación permanente da poboación unha das nosas principais tarefas, cando menos no caso de España, xa que noutros países da nosa contorna e fóra

dela a cidadanía regresa habitualmente ás aulas universitarias para continuar a súa formación durante toda a vida. Así, mentres en países como Gran Bretaña, Alemaña, Dinamarca, Austria, Canadá ou EEUU a pirámide de idade da poboación universitaria ten mudado significativamente nos últimos anos, no caso de España apenas si se teñen producido uns cambios, que deben ser entendidos como unha misión social fundamental, en especial nun país no que, segundo advirte o Instituto Nacional de Estadística, INE, en tres anos haberá máis falecementos que nacementos, algo que só sucedera na Guerra Civil e durante a pandemia de gripe de 1918.

Peza fundamental nese traballo a prol dun envellecemento activo e dunha solidariedade interxeracional, é o que están a realizar os membros da Asociación de Alumnos Aulas de Formación Aberta do Programa de Maiores da Universidade de Vigo, que dende hai anos desenvolven un encomiable labor de dinamización, a través das máis variadas accións, que sempre contan con amplo respaldo dos e das universitarias sénior. É neste mes de setembro, que as actividades emprendidas polo alumnado cobran especial relevancia coa celebración das XIII Jornadas Internacionais sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, nas que tomarán parte representantes de asociacións de alumnos de todas as universidades de España e do norte de Portugal. Centradas na experiencia da formación continua ao longo de toda a

vida desenvolvida nas aulas do alumnado de maior idade, as xornadas converterán Vigo no epicentro da análise da mellora e integración dos programas de maiores na universidade, cuestións sen dúbida capitais na potenciación do envellecemento activo.

Quero a través deste prólogo trasladar a miña felicitación a todas as persoas, que dun ou doutro xeito, participaron na organización das XIII Jornadas Internacionais sobre Asociacionismo en

los Programas Universitarios de Mayores, coa presidenta do comité organizador, Marina Troncoso á cabeza. Grazas a todos e todas por darlle sentido con actividades académicas como esta a unha frase atribuída ao filósofo Platón, precursor dunha visión positiva da vellez, que tería asegurado, xa no século V a.C, que envellecía aprendendo cada día moitas cousas novas.

D. Salustiano Mato de la Iglesia

Reitor da Universidade de Vigo

PRÓLOGO

Envejecer aprendiendo cada día muchas cosas nuevas.

El aumento de la esperanza y de la calidad de vida, otorga a las personas mayores un peso cada vez más relevante en la sociedad, hasta el punto de que conceptos como el de «tercera edad» evolucionaron rápidamente en los últimos años hacia una idea de envejecimiento activo, alejado de la pasividad y del declive intelectual. Es en este escenario en el que las personas mayores demandan más actividades de ocio, cultura y formación, ámbito este último en el que las universidades respondieron poniendo en marcha programas específicos, que en el caso de la Universidad de Vigo echaron a andar en el año 2002, para llegar a este 2014 con cerca de 300 matriculados y matriculadas.

En el caso de nuestros y nuestras mayores, el concepto de envejecimiento activo también cobra fuerza derribando barreras generacionales y apostando por una formación que, en algunos casos, es una continuación y en otros un nuevo comienzo, pero en ambos la confirmación de que evolucionamos de un concepto de vejez como una etapa definitiva a un nuevo modelo de mejora de calidad de vida de las personas mayores, en el que las universidades deben desarrollar un papel fundamental. Una obligación que pasa por hacer de la formación permanente de la población una de nuestras principales tareas, cuando menos en el caso de España,

ya que en otros países de nuestro contorno y fuera de él, la ciudadanía regresa habitualmente a las aulas universitarias para continuar su formación durante toda la vida. Así, mientras en países como Gran Bretaña, Alemania, Dinamarca, Austria, Canadá o EE.UU. la pirámide de edad de la población universitaria ha cambiado significativamente en los últimos años, en el caso de España apenas sí se han producido unos cambios, que deben ser entendidos como una misión social fundamental, en especial en un país en el que, según advierte el Instituto Nacional de Estadística, INE, en tres años habrá más fallecimientos que nacimientos, algo que sólo había sucedido en la Guerra Civil y durante la pandemia de gripe de 1918.

Pieza fundamental en ese trabajo en pro de un envejecimiento activo y de una solidaridad intergeneracional, es lo que están realizando los miembros de la Asociación de Alumnos Aulas de Formación Abierta del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo, que desde hace años desarrolla un encomiable cometido de dinamización, a través de las más variadas acciones, que siempre cuentan con amplio respaldo de los y de las universitarias sénior.

Es en este mes de septiembre, cuando las actividades emprendidas por el alumnado cobran especial relevancia con la celebración de las XIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, en las que tomarán parte representantes

de asociaciones de alumnos de todas las universidades de España y del norte de Portugal. Centradas en la experiencia de la formación continua a lo largo de toda la vida desarrollada en las aulas del alumnado de mayor edad, las jornadas convertirán Vigo en el epicentro del análisis de la mejora e integración de los programas de mayores en la universidad, cuestiones sin duda capitales en la potenciación del envejecimiento activo.

Quiero a través de este prólogo trasladar mi felicitación a todas las personas, que de una u otra manera, participaron

en la organización de las XIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, con la presidenta del comité organizador, Marina Troncoso a la cabeza. Gracias a todos y todas por darle sentido con actividades académicas como ésta a una frase atribuida al filósofo Platón, precursor de una visión positiva de la vejez, que habría asegurado, ya en el siglo V a.C, que envejecía aprendiendo cada día muchas cosas nuevas.

D. Salustiano Mato de la Iglesia

Rector de la Universidad de Vigo



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Saludas

SAÚDA

**Alberto Núñez Feijóo***Presidente da Xunta de Galicia*

Cada vez camiñamos cara a unha maior esperanza de vida. Pero non só vivimos máis anos, senón que o facemos con mellor saúde, con máis calidade de vida e coa firme vontade de seguir participando activamente nos distintos ámbitos da nosa sociedade.

Un destes campos é o universitario: a presenza dos nosos maiores na universidade xa non é algo que se considere extravagante ou raro. Ben ao contrario, desde que xurdiu a primeira aula da terceira idade en Toulouse, a principios da década dos setenta, a participación deste colectivo nos estudos universitarios tense xeneralizado ao longo e ancho da xeografía ata formar parte, de xeito incuestionable, da meirande parte das planificacións que as institucións académicas realizan en materia de atención ás persoas maiores.

Galicia tamén foi pioneira na promoción deste tipo de ensinanzas no conxunto do Estado, e hoxe, grazas á disposición e ao interese amosados polos nosos maiores, que nos demandan formación no ámbito universitario, seguimos a ser referente na materia.

A mellor proba disto atopámola aquí, nestas xornadas internacionais sobre asociacionismo nos programas universitarios, que durante catro días

convirten Vigo en centro de debate sobre a formación continua deste colectivo. Un foro que pretende achegar ideas, reflexións e propostas xurdidas do intercambio de experiencias recollidas durante o proceso de aprendizaxe nas aulas sénior das disintas institucións académicas aquí representadas.

Sen dúbida, iniciativas como esta achegan, máis se cabe, a universidade a aquelas persoas maiores que manteñen o entusiasmo por seguir aprendendo e por dotarse coñecementos, aprendizaxes e estratexias que as axudan no seu desenvolvemento integral e na súa autonomía persoal.

Pero ademais de ser un efectivo instrumento para o desenvolvemento da mente e para a contribución dun envellecemento activo, dinámico e participativo, a presenza dos nosos maiores no sistema universitario ofrécenos ao conxunto da sociedade un valor engadido fundamental: a súa experiencia profesional e vital.

Quero felicitar, pois, aos alumnos das Aulas de formación aberta, do Programa de maiores da Universidade de Vigo, por organizar estas xornadas e por poñer en valor o papel dos nosos maiores na sociedade. Vós sodes a voz da experiencia, unha voz á que debemos darlle máis cabida por canto nos brinda un espazo de encontro interxeracional e experiencias enriquecedoras das que todos podemos aprender e extraer coñecementos.

SALUDA**Alberto Núñez Feijóo***Presidente de la Xunta de Galicia*

Cada vez caminamos hacia una mayor esperanza de vida. Pero no solamente vivimos más años, también lo hacemos con mejor salud, con más calidad de vida y con la firme voluntad de seguir participando activamente en los distintos ámbitos de nuestra sociedad.

Uno de estos campos es el universitario: la presencia de nuestros mayores en la Universidad ya no es algo que se considere extravagante o raro. Bien al contrario, desde que surgió la primera aula de la tercera edad en Toulouse, a principio de la década de los setenta, la participación de este colectivo en los estudios universitarios se ha generalizado a lo largo y ancho de la geografía hasta formar parte, de modo incuestionable, de la mayor parte de las planificaciones que las instituciones académicas realizan en materia de atención a las personas mayores.

Galicia también fue pionera en este tipo de enseñanza en el conjunto del Estado, y hoy, gracias a la disposición y al interés mostrado por nuestros mayores, que nos demandan formación en el ámbito universitario, somos un referente en la materia.

La mejor prueba de esto la encontramos aquí, en las Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas

Universitarios de Mayores, que durante cuatro días convierten a Vigo en centro de debate sobre la formación continua de este colectivo. Un foro que pretende aportar ideas, reflexiones y propuestas surgidas del intercambio de experiencias recogidas durante el proceso de aprendizaje en las aulas séniors de las distintas instituciones aquí representadas.

Sin duda, iniciativas como esta acercan, más si cabe, la universidad a aquellas personas que mantienen el entusiasmo por seguir aprendiendo y por dotarse conocimientos, aprendizajes y estrategias que les ayudan en su desarrollo integral y en su autonomía personal.

Pero además de ser un efectivo instrumento para el desarrollo de la mente y para la contribución de un envejecimiento activo, dinámico y participativo, la presencia de nuestros mayores en el sistema universitario nos ofrece al conjunto de la sociedad un valor añadido fundamental: su experiencia profesional y vital.

Quiero felicitar, pues, a los alumnos de Aulas de Formación Abierta, del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo, por organizar estas jornadas y por poner en valor el papel de nuestros mayores en la sociedad. Vosotros sois la voz de la experiencia, una voz a la que debemos darle más cabida por cuanto nos brinda un espacio de encuentro intergeneracional y experiencias enriquecedoras de las que todos podemos aprender y extraer conocimientos.

SAÚDA

Abel Caballero Álvarez

Alcalde de Vigo

Gustárame aproveitar a oportunidade de dirixirme aos organizadores e participantes destas xornadas para destacar a labor tan importante que veñen facendo dende hai 13 edicións.

É de vital importancia o achegamento da experiencia académica a todos aqueles que non tiveron oportunidade de formarse na xuventude ou que simplemente queren seguir aprendendo na madurez. A Universidade de Vigo mostra, unha vez, máis o seu compromiso coa formación activa, involucrándose en proxectos de especial importancia como este *Programa de Maiores*.

Quero louvar o papel desinteresado do persoal docente que participa nestas xornadas marcadas pola cultura pero tamén pola convivencia e o lecer, así como o das persoas activas e inqedas ás que a experiencia da vida anima a seguir asumindo novos retos. Quero que saiban que contan e contarán co apoio do Concello de Vigo, sempre involucrado nas actividades académicas e culturais que tamén contribúen a facer cidade.

Remato desexándolles a todos os alumnos que disfruten e que traten de absorber todo o que as xornadas lles ofrecen. Estamos encantados de poder participar na apertura deste evento formativo que, un ano máis, voltará ser un éxito.

SALUDA

Abel Caballero Álvarez

Alcalde de Vigo

Me gustaría aprovechar la oportunidad de dirigirme a los organizadores y participantes en estas jornadas para destacar la labor tan importante que vienen haciendo desde hace 13 ediciones.

Es de vital importancia el acercamiento de la experiencia académica a todos aquellos que no tuvieron la oportunidad de formarse en la juventud o que simplemente quieren seguir aprendiendo en la madurez. La Universidad de Vigo muestra, una vez

más, su compromiso con la formación activa, involucrándose en proyectos de especial importancia, como este *Programa de Mayores*.

Quiero alabar el papel desinteresado de los profesores que participan en estas jornadas marcadas por la cultura, pero también por la convivencia y el ocio, así como el de las personas activas e inquietas a las que la experiencia de la vida anima a seguir asumiendo nuevos retos. Quiero que sepan que tienen y tendrán el apoyo del Ayuntamiento de Vigo, siempre involucrado en las actividades académicas y culturales que también contribuyen a hacer ciudad.

SAÚDE

Ernesto Pedrosa Silva

*Presidente del Consello Social de la
Universidad de Vigo*

Cada vez en maior medida os cidadáns reclaman outros modelos educativos, máis flexibles e adaptados ás novas circunstancias vitais. A sociedade irrompe con forza na busca do coñecemento. E as universidades comezan a anticipar respostas. Os programas comezan a adecuarse ás necesidades dun maior número de persoas, e en particular ás demandas da poboación adulta que demanda formación na etapa intermedia da súa vida laboral, por necesidade profesional ou polo simple e puro pracer de saber máis.

Experiencias hai xa de universidades que permiten matrículas en materias á carta cunha finalidade formativa, e abren o acceso mesmo aos que nunca tiveron oportunidade de acceder á educación superior. Outras elaboran menús personalizados con materias adaptadas ao interese, ás necesidades e á formación previa de cada caso. E as hai tamén que van máis alá no seu programa para adultos e propoñen dedicalo á investigación.

Unha rápida mirada arredor evidencia que estudar por vocación é xa unha tendencia poderosa, á que as universidades intentan adaptarse a gran velocidade, aínda que ben é certo que no noso ámbito o marco lexislativo vai máis lento e está

pouco desenvolvido, ademais de que o financiamento público está aínda en mínimos. Este contexto adverso ten reflexo na baixa participación da poboación adulta española nos programas universitarios respecto á media da UE. Pero a estatística non empequenece a explosión producida pola ansia de saber, que se multiplica curso a curso, ata o punto de crear un movemento con volume dabondo para iluminar xa as primeiras estatísticas: os que estudan por gusto prefiren a ciencia teórica e as humanidades.

Nos actos de graduación acostumo a repetir aos alumnos que non esquezan nunca que o título que reciben non é máis que unha certificación que acredita que están capacitados para seguir aprendendo o resto das súas vidas, logo os felicito e felicito tamén os seus pais, tíos ou avós que os acompañan. Creo que pronto terei que dirixir estas últimas felicitacións aos fillos, sobriños ou netos. A Universidade está, verdadeiramente, ante un gran cambio.

E tamén a sociedade. Porque chegan tempos en que non son só os mozos os que se matriculan, empeza a ser a sociedade enteira, a porcentaxe dos maiores de 30 anos ten cada vez maior presenza, e isto adquire un valor especial porque os alumnos son un dos compoñentes máis sensibles e máis dinámicos de calquera Universidade. Son os mellores transmisores dos beneficios que a institución universitaria debe reportar á sociedade, e o reflexo máis fiable do éxito ou fracaso do modelo universitario.

Sen esquecer o coñecemento, quero resaltar tamén a formación humanística e o labor de cohesión social que ofrece a educación superior e como con estes novos alumnos contribuirá a ensanchar a base cívica da nosa sociedade, unha esperanza nova para evitar desigualdades na vertixinosa sociedade do coñecemento, para dar resposta a problemas reais, para crear espazos para a reflexión e a creatividade nunha sociedade xusta e de progreso, e para a mellor comprensión do complexo mundo que habitamos.

Actos como as Xornadas que promove a Asociación de alumnos do Programa de maiores da UVigo son un valioso testemuño dos tempos que vivimos. Tamén nos inducen ao optimismo, porque axudarán

a un cambio que ás universidades lles custa e farán posible que desaparezan os discursos de sospeita e desconfianza entre a Sociedade e a Universidade, porque é necesario que a mellora das prestacións universitarias e as esperanzas dos cidadáns camiñen xuntas, e que a calidade e a rendibilidade dos recursos empregados no ensino superior alcancen niveis óptimos. Porque creo que as universidades non alcanzarán plenamente os seus obxectivos ata que consintan que a sociedade as entenda, intégreas, quériñas e síntaas útiles. E o encontro cuxa documentación se recolle nestas páxinas é un camiño novo de altas prestacións nesa causa, porque o intercambio que xera concentra enerxías e afectos imbatibles na boa dirección.

SALUDA

Ernesto Pedrosa Silva

*Presidente del Consejo Social de la
Universidad de Vigo*

Cada vez en mayor medida los ciudadanos reclaman otros modelos educativos, más flexibles y adaptados a las nuevas circunstancias vitales. La sociedad irrumpe con fuerza en la búsqueda del conocimiento. Y las universidades comienzan a anticipar respuestas. Los programas comienzan a adecuarse a las necesidades de un mayor número de personas, y en particular a las demandas de la población adulta que demanda formación en la etapa intermedia de su vida laboral, por necesidad profesional o por el simple y puro placer de saber más.

Experiencias hay ya de universidades que permiten matrículas en asignaturas a la carta con una finalidad formativa, y abren el acceso incluso a quienes nunca tuvieron oportunidad de acceder a la educación superior. Otras elaboran menús personalizados con asignaturas adaptadas al interés, a las necesidades y a la formación previa de cada caso. Y las hay también las que van más allá en su programa para adultos y proponen dedicarlo a la investigación.

Una rápida mirada alrededor evidencia que estudiar por vocación es ya una tendencia poderosa, a la que las universidades intentan adaptarse a gran

velocidad, aunque bien es cierto que en nuestro entorno el marco legislativo va más lento y está poco desarrollado, además de que la financiación pública está aún en mínimos. Este contexto adverso tiene reflejo en la baja participación de la población adulta española en los programas universitarios respecto a la media de la UE. Pero la estadística no empequeñece la explosión producida por el ansia de saber, que se multiplica curso a curso, hasta el punto de crear un movimiento con volumen suficiente para alumbrar ya las primeras estadísticas: quienes estudian por gusto prefieren la ciencia teórica y las humanidades.

En los actos de graduación acostumbro a repetir a los alumnos que no olviden nunca que el título que reciben no es más que una certificación que acredita que están capacitados para seguir aprendiendo el resto de sus vidas, luego les felicito y felicito también a sus padres, tíos o abuelos que les acompañan. Creo que pronto tendré que dirigir estas últimas felicitaciones a los hijos, sobrinos o nietos. La Universidad está, verdaderamente, ante un gran cambio.

Y también la sociedad. Porque llegan tiempos en que no son solo los jóvenes los que se matriculan, empieza a ser la sociedad entera, el porcentaje de los mayores de 30 años tiene cada vez mayor presencia, y esto adquiere un valor especial porque los alumnos son uno de los componentes más sensibles y más dinámicos de cualquier Universidad.

Son los mejores transmisores de los beneficios que la institución universitaria debe reportar a la sociedad, y el reflejo más fiable del éxito o fracaso del modelo universitario.

Sin olvidar el conocimiento, quiero resaltar también la formación humanística y la labor de cohesión social que ofrece la educación superior y cómo con estos nuevos alumnos contribuirá a ensanchar la base cívica de nuestra sociedad, una esperanza nueva para evitar desigualdades en la vertiginosa sociedad del conocimiento, para dar respuesta a problemas reales, para crear espacios para la reflexión y la creatividad en una sociedad justa y de progreso, y para la mejor comprensión del complejo mundo que habitamos.

Actos como las Jornadas que promueve la Asociación de alumnos del Programa de mayores de la UVigo son un valioso

testimonio de los tiempos que vivimos. También nos inducen al optimismo, porque ayudarán a un cambio que a las universidades les cuesta y harán posible que desaparezcan los discursos de sospecha y desconfianza entre la Sociedad y la Universidad, porque es necesario que la mejora de las prestaciones universitarias y las esperanzas de los ciudadanos caminen juntas, y que la calidad y la rentabilidad de los recursos empleados en la enseñanza superior alcancen niveles óptimos. Porque creo que las universidades no alcanzarán plenamente sus objetivos hasta que consientan que la sociedad las entienda, las integre, las quiera y las sienta útiles. Y el encuentro cuya documentación se recoge en estas páginas es un camino nuevo de altísimas prestaciones en esa causa, porque el intercambio que genera concentra energías y afectos imbatibles en la buena dirección.

SAÚDA

Marisa Castro

*Coordinadora do Programa de Maiores no
Campus de Vigo*

“... Eles não sabem, nem sonham, / que o
sonho comanda a vida. / Que sempre que o
homem sonha /

o mundo pula e avança / como bola colorida /
entre as mãos de uma criança”

(A Pedra Filosofal, *António Gedeão*)

O premio nobel José Saramago repetía, cada vez que tiña oportunidade, que a persoa máis sabia que el coñecera era analfabeta, o seu avó. Un sabio, aínda que el non era consciente de tal cousa. Un home que tiña intacta a súa capacidade de observación, e acumulaba xunto cos anos, coñecementos e experiencia vivida. O escritor hispano luso estaba plenamente convencido de que, como di o refrán, a experiencia é un grao.

Sen embargo, a experiencia vivida en solitario fai que se perda unha boa parte dese coñecemento adquirido. Pérdese cando deixa de pasar de xeración en xeración. E, como todo o que sabemos é herdado doutras persoas, que antes o traballaron e/ou estudaron, temos a obriga moral de compartilo e de comunicalo aos demais (Luís Freire, 1994). Unha forma magnífica de difundilo é a través de grupos

coordinados, de asociacións, onde persoas con formación e intereses diferentes poden reunirse para compartir inquiredanzas e resolver problemas comúns ao grupo.

Agora ben, si todo o traballo, análise e discusión dunha asociación se queda dentro do grupo tamén se limita o enriquecemento persoal e, moito máis, o aporte social; por iso, o asociacionismo é piramidal. As asociacións agrúpanse en federacións e, estas en confederacións, nacionais e internacionais, que intentan reunirse e/ou comunicarse para desenvolver ideas e proxectos.

Con esta filosofía e traxectoria naceron, seguramente, as primeiras xornadas sobre asociacionismo nos programas universitarios de maiores e, con o voluntarismo e desinterese dun grupo de persoas (os líderes sempre son en pequeno número), chegan as XIII Xornadas, que con satisfacción e orgullo son acollidas polo Campus Universitario de Vigo, no que me honro de ser a coordinadora do Programa de Maiores e, como tal, douvos a benvinda.

Ao ver o entusiasmo e cariño co que a Asociación de Alumnos “Aulas de Formación Aberta” de Vigo elaborou o programa, estou segura que será un éxito e que todos os asistentes gozarán da súa estancia entre nós e que conseguirán dinamizar os proxectos que traen na cabeza ou na carteira.

SALUDA

Marisa Castro

*Coordinadora del Programa de Mayores en el
Campus de Vigo*

*“...Ellos no saben, ni sueñan, / que los sueños
dirigen la vida. / Que siempre que el hombre
sueña, /
el mundo continúa y avanza / como pelota de
colores / entre las manos de un niño”.*

(A Pedra Filosofal, Antón Gedeão)

El Premio Nobel José Saramago repetía, cada vez que tenía oportunidad, que la persona más sabia conocida por él, era analfabeta, su abuelo. Era un hombre sabio, aunque él no era consciente. Tenía intacta su capacidad de observación y acumulaba junto con los años, los conocimientos adquiridos y la experiencia vivida. El escritor hispano-luso estaba plenamente convencido de que, como dice el refrán, la experiencia es un grado.

Sin embargo, la experiencia vivida en solitario hace que se pierda una buena parte de ese conocimiento. Se pierde cuando deja de pasar de generación en generación. Y, como todo lo que sabemos es heredado de otras personas, que antes lo trabajaron y/o estudiaron, tenemos la obligación moral de compartirlo y de comunicarlo a los demás (Luis Freire, 1994). Una forma magnífica de hacerlo es a través

de grupos coordinados, de asociaciones, donde personas con formación e intereses diferentes pueden reunirse para compartir inquietudes y resolver problemas comunes al grupo.

Ahora bien, si todo el trabajo, análisis y discusión de una asociación se queda dentro del grupo, también es limitado el enriquecimiento personal y la aportación social; por ello, el asociacionismo es piramidal. Las asociaciones se agrupan en federaciones y, éstas en confederaciones, nacionales e internacionales, que intentan reunirse y/o comunicarse para desarrollar ideas y proyectos.

Con esta filosofía y trayectoria nacieron las primeras jornadas sobre asociacionismo en los programas universitarios de mayores y, con el voluntarismo y desinterés de un grupo de personas (los líderes siempre son en pequeño número), llegan las XIII Jornadas, que con satisfacción y orgullo son acogidas por el Campus Universitario de Vigo, en el que tengo el honor de ser coordinadora del Programa de Mayores y, como tal, os doy la bienvenida.

Al ver el entusiasmo y cariño con el que la Asociación de Alumnos “Aulas de Formación Abierta” de Vigo ha organizado el programa, estoy segura que será un éxito y que todos los asistentes disfrutarán de su estancia entre nosotros y conseguirán dinamizar todos los proyectos que traen en la cabeza o en cartera.



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Comunicaciones

LA LABOR DE ORGANIZACIÓN DE LAS XIII JORNADAS INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

Marina Troncoso

Vocal de "Aulas de Formación Abierta"

*Presidenta del Comité de Organización
de las XIII Jornadas*

RESUMEN

En los Programas Universitarios para Mayores, la actividad e implicación de las asociaciones de los alumnos ha conseguido que estos programas tengan un contenido cada vez más adecuado a las exigencias de los alumnos a los que van dirigidos. Las asociaciones reciben las inquietudes, sugerencias y opiniones de los alumnos; esta información es trasladada a las instituciones para conseguir una mayor calidad académica y de estructura.

A nivel nacional, y ahora con la participación de Portugal, las Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores que se realizan todos los años desde 2001, son el punto de encuentro para el intercambio de información y debate necesarios en la actualización de los programas, atendiendo a las nuevas necesidades de adaptación, tanto académicas como sociales.

Esta comunicación pretende no sólo resumir el trabajo de Organización de las XIII Jornadas, sino que sea una guía útil para las próximas ediciones, con un carácter solidario, práctico, de compañerismo y de ayuda, como lo es el principio en el que se inspiran estas Jornadas anuales de las Asociaciones Universitarias de Mayores.

INDICE

- 1. Introducción.**
- 2. Hoja de Ruta.**
- 3. Trabajando en equipo.**

1. INTRODUCCIÓN

En noviembre de 2012 tuvieron lugar en la Universidad Autónoma de Madrid las XI Jornadas Nacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. En ese encuentro, el presidente de CAUMAS, Felipe Martín Moreno, ofreció a los representantes de la Asociación de Alumnos de Vigo “Aulas de Formación Abierta” la posibilidad de organizar las XIII Jornadas. Al momento se aceptó el reto, considerando un gran honor haber sido elegidos y agradeciendo la oportunidad para reunir en un congreso en nuestra ciudad a los alumnos y profesores de los programas de mayores, con el objetivo de compartir información, dudas, inquietudes y propuestas de mejora en los programas académicos que nos corresponden.

Comenzó entonces a formarse la maquinaria que tenía que llevar a un buen fin el proyecto de la organización y realización de las XIII Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, esta edición con carácter Internacional. Reunida la junta directiva de la asociación de alumnos para evaluar y definir el proyecto, se decide formar dos grupos de trabajo bien definidos:

- Un Comité Académico encargado de elegir comunicaciones, controlar todo lo referente a la aportación académica y contactar con los profesores de la universidad para cumplir con los objetivos de calidad y excelencia en las ponencias. Este comité estaría integrado

por profesores y alumnos del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo.

- Un Comité Organizador, responsable de la logística, publicidad, contactos y todo lo que no sea estrictamente académico, integrado por alumnos.

Constituidos los comités se definen y adjudican las responsabilidades a los miembros de la junta directiva, con un calendario de actividades y reuniones.

2. HOJA DE RUTA

- Decidir un lema para las XIII Jornadas que sea el nexo de ponencias y comunicaciones.
- Buscar un logotipo que identifique las XIII Jornadas.
- Hacer una memoria previa a las XIII Jornadas.
- Invitar a los profesores para formar parte del Comité Académico.
- Buscar fechas para la celebración.
- Hacer un primer *timing* –programa- de conferencias e intervenciones.
- Incluir 4 talleres y 10 comunicaciones de otras universidades.
- Hacer un presupuesto estimado de gastos.
- Seleccionar el espacio para el acto de inauguración.
- Elegir un ponente de renombre para la inauguración.
- Proponer ponentes para las jornadas.
- Enviar información a todas las universidades que impartan Programas de Mayores.

- Buscar actividades para los acompañantes.
- Seleccionar hoteles y negociar un precio especial.
- Publicar un libro de Actas con las comunicaciones y ponencias.

Con los objetivos definidos y las responsabilidades repartidas, comienza a ejecutarse cada uno de los puntos de la hoja de ruta. Como primer paso, entre las propuestas para el lema de las XIII Jornadas, se elige por unanimidad “La Formación Continua a lo Largo de Toda la Vida” y con ese título se elabora la memoria de antecedentes y el dossier de presentación explicando los motivos y objetivos de las XIII Jornadas.

Se invita los profesores especialistas en las materias oportunas para formar parte del Comité Académico; se discuten las fechas para el evento y se decide celebrar las Jornadas a mediados de septiembre, por la bonanza del clima en esa época -el mes de septiembre está considerado el mejor del año para disfrutar de una visita a Vigo, y una vez decidida la fecha, se organiza el *timing* del programa, incluyendo cuatro conferencias, ocho comunicaciones de otras universidades y cuatro talleres. Se distribuyen los tiempos, en una tarde para la inauguración, dos días completos para las conferencias, comunicaciones y talleres, y un día de convivencia navegando por la Ría y visitando las Islas Cíes.

Por otra parte, se prepara un presupuesto estimado de gastos incluyendo imprenta, comidas, traslados, publicidad,

comunicación, logística y la contratación de una secretaria técnica. Considerando que el espacio para la inauguración debe estar en el centro de la ciudad para facilitar el acceso a todos los participantes e interesados, se elige el teatro García Barbón, lugar emblemático de Vigo donde se celebran los actos más importantes de la ciudad, ya sean artísticos, políticos o sociales.

Puestos en contacto a través de un alumno del Programa de Mayores con Álex Vázquez, uno de los pintores gallegos de mayor renombre, éste ofrece crear unas camelias para que sean utilizadas como el logo representativo de las XIII Jornadas. Se elige la Camelia Japónica variedad Cidade de Vigo, por su belleza y por su nombre tan apropiado para la ocasión.

Los integrantes de la junta directiva se comprometen a proponer ponentes de alto prestigio para elegir al conferenciante que pueda inaugurar las jornadas. Surgen muchas propuestas y después de largos debates se decide contactar con Eduard Punset, por su reconocimiento como científico y comunicador y, sobre todo, por ser una persona “mayor” que continúa muy activo formando y formándose a lo largo de toda la vida. Por tanto, hechas las gestiones pertinentes se llega a un acuerdo con el ponente para su asistencia y participación con una conferencia inaugural.

Al mismo tiempo se proponen nombres para los conferenciantes que deben cubrir las cuatro o cinco ponencias en el *timing* elaborado. Aquí se integran universidades

portuguesas con las que se contacta desde el primer momento. Con toda esa información se elabora la documentación para entregar a las instituciones y posibles colaboradores. El dossier consta de Memoria; Presupuesto y Programación. De esta manera, se presenta el dossier al Vicerrector de Extensión Universitaria, departamento del que depende el Programa de Mayores de la Universidad de Vigo, para:

- Informar del proyecto al Vicerrectorado del que depende el Programa en Vigo.
- Solicitar la necesaria colaboración de la Universidad de Vigo.
- Ofrecer la presidencia del Comité Académico al Vicerrector.
- Invitar a las universidades españolas y portuguesas desde UVIGO.
- Utilización de salón para conferencias y aulas para talleres.

Una vez realizado el contacto con la Universidad de Vigo, se envía a todas las universidades y a las asociaciones de alumnos la información de la celebración de las XIII Jornadas, adjuntando la memoria y el programa.

3. TRABAJO EN EQUIPO

La Universidad de Vigo da el primer paso, ofreciendo la colaboración del Departamento de Ingeniería Telemática para realizar un trabajo intergeneracional de alumnos mayores, profesores universitarios y alumnos de formación reglada, con el

objetivo de realizar una página Web que contenga y actualice toda la información de las XIII Jornadas. Inmediatamente se forma el equipo de trabajo comenzando por el diseño y contenido de la Web.

Se informa debidamente de las Jornadas a las instituciones públicas: Xunta de Galicia, Concello de Vigo, Zona Franca, Consello Social de UVIGO, Autoridad Portuaria y Diputación de Pontevedra, con la presentación del dossier (memoria, programa y presupuesto) y solicitando la colaboración a cada una de ellas.

Se inaugura la página Web de las XIII Jornadas con toda la información traducida a cinco idiomas y comienza la divulgación de información y su difusión vía Internet.

Se piden citas y reuniones, se solicitan ayudas y colaboraciones, se negocia, explica, informa y se consigue la implicación en el proyecto de las instituciones públicas, tanto autonómicas, como universitarias y locales. De este modo, el Presidente de la Xunta de Galicia es invitado a abrir el acto inaugural; el Alcalde de la ciudad, el Rector de UVIGO, el Presidente del Consello Social y otras autoridades, son invitados a participar en la Mesa Inaugural.

Cuatro alumnos del Programa de Mayores elaboran los Talleres que se han decidido incluir en el desarrollo de las jornadas, haciéndose responsables de la dirección de cada uno de ellos. Asimismo, se publica en la Web la información con el título, tema y las cuestiones que se deben debatir en cada taller, así como las normas para redactar y enviar las comunicaciones:

modo de presentación, extensión, plazo de entrega, y sobre todo, tiempo de lectura en las Jornadas en el caso de que se elijan por el Comité Académico, ya que éste recibe las comunicaciones, las valora, las evalúa y decide las comunicaciones que se leerán en las Jornadas.

Por otra parte se están organizando las comidas, pausas-cafés, cena de clausura y actividades para los acompañantes de los participantes. Se conciertan los hoteles que acogerán a los asistentes con un precio especial, y lo más importante, se difunde la información sobre la inscripción, alojamiento, transportes, turismo y demás asuntos de interés en la Web.

Es importante destacar que también se prepara un Plan de Voluntariado invitando a todos los alumnos del Programa de Mayores de Vigo a participar en la organización de los eventos programados, repartiendo tareas y cometidos según la disponibilidad de cada uno.

El libro de Actas de las XIII Jornadas donde se publicarán todas las comunicaciones y ponencias se diseña invitando al Rector de UVIGO para que redacte el Prólogo. Asimismo, se invita al Presidente de la Xunta, al Alcalde de Vigo, al Presidente del Consello Social y la coordinadora del Programa de Mayores de Vigo para que publiquen un Saluda y tengan presencia en la publicación. El Epílogo se le ofrece al Vicerrector de Extensión Universitaria, de la que depende el Programa de Mayores. La presentación del libro de actas es responsabilidad de la Asociación de Alumnos "Aulas Abertas" y

se le ofreció la redacción a un alumno. La intención de realizar estos trabajos con antelación era de entregar el Libro de Actas a los participantes en las mismas Jornadas, y publicar conclusiones generales y de talleres posteriormente a través de la Web propia, revistas especializadas de las Federaciones y la Web de la Confederación CAUMAS. De este modo, la documentación conlleva un valor añadido, y la presentación de las comunicaciones pueden ser más dinámicas.

Por su parte, la Universidad de Vigo pone a disposición de la organización el Canal UVIGO TV para la difusión de las jornadas vía Internet. Se contacta con los medios locales y se les informa sobre las Jornadas, dando lugar a la publicación de información en la prensa local y en revistas digitales. Se prevé una rueda de prensa para los medios de comunicación previo a las Jornadas, así como notas de prensa sobre las Jornadas, sobre su difusión y otros datos de interés.

Se solicita colaboración a fundaciones y empresas privadas, con el resultado de la implicación de la Fundación MAPFRE, institución privada que se convierte en colaboradora de las XIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores.

Hay que destacar que, durante todo el proyecto se mantiene el envío continuado de información, actualizada periódicamente, y recordatorio a los posibles participantes, utilizando todos los medios disponibles, pero dando prioridad a la vía Internet.

Trabajando en equipo, distribuyendo responsabilidades, compartiendo los conocimientos y utilizando las experiencias laborales de los implicados en el proyecto, la maquinaria de Organización de las XIII Jornadas ha funcionado con gran precisión, y se han ido consiguiendo uno a uno los

objetivos propuestos. Esperamos que el resultado final sea el reflejo del esfuerzo, el trabajo, el compromiso y sobre todo de la gran ilusión puesta, desde Vigo, en la Organización de las XIII Jornadas Internacionales sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores.

FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO DESDE LAS UNIVERSIDADES DE MAYORES

M^a Cruz Muñoz Grande

*Asociación AUMISAN. Universidad
Permanente Millán Santos de Valladolid.*

RESUMEN

Para la elaboración de esta comunicación, como usuaria de un Programa Universitario para Mayores promovido desde la Universidad de Valladolid (UVA), parto del supuesto inicial de que la actividad intelectual y el aprendizaje, no sólo son posibles en la madurez y desde el proceso de envejecimiento, sino recomendables para desarrollar mayor plasticidad cognitiva a lo largo de toda la vida adulta.

Desde mi participación activa y constructiva en el Programa Universitario trato de ubicar las Universidades de Mayores desde el marco de una nueva cultura del aprendizaje, donde los mayores también tenemos que hacer frente a esos cambios en el aprendizaje y sus niveles y donde además, y precisamente por cuestiones de edad y experiencia,

hemos de hacer frente a situaciones de desaprendizaje que contribuyen a incrementar nuestro desarrollo, bienestar y calidad de vida. Las referencias concretas a algunos descubrimientos personales y significados son un broche a mis aprendizajes desde la Universidad de Mayores adquiridos durante estos últimos años. Para todo ello, tomo como punto de apoyo la declaración del año 2012, como Año Europeo del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional.

INDICE

- 1. Envejecimiento Activo.**
- 2. Formación a lo Largo de la Vida.**
- 3. Las Universidades de Mayores y la nueva Cultura del Aprendizaje.**
 - 3.1. Aprender a desaprender frente a certezas e incertidumbre.
 - 3.2. Relaciones Intergeneracionales y sabiduría.
- 4. Algunos descubrimientos personales.**
 - 4.1. Descubrimiento de la psicología positiva y las fortalezas personales.
- 5. Consideraciones finales.**
- 6. Bibliografía.**

1. ENVEJECIMIENTO ACTIVO

Envejecimiento activo, autonomía, independencia, calidad de vida y esperanza de vida saludable son expresiones que, cada vez con mayor frecuencia, forman parte de nuestro lenguaje cotidiano. Su uso revela un cambio de sensibilidad respecto al envejecimiento, contemplado como un periodo de oportunidades y como una experiencia positiva vinculada al ciclo vital.

Ante la pregunta sobre ¿qué es o a que nos referimos cuando hablamos de envejecimiento activo?, según la OMS (2002) se trata de un proceso de optimización de las oportunidades de salud, participación y seguridad con la finalidad de mejorar la calidad de vida de las personas que envejecen. Es decir, su definición viene integrada por una serie de ideas cuyo denominador común es un pensamiento apreciativo y positivo; porque la época más importante en la vida de una persona es aquella que está viviendo en cada momento y su responsabilidad es vivirla bien. Esto es válido también para la vejez, o especialmente para la vejez. Así, de la misma forma que hay estrategias cognitivas, afectivas y sociales para abordar los problemas que pueden surgir en las diferentes etapas de la vida, también puede haberlas para afrontar los problemas del envejecimiento. Dicho de otra forma, también se puede desear y alcanzar un envejecimiento con éxito.

Porque todas las personas envejecemos, y aunque esta afirmación puede parecer

una obviedad, si lo es, habitualmente se olvida. Existe una cierta tendencia a descartar a todo un colectivo por el hecho de haber dejado de ser profesionalmente activo; bien porque se haya producido la jubilación, bien porque las personas se hayan quedado solas y sin familia de su misma edad. Para que esas personas lleguen a tener un envejecimiento con éxito es necesario que no se las margine, que reciban del resto de la sociedad el reconocimiento de su experiencia vital y de su sabiduría, que se les permita ser y sentirse activas, seguir formándose, continuar teniendo ilusiones y proyectos.

Según Fernández-Ballesteros (2009) todas las personas pueden envejecer de forma positiva y señala que un deber de nuestra sociedad es promover iniciativas que lo hagan posible; ello a pesar de que, en la práctica, no haya suficiente implicación personal, social, académica y política a la hora de abordar el tema.

Teniendo en cuenta un amplio conjunto de características psicológicas, Heckhausen y Schulz (1993 y 1995) establecieron cuáles de ellas experimentaban ganancias y cuáles presentaban pérdidas a lo largo del ciclo de la vida desde los 20 a los 90 años de edad. Si bien es cierto que, durante los primeros años de la vida, se producen mayoritariamente cambios positivos en el desarrollo, también es cierto que se produce una cierta meseta de estabilidad de comportamiento en la edad adulta, que llega a los 70 años, y que se experimentan amplios declives a partir de los 70 años. Los autores concluyen que

existen ganancias o mejoras, en distinta medida y proporción, a todo lo largo del ciclo de la vida, aún a los 90 años. Así, por ejemplo, sabemos que mientras existen funciones cognitivas, en las que el tiempo de reacción o ejecución es importante, éstas declinan muy tempranamente, a partir de los 20 años. Por su parte, otras aptitudes cognitivas, como la amplitud de vocabulario o los conocimientos, no lo hacen hasta muy avanzada edad, a partir de los 70 años; o incluso que otras funciones sociales, efectivas y emocionales, como el balance entre el afecto positivo y negativo, se articulan mucho mejor en la vejez. En

definitiva, existe crecimiento y declive a todo lo largo de la vida.

2. FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA

La visión que en este siglo XXI tenemos en relación a la Formación a lo Largo de la Vida ha recorrido un importante camino en apenas medio siglo, lo que nos obliga a tener que diferenciar, aunque sea artificialmente, algunas etapas al respecto que tratamos de sintetizar en el siguiente cuadro.

Cuadro nº 1:

Cronograma y evolución de la Educación y Formación a lo Largo de la Vida.

<p>ETAPA 1ª (1940-1960): Derecho a la Educación</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1948. Fundación del organismo de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura: UNESCO. • 1848. Se firma la Declaración Universal de Derechos Humanos (Artículo 26: “toda persona tiene derecho a la educación”).
<p>ETAPA 2ª (1960-1975): Educación Compensatoria</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1967. Se celebra la Conferencia Internacional sobre la Crisis Mundial de Educación (USA). • 1972. Se presenta el Informe de Faure, Aprender a Ser (retorno al humanismo).
<p>ETAPA 3ª (1975-1990): Educación Permanente</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1982. Se celebra la I Asamblea Mundial del Envejecimiento (Viena).
<p>ETAPA 4ª (1990 a la actualidad): La Educación y Formación a lo Largo de toda la Vida</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 1995. Se inicia la 1ª Fase del Programa Educativo Europeo Sócrates. • 1996. Se celebra el Año Europeo de la Educación y la Formación Permanente y se presenta el Informe Delors. • 1997. Se celebra la 5ª Conferencia Internacional sobre Educación de las Personas Adultas (UNESCO) y se presenta la Declaración de Hamburgo. • 1999. Se conmemora el Año Internacional de las Personas Mayores. • 2001. Se celebra la Conferencia Internacional sobre Aprendizaje a lo Largo de toda la Vida (Pekín). • 2002. Se celebra en Madrid la II Asamblea Mundial del Envejecimiento y el Foro Mundial de ONG sobre envejecimiento “Paradigma del Envejecimiento Activo”. • 2012. Año internacional del Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional.

Tras este recorrido, si hacemos una síntesis de la evolución de los programas de formación con adultos mayores, en sus diversas modalidades, podemos señalar y diferenciar tres generaciones de programas:

- *Primera generación de programas:* determinado principalmente por charlas y conferencias (papel pasivo y meramente receptivo por parte del alumno).
- *Segunda generación de programas:* jornadas y cursos sobre temas variados tales como salud, psicología, cultura general, etc.
- *Tercera generación de programas:* caracterizados por una mayor amplitud y diversificación de formatos y contenidos en los que se persigue y fomenta, lo siguiente:
 - Que los alumnos mayores generen conocimientos y los difundan.
 - Que los contenidos estén más centrados en la enseñanza-aprendizaje de competencias y habilidades para la vida, acordes a la edad y situación de los alumnos.
 - Que estos programas vayan más orientados hacia aprendizajes autodirigidos y en procesos grupales.
 - Que los alumnos participen y se impliquen en proyectos de investigación e intercambios.

Por todo lo anterior, podemos decir que en la actualidad estos programas de formación y aprendizaje para adultos suponen un importante reto. Desafío que consiste en capacitar y desarrollar competencias para la vida que faciliten el

empoderamiento y desarrollo personal, donde los alumnos mayores desempeñen un rol activo, porque el Aprendizaje a lo Largo de la Vida busca dar respuesta a los nuevos desafíos. Retos generados por la globalización y los cambios sociales, desde los que se exige contribuir a desarrollar economías del conocimiento que requieren nuevos y dinámicos conocimientos y competencias.

Tengamos presente que se entiende el aprendizaje como un proceso activo y participativo de construcción de conocimiento, en el que se incorporan todos los aprendizajes: los adquiridos durante todo el ciclo de la vida, y en diferentes contextos o entornos -formal, no formal e informal-. Ello implica una reorientación de las políticas educativas, enfocándose hacia una educación para todos, buscando ofrecer y optimizar todo método de enseñanza-aprendizaje, incluido el *e-learning* y el uso de nuevas tecnologías de aprendizaje a distancia.

De otro lado, y dentro de las funciones del aprendizaje y la Formación a lo Largo de la Vida, cabe hacer algunas diferenciaciones; en primer lugar, en función del adulto mayor y sus capacidades; y en segundo lugar, respecto a la sociedad. Todo lo cual nos sugiere focalizar nuestra atención y mirada hacia los siguientes aspectos:

- Incidir en la utilidad de potenciar y trabajar el autoconocimiento como paso previo a la autoaceptación, en todas las facetas de la persona.

- Promover la dinamización de las personas mayores en todas sus dimensiones: actividad física, psicoafectiva y sociocultural.
- Valorar y mejorar la imagen y confianza en sí mismo.
- Trabajar en el apuntalamiento y proyección de la autonomía, la autorrealización personal, la autoeficacia y empoderamiento, que capaciten para la acción, incidiendo en la prevención.
- Democratizar la sociedad promoviendo la igualdad, aprovechando las aportaciones de las personas mayores, a la vez que se facilita una mejor integración de todos los miembros de la comunidad que evite discriminaciones por razón de edad, optimizando la eficacia y eficiencia de recursos de diversa índole.

En definitiva, desde una Formación a lo Largo de la Vida se busca dar respuesta a los nuevos desafíos y retos generados por la globalización y los cambios sociales, así como contribuir a desarrollar economías del conocimiento que requieren nuevos y dinámicos conocimientos y competencias. De este modo, se entiende el aprendizaje como un proceso de construcción de conocimientos y se incorporan todos los aprendizajes, los adquiridos durante todo el ciclo de la vida, y en múltiples formatos y contextos.

3. LAS UNIVERSIDADES DE MAYORES Y LA NUEVA CULTURA DEL APRENDIZAJE

Nunca antes el conocimiento se había convertido tan pronto en tecnología

y tampoco nunca la tecnología había servido para elaborar no sólo cosas, sino más conocimiento. Esta aceleración en la producción de conocimiento y de tecnologías, afecta a la vida cotidiana de las personas, a sus hábitos culturales y a sus relaciones interpersonales. Tras las nociones de sociedad de la información y del conocimiento, se esconde una realidad que supone, más que un cambio, una revolución, por lo profundo del cambio y por su velocidad.

De entre todas las especies, los humanos somos, sin duda, los que disponemos no solo de una inmadurez más prolongada y de un apoyo cultural más intenso, sino también de capacidades de aprendizaje más desarrolladas y flexibles. De hecho, uno de los procesos de la psicología humana más difíciles de simular en los sistemas de inteligencia artificial es la capacidad de aprendizaje, ya que aprender es una propiedad adaptativa inherente a los organismos, no a los sistemas mecánicos.

Nos hacemos personas a medida que personalizamos la cultura. Ahora bien, nuestros procesos de aprendizaje y la forma en que aprendemos, no son solo producto de una preparación genética especialmente eficaz, sino también -en un círculo agradablemente vicioso- de nuestra capacidad de aprendizaje. Gracias al aprendizaje incorporamos la cultura, que a su vez, trae incluidas nuevas formas de aprendizaje. Si lo que ha de aprenderse evoluciona, y nadie duda de que dicha evolución ocurre cada vez a

mayor velocidad, la forma en que ha de aprenderse y enseñarse también debería evolucionar; y esto quizá no suele asumirse con la misma facilidad.

En definitiva, podemos decir que en nuestra cultura, la necesidad de aprender se ha extendido a casi todos los rincones de la actividad social. Es el aprendizaje que no cesa. No es demasiado atrevido afirmar que jamás ha habido una época en la que hubiera tantas personas aprendiendo tantas cosas distintas a la vez, y también tantas personas dedicadas a hacer que otras personas aprendan. Como señala Pozo (2000), estamos en una nueva “cultura del aprendizaje”, como resultado de vertiginosos e intensos cambios, en los que hemos pasado de una sociedad del aprendizaje a una sociedad de la información y del conocimiento.

Este recorrido nos obliga a detenernos brevemente en una de las principales aportaciones, reflejadas en el Informe Delors (1996), en lo referente a los pilares de la educación en el siglo XXI y su proyección y utilidad en las Universidades de Mayores, tanto desde el punto de vista del profesorado (PUM) como del alumnado.

- *Aprender a conocer*: Este tipo de aprendizaje tiende al dominio de los instrumentos mismos del saber, puede considerarse un medio y como finalidad humana consiste en que cada persona aprenda a comprender el mundo que le rodea. Aprender a conocerse implica aprender a aprender, ejercitando la memoria, la atención y el pensamiento.

- *Aprender a hacer*: Porque hoy día no basta con tener a alguien que te enseñe, sino también la predisposición de la persona: autoaprendizaje, técnicas de estudios, leer, observar, buscar y aprender de nuestros errores. Está dirigido principalmente a la formación profesional. Muchos servicios se definen principalmente en función de la relación interpersonal que generan y resulta evidente que, en numerosos frentes, aprendemos a hacer de manera continua a lo largo de la vida.
- *Aprender a vivir juntos (convivir)*: Es aprender a vivir con los demás. Sin duda, este aprendizaje constituye una de las principales empresas de la educación contemporánea. Se trata, además, de un aprendizaje que tenemos que consolidar y construir a lo largo de la vida respetando los valores de pluralismo y comprensión mutua.
- *Aprender a ser*: La educación debe contribuir al desarrollo global de la persona: cuerpo y mente, inteligencia, sensibilidad, sentido estético, responsabilidad individual y social. Todos los seres humanos deben estar en condiciones de dotarse de un pensamiento autónomo y crítico y de elaborar un juicio propio, para determinar, por sí mismos, qué deben hacer en las diferentes circunstancias de la vida. Aprender a ser felices, asertivos, empáticos...; buenas personas en definitiva.

La Educación y Formación a lo Largo de la Vida han de basarse en dichos pilares, ya

que éstos no solo consisten en aprender y adquirir información y conocimientos, sino también implica un desarrollo personal del alumno y de las personas, pudiendo así aprovechar mejor las posibilidades que ofrece la vida. La Educación debe contribuir al desarrollo global de cada persona: cuerpo y mente, inteligencia, sensibilidad, sentido estético, responsabilidad individual y social, espiritualidad, etc. La función esencial de la Educación es conferir a todos los seres humanos la libertad de pensamiento, de juicio, de sentimientos y de la imaginación necesaria para que sus talentos alcancen la plenitud y seguir siendo artífices de su destino. Y en este punto conviene señalar la importancia de fomentar la imaginación y creatividad, en cualquier etapa de la vida.

3.1. Aprender a desaprender frente a certezas e incertidumbre.

Paradójicamente además de aprender necesitamos desaprender. Aprender y desaprender son dos caras de la misma moneda. No es un juego de palabras, es una filosofía de vida. **Porque desaprender es evolucionar** dejando atrás, todo o parte de lo que no es útil; es soltar lastre para viajar más rápido; desaprender es olvidar conceptos obsoletos, eliminar creencias y miedos, que no nos benefician o incluso nos bloquean; es volver a cargar nuevas ideas, valores o cualquier otro aspecto necesario para salir adelante.

Y para poder llevar a cabo este proceso necesitamos optimismo constructivo. Eso

no significa obviar los problemas, sino buscar las alternativas disponibles para avanzar. Es el momento de pensar a largo plazo y empezar a asentar las bases de lo que queremos, rechazando lo que no nos beneficia. En este sentido aprendemos, pero también necesitamos desaprender. Es un proceso que requiere una profunda actitud de admiración y de interrogación; una capacidad para hacernos preguntas frente al mundo y la vida. A lo largo de nuestra vida y experiencias, las personas nos hemos habituado a aprender en medio de certezas, a las que nos hemos aferrado con gran determinación. Sin embargo, los cambios sociales, culturales, económicos y educativos, entre otros, nos plantean y sitúan en una posición de incertidumbre con la que nos cuesta aprender a convivir.

Sin embargo, hoy más que nunca, necesitamos aprender aceptando la incertidumbre como un componente fundamental de nuestros saberes porque, como señala Watzlawick, “de todas las ilusiones, la más peligrosa consiste en pensar que sólo existe una única realidad”. En este sentido, conviene recordar que los humanos vivimos inmersos en un marasmo de incertidumbres y en una época caracterizada por el cambio continuado y acelerado, dónde navegamos inmersos en transformaciones profundas e intensas. Como resultado, podríamos decir que la gran conquista de la inteligencia humana tiene que ver con deshacerse de la ilusión de poder predecir el destino humano; porque no podemos predecir el futuro, pero sí lo podemos construir.

Las cosas han cambiado mucho desde que éramos pequeños, y cada día cambian más rápido. Para vivir en armonía en la sociedad actual, surge la necesidad de aprender una nueva forma de estar y actuar que nos ayude a gestionar la incertidumbre y nos aporte bienestar. Pero muchos de los aprendizajes hechos en nuestra vida nos impiden aprender a encontrar el bienestar; de ahí la importancia de desaprender.

A lo largo de nuestra existencia nos movemos en diferentes ámbitos: la familia, la Universidad, nuestro entorno laboral, social y de ocio y en general, la misma sociedad. En todos ellos aprendemos muchas cosas, que nos vienen muy bien para nuestra historia y trayectoria personal, profesional y relacional. Aprendemos a comer, a caminar, a comunicarnos, a querernos; también aprendemos a escribir, a leer. Asimismo, se nos educa en valores; nos facilitan el aprendizaje para una buena socialización y relación con nuestros compañeros, colegas o vecinos; e incluso, nos instruyen y enseñan a manejarnos en las nuevas tecnologías. En definitiva, nos equipan muy bien para el futuro.

Por supuesto, paralelos a todos estos aprendizajes, que potencian nuestra realización personal, también aprendemos otras muchas cosas que no contribuyen a nuestro crecimiento y felicidad. En este sentido, aprendemos a ser vengativos, rencorosos, egoístas, mentirosos, celosos, violentos, perezosos, negativos, deshonestos, insolidarios, intransigentes, hipócritas, corruptos, xenófobos, intolerantes,... En fin, cada cual tiene los suyos.

Ahora es cuando viene lo de desaprender, porque hay que desaprender todas estas cosas que nos deshumanizan, nos alejan de los demás, dificultan y rompen nuestras relaciones, incluso, las más cercanas. Hay que desaprender todo aquello que arrastramos y son verdaderos lastres en nuestro crecimiento personal, en nuestro crecimiento familiar y en nuestro crecimiento social. Pero aprender a desaprender no resulta fácil, lleva su tiempo, tanto o más que el que nos llevó aprenderlo. Requiere pararnos, bucear por dentro practicando la introspección y autocrítica, vencer resistencias y crear estrategias para desmontar, lo que de hecho, forma parte de lo que somos, aunque no nos guste. Aprender a desaprender nos exige orden y disciplina; y en todo este camino y proceso, los demás también nos pueden ayudar, como nos ayudaron en nuestros aprendizajes, digamos, positivos.

3.2. Relaciones Intergeneracionales y sabiduría.

Otro de los puntos a considerar en la Formación a lo Largo de la Vida, como consecuencia de la nueva “cultura del aprendizaje”, tiene que ver con la magnífica respuesta que ha tenido abordar el tema de las relaciones intergeneracionales desde las Universidades de Mayores; programas que contribuyen y facilitan un verdadero conocimiento mutuo, un reconocimiento por ambas partes, junto con una valoración del joven y el mayor, para que la relación sea de igual a igual, independientemente de las edades de cada uno.

En este espacio intergeneracional, cada uno de ellos tiene cosas positivas y conocimientos para aportar. Algunas universidades tienen programas formativos y talleres dirigidos a las personas que quieren enriquecer la relación con jóvenes y así consideran que, su paso por las aulas, no sea solamente ampliar conocimientos, sino que deciden que esa experiencia forme parte de su relación social e intergeneracional.

Conocemos distintas experiencias en las Universidades de Mayores, pero sirva como ejemplo el que se imparte en la Universidad Permanente Millán Santos de Valladolid, en la que se desarrolla desde hace unos años un taller intergeneracional de “Creación de Empresas”. La experiencia es muy positiva, ya que se consigue, con el trabajo en equipo intergeneracional, por un lado, que los estudiantes de la UVA tomen conciencia de lo importante que es involucrarse en un proyecto emprendedor, además de para lograr los créditos correspondientes en la materia. Igualmente, los estudiantes mayores se motivan en una idea emprendedora, dando lo mejor de sí mismos. Además es, en estos espacios o puntos de encuentro intergeneracional, donde conviven de manera armónica muchos de los principios de la nueva “cultura del aprendizaje”: información, conocimientos y sabiduría.

La supervivencia de los mayores a lo largo de los siglos ha fortalecido la transmisión de conocimientos a los más jóvenes y, según expresa Marino Pérez (2000, p. 187) en su carta de un psicólogo

crítico, “La sabiduría vendría a ser un saber superior del conocimiento. La sabiduría agradece la información y el conocimiento experto, pero no depende necesariamente de estos saberes. La sabiduría está del lado del sentido común y, por tanto puede darse sin la información, del modo dicho y sin el conocimiento especializado”. Por eso, consideramos que las relaciones intergeneracionales son fundamentales en la Formación a lo Largo de la Vida, tanto en la edad joven como en la edad adulta.

4. ALGUNOS DESCUBRIMIENTOS PERSONALES

A medida que avanzaba en este trabajo, he ido tomando conciencia de que mi aportación tenía que ocuparse de algunos descubrimientos y aprendizajes que, durante estos años, he ido adquiriendo desde la Universidad de Mayores a la que pertenezco. En realidad, son estos descubrimientos los que me han servido de estímulo y referente para ponerme a escribir esta comunicación. En concreto, me voy a referir a la psicología positiva y su importante aportación sobre las virtudes y fortalezas personales (cuestionario VIA), a mis hallazgos y aprendizajes activos sobre recursos de genealogía, a mi entusiasmo y participación activa en los medios de comunicación y leer y escribir bien en español.

4.1. Descubrimiento de la psicología positiva y las fortalezas personales.

El término psicología positiva ha sido desarrollado por Martin Seligman,

investigador que, habiendo dedicado gran parte de su carrera al estudio sobre enfermedades mentales, que sirvió para que aportara informaciones muy valiosas en el campo de la salud mental así como al desarrollo de conceptos -hoy en día generalizados y asumidos como la indefensión aprendida- ha dado un giro radical en su orientación, elaborando y promoviendo una concepción más positiva de la salud humana. Tiene como objetivo mejorar la calidad de vida y prevenir la aparición de trastornos mentales y patologías. La concepción dominante y mayoritaria, en el campo de la psicopatología, tradicionalmente ha focalizado su atención e interés en lo patológico, en los déficits y limitaciones; en definitiva, en la enfermedad. Por el contrario, tras la aparición de la psicología positiva, a finales del pasado siglo, se insiste en la utilidad y necesidad de atender a las fortalezas y puntos fuertes que tenemos las personas, incidiendo fundamentalmente en la prevención y promoción de la salud a nivel bio-psico-social (Vera, 2006).

Para Seligman (2000), el concepto de psicología positiva no es nuevo en la psicología, ya que antes de la segunda guerra mundial los objetivos principales de la psicología buscaban diagnosticar y curar los trastornos mentales, hacer las vidas de las personas más productivas y plenas, e identificar y desarrollar el talento y la inteligencia de las personas. Sin embargo, tras la guerra, diferentes eventos y circunstancias llevaron a la psicología a olvidar dos de esos objetivos y

a centrarse exclusivamente en el trastorno mental y el sufrimiento humano (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

De la misma manera, podemos encontrar claras tendencias positivistas en la corriente humanista de la psicología, floreciente en los años 60, representada por autores tan reconocidos como Carl Rogers, Abraham Maslow o Erich Fromm. Pero desgraciadamente, la psicología humanista no estuvo acompañada de una base empírica sólida y dio lugar a una inmensa cantidad de movimientos de autoayuda dudosos y poco fiables (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000).

Lo que somos, es decir, nuestro yo, está formado por un conjunto de características que conocemos como personalidad. Se trata de un conjunto único de patrones de conducta, pensamientos y emociones, más o menos estables, que influyen en la forma en que una persona se ajusta a su entorno. Este patrón de pensamientos, sentimientos y conductas persiste a lo largo de toda la vida y se manifiesta a través de diferentes contextos y situaciones. El estudio de la personalidad es uno de los grandes pilares de la psicología de todos los tiempos y por ello, uno de los principales intereses de los psicólogos que estudian la personalidad, es identificar y describir aquello que nos hace diferentes a unos de otros: las diferencias individuales.

Por su parte, desde la psicología positiva se nos recuerda que el estudio de la salud, el bienestar y la felicidad es tan importante, serio y científico como lo es el de la

enfermedad, la disfunción y el malestar. Las emociones positivas tienen un objetivo trascendente y evolutivo, que va más allá de las sensaciones agradables que nos proporcionan. Experimentar emociones positivas lleva a estados mentales y modos de comportamiento que, de forma indirecta, preparan al individuo para enfrentar con éxito dificultades y adversidades venideras. Las emociones positivas amplían nuestros recursos intelectuales, físicos y sociales y los hacen más duraderos, aumentando el capital psicológico al que podemos recurrir cuando nos enfrentamos a una oportunidad (Vázquez, Hervás, Rahona y Gómez, 2009).

El descubrimiento de estas herramientas puede ayudarnos a todas las personas, y a los mayores especialmente, a darnos cuenta que, por educación y socialización, no se nos había formado e informado de su utilidad; razón por la cual hemos dedicado muy poco tiempo y atención a descubrir nuestros puntos fuertes, nuestras capacidades y fortalezas personales. Porque no hemos de olvidar que, su identificación y promoción, nos van a ayudar a descubrir nuestros potenciales y afrontar con mayor optimismo cualquier reto y meta que nos marquemos.

Para nosotros los mayores que acudimos a las universidades en esta etapa de la vida, en la que hemos decidido incorporarnos a las aulas, es importante conocer nuestras capacidades -que en muchos de los casos desconocemos- para afrontar con valentía nuestro futuro. Porque estas fortalezas personales se pueden medir y

desarrollar con entrenamiento, pues son rasgos morales que pueden entrenarse y mejorarse.

Una de mis intenciones cuando decidí matricularme en la Universidad Permanente Millán Santos, fue involucrarme intensamente, no solamente en el aprendizaje, sino en participar en todo aquello que podía desarrollar. Es por ello que, y no por casualidad, de las primeras materias por la que sentí interés fue la "psicología"; y he de reconocer que la experiencia fue magnífica. A partir de ese interés y motivación hacia esta materia, voy siguiendo una trayectoria de búsqueda activa y significativa de más conocimientos y significados al respecto, donde la lectura de libros y publicaciones referenciados en bibliografía y fuentes documentales sugeridas, junto con la asistencia y participación en conferencias, charlas y actividades culturales y divulgativas (Frankl, 1979), me han facilitado poder tener ahora un mayor conocimiento sobre mis propias fortalezas y virtudes personales. Ser y sentirme un agente activo en estos aprendizajes suponen un importante estímulo para seguir buscando, descubriendo y aprendiendo.

Por eso me interesé también por descubrir como funcionaron en sus inicios "Los medios de comunicación", sobre cuya materia realicé un trabajo en colaboración con el profesor. Fue interesante descubrir qué factores económicos y técnicos influyeron en su desarrollo y cómo la tinta, el papel, la composición, la impresión

y los transportes fueron decisivos en la evolución de las técnicas de la información. Igualmente descubrí cómo nacieron las agencias de prensa pero, sobre todo, cómo influía la prensa en los distintos movimientos políticos que se despertaron desde principios de 1800. La evolución del periodismo durante un siglo fue de gran importancia, pues influía directamente en las personas que leían la prensa, y a su vez la utilizaban para difundir las ideas políticas, que en ese momento imperaban, hasta su democratización a principios del siglo XX.

Como me gusta escribir, aprendí a “Leer y escribir bien en español”, aprendizajes que giraban en relación al uso adecuado de nuestras expresiones orales, las tácticas verbales y prosódicas, la pronunciación culta, los vulgarismos y dialectología, etc. En el plano de la escritura y composición escrita, dichos aprendizajes tuvieron relación con la presentación de los textos escritos, la sintetización, la mejora en la prosa y los mejores recursos para visualizarlo. En definitiva, trabajé y descubrí numerosos aspectos referidos al proceso para redactar y organizar textos, selección de las ideas y palabras, revisión de textos y, sobre todo, los instrumentos en que nos debíamos apoyar para mejorar todos estos conocimientos.

La pintura, que es una de mis pasiones, demandaba de mí el conocimiento de cómo mostrar lo que el pintor quería plasmar en un cuadro, y para ello descubrí “De pintura y pintores”; porque sucede que, cuando nos gusta un cuadro pintado por nuestro pintor

favorito, no sabemos expresar por qué nos gusta. La explicación a ello la encontré y aprendí en “mirando un cuadro”. Como ejemplo concreto voy a referir cómo desde la Edad Media, donde la pintura era plana y sin ningún movimiento, hasta los movimientos pictóricos que se produjeron durante el siglo XX, se han desarrollado grandes cambios, tanto en la forma como en la estructura y la utilización del color. Y aunque ya tenía algún conocimiento, fue un gran descubrimiento saber por qué mi movimiento favorito en la pintura era el impresionismo. La gran explosión de colores y la renovación de ideas se vieron plasmados por los pintores más prolíficos durante el siglo XIX.

Siempre pensamos que la investigación para nosotros, los mayores, es importante, pues disponemos del tiempo que en otros momentos no hemos tenido. Así pues, me involucré en un proyecto del que me siento muy recompensada: saber, a través de la realización de un árbol genealógico, quiénes fueron mis antepasados. “Recursos de genealogía” me dio la oportunidad de hacerlo. Tengo localizados en la actualidad a mis antepasados en el año 1700, y me ha hecho muy feliz. A través de esta herramienta, sigo buceando en el pasado.

Por supuesto, y después de escribir esta comunicación, manifiesto mi especial predilección por la psicología. Desde ella, voy aprendiendo a analizar y conocer mejor la dinámica que subyace a las relaciones interpersonales y también a comprender y asumir mis experiencias, tanto familiares

como sociales. Descubrí el sentido y significado de “ser resiliente” y cómo debía cambiar la mirada hacia las personas, las circunstancias y contextos que determinan mi vida en la actualidad. Aprender a tomar conciencia de las estrategias de afrontamiento ante situaciones adversas es una buena herramienta para ello.

Porque al igual que las diferentes formas de aprender han ido modificándose a lo largo de mi vida, también se han ido produciendo fluctuaciones, ajustes y modificaciones en mi paisaje emocional a lo largo de la vida. Y desde ese aprender a aprender, a través de mi paso por la Universidad de Mayores, puedo decir que todos estos aprendizajes me van sirviendo también para aprender a desaprender.

5. CONSIDERACIONES FINALES

Una vez tomé la determinación de ponerme ante el ordenador para compartir mis experiencias y descubrimientos, desde mi participación en Programas Universitarios de Mayores, debo confesar que, a pesar del respeto que en un primer momento me invadió, el resultado a nivel personal ha sido enormemente enriquecedor y motivante. Ante el importante reto que para mí supuso tener que ordenar ideas, conocimientos, aprendizajes y experiencia -todo ello acorde a unos cánones formales de redacción y edición- ahora siento y puedo decir que el desafío mereció la pena. Quizá por eso, hago mía esta cita de Confucio

cuando dice: *“Escucho y me olvido. Veo y me acuerdo. Hago y comprendo”*, que bien puede servir a modo de metáfora explicativa del proceso seguido. Porque hoy, más que nunca, puedo decir que he aprendido haciendo y que mis aprendizajes son muy significativos.

Para finalizar, no hay mejor conclusión que la que a continuación quiero expresar, porque subidos a los hombros de las aportaciones, pensamientos y descubrimientos de sabios relevantes que nos han precedido, podemos ver incluso más allá de lo que ellos vieron. En este caso, del gran filósofo cordobés Maimónides, tomo prestada la siguiente cita formulada en el siglo XII donde, ya entonces, con gran inteligencia escribió:

“Concédaseme la oportunidad de mejorar y extender mi adiestramiento, pues no existe ningún límite al conocimiento.

Ayúdeseme a corregir y a completar mis defectos educativos a medida que se ensancha la amplitud de la ciencia y sus horizontes día a día.

Concédaseme el valor de darme cuenta de mis errores diarios para que mañana pueda ver y comprender bajo una luz mejor lo que no pude comprender bajo la escasa luz del ayer”.

6. BIBLIOGRAFÍA

Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la Psicología*. Madrid: Pirámide.

- Delors, J. (1996). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: Santillana.
- Frankl, V. (1979). *El hombre en busca de sentido*. Barcelona: Herder.
- Heckhausen J, Schulz R. (1993). Optimization by selection and compensation: Balancing primary and secondary control in life span development. *International Journal of Behavioral Development* 16,287–303.
- Heckhausen J, Schulz R. (1995). A life-span theory of control. *Psychological Review* 102, 284–304.
- O.M.S. (2002). *Envejecimiento activo*. Ginebra: Organización Mundial de la Salud.
- Pérez, M. (2000) Carta de un psicólogo crítico. En M.D. Avia (dir.) *Cartas a un joven psicólogo* (pp.182-192). Madrid: Alianza.
- Pozo, J.I. (2000). *Aprendices y maestros. La nueva cultura del aprendizaje*. Madrid: Alianza.
- Punset, E. (2010). *Viaje al poder de la mente*. Barcelona: Destino.
- Seligman, M. E.P. (2011). *La vida que florece*. Barcelona: Ediciones B.
- Seligman, M:E.P.y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologists*, 55, 5-14.
- Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J.J. y Gómez, D. (2009). Bienestar psicológico y salud: Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28.
- Vera, B. (2006). *Psicología positiva: una nueva forma de entender la psicología*. Madrid: Calamar.

LA EDUCACIÓN CONTINUA A LO LARGO DE LA VIDA

Joaquín Ferrando Miñano

Asociación ASUNEX. Universidad de León

RESUMEN

La primera Aula de la Tercera Edad se creó en Toulouse en 1972, con la finalidad de mejorar las condiciones de vida de las personas mayores, mediante la formación permanente y la investigación; en España fueron pioneras de este tipo de enseñanza las Aulas de la Tercera Edad de Santiago de Compostela y Barcelona. En 1998, en la I Conferencia Mundial sobre Educación Superior, organizada por la UNESCO, se fijaron como principales problemas a resolver “el derecho a la formación y el aprendizaje a lo largo de la vida”.

Los fines de las Universidades de la Experiencia son Investigación, Enseñanza y Proyección social; son casi los mismos que lo de Universidad, salvo que en las primeras no se forman licenciados ni se conceden títulos. La educación permanente no termina con los cursos oficiales (dos o tres años), debe seguir para que sea permanente, y su continuación natural son las Asociaciones de alumnos y antiguos alumnos. Los programas a realizar por las Asociaciones serán tan amplios como se quieran; Humanidades, Historia, Tecnologías, Economía, Unión europea, Mayores, Inmigración. Este último es un

tema importante, ya que dentro de no muchos años, en las residencias de mayores se van a encontrar y convivir personas de otras razas y de otras religiones. ¿Estamos preparados los mayores para este tipo de convivencia? en algún momento habrá que empezar a estudiarlo.

Cada vez somos más el número de personas mayores y cada vez se vive más años, al final conllevamos problemas a la sociedad, por las pensiones, sanidad, dependencia, etc. Podemos rejuvenecer a la sociedad aumentando el número de nacimientos, para ello nos tenemos que valer de la inmigración, o bien modificar el número de años para retirarse, pero tampoco se soluciona nada.

Visto que no conseguimos encontrar ninguna salida, vamos a intentar rejuvenecer a las personas mayores, y no es ninguna broma, desde siempre el hombre ha intentado conservarse joven, la búsqueda del elixir de la eterna juventud la intentaron magos, brujos, alquimistas, etc. pero evidentemente no se consiguió. Seguimos actualmente anunciando curas de rejuvenecimiento, pero lo que nace, envejece, y seguimos sin encontrar la solución.

¿A los mayores, que nos queda?, mientras nos funcione la cabeza y tengamos voluntad, deseos y curiosidad por lo que nos rodea, seremos más jóvenes de lo que nuestro DNI dice y esto sí que lo poseemos los estudiantes de las Universidades de la Experiencia. Hay que recordar que la juventud pasa, pero la madurez permanece.

INDICE

1. Introducción.
2. Las materias de la Educación.
3. El Potencial de las personas mayores.

1. INTRODUCCIÓN

Todo se inicia en el momento en que nos jubilamos, conocemos el año, el mes, el día del mes e incluso podemos llegar a saber el día de la semana, pero a muchos les coge de imprevisto y se encuentran en la situación de que no saben qué hacer o cómo emplear todo el tiempo del que van a disponer. Entonces se puede elegir entre no hacer nada o dejar pasar el tiempo ocupado en algunas faenas familiares o domésticas. Lo más triste de la vejez es no tener mañana, es decir, hacer todos los días lo mismo; sin embargo otro camino es hacer algo que cuando estabas trabajando no se podía hacer por falta de tiempo.

Para personalizar, que es una palabra que se emplea mucho, vamos a darle nombre a nuestro jubilado, su nombre va a ser el de Mariano; está dudando sobre el camino que desde ahora quiere coger, alguien le ha sugerido los cursos de la Universidad de la experiencia. La primera Universidad de la Tercera Edad se creó en Toulouse, en 1972, siendo su finalidad la de mejorar las condiciones de vida de las personas mayores, mediante la formación permanente y la investigación; en España fueron pioneras de este tipo de enseñanza

las Aulas de la tercera edad de Santiago de Compostela y Barcelona, donde aparece la expresión “formación permanente”. Años más tarde, en 1998 en la I Conferencia Mundial sobre Educación Superior, organizada por la UNESCO en su sede central y con la asistencia de 182 estados, se fijaron como principales problemas a resolver “el derecho a la formación y al aprendizaje a lo largo de la vida”.

Ante este nuevo reto de la formación permanente la contestación de algunos es: “Yo soy viejo para aprender”; el refranero nos dice: “el viejo que cien años tenía, algo nuevo aprendía cada día”. Las Universidades de la Experiencia ocupan parte del espacio y tiempo de lo que se llama formación permanente a lo largo de la vida, sus fines son: Investigación, Enseñanza y Proyección social; son casi los mismos que los de la Universidad clásica, con la diferencia que ésta prepara a sus alumnos para ejercer su profesión mediante remuneración. Por su parte, las Universidades de la Experiencia reciclan o actualizan a los mayores para que sus conocimientos y experiencia puedan ser aprovechados por la sociedad, sin remuneración alguna puesto que es una actividad voluntaria.

Es indispensable que ambas universidades colaboren, ya que sus fines son casi idénticos. Considero adecuado que el tiempo de estos estudios sea el de tres años, ya que no se trata de formar licenciados sino el de poner al día nuestros conocimientos para, después de un aclarado y un centrifugado, hacerlos

pasar por el filtro de nuestra experiencia y ponerlos a disposición de la sociedad.

La palabra experiencia suena bien y en muchas ofertas de trabajo se pide, todos sabemos lo que es, pero conviene definirla par ir todos de acuerdo; la definición clásica es: "Conjunto de conocimientos, de orden práctico, que se adquieren por el transcurso del tiempo al ejercer una profesión u oficio"; la otra definición popular sería: "Experiencia no es lo que hiciste con lo que ocurrió sino lo que haces con lo que te ocurre" (nunca dos situaciones serán idénticas); y finalmente podemos decir que "Experiencia es el montepío de los disgustos, los ahorra".

2. LAS MATERIAS DE LA EDUCACIÓN

La educación permanente no termina con los tres años que duran los estudios oficiales, debe seguir y su continuación natural son las Asociaciones de Alumnos y Antiguos Alumnos de mayores universitarios. En cuanto a las materias del programa, deben preparar a los alumnos para volver a estudiar y ser capaces, ante cualquier tema, analizarlo, sintetizarlo y estar en condiciones de dar una respuesta, argumentada y razonada, independientemente que pueda haber otras mejores; es importante dejar claro que los mayores, con todos los conocimientos y experiencia que tengamos, nunca debemos dar una solución a cualquier problema que se nos presente; la razón es que rara

vez conoceremos todas las variables que entran en la cuestión y por tanto sería absurdo hacerlo, aunque siempre podemos ofrecer ideas, opiniones, sugerencias, razonamientos, etc. La sugerencia es que las asignaturas o materias a estudiar se refieran a los ámbitos de Humanidades, Tecnologías ("hoy las ciencias adelanta que es una barbaridad", dicen en la Verbena de la Virgen de la Paloma), Elementos de Economía y sobre todo, Unión Europea y mayores, que sobre este tema sabemos poco, aunque Europa y España están envejeciendo aceleradamente.

Los programas que deben realizar las Asociaciones Universitarias de Mayores pueden tan amplios como queramos; en cuanto los temas a tratar podemos encontrarlos en los medios de comunicación, porque con frecuencia publican estados de opinión, encuestas, etc., sobre lo que preocupa a la sociedad, y significativamente un tema importante es el de la inmigración. Dentro de no muchos años, en las residencias de mayores se van a encontrar personas de otras etnias y de otras religiones, y las personas mayores no estamos acostumbrados a ese tipo de convivencia, por lo que se sugiere que en algún momento habrá que empezar a estudiarlo.

Cuando se habla de mayores se hace referencia a veces a un grupo homogéneo, y no es así, somos una muestra representativa de nuestra sociedad y por lo tanto diverso, no obstante tenemos asuntos en común donde en otros colectivos existen

diferencias, como sanidad, pensiones, dependencia, etc.; en ciertos sectores de la sociedad se dice que constituimos un problema, porque cada vez aumenta el número de personas mayores y vivimos más tiempo. Hace años la pirámide de edades era eso, una pirámide, ahora tiene una forma que recuerda a un ánfora; el problema está en la base, cada vez es más reducida y podría llegar un tiempo en que no fuera capaz de sostener la pirámide o la forma que tenga; esta es la realidad.

Europa se está envejeciendo y España también, ¿qué podemos hacer? No está claro; vemos cómo en ocasiones se adelanta la edad de jubilación, su nombre es prejubilación, en otras se retrasa la edad de retiro, en cualquier caso nada se adelanta porque los años son los años y por mucho que queramos cambiar el nombre, el vehículo tiene la edad que marca la matrícula, y por muchos arreglos de chapa, mecánica, pintura, etc., el motor tiene cada vez menos fuerzas.

Por otra parte, desde el punto de vista del ámbito político-administrativo no adelantamos nada, vamos a intentarlo por otro lado: Podemos rejuvenecer la sociedad aumentando el número de nacimientos, en este aspecto, los mayores tenemos poco que decir y aún menos que hacer (nos duele casi todo y lo que no nos duele, no funciona); puesto que la tasa de natalidad española es baja para aumentarla no queda otra solución que recurrir a los inmigrantes. Es fácil de decir pero tiene sus complejidades; debemos empezar por

hacer una estimación de nuestra capacidad de integración de los recién llegados, situación profesional de los mismos, si son licenciados, especialistas o simplemente mano de obra; refiriéndome a esta última que si se admiten más de los que les podamos dar trabajo, pasan de habitantes del tercer mundo a inquilinos del cuarto mundo.

Es comúnmente sabido que los occidentales componemos el primer mundo, que supuestamente es lo más y mejor; en cuanto al segundo, no lo tenemos claro, el tercer mundo está constituido por los países africanos, asiáticos, o en vías de desarrollo y el cuarto mundo lo forman las personas que salen del tercero pensando en mejorar y al no encontrar trabajo, tienen que mendigar y vivir de la caridad pública; dejaron su país y a su familia buscando mejorar y no la han conseguido.

3. EL POTENCIAL DE LAS PERSONAS MAYORES

El rejuvenecimiento lo podemos intentar conseguir a título individual; alguien puede pensar que es una broma, pero nada más lejos de la realidad. El tema de la eterna juventud ha sido una constante a lo largo de la historia de la Humanidad; en la Edad Media se buscaban dos elementos capaces de resolver todos los problemas, la piedra filosofal, que tenía el poder de transmutar algunos metales en oro; y el elixir de la eterna juventud, capaz

de mantenernos jóvenes casi toda la vida. A estas investigaciones se dedicaron magos, brujos, hechiceros, etc.; más moderno encontramos el relato literario del Doctor Fausto, que vende su alma a Mefistófeles (que era una especie de comercial de Satán), para mantenerse joven y disfrutar de los placeres de la vida; sin embargo el relato termina haciendo que Fausto se arrepienta de su vida disipada y Satán queda burlado. Moraleja: mas sabe el diablo por viejo que por diablo. En la España musulmana había algunas fórmulas para potenciar la virilidad; una de las sugerencias del chef era la de servir espárragos hervidos, rebozados con huevo de paloma y sazonado con diversas especias (mirra, pimienta, etc.), como entrante no está mal; sin embargo el plato fuerte se confeccionaba con el corazón de una paloma, hígado de gorrión, útero de golondrina y un riñón de liebre, se machacaba en un almirez, añadiéndole una gotas de sangre de la que lo preparaba -era el toque personal- se servía en una fuente vistosa, elegante y bien adornada y sólo quedaba convencer al marido o amante en cuestión que aquello era algo extraordinario, exquisito, y que debía tomarlo para el placer de los dos; la receta no indicaba efectos secundarios ni contraindicaciones.

Visto que no encontramos respuesta no queda otro camino que aprovechar el potencial que conservamos las personas mayores y poner nuestra experiencia y conocimientos (actualizados) al servicio de la sociedad. Es decir, formación permanente a lo largo de la vida y Universidades de la Experiencia; para hacerlo es necesario tener voluntad, fuerza, deseo de lograrlo, porque hay quien a los 50 años es viejo y quien a los 70 tiene un espíritu joven. En este orden de ideas podemos recordar las palabras que el general Mac. Arthur dirigió a sus veteranos de la Guerra del Pacífico unos años después: *“eres tan joven como tu fe, tan viejo como tu vida, tan joven como tu confianza en ti mismo, tan viejo como tu abatimiento; si un día, tu corazón es mordido por ideas pesimistas y roído por el abatimiento, que Dios tenga piedad de tu alma”*.

Al principio de esta comunicación dejamos a un jubilado, nuestro amigo Mariano, que se había apuntado a la UNEX; está un poco desorientado, cada año se va inscribiendo en optativas y no sabe cómo parar. Esta es la pregunta final ¿cuándo se jubila el jubilado? la respuesta es sencilla: cuando quiera, cuando sus condiciones psíquicas, físicas, familiares, etc., le indiquen que lo de la educación permanente es para otros.

UN NUEVO DISCURSO: EXIGENCIAS DE UNA EDUCACIÓN SIN BARRERAS

Enrique Pozón Lobato

Catedrático (jubilado). Doctor en Derecho.

Doctor en Ciencias de la Educación. Doctor en Veterinaria, Profesor ponente del Aula de Mayores de la Universidad de Málaga y de su programa provincial

RESUMEN

La sociedad del futuro será la del conocimiento, en la que primará la persona instruida, preparada para afrontar los cambios y reciclarse en forma continua. Aprender durante toda la vida significa replantear los contenidos de la educación a fin de que refleje factores tales como la edad, la igualdad entre sexos, las discapacidades, el idioma, la cultura y las desigualdades económicas. El concepto de Educación Permanente (UNESCO, programa 1967-1968) ha obligado a reconsiderar los objetivos de la educación. La formación permanente debe garantizarse como un continuo necesario a lo largo de toda la existencia, herramienta para una buena calidad de vida, siendo variados los temas de educación tanto formales como informales, concurrentes: la participación, solidaridad, sabiduría, libertad, cambio de mentalidad etc.

Los estudios de Gerontología moderna dieron lugar al desarrollo de un movimiento

educativo, nuevo en el mundo, la educación permanente, cuyo mensaje es "SE PUEDE APRENDER Y EDUCAR A LO LARGO DE TODA LA VIDA" La educación permanente no tiene plazos, ni programas rígidos ni exigencias generales, iguales para todos. Se realiza en libertad y en beneficio de cada sujeto en particular. Su objetivo es ir generando en cada persona una actitud consciente responsable y comprometida de aprendizaje permanente, para que los individuos dominen la "realidad sociocultural" que les rodea y sean capaces de participar activamente en la vida social desde una conciencia crítica. Se trata de un nuevo discurso. No de una "pedagogía de la necesidad" sino de una "pedagogía de la libertad", al alcance de cada cual en el momento en que le convenga. Por tanto, la educación no tiene que estar solo al servicio de la producción sino que es un proceso en constante evolución.

La aceleración de la historia exige una adecuación permanente a las nuevas situaciones que se van presentando en el desarrollo de la humanidad, y esta adecuación solo puede ser lograda mediante un proceso de educación. Estamos en una sociedad de cambio permanente, por lo que se impone una educación a lo largo de la vida que comprenda la totalidad del ser y que, más que una educación intelectual, supone una *educación integral* en el sentido de que se trata de volver a aprender, revisando conocimientos ante el desarrollo tecnológico y científico. Dejar esta iniciativa personal –el derecho a la

educación permanente— sin proclamar, defender e instrumentalizar, nos llevaría a que este derecho quede sin ejercicio en la inmensa mayoría. De hecho, la educación permanente afecta a pocos beneficiarios y solo la minoría que tiene deseos de actualizarse suele ser la mejor preparada.

ÍNDICE

1. Introducción.

1.1 Gerontagogia.

2. Objetivos.

2.1 Personas mayores.

2.2 Situaciones.

2.3 Modelos educativos.

2.4 Motivación.

2.5 Formación continua y vida laboral.

3. Instrumentación.

3.1 Características de la educación permanente.

3.2 Cambios en la organización del sistema educativo.

4. Conclusiones.

1. INTRODUCCIÓN

Porque existe la persona se da en ella, y solo en ella, la educación como quehacer o tema permanente. Desde la educación, la persona es un ser inacabado en todos sus aspectos o dimensiones (SACRISTÁN 1982). Desde tal estado tiende a su acabamiento en busca de plenitud; no es un ser “factum” sino “faciendum”. Por eso el hombre siempre es el mismo pero nunca es el mismo; por razón de “personidad”

es siempre el mismo, pero por razón de su “personalidad” es siempre distinto (ZUBIRI 1985). El desarrollo humano como un continuo devenir, como “ser haciéndose”, exige un aprendizaje permanente para adaptarse a situaciones nuevas a lo largo de la vida, con la necesidad de ciertos ajustes, reorientaciones y abandono de modos anteriores de comportamiento. Persona y educación son, en definitiva, inseparables, siempre que el ser humano al hacerse, opte por lo bueno y valioso, ante la pluralidad de posibilidades que se le ofrece. Aquí radica el problema de la persona y de la educación.

La implantación de la educación permanente debe ser respuesta a diferentes retos entre ellos, la redistribución del ciclo vital. Cada vez se está comprimiendo más el “ciclo medio de vida”, entre una educación prolongada en su comienzo (más años de formación inicial) y el periodo de jubilación. Éste se amplía en muchos más años, viéndose incrementado por la pérdida de puestos de trabajo antes de la edad establecida. Este reto rompe las barreras convencionales que hasta ahora existen en la educación, lo que obliga a formular políticas activas de formación de capital humano y de bienestar psicológico y social de los individuos.

En síntesis, las justificaciones para la implantación de la educación permanente para todos debe basarse en nuevas estrategias: ocuparse del aprendizaje en todas sus formas; no aceptar demarcaciones estrechas entre programas académicos y vocacionales; y tampoco restringir la

oportunidad de aprender en las estructuras formales. Hay que evitar, en todo caso, que la educación permanente sea algo más que una colección caótica y no articulada de estructuras y funciones.

1.1. Gerontagogía

El criterio de la edad es lo que diferencia la Gerontagogía de la Pedagogía. La Gerontagogía (etimológicamente, “geron”: viejo, mayor y “agó”: como verbo, o “agogia” como sustantivo, conducir/conducción: significado, “conducir a un viejo”), viene caracterizada por los siguientes aspectos:

- a) Se enmarca dentro del ámbito de lo social: conlleva la necesidad de considerar los procesos educativos en contexto determinados, a partir de circunstancias concretas sociales, históricas, culturales y evolutivas.
- b) Hace referencia al carácter educativo del mayor como un aspecto más de la persona, que en su modo de ser y actuar demanda las necesidades que han de ser interpretadas desde su vertiente personal y social, en conexión con sus intereses y capacidades.
- c) Herramienta de trabajo que, utilizada de manera más o menos innovadora pero siempre adecuada a nuestro ámbito de actuación, permite potenciar y dotar a cada persona de las habilidades necesarias para que pueda desempeñar un papel propio en su contexto, que en muchos casos será transformador

y crítico; otras veces, ayudará a la persona a su adecuación al entorno, pero siempre partirá de los diferentes condicionantes que la posicionan en el mismo. De ahí la importancia de adaptar nuestras formas de trabajo a las necesidades y fines que los mayores plantean.

- d) La actuación del gerontagogo debe enmarcarse desde el paradigma crítico, facilitando procesos de adaptación que permitan a las personas desenvolverse lo más consecuentemente posible en su entorno, facilitándole, ante todo, nuevos modos de afrontar determinados conflictos.

2. OBJETIVOS

Las características básicas del concepto de educación permanente están en relación con los diferentes períodos de la vida y con los tipos y niveles de la estructura educativa, desde preescolar hasta la educación de personas mayores. Es un principio integrador de las estructuras educativas – educación formal y no formal-; se trata de una educación abierta a través de los distintos medios de comunicación; considera a la educación como un proceso que tiene dos etapas: “preparar para la vida laboral” y “preparar para la vida misma”. La primera se identifica con la educación formal, conjunto de conocimientos que capacitan a la personas como profesionales, para desenvolverse en la vida en la que se

busca la productividad económica por la preparación para el puesto de trabajo. La etapa de “preparar para la vida misma” se manifiesta a través de una educación que pone a disposición de las personas conocimientos actualizados que les permita comprender el mundo contemporáneo, respondiendo a sus intereses. Se acepta que la educación es el gran instrumento para mejorar la calidad de vida de las personas, se busca la productividad social, y no solo se admite, desde el plano educativo, que las personas tienen su propia experiencia y conocimientos acumulados, sino también se reconoce en ellas la capacidad de continuar desarrollando su potencial para crear nuevas condiciones de vida. Es un proceso que continua a lo largo de toda la vida.

Todo grupo social es educativo en el mismo nivel de importancia; es la *Universalidad* del espacio educativo: en cualquier lugar puede darse la situación o encuentro educativo. La educación permanente es *integral*, se define a sí misma desde la persona ubicada en una sociedad y tiempo determinado, interesándose por su total desarrollo y crecimiento en todas sus posibilidades y necesidades:

- Es un *proceso dinámico y flexible* en sus modalidades, estructuras, contenidos, métodos, ya que debe partir de un contexto social específico al servicio de grupos determinados.
- Es un *proceso ordenador* de los múltiples conocimientos acumulados. *Carácter integrador*, coordinado al resto del sistema educativo.

- Es un *proceso innovador* en busca de nuevas fórmulas eficaces y adecuadas a las necesidades presentes y futuras.

En síntesis, lo que tiene que abarcar este campo de intervención de la educación en personas mayores hace referencia a las siguientes cuestiones: *Educación para la recuperación del conocimiento, Educación para la realización y perfeccionamiento personal, Educación social, familiar, sanitaria; educación para el cambio social (aprendizaje democrático y Formación para la vida cívica, política y comunitaria.*

2.1. Personas mayores

Hemos de destacar que tanto la Sociología como la Antropología, Medicina, Economía etc. han penetrado en el conocimiento de la vejez, aportando conocimientos muy relevantes. Sin embargo, hemos de reconocer que la Pedagogía se ha asomado tímidamente a este apasionante mundo de la educación de las personas mayores, desde planteamientos metodológicos. Nos encontramos con una Gerontología educativa que nace con fuerza, pero es necesario, con técnicas etnográficas, saber mucho más de estrategias, procesos y métodos. Estamos pasando de la acción de formación genuina para una etapa de la vida, a la necesidad de educación como proceso vital a lo largo de la vida. Esta situación hace que el concepto de persona mayor y de formación a lo largo de la vida no esté suficientemente integrado en el discurso educacional, apareciendo la educación de la persona mayor como

una iniciativa transitoria, de asistencia social. Sin embargo, el tiempo actual esta teñido por la cultura postmoderna, un tiempo donde cuenta muy poco el pasado, la experiencia o el futuro; las personas mayores quedan así marginadas, y deben elegir entre quedar amarradas al pasado, haciéndose impermeable a los cambios, o captar la experiencia de vivir ese cambio, para lo cual necesitan preparación.

2.2. Situaciones

Varias son las situaciones las que demandan educación permanente en las personas mayores, derivadas del *fenómeno del envejecimiento*: Cada vez es mayor la presencia de la “sociedad del ocio” en la que la población mayor es ya del 20% del total; la idea de *educación ligada a un envejecimiento activo*; la experiencia y formación que tienen las personas mayores no debe desaprovecharse, sus conocimientos deben ponerse al servicio de la sociedad con una propuesta de formación continua; *la capacidad de aprender de los mayores*, que derrumba los tópicos sobre la disminución de la capacidad intelectual de las personas mayores, porque no tienen una base neurológica sino social, si la persona mayor se mantiene intelectualmente activa, no hay una edad determinada para aprender. Todo depende de la persona y de la voluntad de querer hacerlo.

Por otra parte está *La orientación educativa del mayor*. El objetivo de la educación en esta etapa de la vida es

ayudar a llenar de actividades gratificantes el tiempo libre, una educación orientada a un mayor desarrollo personal, participación social y disfrute del ocio; *El aumento de las expectativas de vida* en la que la educación permanente es una respuesta positiva para, en muchos casos, 20 o 25 años después de la etapa laboral. Todo ello desemboca en unas reflexiones: llegar a la vejez con mente abierta y ubicada en el tiempo, con información, conocimientos y nuevas experiencias; compartir reflexiones, ideas, opiniones etc. Se ha de aprender a lo largo de la vida.

2.3. Modelos Educativos

Hay una serie de modelos de educación relacionados con las personas mayores (MOODY 1976). Si el modelo imperante es el “*involutivo o de declive*”, la educación no juega ningún papel, porque la misma tiene una proyección para el futuro, con base económica, productiva, y de una persona mayor nada puede esperarse. En los “*supuestos participativos*”, de bienestar, la educación de las personas mayores debe entenderse como actividad a llevar a cabo en tiempo de ocio, como una forma de mantenerlas ocupadas y entretenidas, a través de la misma. Esta teoría contempla una perspectiva consumista, de tiempo por el tiempo, no como productores sino como consumidoras de ocio. En las “*actitudes de autorrealización*”, la educación juega un papel de elemento de preparación para nuevos roles activos, o para un desafío

hacia los estereotipos que tienden a definir la vejez, haciendo posible que las personas mayores vivan en contacto con la corriente general de la sociedad, llevando una vida normal. Y ello, sin incrementos de los servicios sociales, sino restringiendo instituciones que han contribuido a crear el problema, pese a sus buenas intenciones. La inteligencia todavía es moldeable.

2.4. Motivación

Ante las actitudes de desconfianza, apatía y fatalismo para aprender a lo largo de toda la vida, se impone la motivación para provocar en cada persona mayor una posición consciente, responsable y comprometida de aprendizaje permanente, frente al envejecimiento y a los cambios personales que trae aparejados. Las personas mayores aprenden con mayor o menor entusiasmo en la medida en que lo que se le ofrece tenga significado en su vida personal y en el contexto en el que vive y actúa. Y aunque las personas mayores sean también sensibles a ciertas motivaciones extrínsecas para aprender -reconocimiento, prestigio, poder- los motivos más importantes son los intrínsecos: mejorar el nivel de su propia estima; enriquecer los conocimientos, adquirir nuevas habilidades, sentir gusto por aprender cosas nuevas que convierta a la persona mayor en agente y protagonista de su propio desarrollo, calidad de vida, satisfacción, adaptación a los cambios y avances tecnológicos, entre otros.

2.5. Formación continua y vida laboral

El incremento en las expectativas de vida, el continuo descenso de la población trabajadora y la fuerte presión en gastos sociales están derivando hacia una nueva concepción de la vida laboral. La permanencia de las personas mayores que lo deseen en el mundo laboral más allá de la edad de jubilación se perfila como un elemento clave para garantizar su actividad y su aportación a la sociedad, reduciendo a la vez el gasto público derivado de una sociedad envejecida. No obstante, las circunstancias que rodean a las personas mayores para abordar la actividad laboral deben ser tenidas en cuenta; la adecuación de las personas mayores a los puestos de trabajo pasa por implantar programas de formación continua que les permita mantenerse actualizados y adaptados a los continuos cambios que se producen en el mercado laboral. Es importante clarificar que la prolongación de la vida laboral de las personas mayores no colisiona con los intentos de reducir las tasas de desempleo de los jóvenes, esto es demostrable con estadística de diferentes países. Las estadísticas corroboran que aquellos que prolongan su vida laboral están en mejores condiciones de afrontar un envejecimiento saludable.

3. INSTRUMENTACIÓN

Como paso previo a la instrumentación de la educación permanente vamos a

analizar algunas de sus características: Es una educación para una población más o menos excluida de la educación institucional, es decir, de la formal u oficial, ya que no se considera la educación bajo las mismas perspectivas que se utiliza para educar en otras etapas de la vida; en cualquier lugar puede darse la situación o encuentro educativo; y se trata de una educación abierta a través de los distintos medios de comunicación. Los planteamientos de la educación permanente no deben limitarse a la receta clásica de cursos, escuelas, centros, actividades, etc. sino que debe ampliarse superando las “barreras” que impiden a las personas expresar plenamente su demanda. Va dirigida a la persona ubicada en una sociedad y tiempo determinado –el tiempo actual– interesándose por su desarrollo y crecimiento en todas sus posibilidades y necesidades.

3.1. Características de la educación permanente

Es un proceso dinámico, flexible e innovador en sus modalidades, estructuras, contenidos y métodos. Su proyecto educativo esta fundado sobre métodos pedagógicos activos, es un proceso ordenador de las múltiples experiencias y conocimientos acumulados. Por otra parte, el profesorado se beneficia de enseñar, aprende de sus educandos; no se trata de una “intervención” que es impuesta y obligada sino de tener la posibilidad de

reconocer, clarificar y reflexionar sobre sus experiencias, compartiéndolas con las de otras personas, relacionándose y acumulando nuevos conocimientos y habilidades. La educación permanente requiere un apoyo hacia las instituciones para que ellas mismas se transformen en comunidades de aprendizaje a lo largo de la vida; que integren elementos académicos, financieros y administrativos; que se provea de estructuras responsables de desarrollo organizativo, de equipos, de alumnos, de desarrollo de planes de estudio impulsados y apoyados en el compromiso con la comunidad. Se hace necesario de este modo, el ajuste de las diferentes estructuras de apoyo, tales como sistemas de información académica, ofertas de bibliotecas y tecnología de aprendizaje, a la nueva misión en las sociedades de aprendizaje. La educación de adultos es meramente compensatoria.

3.2. Cambios en la organización del sistema educativo

La educación permanente implica una serie de cambios y de rupturas en la organización del sistema educativo, las cuales se concretan a continuación:

- *Ruptura en las posibilidades de acceso y los saltos de nivel en educación.* Una institución de formación superior abre sus puertas a personas que, en principio, no deberían estar recibiendo dicha formación sin cumplir los requisitos previos establecidos en los “ciclos”

anteriores. Con ello, se favorece la existencia de canales de conexión entre los diversos subsistemas y modalidades del sistema educativo, tanto reglado (paso entre el sistema escolar y el subsistema de personas mayores) como entre el sistema formal, informal y no formal. En todo caso, el propio sistema determinará si es conveniente realizar algún tipo de prueba de acceso inicial. Ejemplo de ello a nivel reglado lo tenemos en España y en otros países cuando se permite establecer el acceso de las personas mayores de 25 y 45 años a la Universidad -sin tener ningún título previo- después de aprobar el correspondiente examen. Igual situación sucede con los "Programas Universitarios para Mayores", las personas de edad sin títulos previos, pueden acceder a un programa de carácter universitario que, en algunos casos concede "títulos propios", aunque en otros, simplemente se certifica la asistencia.

- *Ruptura en la organización curricular.* La educación permanente no tiene que seguir una organización curricular estructurada en niveles y cursos. Puede plantearse diferentes alternativas ya que se trata de que los participantes, en cualquier nivel de formación, puedan elaborar sus propios programas modulares y realizarlos al ritmo de sus posibilidades e intereses, sin tener que acogerse a un tiempo y espacio común para todos.
- *Ruptura en cuanto a los espacios educativos.* Organizar una oferta educativa adaptada a la demanda

social, integrando el sistema escolar en el proyecto comunitario. La educación permanente es un proceso global y al mismo tiempo un proceso en constante evolución; global porque se interrelacionan diferentes aspectos:

- *El sujeto* o el ser humano desde la primera infancia hasta edades avanzadas;
- *El Contenido*, que corresponde no solo a los diversos niveles del sistema educativo reglado sino a las diferentes facetas del desarrollo de la personalidad (formación física, intelectual, cultural y profesional);
- *El método*, que engloba todas las formas de educación, escolar y extraescolar, dando especial importancia a la capacidad de "autodidaxia" que posee el ser humano para ser dueño y autor de su propio progreso cultural;
- *Los medios*, que no se centran en material escolar (el libro u otro tipo de material) sino que a su servicio puede estar el amplio desarrollo de los medios de comunicación y las nuevas tecnologías;
- *Los agentes*, que no se circunscriben al sistema escolar sino que deben participar diferentes instituciones – empresas, asociaciones etc.– creándose una cooperación entre profesores y alumnos.

4. CONCLUSIONES

- Las variables propias de la situación personal de los adultos mayores

son las que en realidad condicionan su aprendizaje. Por eso debemos considerar: sus capacidades naturales; el propio ritmo personal de aprendizaje; la formación escolar; el ambiente en que vivió y su trayectoria laboral, entre otras.

- Las diferencias individuales se acrecientan con la edad, por lo cual se debe individualizar el aprendizaje para que tenga significado.
- Motivación relacionada con las necesidades del presente. Cada uno aprende con mayor o menor entusiasmo en la medida en que lo que se ofrece tenga significación en su vida personal y en el contexto en que vive y actúa.
- Los mejores motivos para aprender son: reforzar la autoestima; enriquecer los conocimientos; adquirir nuevas habilidades y sentir gusto por aprender cosas nuevas.
- A pesar de la falta de entrenamiento y la natural lentitud que sobreviene con los años, cuando la presión del tiempo no es inhibitoria, el aprendizaje en la persona mayor es sólido y preciso. Existe una conexión positiva entre los nuevos conocimientos y los ya sabidos, partiendo de la experiencia.
- Dictado de cursos que no se reducen al mero desarrollo intelectual sino que pretenden favorecer la integración y permanencia de las personas mayores en las estructuras sociales, intentando

compensar las desigualdades en el acceso a la educación, y poniendo en marcha los principios de la educación permanente para todos, a lo largo de la vida.

- Crear un espacio para un sector de la comunidad que no aspira a obtener un título.
- Para los docentes, enriquece la capacidad de enseñar a una población con diversidad de conocimientos previos y al mismo tiempo de aprender de sus educandos.
- El objetivo no es aprender nuevas disciplinas, simplemente, sino aprender nuevas formas de aprender; trabajar en equipo, con modalidades grupales; diálogo generacional e intergeneracional; y valorar la experiencia de vidas particulares.
- La horizontalidad en la relación docente–alumno permite introducir a los mayores en nuevas experiencias de socialización.
- Educar en la participación y para la participación significa reconocer a los mayores como productores y reproductores de bienes culturales.

La educación permanente es, en definitiva, una contribución a la humanización de las relaciones, una permanente reflexión acerca del sentido de la existencia y un ejercicio para comprender e interpretar críticamente el devenir de la historia y la propia condición humana.

INTELIGENCIA EMOCIONAL Y FORMACIÓN CONTINUA DE ADULTOS: NUEVOS HORIZONTES EN LA OFERTA FORMATIVA DE ADULTOS

M^a Carmen Fernández Vázquez

*Doctora en Psicología. Directora de la Oficina
de Empleo de Zaragoza del Instituto
Aragonés de Empleo*

Surge la neoactividad, fruto de una educación emocional. La cuestión clave sería cómo en los programas de formación continua de seniors podría introducirse un área específica y transversal de educación emocional entendida como espacio de desarrollo personal y vinculado al bienestar personal. Esta nueva oferta formativa conllevaría los correspondientes cambios respecto a la programación, contenidos y metodología.

RESUMEN

En el ser humano el cumplimiento de los años no tiene la simplicidad de otros seres vivos; existe la edad cronológica, fisiológica, social y la de inteligencia emocional. Precisamente, ésta puede constituirse en un auténtico faro que ayude a guiar la reorientación de la oferta formativa continua de adultos. Educar en inteligencia emocional es ayudar al alumno adulto a intervenir favorablemente en los cambios que se producen en su nivel psicológico, en su nivel afectivo y social. Es equiparle para todo lo que conlleva su nueva situación.

INDICE

- 1. Las edades del hombre y la inteligencia emocional: La Neoactividad.**
- 2. Características de la competencia emocional.**
- 3. La Formación continua para el desarrollo de las competencias emocionales.**
 - 3.1. Programa.
 - 3.2. Contenidos.
 - 3.3. Metodología.
- 4. Bibliografía.**

1. LAS EDADES DEL HOMBRE Y LA INTELIGENCIA EMOCIONAL: LA NEOACTIVIDAD

El envejecimiento es un proceso universal e irreversible que afecta a todo el mundo. Sin embargo, en el ser humano el cumplimiento de años afortunadamente no tiene la simplicidad de otros seres vivos. Se habla de la Edad cronológica (años transcurridos desde el nacimiento), Edad Fisiológica (grado de funcionamiento del organismo), Edad Psicológica (cómo la vida se reorganiza en función del tiempo que queda por vivir), la Edad social (según el rol individual que puede y debe desempeñar la persona en la sociedad. Y finalmente como síntesis de éstas últimas edades, hablaríamos de la Edad de Inteligencia Emocional.

La Inteligencia Emocional, término acuñado por Mayer y Salovey (1994), difundido por Goleman (1995) y desarrollado por autores como Epstein con su teoría cognitiva experiencial (2012), tiene su origen en la teoría de las inteligencias múltiples de los seres humanos de Howard Gardner(1983), en cuya catalogación destacaba las denominadas inteligencias intrapersonal e interpersonal respectivamente. Simplificando más, la Inteligencia Emocional quedó definida por Goleman como la capacidad de reconocer nuestros propios sentimientos y los de los demás, motivarnos y manejar adecuadamente las relaciones que

mantenemos con otros y con nosotros mismos.

Los posibles beneficios que se podrían obtener incrementando la Inteligencia Emocional, y específicamente hablando de “seniors” bajo una perspectiva global serían diversos: Adquisición de mayor autoconciencia y autoconocimiento; fomento del equilibrio emocional; promoción de relaciones armoniosas; incremento y refuerzo de la motivación y entusiasmo; obtención de capacidad de influencia y liderazgo; mejora de la empatía y las habilidades sociales; desarrollo e incremento del bienestar psicológico; facilitación y mejora de la buena salud; facilitación de defensas para reaccionar positivamente ante el estrés, y potenciación del rendimiento vital. De estas consideraciones se podría desprender que en la evolutiva de la persona que se hace mayor, existe la gran variable de la edad de Inteligencia Emocional (que incorpora las mencionadas edades psicológica y social) que puede constituirse en un auténtico faro que ayude a guiar la reorientación de la oferta formativa continua de adultos.

Educar en Inteligencia Emocional a través de una oferta a formativa especializada en ésta área, es ayudar al alumno adulto a intervenir favorablemente en los cambios que se producen en su nivel psicológico en cuanto a sus *funciones cognitivas* (resolución de problemas, creatividad, memoria, atención), como en sus *aspectos afectivos* (emociones, motivación, personalidad, adaptación), así como en sus *cambios sociales*, respecto a

su rol individual (como único individuo, como integrante del grupo familiar y como ser que necesita dar y recibir afecto), y a rol en la comunidad, en tanto que tiene una actividad social y en tanto que tiene que enfrentarse a una situación de cese de la actividad laboral (jubilación). Esto es, ayudar a afrontar situaciones de ruptura que pueden conllevar una desvalorización social, una incertidumbre ligada al acceso a tiempo libre-vacío y a una ausencia de socialización.

En definitiva, educar en Inteligencia Emocional podría servir de pasarela de continuidad, de preparación y equipamiento a la persona en todo lo que conlleva su nueva situación; por eso, podríamos hablar de una nueva situación: La neoactividad, fruto de una educación emocional.

2. CARACTERISTICAS DE LA COMPETENCIA EMOCIONAL

Hablar de competencia emocional es referirse al aprendizaje, incremento y formación continua de nuestra inteligencia emocional. Todo ello confluye en la identificación de cinco habilidades prácticas: Autoconciencia, Autorregulación, Motivación, Empatía y Habilidades sociales, que tienen aplicaciones muy concretas y útiles en áreas fundamentales de nuestras vidas, puesto que tienden a nuestro bienestar psicológico y contribuyen notablemente a nuestra buena salud física. Asimismo, favorecen el entusiasmo y la motivación, y posibilitan un mejor

desarrollo de nuestras relaciones con los demás. Se podrían clasificar en dos grandes áreas, la Intrapersonal y la Interpersonal:

Respecto a la *Inteligencia Intrapersonal (Relaciones con uno mismo)* se destaca, por un lado, *la autoconciencia* como conciencia de los propios estados internos, recursos e intuiciones (conciencia emocional, autovaloración y autoconfianza). Por otro lado, *la autorregulación* como control de los propios estados, impulsos y recursos internos (autocontrol, responsabilidad y adaptabilidad); y *la Motivación*, constituida por todas aquellas tendencias emocionales que guían y/o facilitan el logro de los objetivos (impulso de logro, compromiso, iniciativa y optimismo).

Respecto a *la inteligencia interpersonal (Relaciones con los demás)* se destaca, por un lado, *la empatía* como conciencia de los sentimientos, necesidades y preocupaciones ajenas (comprensión de los demás, tolerancia, mente abierta). Y Por otro lado, *las destrezas sociales* como habilidades para inducir respuestas deseables en los demás (influencia, comunicación, manejo de conflictos, liderazgo, establecimiento de vínculos, colaboración y cooperación).

3. LA FORMACION CONTINUA PARA EL DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS EMOCIONALES

Ante lo expuesto, la cuestión clave podría plantearse cómo en los programas

de formación continua de adultos, de seniors, podría ser relevante introducir un área específica de educación en Inteligencia Emocional, entendida como espacio de desarrollo personal vinculado al bienestar de una población que, por sus características determinadas, por su momento y por su ciclo vital, lo necesitan; y que además, por la época que les ha tocado vivir, no han tenido oportunidad de desarrollarlo personalmente. Si fuese así, habría que considerar que la oferta formativa continua de adultos tendría que introducir una serie de cambios, relativos a:

3.1. Programación

Incluir en la oferta formativa la Educación Emocional como materia transversal en la formación de adultos: Incluso considerando como *desarrollo personal* un área propia, área de bienestar y psicología positiva.

3.2. Contenidos

Dos grandes grupos de materias (núcleos temáticos) serían las fuentes de programación: Por una parte, *el área de competencias personales* que recoja aspectos y habilidades de autoconciencia, autorregulación y motivación. Es decir, todas aquellas materias que guarden relación con tener una vida plena y que conectaría con todo lo relacionado con bienestar emocional, satisfacción con la vida y “eudaimonía”, como identificación de las competencias y fortalezas características de cada persona. En este capítulo se

podrían integrar contenidos diversos como autoestima, orientación para la jubilación, clarificación de valores, gestión del estrés, gestión del tiempo y de proyectos, así como *Mindfulness* (conciencia plena), compromiso y aceptación.

Y por otro lado, *el área de competencias sociales*, que contemplaría aspectos y funciones de bienestar social, de habilidades sociales y comunicación. Esta área conectaría con todo lo vinculado con las relaciones con los demás en las que quedarían incluidos contenidos como comunicación, escucha activa, empatía, asertividad, influencia y persuasión, liderazgo, gestión de conflictos, habilidades de equipo, la negociación, las relaciones desde la colaboración y cooperación, etc.

3.3. Metodología

La interacción continua entre profesores ponentes y alumnos sería crucial. La metodología grupal -inspirada en la dinámica de grupos- se combinaría con un sistema de Talleres, como es el caso de los de autoconocimiento emocional a través de la Cuentoterapia, Escritura Emocional y otros. El desarrollo de contenidos teóricos por medios expositivos sería reducido lo máximo posible y se utilizarían herramientas como las basadas en el *coaching* grupal.

Estos métodos quedan fundamentados en el respeto y la confianza mutua; en el reconocimiento y aceptación de que el conocimiento y la verdad, las capacidades y habilidades se encuentran en el interior

de las personas; que ellas, y sólo ellas, pueden ser las autoras y responsables de su descubrimiento, aceptación y utilización, pero que en ese proceso de descubrimiento y aceptación de uno mismo pueden ser aceptados y acompañados, orientados y estimulados.

Para ello, se pueden usar diálogos y conversaciones en base a preguntas inteligentes, con frecuencia provocadoras y elaboradas respecto a una metodología de tipo pedagógico especial y diferente. Los conocimientos pueden ser variables e ir surgiendo del interior en función de las necesidades, expectativas y puntos de partida acerca de lo que se es, de lo que se quiere mejorar y de las metas de cada persona. El objetivo es que asuma que es ella, y sólo ella, la que tiene las respuestas y decisiones acerca de su propia vida, y por tanto la que está en mejores condiciones para diseñar sus propias estrategias, extrayendo de sí misma el conocimiento y las habilidades necesarias para superar las dificultades, adaptarse a nuevas situaciones, tomar decisiones y mejorar su eficacia.

En definitiva, orientarse al descubrimiento del propio potencial y a la superación de creencias y limitaciones que impiden avanzar y ser felices. Se trata de un aprendizaje de tipo generativo, en el que las personas generan y aprenden de sí mismos a través de cuatro principios: Conocer, Liberar, Desarrollar y Actuar.

En resumen, todas estas consideraciones habría que entenderlas como recomendaciones sobre futuras líneas de actuación, con sus ventajas y sus limitaciones. Lo que se pretende es abrir vías de discusión que ayuden a dar mejor respuesta a la formación continua de adultos.

4. BIBLIOGRAFIA

- Gardner, H. (1995). *Inteligencias múltiples. La Teoría en la práctica*. Barcelona: Paidós.
- Goleman, D. (1995). *Inteligencia Emocional*. Barcelona: Kairós.
- Salovey, P. y Mayer, J.D. (1990). *Emotional Intelligence. Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185-211.
- Epstein, S. (2012): *Inventario de pensamiento constructivo*. Madrid: Tea Ediciones
- Fernández Vázquez, MC. (2006). *Orientación Profesional e Inteligencia emocional: un análisis de competencias emocionales durante el período 2003-2005 en la provincia de Zaragoza*. Recuperado de www.aragon.es /Red orientación al/ artículos
- Álvarez, M. (Coord.) et al. (2001). *Diseño y evaluación de programas de educación emocional*. Barcelona: Ciss-praxis.
- Bisquerra, R. (2000). *Educación Emocional y Bienestar*. Barcelona: Praxis

EXPERIENCIAS EN EDUCACIÓN EMOCIONAL DE ADULTOS

Ana Isabel García Capapey

Terapeuta Gestalt y Cuentoterapeuta.

Zaragoza

1. RESUMEN

Dentro del ámbito de la Formación Continua a lo largo de Toda la Vida, me gustaría plantear el trabajo con la Inteligencia Emocional como oferta formativa en las Aulas de la Experiencia. Considero necesario introducir en ellas un área de bienestar, desarrollo personal e inteligencia emocional, en el que se aprenda a reconocer, aceptar y gestionar las propias emociones y las de aquellos que nos rodean.

Es cierto que en los últimos años se ha tratado de compensar a las personas que ahora tienen más de sesenta años, y que en su momento no tuvieron opción a la cultura en cualquiera de sus manifestaciones, con una abundante oferta de cursos y talleres; que a través de ellos han encontrado una segunda oportunidad para realizar lo que la vida les negó en otro momento, pero a través de mi experiencia en distintas formaciones con personas mayores de sesenta años, he observado una carencia de formación en gestión emocional y he comprobado que, cuando ésta se les ofrece y comienzan a comprobar sus beneficios, son ellos quienes solicitan continuar profundizando en el tema.

En este documento, además de exponer brevemente los beneficios de la gestión emocional, transmito mi experiencia en

este campo en cursos y talleres impartidos con personas mayores de sesenta años en la Fundación Rey Ardid, Ibercaja, Instituto Aragonés de Servicios Sociales, Ayuntamiento de Barbastro, Ayuntamiento de Ejea de los Caballeros, y otros.

Comienzo definiendo el término Inteligencia Emocional y haciendo una reflexión sobre la relación que guarda la gestión adecuada de las emociones con el bienestar. Posteriormente, transmito las experiencias recogidas en talleres realizados, en los que se trabajó la gestión de los miedos, la autoestima, las segundas oportunidades, la necesidad de reinventarse, las pérdidas y el duelo.

Dedico un apartado a la Cuentoterapia, una de las principales herramientas que utilizo en mis talleres, y que unida a la Terapia Gestalt, Risoterapia, Análisis Transaccional, etc., me permiten alternar entre exposiciones teóricas y dinámicas vivenciales.

INDICE

1. Definición.
2. Relación Gestión Emocional-Bienestar.
3. Objetivos.
4. La Cuentoterapia como herramienta en la conducción de grupos.
5. Los miedos.
6. Reinventarse
7. La autoestima: “espejito, espejito... cómo me veo, cómo me siento”.
8. Las pérdidas y el duelo: “Y ahora qué... Cómo continuar viviendo tras la pérdida de un ser querido”.
9. Conclusiones.
10. Bibliografía.

1. DEFINICIÓN

La Inteligencia Emocional agrupa al conjunto de habilidades psicológicas que permiten apreciar y expresar de manera equilibrada nuestras propias emociones, entender las de los demás, y utilizar esta información para guiar nuestra forma de pensar y nuestro comportamiento. Teniendo en cuenta la edad de las personas a las que va dirigida esta formación continua, me parece importante resaltar que se encuentran en una etapa en la suele haber una gran resistencia al cambio y es, precisamente ahora, cuando suelen producirse frecuentes cambios en su vida, tanto físicos (dificultades de movilidad, fuerza, agilidad) intelectuales (pérdida de memoria, introducción de novedades tecnológicas prácticamente imprescindibles en nuestra vida cotidiana, como, por ejemplo, manejar el mando de la tele, el teléfono móvil o el ordenador) y emocionales (pérdidas y duelos, aceptación de esta nueva etapa).

2. RELACIÓN GESTIÓN EMOCIONAL-BIENESTAR

En cada instante, el equilibrio de nuestro corazón influye en nuestro cerebro; sentimos las emociones en el cuerpo, no en la cabeza. Una emoción, es ante todo un estado corporal, y sólo después una percepción en el cerebro. Son las emociones consideradas negativas, como la cólera, la ansiedad, la tristeza... las que hacen caer

la frecuencia cardiaca y siembran el caos en nuestra fisiología, sobre todo, por la dificultad que nos produce sostenernos en ellas. Por el contrario, son las emociones llamadas positivas, como la alegría, la gratitud y sobre todo, el amor, las que más favorecen la armonía.

La coherencia del ritmo cardiaco representa una economía real de energía para el organismo; basta con detener la pérdida inútil de energía para recuperar la vitalidad natural. Nos habla Norberto Levy en sus libros "La sabiduría de las emociones" y "El asistente interior" de la importancia de aprender a reconocer nuestras emociones para poder gestionarlas. En mi experiencia en formación en gestión emocional, con grupos de personas mayores de 60 años, en la Fundación Rey Ardid, de Zaragoza, he observado la gran dificultad que les supone poder identificar y ponerle nombre a la emoción que están sintiendo. Ante la pregunta "¿Cómo te sientes?" les resulta muy difícil contestar con otra cosa que no sea "bien" o "mal". Aprender a saber cuando están enfadados, tristes, alegres, ilusionados, temerosos, etc. es uno de los primeros retos a los que debemos enfrentarnos si queremos aprender a gestionar nuestras emociones.

Suelo leerles cuentos y relatos. Uno de ellos cuenta cómo la rabia y la tristeza se bañaban juntas en un lago, pero al salir del agua confundieron sus ropas y desde entonces es muy frecuente que creamos sentir enfado o rabia cuando lo que de verdad hay en nuestro interior es una gran tristeza. Si gestionamos el enfado, que es

lo que vemos a primera vista, nos parece que ya hemos resuelto el problema y lo dejamos ahí, pero la tristeza permanece oculta e invisible en nuestro interior, sin que nadie la haya escuchado.

Por otra parte, y siguiendo con las propuestas de Norberto Levy, una vez que aprendemos a reconocer e identificar nuestras emociones, el avance que se persigue en mis talleres es reconocer su sabiduría. Todas las emociones, sin excepción, son avisadores que nos ayudan a darnos cuenta de que algo sucede en nuestro interior. Si lo que hacemos es negar la emoción: “no siento miedo” o tratar de controlarla: “no seas cobarde”, es como si cuando tenemos fiebre tomamos alguna medicina para que la fiebre desaparezca, sin buscar aquello de lo que nos avisa (frecuentemente, una infección). Es importante hacer las paces con aquellas emociones que se consideran “negativas” y darnos cuenta de que las emociones, en sí mismas, no son ni buenas ni malas, sino que es lo que nosotros hacemos con ellas lo que las convierte en positivas o negativas.

3. OBJETIVOS

El objetivo de estos talleres es crear un espacio grupal respetuoso en el que los participantes puedan trabajar en un mayor autoconocimiento, descubrir aquellas experiencias que les hacen crecer, ser más libres y auténticos, aceptarse a sí mismos y a los demás, crear una red social que les abra a nuevas relaciones, así como proporcionar

herramientas con las que aprender a tejer unas alas que nos ayuden a disfrutar de todo aquello que nos rodea:

- Alas que arropen en el bienestar, la vitalidad y el goce de los sentidos.
- Alas abiertas a las nuevas relaciones sociales y que ayuden a mejorar las que ya existen.
- Alas que den la fuerza para decir “no” y defender nuestras opiniones.
- Alas inteligentes para superar los conflictos y convertir éstos en oportunidades.
- Alas de libertad y alegría para nuestro niño interior.
- Alas de amor para conocernos y aceptarnos.

Se creará un espacio de confianza en el que cada cual podrá volar a su propio ritmo, y con la fuerza que da el trabajar en grupo repararemos aquellas alas heridas y fortaleceremos las que ahora tenemos, de manera que consigamos unas maravillosas alas para vivir.

4. LA CUENTOTERAPIA COMO HERRAMIENTA EN LA CONDUCCIÓN DE GRUPOS

Cuando somos niños, los valores de nuestra familia se nos presentan a través de los cuentos o de las historias que nos relatan nuestros mayores. Gracias a ellos, conocemos a personajes valientes y atrevidos, a otros que necesitan que alguien los salve... Vivimos historias de peligros en las cuales nuestros personajes

nos muestran cuáles son las armas con las que se enfrentan a ellos (la espada, el amor, la verdad...) Desde aquí vamos eligiendo nuestros propios valores identificándonos con un personaje, odiando a otros, deseando vivir las mismas aventuras, salvar damiselas en apuros, luchar con dragones, casarse con el príncipe... y aquí se marca nuestro guión de vida.

Podemos trabajar en el cuento para descubrir de dónde proviene todo aquello con lo que nos hemos movido desde niños y descubrir si aquél guión marcado fue elegido por nosotros o por alguna persona influyente en nuestra vida (padres, abuelos, profesores). Podemos ver qué parte de ese guión se ha cumplido y cual no, y darnos cuenta de si a estas alturas de nuestra vida nos sirve el mismo guión, o es momento de reescribir la historia. La escritura de cuentos y relatos es una gran ayuda a la hora de transmitir emociones.

5. LOS MIEDOS

He observado a lo largo de distintos talleres con personas mayores de 60 años, que el miedo es una de las emociones que más rechazo produce y de la que siempre tratamos de huir. Sentir miedo y no aceptarlo, suele traer adosada la rabia; es decir, cuando sentimos miedo y no queremos aceptarlo, nos enfadamos con nosotros mismos por ser cobardes, por dejar que el miedo nos paralice, y de esta forma tenemos dos problemas: la gestión del miedo y la del enfado. Como

no escuchamos a nuestra parte temerosa, sino que nos enfadamos con ella y tratamos de negarla, lo que ocurre es que todavía se asusta más y puede llegar un momento en que ese miedo se haga crónico. Si logramos aceptar nuestros miedos, darles un espacio, escucharlos para ver qué es lo que tienen que decirnos, descubrir su origen y potenciar aquello que necesitamos para que no tengan tanta fuerza en nuestra vida y en nuestra toma de decisiones, se percibe una sensación de ligereza en nuestro día a día.

En el caso de los miedos, a través de varios cuentos (*El abrigo de Pupa*, *Un día de pasos alegres*, *Juan sin miedo*, *Ada nunca tiene miedo*, *Splat el gato*, *La ola*) vamos viendo las distintas formas de enfrentarse a los miedos. Les gusta especialmente el cuento *La ola*, de Suzi Lee, porque se ve muy claro todos los esfuerzos que hacemos para evitar que el miedo o el dolor nos atrapen, y sin embargo, cuando permitimos que lo haga quedan a nuestros pies tesoros maravillosos con los que podemos enriquecernos y crecer emocionalmente. La principal conclusión a la que se llega es que los miedos no son los mismos para todos; cada uno tenemos los nuestros, la mayoría de las veces, heredados de nuestros padres. Les sorprende la idea de no tener que pelear con los miedos, sino de aprender a escucharlos y tratar de aprovechar la información que estos nos transmiten. Igualmente, se dan cuenta de que al reconocerlos y poder verlos de frente, tienen más herramientas para impedir que los miedos los invaliden.

Sobre todo, de este taller les gusta la dinámica final en la que formamos un pasillo, haciendo dos filas enfrentadas entre todos los participantes, y luego, de uno en uno, lo van atravesando. La consigna es que el que entra conecta con ese niño interno que se pone ante el camino de la vida, con sus miedos, sus ilusiones y su deseo de avanzar, y antes de cerrar los ojos y comenzar ese camino, mira a sus compañeros, observando y recogiendo en sus miradas la sensación de apoyo y compañía. A partir de ahí y con los ojos cerrados, va pasando por el túnel mientras el resto lo acompaña, observando e intuyendo aquello que necesita (un abrazo, apoyo, caricia) cogiéndole las manos, acariciando la cara, la espalda, el pecho, etc. Al final del pasillo, los recojo yo con un gran abrazo. Esto nos hace enlazar con la necesidad de contacto que tenemos y los pocos momentos en que hacemos algo para obtenerlo en nuestro día a día, incluso con nuestros seres más cercanos. Hay personas que no tienen a nadie que les toque, ni siquiera para darles un beso por la mañana. Uno de los participantes, muy emocionado después de esta dinámica, compartió con el grupo “A mi, hace años que nadie me tocaba la cara”.

Les resulta muy sorprendente descubrir que se han sentido muy arropados, aceptados y amados por personas a las que conocen muy poco. La conclusión que yo extraigo de las diversas experiencias con esta dinámica es que, paradójicamente, resulta más fácil obtener ese amor incondicional, que nuestro niño interno necesita, de una persona que no es de

nuestro entorno más cercano, porque esta persona no espera nada de nosotros y no tiene ninguna expectativa respecto a nuestro comportamiento. Cuando alguien cruza ese pasillo, con los ojos cerrados y entregándose a los cuidados de los que le rodean, la persona que lo observa deja salir su lado protector y escucha las necesidades de ese niño; de corazón a corazón.

Por supuesto, en todas estas dinámicas hay una total libertad de participación. He observado que inicialmente les cuesta mostrar sus emociones, hablar sobre ellas y sobre todo, llorar. Cuando planteo esta dinámica se dan cuenta, incluso antes de hacerla, de que se van a emocionar y a veces dicen que no desean entrar. Si lo acepto de buen grado y les permito estar ahí, con el grupo, y en la mayoría de los casos formando parte de aquellos que acompañan, generalmente, hay un momento en el que desean participar. Si no es así, han llegado hasta donde han podido y eso ya es algo.

6. REINVENTARSE

Otro de los temas con los que he visto que es interesante trabajar es el de la necesidad de reinventarse y cómo aprovechar las segundas oportunidades. Para este taller, utilizo frecuentemente el libro *Reinventarse* de Mario Alonso Puig. En él, aprovechando la frase de Darwin que nos dice que “no es la especie más fuerte la que sobrevive, ni la más inteligente, sino la que se mejor se adapta a los cambios”, Mario

Alonso nos va hablando de la necesidad de descubrir nuestras fortalezas.

Es en este momento de la formación cuando trabajamos la forma de relacionar las fortalezas y los miedos. Descubrimos que, mucho mejor que pelearse con los miedos, es trabajar para descubrir los recursos que tengo; a más recursos, menos miedo. Para esto, es básico trabajar la Atención; allí donde ponga mi atención se creará mi realidad, como cuando voy en bicicleta y aparto los ojos de mi camino para centrarme en la farola. Si no consigo alejar mi atención de ella y volver a ponerla sobre el camino, es seguro que me acabaré estrellando. Es importante poner la atención en lo que tenemos y no tanto en lo que hemos perdido.

Es frecuente que a la edad de los participantes en este taller, se tenga la sensación de que lo mejor de la vida ya lo hemos gastado. Aceptar que ésto en parte es cierto, no quita para que podamos disfrutar de todo lo que nos queda y descubrir recursos y fortalezas en las que nunca nos habíamos fijado. Por ello, volvemos a poner en marcha una dinámica basada en el contacto, en la cual, por parejas, uno de los participantes se sienta y el otro, de pie detrás de él, imagina que la espalda de su pareja es un lienzo único y muy valioso, y se le ha ofrecido para que pinte en él lo que desee transmitir. En sus manos tiene una enorme paleta de pinceles (imaginaria) y sus dedos son pinceles de distintos tamaños. Con esta dinámica es muy fácil dejarse llevar y permitirse acariciar y masajear al compañero sin que

se tenga la sensación de dar un masaje. Es buena para que el grupo se vaya cogiendo confianza y pierda el miedo al contacto. Por otra parte, nos ayuda a observar cómo me siento cuando entrego y cómo me siento cuando recibo.

7. LA AUTOESTIMA: “ESPEJITO, ESPEJITO... CÓMO ME VEO, CÓMO ME SIENTO”

Para este taller, propongo una dinámica en la que llevo una caja y les planteo que dentro de ella está la imagen de una persona muy conocida. La consigna es que deben acercarse a la caja, de uno en uno, para ver la imagen y deberán decir, en voz alta, tres cualidades positivas de ese personaje. La sorpresa está en que cuando se asoman a la caja lo que encuentran es un espejo en el que ven reflejada su propia imagen. Aquí vamos viendo diferentes reacciones, pero por regla general les resulta muy difícil hablar en positivo de sí mismos. El trabajo que se llevan para casa es asomarse al espejo cada día, y mirarse de forma amorosa, tratando de buscar y de reconocer aquello positivo que hay dentro de cada uno. Obligarse cada día a decirse palabras acogedoras, amorosas y cálidas hace que poco a poco vaya cambiando nuestro autoconcepto y, con él, nuestra autoestima.

Es importante ver cómo afectan el autoconcepto y la autoestima en la sexualidad; a mejor autoconcepto y mayor autoestima, más fácil será aceptar el paso del tiempo en el propio cuerpo y en el

de nuestra pareja. Y relacionado con el autoconcepto, es el momento de trabajar el Dar y Recibir, tomando conciencia de cuál es mi manera de entregar, de recibir y de pedir en cualquier circunstancia de la vida ¿Hay un equilibrio entre lo que ofrezco y lo que recibo? Tanto la acción de dar y ofrecer, como la de recibir y pedir tienen que ver con mi propio autoconcepto, es decir, con la opinión que yo tengo de mí mismo.

Todos en algún momento de nuestra vida, tenemos oportunidad de ayudar a otras personas, e igualmente, en algún momento de nuestra vida, necesitaremos la ayuda de alguien. El equilibrio se encuentra en saber dar sin expectativas y en pedir y recibir sin orgullo. Ofrecer la ayuda que realmente el otro necesita hace que conectemos con la verdadera escucha; se trata de aprender a no tapar al otro cuando yo tengo frío. Observar cómo me siento cuando pido o recibo y cómo me siento cuando ofrezco o entrego, puede ayudar a sacar a la luz algunos aspectos en los que no había reparado, como por ejemplo, mi relación con la autoestima y con la sensación de ser merecedora de valoración, afecto o amor.

Si detecto que tengo dificultad en dar o en ofrecer puedo poner atención en cuál es el concepto que tengo de mi propio valor; es decir, puedo pensar que lo que yo tengo para ofrecer no es digno y que nada que provenga de mí podrá ser valorado positivamente por otra persona. Tendré miedo a que el otro rechace aquello que le

ofrezco porque me sentiría despreciado y se reforzaría mi propia idea de que lo que yo tengo no vale. Desde este punto, puede ser un gran problema para mí comprar un regalo, ofrecer un cuadro que yo mismo he pintado, un poema, una caricia, un abrazo. Es posible también que oculte a los demás aquello que niego o no me gusta ver de mí mismo, pero también oculto lo mejor que tengo por miedo a que lo encuentren ridículo o poco valioso. El dolor de un rechazo sería tan terrible que no podría resistirlo y por eso ni siquiera lo muestro para no tener que ofrecerlo. Lo curioso es que cuando me atrevo a mostrar lo que soy, con mis trapos sucios y lo que hay de verdad en mí, lo que yo muestro con vergüenza suele ser apreciado y valorado por los demás, sobre todo por los que de verdad conectan con lo genuino y no se quedan en la apariencia exterior. Este tipo de contacto es liberador.

Para ayudar a ver todo lo anterior, utilizo los cuentos: *La princesa Mona; Malena ballena; Si yo fuera grande y fuerte...; El insólito ladrón de talentos*, de Pedro Pablo Sacristán; *El patito feo*; y la autobiografía de Andersen, entre otros.

8. LAS PÉRDIDAS Y EL DUELO: “Y AHORA QUÉ... CÓMO CONTINUAR VIVIENDO TRAS LA PÉRDIDA DE UN SER QUERIDO”

Otro de los temas imprescindibles en la Formación Continua a lo Largo de toda la Vida respecto a la gestión de las emociones,

sería el trabajo con las pérdidas y el duelo. “Sabemos, pero a veces se nos olvida que sabemos, que nada es para siempre” (De la película *Lugares Comunes* de Adolfo Aristarain).

Vivimos como si todo fuese a durar eternamente, como si pudiésemos controlar lo que va a ocurrir al día siguiente, al mes siguiente, al año siguiente, y de pronto, una pérdida inesperada hace que nuestros cimientos se tambaleen y aquel edificio tan sólido sobre el que habíamos construido nuestra vida se haya convertido en ruinas y nosotros, nos quedamos sentados entre los escombros sin saber cómo volver a levantarnos.

Desde que nacemos, la sociedad nos enseña a conseguir cosas, en la familia, en el colegio, en el trabajo, pero nadie nos enseña a perderlas; nadie nos enseña qué hacer con esos pedazos, cómo volver a construir algo sólido con los restos de lo que ha quedado. Y nos quedamos ahí, entre las ruinas, hasta que algo nos hace reaccionar.

En relación con las pérdidas, y teniendo en cuenta que muchas de las personas que acuden a estos talleres han perdido casi con seguridad a sus padres; en algunos casos a su pareja o algunos amigos, y que sus hijos ya han “abandonado el nido”, es imprescindible descubrir herramientas para desarrollar y ampliar las redes sociales. En mi opinión, éste es uno de los mejores logros que pueden conseguirse con esta formación.

9. CONCLUSIÓN

Como conclusión final, incidir en la importancia de introducir la Gestión Emocional dentro de las aulas de Formación Continua a lo Largo de toda la Vida, con el objetivo de acompañar en esta nueva etapa, proporcionar herramientas, animar a los participantes a que descubran sus fortalezas y las compartan, así como aceptar aquello que se ha perdido y continuar adelante aprendiendo a pedir aquello que se necesita. El ofrecer experiencias y apoyo permite que, poco a poco, vayan creciendo unas maravillosas alas de vida.

10. BIBLIOGRAFÍA

- Daniel Goleman (1995): *Inteligencia Emocional*.
- Howard Gardner (1983): *Inteligencias múltiples: la teoría en la práctica*.
- Norberto Levy (2006): *La sabiduría de las emociones*. DEBOLSILLO.
- Norberto Levy (2000): *El asistente interior*. Del Nuevo Extremo.
- Mario Alonso Puig (2010): *Reinventarse*. Plataforma Editorial Barcelona.
- Mihaly Csikszentmihaly (2008): *Fluir. Una psicología de la felicidad*. DEBOLSILLO.
- Eric Berne (1990): *¿Qué dice usted después de decir hola?* Grijalbo.
- John O. Stevens (1976): *El darse cuenta*. Cuatro vientos.

RESILIENCIA Y BIENESTAR PSICOLÓGICO A LO LARGO DE LA VIDA: CLAVES PARA UN CAMBIO DE MIRADA

M^a Teresa Crespo Sierra

Universidad Permanente Millán Santos.

Universidad de Valladolid

RESUMEN

“Con igual pasión he buscado el conocimiento.

He deseado entender el corazón de los hombres.

He deseado saber por qué brillan las estrellas...

El amor y el conocimiento, en la medida en que ambos eran posibles, me transportaban hacia el cielo.

Pero siempre la piedad me hacía volver a la tierra.”

(Bertrand Russell, 1971)

Tomando prestadas algunas de las herramientas conceptuales aportadas por la psicología durante las últimas décadas, en esta ponencia se presentan algunas claves y pautas para la intervención en un Programa

de Formación a lo Largo de la Vida, en aras a la promoción de un envejecimiento activo, donde la promoción de la resiliencia desempeña un papel primordial en el bienestar psicológico de las personas, en la medida en que dicho bienestar depende mucho más de nuestras decisiones y no tanto de nuestras condiciones. La proactividad y el pensamiento apreciativo constituyen el hilo conductor con el que tratamos de tejer la argumentación que nos conduce a las claves propuestas para el cambio de mirada.

ÍNDICE

- 1. Envejecimiento Activo y Formación a lo Largo de la Vida desde un cambio de paradigma.**
- 2. Conceptos claves para un cambio de mirada.**
 - 2.1. Generatividad.
 - 2.2. La Plasticidad.
 - 2.3. Sentido de autoeficacia.
 - 2.4. Resiliencia.
 - 2.5. Bienestar psicológico.
 - 2.6. Fortalezas personales.
- 3. Claves concretas para el cambio de mirada.**
- 4. Referencias bibliográficas.**

1. ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA DESDE UN CAMBIO DE PARADIGMA

De entre las conclusiones del *I simposio internacional sobre envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: claves para un envejecimiento activo* celebrado en Madrid, tomamos como inicio de esta ponencia la cuarta y novena, por considerar que sirven de lanzadera y soporte a la misma (Pérez Serrano, 2012). Su enunciado dice así:

- Conclusión 4. Envejecer es el arte de una personalidad creadora. Exige entrenarse para hacer de las pérdidas una oportunidad de crecimiento. *A esto se le denomina resiliencia.*
- Conclusión 9. Envejecer implica momentos de crisis, de identidad, de autonomía, de pertenencia. *Los profesionales implicados deberían especializarse en el ejercicio de la resiliencia; promover la humanización, desarrollar la compasión como compromiso intencional, promover el esfuerzo personal, celebrar la vejez descubriendo el sentido de la esperanza.*

También Fernández Ballesteros (2012) incide en algunas consideraciones básicas para el envejecimiento activo y señala que la mayor parte de autores e investigadores sobre el tema coinciden en que estamos ante un nuevo paradigma o nueva consideración de la vejez, no solo como déficit y deterioro sino, también, como posibilidades de desarrollo, optimización y compensación. Así, como principales rasgos del envejecimiento activo cabe señalar:

Que se trata de un concepto multidimensional, multidisciplinar y multinivel que abarca condiciones biológicas, psicológicas y sociales.

Que se pueden identificar y señalar formas muy diversas y heterogéneas de envejecer.

Que existe una importante capacidad de cambio y plasticidad a lo largo de la vida del individuo, también en la vejez, lo cual se expresa no solo en la capacidad de llevar al máximo las propias capacidades sino, también, de compensar los déficits.

Que tan solo un 25% de las formas de envejecer se debe a nuestros genes mientras que un 75% puede ser explicada por el ambiente.

Cuadro 1. Determinantes del envejecimiento activo (OMS, 2002)

<i>DETERMINANTES TRANSVERSALES</i>	- Cultura. - Género.
<i>DETERMINANTES RELACIONADOS CON LOS SISTEMAS SANITARIOS Y LOS SERVICIOS SOCIALES</i>	- Promoción de la salud y prevención de enfermedades. - Servicios curativos. - Asistencia de larga duración. - Servicios de salud mental.
<i>DETERMINANTES CONDUCTUALES</i>	- El tabaquismo. - La actividad física. - La alimentación sana. - El alcohol. - Los medicamentos. - Cumplimiento terapéutico.
<i>DETERMINANTES RELACIONADOS CON LOS FACTORES PERSONALES</i>	- Biología y genética. - Factores psicológicos (inteligencia, autoeficacia, modos de afrontamiento).
<i>DETERMINANTES RELACIONADOS CON EL ENTORNO FÍSICO</i>	- La seguridad en la vivienda. - Las caídas. - Agua limpia, aire puro y alimentos.
<i>DETERMINANTES RELACIONADOS CON EL ENTORNO SOCIAL</i>	- El apoyo sociofamiliar. - Violencia y abuso. - Educación y alfabetización.
<i>DETERMINANTES ECONÓMICOS</i>	- Los ingresos. - La protección social. - El trabajo.

Cuando el envejecimiento activo es analizado desde una perspectiva individual se constata la presencia de cuatro dominios que implican buena salud e independencia, buen funcionamiento físico y cognitivo, adecuada autorregulación emocional con predominio del afecto positivo y control y, finalmente, una alta participación social. De este modo, la participación en programas orientados a una Formación Permanente a lo Largo de la Vida incide en diversos ámbitos o dominios

orientados a la promoción de dicho envejecimiento:(ambientales, económicos, psicosociales y sanitarios). En concreto, dentro de los psicosociales cabe resaltar los siguientes: a) promover la educación a todo lo largo de la vida teniendo en cuenta que ello implica un factor protector de la salud a lo largo de la vida y, también, en la vejez, b) promoción del aprendizaje durante la vejez y c) consideración de las personas mayores como un capital humano que ha de ser “utilizado”, (Fernández Ballesteros, 2009).

Factores conductuales y psicológicos como potenciales determinantes del envejecimiento activo (OMS, 2002).

• Promover los factores protectores del buen funcionamiento cognitivo.
• Promover programas de alfabetización a todo lo largo de la vida así como programas de educación continua.
• Promover la actividad cognitiva a todo lo largo de la vida y en la vejez.
• Ejercitarse en habilidades verbales de comunicación.
• Promover el afecto positivo y el control junto a las estrategias de afrontamiento ante la ansiedad y la depresión.
• Promover la realización de actividades reforzantes como acciones preventivas de la depresión y la soledad.
• Promover estrategias de afrontamiento al estrés, la ansiedad y las situaciones conflictivas.
• Promover la percepción de autoeficacia.
• Promover el pensamiento positivo y el sentido de control.
• Promover el funcionamiento psicosocial y la participación.
• Promover la conducta prosocial en las personas mayores.
• Promover la participación e implicación social.
• Promover el intercambio intergeneracional.

Ursula Lehr (1982), una de las más relevantes representantes de la gerontología europea, fue una de las primeras eruditas que batalló en pro de abandonar el modelo de envejecimiento vigente en aquel momento caracterizado por estar centrado en las pérdidas y el declive. La autora enfatiza la valoración subjetiva y la satisfacción con la vida como elementos clave de un envejecimiento exitoso.

Por su parte, Martin Seligman (1998) con su discurso de ingreso en la APA presentó en sociedad un nuevo marco teórico denominado Psicología Positiva en el que plantea un nuevo enfoque o cambio de mirada, (de un modelo de déficit y limitaciones a otro de fortalezas; de la

patogénesis a la salutogénesis). Seligman señala que desde la II guerra mundial, la psicología se ha centrado preferentemente en los problemas humanos y en cómo resolverlos y, aunque el fruto de ese empeño ha sido considerable, el énfasis en la patología ha supuesto el no prestar atención a lo positivo del ser humano ofreciendo un punto de vista de éste como un ser frágil, víctima de entornos crueles o de genes deficitarios, que ha de sobrevivir más que florecer. Por esta razón, la psicología positiva trata de lograr un equilibrio en la psicología, prestando tanta atención a la construcción de los aspectos más positivos del ser humano como a la reparación de los peores, a llenar la vida de las personas tanto como a aliviar su malestar.

El supuesto principal de la psicología positiva es que la bondad y excelencia humanas son tan auténticas como los trastornos y el malestar. El interés de la psicología positiva incluye tres ámbitos relacionados entre sí: el estudio de las experiencias subjetivas positivas (felicidad, placer, satisfacción, bienestar), de los rasgos de personalidad positivos (carácter, talentos, intereses, valores) y de las instituciones (familias, colegios, negocios, comunidades, sociedades) que posibilitan los rasgos positivos y dan lugar, por tanto, a experiencias subjetivas positivas (Seligman, 2011).

2. CONCEPTOS CLAVE PARA UN CAMBIO DE MIRADA

He aquí que hoy nos encontramos hablando y compartiendo experiencias, inquietudes y aspiraciones en unas jornadas que versan sobre *“La formación continua a lo largo de la vida”* para lo cual tomamos como punto de apoyo los programas de formación de mayores que se vienen implementando desde hace ya varias décadas en nuestro país.

Como agente implicado en un programa de formación, promovido por la Universidad de Valladolid desde la Universidad Permanente Millán Santos, imparto un módulo titulado *Resiliencia, Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico*, desde el cual se incide precisamente en la promoción de un envejecimiento activo,

desde la formación a lo largo de la vida, utilizando herramientas orientadas a la proactividad desde un enfoque apreciativo; todo ello en aras a plantear y promover un cambio de mirada, tomando como principal referente teórico las aportaciones de diversos autores y teorías psicológicas (*Psicosocial* de Erikson, *Teoría del Aprendizaje Social* de Bandura, *Teoría del Ciclo Vital* de Baltes y la *Psicología Positiva* de Martin Seligman). De ellas tomo prestados algunos de sus conceptos y postulados esenciales que nos sirven de guía y referente para la propuesta de cambio de mirada plantado en esta comunicación.

2.1. Generatividad

El desarrollo humano tiene lugar a lo largo de toda la vida y el envejecimiento activo requiere acciones desde tres pilares básicos: salud, participación y seguridad. En concreto, la formación a lo largo de la vida índice en el segundo.

Un concepto interesante a utilizar cuando se habla de participación real de las personas mayores es el de Generatividad expuesto por Erik Erikson, (1985) estudioso de la psicología del desarrollo humano, en una teoría de la personalidad denominada teoría psicosocial, en la que describe ocho etapas del ciclo vital o estadios psicosociales, cada uno de los cuales implica cierto desafío o crisis evolutiva. La generatividad es el foco de la séptima etapa y cronológicamente aparece vinculada a la mediana edad. Para el autor, se trata de

un conflicto psicosocial que él denomina “*generatividad versus estancamiento*”, y que plantea una cuestión principal a resolver: ¿cómo puedo yo hacer algo por/para el mundo poniendo de relieve las virtudes básicas de cuidado y enseñanza? Algunos de los eventos importantes, a través de los cuales se alcanza el estadio de generatividad, hacen referencia a la paternidad, ser abuelos, el trabajo, el voluntariado, la enseñanza, la participación en programas intergeneracionales y, de modo especial, aquellos cuyo eje principal sea la mentorización.

En resumen, esta etapa se define como el interés por guiar y asegurar el bienestar de las siguientes generaciones y, en último término, por dejar un legado que nos sobreviva. Hace referencia a “dejar tu marca” en el mundo a través del cuidado a otros, la creación de cosas o hacer algo que convierta el mundo en un lugar mejor donde vivir. Por el contrario, el “estancamiento” se refiere al fallo en encontrar un lugar, un modo de contribuir, una desconexión con el mundo o un aislamiento. Este autor, en sus últimos escritos, plantea el concepto de *grand generativity*, referido a las diversas formas en las que los mayores ayudan a otros (como padres, como abuelos, como voluntarios, como mentores, participando y colaborando en asociaciones, etc.) a la vez que aceptan también la ayuda de otros y expresan su interés por perpetuar conocimientos y valores en futuras generaciones.

Podemos decir que envejecer bien, o lo que algunos han llamado envejecimiento

con éxito, envejecimiento satisfactorio, envejecimiento óptimo o envejecimiento activo, es un concepto multidimensional compuesto por un amplio conjunto de factores biopsicosociales. A menudo se confunden y utilizan indistintamente los términos que hemos citado, pero no significan lo mismo como ya hemos podido ver. Haciendo un esfuerzo por delimitar las fronteras y el alcance de cada uno de los términos, podemos decir que: si bien el envejecimiento satisfactorio se centra en la salud, el envejecimiento activo, exitoso, competente y satisfactorio pone su énfasis en la implicación activa del sujeto en la mejora de su proceso de envejecimiento. En el envejecimiento óptimo destacaría la participación social y en el envejecimiento productivo, la contribución social.

Con todo lo dicho, podemos concretar diciendo que la salud y el funcionamiento físico, el funcionamiento cognitivo, el emocional y el social son los cuatro dominios más relevantes del envejecimiento activo. Todas éstas son áreas en las que es fundamental la intervención de los profesionales de la psicología junto con las aportaciones de diferentes programas orientados a la formación continua a lo largo de la vida.

Hay acuerdo también, en que las distintas etapas o periodos de la vida están definidos en relación a cambios o crisis que caracterizan a un grupo de edad en un contexto sociohistórico y cultural determinado. Es decir, los cambios, o crisis de la vida, no son propiedad de un

determinado grupo de edad, sino que son inherentes a todo el proceso de desarrollo. Cada etapa de la vida presenta una crisis que implica un conflicto diferente propio del proceso madurativo. Tales crisis se manifiestan en momentos determinados a todas las personas, y se manifestará de modo pertinente a cada contexto personal y sociocultural. Es lo que comúnmente se conoce como crisis normativas y a saber, la tarea de la adultez es la generatividad, el sentimiento de producir algo con el propio esfuerzo, de crear algo y verlo crecer y desarrollarse. Implica el cuidado por la nueva generación, la necesidad de concretar un aporte propio al mundo, a la humanidad. La virtud implícita es la compasión y el riesgo de un logro no adecuado en esta tarea es el estancamiento. Y por tanto, la promoción de la resiliencia en la adultez, está estrechamente ligada a la capacidad de aprender de los resultados de sus esfuerzos, sean estos de éxito o fracaso, y a la iniciativa para emprender y concluir proyectos.

La última etapa de la vida refiere a la vejez y en ella la persona tiene la tarea de integrar todas las experiencias vitales. La promoción de la resiliencia en este periodo de edad apunta al desarrollo de la sabiduría que se gana con la reflexión de la experiencia.

2.2. La plasticidad

Según Baltes et al. (1998) el ser humano se caracteriza por la plasticidad; es decir,

por la capacidad de minimizar los efectos de lesiones a través de cambios estructurales y funcionales en otras áreas. Este concepto forma parte central y es prerrequisito para el desarrollo humano y para la promoción de la resiliencia, y logrará activarse a través de la articulación de diferentes procesos como la selección, la compensación y la optimización. Estos tres procesos están estrechamente relacionados con la capacidad de reserva, que activa el potencial del individuo para adaptarse al cambio y a la dialéctica de ganancias y de pérdidas que se experimentan en la vejez. En estos procesos, el individuo juega un rol activo en su desarrollo y recurre, cuando las circunstancias lo requieren, a dominios o competencias que antes no empleaba y que le ayudan a compensar sus pérdidas.

Un ejemplo de lo anterior es que, para adaptarse a los cambios físicos y sociales en la vejez, es necesario seguir una serie de estrategias entre las que se encuentra la coordinación de las ganancias y de las pérdidas, que accionarán factores de protección para lograr una adaptación exitosa. Será necesario seleccionar aquellos dominios que se pueden o quieren preservar, para optimizar una función y así poder compensar lo perdido. Estas adaptaciones ayudarán al individuo a ajustarse a los nuevos requerimientos y condiciones, acercándose a la vejez con éxito.

Si los procesos de selección, compensación y optimización operan de manera conjunta, constituirán un

componente fundamental de las fortalezas humanas (Freund y Baltes, 2007) que, en articulación con otros recursos como la autoeficacia, y la autoestima, entre otros, potenciarán la resiliencia. En otras palabras, cuando las personas mayores se enfrentan a nuevas situaciones, como son las enfermedades crónicas, el abandono por parte de los hijos, la separación del esposo o de la esposa, la viudez, o la jubilación, entre muchas otras, se ven obligados a replantearse nuevas pautas de vida que les llevarán a la adopción de estrategias encaminadas a superar las crisis. La selección de nuevos esquemas de conductas para compensar y optimizar de acuerdo a sus objetivos personales, denotará una persona integrada, que resuelve de manera consciente o inconsciente tales crisis, y que por lo tanto asienta un acercamiento a las fortalezas y a la resiliencia.

El mensaje de la Psicología Positiva es recordarnos que la psicología no sólo sirve para arreglar lo que está mal o resulta disfuncional, sino que también su objetivo es identificar y potenciar las cualidades o virtudes de las personas para lograr una mejor calidad de vida y por lo tanto una mayor felicidad. Fomenta la salud física y psicológica de las personas y considera necesario prestar mayor atención a las fortalezas humanas, que actúan a modo de barrera contra las adversidades y las experiencias traumáticas (Seligman y Csikszentmihalyi, 2000). Además, con la edad, se aprende a afrontar los acontecimientos adversos de una manera

más exitosa que cuando se es joven y a plantearse metas más fáciles de lograr; de forma que aprendes a ser feliz con las pequeñas cosas y a compensar, de alguna manera, los acontecimientos negativos a los que las personas mayores están, por regla general, más expuestas. Por último, la teoría de la actividad asume que la felicidad se alcanza al estar comprometido en una actividad. Esto es muy aplicable a los mayores, ya que en la vejez, las personas tienen menos actividades que realizar debido a que llega el momento de la jubilación, se van los hijos del hogar y el ama de casa también tiene menos trabajo, se pierden relaciones sociales, etc.

Las personas mayores que envejecen satisfactoriamente, son aquellas que realizan actividades que les resultan interesantes, tanto productivas como de ocio o de ejercicio físico. La actividad produce satisfacción en sí misma, pero, además, proporciona oportunidades para hacer nuevas amistades y mejora nuestra autoestima autoeficacia y competencias psicosociales.

2.3. Sentido de autoeficacia

La autoeficacia es la creencia acerca de las propias capacidades para organizar y manejar las situaciones futuras. Esta variable es un recurso capaz de mediar la percepción de control del individuo y sus sentimientos ante las pérdidas. Además, le ayuda a mantener el optimismo ante la situación, activando el funcionamiento

de algunos dominios e incrementando la probabilidad de mantener y optimizar su funcionamiento en áreas como la inteligencia, la memoria o la salud (Bandura, 1997).

Las creencias de autoeficacia son el prerrequisito para iniciar las acciones encaminadas hacia el logro de una meta u objetivo. Afectan a la productividad de las personas, regulando su funcionamiento mediante cuatro procesos: cognitivos, motivacionales, afectivos, y de selección. Además, La sensación de control que posee la persona en relación con los acontecimientos que tienen lugar en su vida, es decisiva en el funcionamiento psicológico. Numerosas investigaciones en sociología y psicología han demostrado que los sentimientos de control personal contribuyen a más bienestar personal y mejor calidad de vida.

Las personas son capaces de realizar solo aquello que creen que pueden hacer y las creencias de control personal representan un elemento clave en el comportamiento humano a lo largo de todo el ciclo vital. Desde la infancia hasta la vejez, las diferencias individuales en control percibido se han relacionado con una variedad de resultados positivos, tales como salud, optimismo, motivación, persistencia y ajuste en diferentes dominios vitales (Bandura, 1998).

Dado que la autoeficacia es la confianza de una persona en su habilidad para llevar a cabo un determinado comportamiento

con éxito, conviene recordar que todas las personas tienen creencias sobre su eficacia personal para realizar determinados comportamientos. Estas creencias producen diversos efectos en el funcionamiento psicosocial, ya que influyen en el modo de pensar, sentir, motivarse y actuar. Por ejemplo, afectan directamente a las actividades y los ambientes que elegimos. Por ello tendemos a seleccionar tareas y contextos en los que nos consideramos más hábiles y rechazamos aquellas en las que nos consideramos incapaces o menos competentes.

A medida que avanza la edad, la persona pierde recursos y roles y tiene que hacer frente a cambios importantes en diferentes dominios de su vida (Navarro, Bueno, Buz y Mayoral, 2006). Todo ello hace que tenga que reevaluar constantemente sus propias capacidades, lo que constituye un proceso necesario y saludable. Pero percibirse como ineficaz hace a la persona mayor más vulnerable al estrés y a la depresión. Por eso es importante destacar la relevancia de la percepción de control en la adaptación y mantenimiento del bienestar durante el envejecimiento.

La superación adecuada de los problemas en la vejez contribuye a formar un sentido de autoeficacia fuerte que, a su vez, facilita un control interno y una planificación de los sucesos e incide en las emociones, el esfuerzo y la persistencia en la consecución de las metas. Puede ser, por tanto, un recurso que ayude a las personas mayores a manejar con éxito los problemas

asociados al envejecimiento y que lleve a un mayor bienestar físico y mental. Como muestra de ello están las personas mayores que, con escasa autoeficacia, tienden a rendirse con más facilidad y su calidad de vida es peor; y aquellas que, con similar grado de discapacidad pero con alta autoeficacia, logran los resultados deseados en su afrontamiento de los “estresores”, lo que les genera un mayor bienestar. Este recurso puede considerarse un *factor de resiliencia*, y es una parte integral del envejecimiento exitoso.

En este sentido, se establece la relación resiliencia y autoeficacia exponiendo que las personas con un alto nivel de autoeficacia son más resilientes cuando se enfrentan a condiciones adversas. Las personas más autoeficaces mantienen elevadas creencias en sus capacidades para superar la adversidad. Esa relación es explicada a través de la autorreflexión; según la cual, habitualmente, los éxitos llegan tras llevar a cabo esfuerzos renovados después de intentos fracasados. Por eso es de gran importancia la eficacia personal en el desarrollo de la resiliencia. Las investigaciones revelan que altos niveles de autoeficacia tienen consecuencias beneficiosas para el funcionamiento de las personas y para su bienestar.

2.4. Resiliencia

La palabra *resiliencia* deriva desde el latín *resilio-resilire*, término que significa volver atrás, volver a la posición original,

resaltar y rebotar. Es un concepto que procede de la física, donde hace referencia a la capacidad de un material de recobrar su forma original y volver al estado de equilibrio después de someterse a una presión deformadora. De esta manera, las ciencias sociales han encontrado fructífera esta metáfora para describir fenómenos observados en personas que, a pesar de vivir en condiciones de adversidad, son de todas maneras capaces de desarrollar conductas que les permiten una buena calidad de vida.

El origen del estudio del constructo resiliencia, en el ámbito de las ciencias sociales y, en concreto en la psicología, deriva fundamentalmente de los esfuerzos dirigidos a conocer la etiología y el desarrollo de variables relacionadas con la psicopatología, especialmente en niños con riesgo de desarrollar psicopatología debido a enfermedades mentales de los padres, conflictos interpersonales, pobreza o una combinación de estos (Werner y Smith, 1982). En el ámbito de la psicología, la resiliencia ha sido definida de maneras diferentes por parte de distintos autores, pero la mayoría de las definiciones coinciden en resaltar la capacidad o el proceso de adaptación frente a factores perturbadores, de estrés o adversidades. Así por ejemplo, Masten (2001a) la define como una estrategia de afrontamiento y adaptación positiva frente a riesgos o adversidades significativas, mientras que Luthar (2006) la define como un proceso dinámico que abarca la adaptación positiva

dentro del contexto de una adversidad significativa. La Asociación Americana de Psicología (APA, 2009) define la resiliencia como el proceso de adaptación exitosa frente a la adversidad, el trauma, la tragedia, las amenazas o las fuentes significativas de estrés, tales como problemas familiares, o en las relaciones interpersonales, graves problemas de salud, así como situaciones de estrés a nivel laboral o financiero.

El concepto de resiliencia, nos enseña que, sujeto a una serie de condiciones tanto macro como microsociales, existe la posibilidad de transformar las situaciones dolorosas en oportunidades de vida. Autores como Rutter (2000) sostienen que el dolor, la adversidad, las crisis y las frustraciones, se constituyen en instancias a través de las cuales se logra el aprendizaje. Son instancias que entregan las herramientas socioemocionales y cognitivas de forma que las situaciones de adversidad puedan ser compensadas, neutralizadas o superadas.

Es conveniente señalar que algunos investigadores insisten en que la resiliencia no es considerada una característica o atributo de la personalidad, sino un conjunto de recursos y fortalezas que son capaces de potenciarla y proveerla cuando la situación lo requiera. Entre los recursos señalados constantemente en la literatura se encuentran la identidad positiva, el control personal, la autoeficacia, la autoestima, las emociones positivas, el optimismo, el afrontamiento y el apoyo social.

Autores más recientes de una segunda generación de investigadores (Kaplan, 1999, Masten 2001b), entienden la resiliencia como un proceso dinámico donde las influencias del ambiente y del individuo interactúan en una relación recíproca que le permite a la persona adaptarse a pesar de la adversidad. La gran mayoría de los investigadores de esta generación podrían adscribirse al modelo ecológico-transaccional. La perspectiva que guía este modelo de la resiliencia es que el individuo está inmerso en una ecología determinada por diferentes niveles que interactúan entre sí, ejerciendo una influencia directa en su desarrollo humano. Los niveles que conforman el marco ecológico son: el individual, el familiar, y el comunitario vinculado a los servicios sociales.

La resiliencia representa la adaptación positiva de la persona a pesar de la adversidad y ante situaciones de amenaza. En la etapa de la vejez cobra especial importancia, por ser un periodo en el que se suelen presentar diversos eventos críticos y altamente estresantes y, cabe notar que, a pesar de ello, algunas personas mayores se adaptan a tales condiciones sin mostrar una disminución en el bienestar o en la satisfacción con la vida.

En la tercera edad suelen afrontarse eventos críticos como son los problemas de salud, la pérdida de seres queridos y, en muchos casos un decremento en la situación económica. Sin embargo, hay estudios que indican que, a pesar de haber sufrido tales dificultades, y muchas veces circunstancias

extremas, peligrosas o traumáticas (guerras y austeridad); muchas personas mayores se encuentran en buena condición de salud, (aunque pueden tener padecimientos propios de la edad) e, incluso, dan muestras de vitalidad, de buen humor, entusiasmo en realizar actividades que les mantenga ocupados y que aporten beneficios para ellos y para otras personas y, además poseen gran interés en seguir contribuyendo y participando con su familia y amigos. Esto indica que los mayores han tenido que ajustarse y sobrevivir a innumerables situaciones de adversidad a través de procesos de adaptación, mediante los cuales logran mantener un adecuado nivel de funcionamiento en diferentes dominios y, felizmente, alta o adecuada satisfacción con la vida y bienestar; es decir, han mostrado resiliencia ante las adversidades.

Cuando los investigadores preguntan a las personas mayores sobre su bienestar, la mayoría responde que tiene gran satisfacción en diferentes aspectos de su vida. Esto llama la atención si se consideran las dificultades que suelen experimentar en la salud, en el funcionamiento físico, en la disminución de las relaciones interpersonales, en el desempeño de roles y en cuanto a estatus social. Este fenómeno llamado *la paradoja del bienestar en la vejez* evidencia la capacidad de las personas mayores para adaptarse a las constantes exigencias en las diferentes áreas de sus vidas, logrando mantener el equilibrio y un adecuado nivel de bienestar (Jiménez, 2011). Estos hechos han llevado a algunos

investigadores a declarar que la vejez es una etapa caracterizada por la resiliencia.

Entre los componentes esenciales de la resiliencia, destacan las estrategias de afrontamiento. Se ha observado que en la vejez, el afrontamiento puede dirigirse a ajustar o replantear los objetivos y lo que da sentido a la vida, así como a aceptar los cambios y sucesos que no se pueden controlar de manera directa. No obstante, cuando un problema es susceptible de ser resuelto de manera activa y directa, es conveniente preservar las estrategias conductuales dirigidas a ello. Por eso el afrontamiento es un puente entre la resiliencia y el desarrollo.

Los recursos sociales como el apoyo de la familia y amigos, así como los servicios de salud y asistencia comunitaria, son fundamentales para que los mayores compensen pérdidas y recobren sus niveles de funcionalidad. Conocer estas variables (emociones positivas, fortalezas personales, sentido de autoeficacia, espiritualidad, optimismo, etc), y basar las estrategias de intervención en ellas, puede enriquecer los programas destinados a mantener y aumentar el bienestar y la resiliencia, así como prevenir o inmunizar contra la vulnerabilidad y la adversidad. En concreto, la intervención puede dirigirse a reducir el daño actuando directamente sobre los factores de riesgo, fortalecer los factores protectores que disminuyen la probabilidad de desarrollar trastornos patológicos, y a promover los factores que aumenten el bienestar psicológico.

Conocer las fortalezas y la plasticidad potencial de las personas mayores dará un carácter positivo a la intervención, unido a la posibilidad de incorporar aspectos atractivos y divertidos, como es el sentido del humor y la creatividad, en el diseño de los programas, lo que a su vez puede favorecer otras funciones, como son las cognitivas. Los recursos asociados a la resiliencia, también llamados factores protectores o recursos, son de naturaleza múltiple y cambian en los diferentes periodos de la vida. Además, cabe recordar que se encuentran a nivel individual, familiar y social o de comunidad.

Con respecto a la adultez y vejez, los indicadores de resiliencia pueden ser el mantener un buen funcionamiento en los dominios que son de mayor interés para los individuos. Usualmente se enfocan a mantener una buena salud, movilidad y funcionamiento físico, al aspecto cognitivo y de personalidad y a mantener las redes sociales y de apoyo. De este modo la resiliencia humana es un atributo natural y universal de supervivencia, que se compone de ingredientes biológicos, psicológicos y sociales (Rojas Marcos, 2010). Ingredientes que podemos diferenciar en una serie de mecanismos o factores generales globales, que forman parte de nuestra personalidad y de nuestra perspectiva de la vida, y por tanto, independientes de las adversidades a las que la persona haya de hacer frente, y unos mecanismos protectores específicos, que actúan como una especie de fuerzas capaces de amortiguar los efectos de las situaciones adversas. La importancia

de las conexiones afectivas, el locus de control interno, las funciones ejecutivas, los pensamientos positivos, la autoestima y los motivos para vivir determinan los principales pilares. De entre los mecanismos protectores cabe destacar el altruismo, la intuición, compartir, perdonar, etc. Por último, no podemos dejar de referir también los diversos enemigos de la resiliencia, en los que la depresión y el estancamiento juegan un papel primordial y minan la capacidad de hacer frente y superar adversidades en las personas más vulnerables.

2.5. Bienestar psicológico

Tal como señala (Vázquez 2009, pp. 14) ocuparse del bienestar es una de las metas éticas fundamentales de nuestros afanes personales y sociales y, en relación al bienestar psicológico, son numerosas las expresiones inherentes a sus componentes, tanto desde un punto de vista afectivo como evaluativo. Entre dichas expresiones destacamos las siguientes: felicidad, bienestar subjetivo o psicológico, afectos y emociones positivas y negativas, satisfacción con la vida, calidad de vida, etc.

Actualmente existen dos grandes tradiciones en los estudios del bienestar humano. Por un lado, se encuentra la tradición hedónica del bienestar, representada por el constructo de bienestar subjetivo que ha liderado la investigación durante décadas y, por otro lado, la tradición eudaimónica, representada por el constructo de bienestar psicológico, que en los últimos años ha incrementado

su presencia en la literatura. El bienestar subjetivo y el bienestar psicológico son por tanto, dos constructos relacionados, aunque conceptualmente distintos. En contraposición al bienestar subjetivo, que se centra en la satisfacción vital y en la felicidad entendida como una preponderancia de afectos positivos por sobre los negativos, el bienestar psicológico se enfoca en aspectos menos inmediatos de la vida de la persona, pero más trascendentales, como el desarrollo de las propias capacidades, del sentido de la vida, de la propia identidad y del crecimiento personal.

Ryff (1989) propuso un modelo descriptivo del bienestar psicológico constituido por seis dimensiones: aceptación de sí mismo, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del ambiente, propósito en la vida y crecimiento personal. Estas seis dimensiones contribuyen a definir el bienestar psicológico tanto teórica como operacionalmente, al especificar qué aspectos dan cuenta de una salud positiva en lo mental y emocional. El bienestar eudaimónico o psicológico implica el actuar de modo constructivo, es socialmente benéfico y conduce al crecimiento y desarrollo personal así como a la promoción de la salud física y mental (Vázquez, Hervás, Rahora y Gómez, 2009).

2.6. Fortalezas personales

Dentro del marco teórico de la psicología positiva el estudio de las fortalezas y virtudes humanas ocupa un lugar de investigación

muy relevante durante los últimos años (Peterson y Seligman, 2004). Una fortaleza es un rasgo, una característica psicológica que se presenta en situaciones distintas y a lo largo del tiempo. Las fortalezas son medibles y adquiribles y son las vías o caminos para llegar a alcanzar las seis virtudes humanas que siguen igualmente un criterio de ubicuidad; es decir, que se valoran en casi todas las culturas del mundo.

Por tanto, una fortaleza personal es un punto fuerte de personalidad, una virtud del ser humano. Existen veinticuatro fortalezas englobadas dentro de seis virtudes consideradas universales; las fortalezas que se poseen son entrenables y son maleables; es algo que nos define, un rasgo con cierto grado de generalidad en las situaciones y con estabilidad a través del tiempo, pero también es mejorable.

Las 24 fortalezas que mide el VIA (cuestionario de fortalezas personales) se agrupan en seis grandes categorías: fortalezas cognitivas, relacionadas con la adquisición y el uso del conocimiento; fortalezas emocionales que impulsan a alcanzar metas superando dificultades internas y externas; fortalezas interpersonales que nos capacitan para el cuidado, el amor y la amistad hacia los demás; fortalezas cívicas que nos permiten vivir satisfactoriamente en comunidad; fortalezas que nos previenen frente a los excesos en que nos puede hacer incurrir el rencor, la falta de control, la inmoderación; fortalezas relacionadas con la trascendencia

que nos hacen posible proyectarnos hacia el futuro, abrirnos a la belleza, al bien, a la espiritualidad, la fe.

Las fortalezas constituyen el principio fundamental de la condición humana y una actividad congruente con ellas representa un importante camino hacia una vida psicológica óptima. Según Peterson y Seligman (2004), lo que hace que la vida merezca la pena no es efímero, por lo que es necesario un análisis en términos de rasgos positivos de personalidad. Las fortalezas proporcionan la explicación para esta estabilidad de la vida bien vivida.

El estudio del carácter en esta clasificación parte de la psicología de la personalidad, en concreto del rasgo, que reconoce la existencia de diferencias individuales estables y generales que pueden ser moldeadas por el entorno. A pesar de la importancia de la situación en dar forma a las características de la persona, ésta añade y quita algo de la situación. Este algo es el carácter, por el que la psicología positiva se interesa considerándolo un compendio de rasgos positivos.

Las *virtudes* son las características centrales del carácter valoradas por filósofos morales y pensadores religiosos. El análisis de éstas en distintas sociedades, culturas y épocas históricas ha dado lugar a un consenso, que considera fundamentales las de sabiduría, coraje, humanidad, justicia, templanza y trascendencia. Se trata de valores universales y para considerar que un individuo las posee deben estar por

encima de un cierto valor. Las fortalezas son los aspectos psicológicos que definen las virtudes, aquellas formas distinguibles en las que se manifiesta una virtud.

Las fortalezas emocionales son para Seligman y Peterson, la capacidad que tiene el ser humano para afrontar con éxito las crisis y/o adversidades de la vida cotidiana. Son las que nos pueden ayudar a tomar decisiones en los momentos de encrucijada, nos facilitan el superar el temor al fracaso y nos posibilitan asumir el riesgo de lo nuevo y a tener la fuerza necesaria para conducir el barco de nuestra vida a un puerto feliz. Son como las alas que facilitan llevar la pesada mochila de nuestra existencia, sobre todo en los momentos de crisis o adversidad.

3. CLAVES CONCRETAS PARA EL CAMBIO DE MIRADA

Tras el análisis y fundamentación que a lo largo de estas páginas venimos haciendo, en relación a una fundamentación psicológica para promover un cambio de mirada, señalamos como cierre algunas claves y pautas que, desde un aprendizaje a lo largo de la vida activo y motivado, podemos llevar a la práctica. Así, y como punto de cierre, hemos seleccionado cuatro posibles claves, que señalo a continuación:

- Pauta nº 1: *Claves para saber caer*: Cree en ti porque más de lo que piensas depende de ti y porque cultivar la esperanza puede convertirse en uno de

los mejores y más útiles aprendizajes a lo largo de la vida. También es importante que no cejemos en el empeño de aceptar la incertidumbre como reto básico en nuestro recorrido.

- Pauta nº 2: *¿Te atreves a soñar?* Exige estar dispuesto a salir de nuestra zona de confort, aceptar retos y desafíos, mirar al futuro con optimismo e ilusión y estar dispuesto a luchar por lo que se quiere con determinación.
- Pauta nº 3: *Nada es imposible*, o lo imposible solo tarda un poco más. Porque uno crece cuando se supera, se valora y sabe dar frutos, cuando acepta la realidad y tiene aplomo para vivirla, cuando acepta su destino, pero tiene la voluntad de trabajar para cambiarlo.
- Pauta nº 4: *El buscador de sueños* (cuento de Jorge Bucay). Porque un buscador es alguien para quien su vida es una búsqueda.

4. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- American Psychological Association (2009). *Resilience*. Recuperado 16/07/2013, de <http://www.apa.org/practice/programs/campaign/resilience.aspx>
- Baltes, P. B. (1998). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. En M. P. Lawton y T. A. Salthouse (Eds.), *Essential papers on the psychology of aging* (pp. 86-123), New York: University Press.
- Baltes, P. B., Lindenberger, U. y Staudinger, U. M. (1998). Life span theory in development psychology. En R. M. Lerner (Ed.), *Handbook of child psychology. Theoretical models of human development* (pp. 1029-1143). New York: Wiley
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy. The exercise of control*. Nueva Jersey: Freeman.
- Bandura, A. (1998). Personal and collective efficacy in human adaptation and change. In Adair, J.G., Belanger, D. y Dion, K. L. (Eds.), *Advances in psychological science, Vol 1: Personal, social and cultural aspects* (pp. 51-71). Hove, UK: Psychology Press.
- Erikson, (1985). *The life cycle completed: a review*. N York: Norton.
- Fernández Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología*. Madrid: Pirámide.
- Fernández-Ballesteros, R. (2012). Envejecimiento activo: algunas consideraciones básicas. Grupo de Población de CSIC. *Informe una vejez activa en España* (pp. 83-88). Madrid: <http://digital.csic.es/bitstream/10261/69327/1/2012VejezActiva.pdf>.
- Freund, A. M., y Baltes, P. B. (2007). Toward a theory of successful aging: Selection, optimization, and compensation. In R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Geropsychology: European perspectives for an aging world* (pp. 239-254), Cambridge, Mass: Hogrefe y Huber.

- Jiménez, M.G. (2011). La resiliencia, el tesoro de las personas mayores. *Revista Española de Geriátría y Gerontología*, 46 (2), 59 .doi:10.1016/j.regg.2010.12.002
- Kaplan, H.B. (1999). Toward an understanding of resilience: A critical review of definitions and models. En M.D. Glantz y J.L. Johnson (Eds), *Resilience and development: Positive life adaptations* (pp. 17-83). Nueva York: Kluwer Academic /Plenum Press.
- Lehr, U. (1982). Socio-psychological correlates of longevity. *Annual Review of Gerontology and Geriatrics*, 3, 102-147.
- Luthar, S. (2006). Resilience in development: A synthesis of research across five decades. *Developmental Psychopathology*, 3, pp.739-795.
- Masten, A. S. (2001a). Ordinary magic. Resilience processes in development. *American Psychologist*, 56(3), 227-238.
- Masten, A. (2001b). Resilience come of age: Reflections on the past and outlooks for the next generation of researchers. En M.Glantz y J. Johnson (Eds.) *Resilience and Development: positive life adaptations*, (pp.281-296). Nueva York: Plenum Publishers.
- Navarro, A.B.; Bueno, B. Buz, J. y Mayoral, P. (2006). Percepción de autoeficacia en el afrontamiento de los problemas y su contribución en la satisfacción vital de las personas muy mayores. *Revista Española de Geriátría y Gerontología* 41 (1), 222-227.
- Organización Mundial de la Salud (2002). *Active Aging*. Geneva: WHO.
- Pérez Serrano,G. (2012). Conclusiones del I simposio internacional sobre envejecimiento activo y solidaridad intergeneracional: claves para un envejecimiento activo. http://www.imserso.es/InterPresent2/groups/imserso/documents/binario/conclsimpoimserosound_2012.pdf. Consultado 26 febrero 2014.
- Peterson, C. y Seligman, M. (2004). *Character, Strengths and Virtudes. A handbook and classification*. Nueva York: APA y Oxford University Press.
- Rojas Marcos, L. (2010). *Superar la adversidad. El poder de la resiliencia*. Madrid: Espasa.
- Russell, B. (1971). *La autobiografía de Bertrand Russell*. Madrid: Aguilar.
- Rutter, M. (2000). Nature, nurture and development. *Child Development*, 73, 1-21.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57,1069-1081.
- Seligman, M.E. (1998). The President's Address. *American Psychologist*, 54, 559-562.
- Seligman, M.E. (2011). *La vida que florece*. Barcelona. Ediciones B.
- Seligman, M.E. y Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An

- introduction. *American Psychologist*, 55, 5-14.
- Vázquez, C. (2009). La ciencia del bienestar psicológico. En C. Vázquez y G. Hervás (Coords). *La ciencia del bienestar. Fundamentos de una psicología positiva* (pp. 13-46). Madrid: Alianza.
- Vázquez, C.; Hervás, G., Rahona, J.J. y Gómez, D. (1999). Bienestar psicológico y salud. Aportaciones desde la Psicología Positiva. *Anuario de Psicología Clínica y de la Salud*, 5, 15-28.
- Werner, E. y Smith, R. (1982). *Vulnerable but invincible: A study of resilient children*. New York: McGraw-Hill.

ENVEJECIMIENTO ACTIVO EN LA UNIVERSIDAD

M^a del Carmen Alborés Maceiras.

Alumna IV Ciclo Universidad de Santiago de Compostela

RESUMEN

Esta breve comunicación no pretende ser el comentario de ningún erudito, ni dar lecciones a nadie sobre el envejecimiento activo, solo pretende ofrecer una reflexión personal ,que espero que algunos compartan, y que trata de ironizar sobre nuestra realidad, la cual está inmersa en un capitalismo salvaje que aleja a los mayores de los grandes centros comerciales, les traslada los cines hacia las afueras de su ciudad, e incluso las residencias de ancianos se las instalan en las periferias, puesto que el centro está muy cotizado para otros usos. Este mismo capitalismo es el que tiene un lado compasivo, y abre centros socio-culturales en los barrios, para el ocio, el acceso a la cultura y la socialización de los mayores. Yo solo pretendo, como mayor de 60 años, y como alumna del *IV Ciclo* desmitificar algunos tópicos y “pinchar” la burbuja cultural de algunas Universidades, reivindicar también

a los mayores que nos precedieron, que sin psicólogos, sabían gestionar perfectamente sus emociones, sus conflictos, sus duelos... valiéndose para ello de unas pautas culturales, muy asentadas en la comunidad, y que poco a poco van desapareciendo con ellos. Esta situación nos deja en una situación de orfandad, a la que acuden los fisioterapeutas a decirnos lo que conviene a nuestro cuerpo, a nuestros huesos; los nutricionistas a decirnos cómo debe ser nuestra dieta, e incluso nuestra ingesta de agua; nos dicen también como mantener activa nuestras neuronas; los que nos previenen de los múltiples timos y peligros de los que podemos ser víctimas. Todo ello teñido, a veces, de un paternalismo asfixiante.

Nosotros solo queremos ser útiles, tener un envejecimiento activo, y para ello conviene que, juntos, repensemos algunas cosas; creo que este lugar puede ser un buen foro...

ÍNDICE

- 1. Envejecimiento activo.**
- 2. La experiencia.**
- 3. La Universidad.**
- 4. La mujer.**

1. ENVEJECIMIENTO ACTIVO

¡Cuántos eufemismos para referirse a nuestra franja de población! así hablan de Universidad Sénior, residencia de ancianos, excursión de mayores, aulas de la tercera edad, departamento de geriatría, y todo para referirse a la senectud, a la vejez. Es fastidioso comprobar que no encuentran la palabra exacta, temen ofender; hay que buscar la hipocresía de las palabras para no traicionar el pensamiento. En la Universidad de Salamanca llaman Universidad de la Experiencia al colectivo de mayores que acude a ella y en Santiago lo llamamos IV Ciclo. ¿Cuarto Ciclo de la vida? Yo pienso que no, los ciclos vitales son infinitos, unos largos, otros cortos pero no se cuantifican por el tiempo transcurrido sino por las vivencias de cada cual.

Lo que sí es cierto es que este cuarto ciclo académico ofrece una perspectiva diferente de cuando éramos jóvenes, ahora los profesores suelen ser de menos edad que nosotros, lo que nos coloca en un plano experiencial superior, y en una situación muy cómoda y distendida al carecer del estrés estudiantil de los jóvenes, porque nosotros lo único que queremos es adquirir unos conocimientos, ya no para rentabilizarlos profesionalmente, sino porque nos mueve una curiosidad insatisfecha, una necesidad de invertir el ocio, una terapia ocupacional o la búsqueda de una red de relaciones sociales.

Para algunos de nosotros, el IV Ciclo universitario representa la contraportada

de aquel libro que abrimos de niños, es el último capítulo del temario, es la asignatura pendiente que dejamos para setiembre, y ¡mira por dónde es en este otoño de la vida (otro eufemismo) cuando la cursamos en las Universidades de Mayores! Son lugares por cierto, donde confluyamos con los jóvenes, los cuales al acabar sus estudios partirán como trenes cada uno hacia su destino profesional, mientras en cambio, nosotros, que procedemos ya de diferentes destinos, estacionamos aquí, en una vía muerta, sin salida profesional alguna. Es un viaje hacia el interior de nosotros mismos.

Nuestros vagones están cargados de sabiduría y experiencia, pero languidecen en la estación sin ningún uso hasta que el tiempo los borre ¡Que desperdicio! ¿Por qué no nos utilizan, tendríamos respuestas para muchos de los problemas de hoy en día.

Los mayores sólo somos objeto de codicia para las instituciones públicas, la sociedad de consumo, los fisioterapeutas, los protésicos, los bancos... y todos nos miran por el rabillo del ojo, temerosos de que nuestra larga vida agote lo presupuestos económicos.

2. LA EXPERIENCIA

Todos pasamos a través de los años por la Universidad, si no fue la “académica” fue la de la vida, que nos proporcionó una sabia experiencia, avalada por un largo camino de ensayo y error. De este modo, podríamos formar “un claustro de profesores de la

vida” y enseñar a los jóvenes desorientados el mejor camino para transitar por ella. Algunos de nosotros son verdaderos catedráticos “honoris causa” en el arte de saber vivir.

Bien es cierto que de los jóvenes nos separa una brecha digital, pero hay una brecha más profunda respecto al trabajo bien hecho, a la honradez, a la responsabilidad, al pudor, y la vergüenza, que también nos separa de muchos jóvenes.

Somos gente que colgó el traje de faena, que cerró su aplicación en el ordenador de la empresa, que cedió su asiento en el banco a otro trabajador, que cerró la puerta del aula por última vez, que colgó el uniforme corporativo en el armario, que traspasó su negocio o, que como ama de casa, vuela fuera de un nido que ya quedó vacío. Y de repente nos convertimos en clases pasivas, ¡duro término para alguien que aún se siente activo y tiene mucho que ofrecer!

¡Qué raro es este envejecimiento activo! Veo a muchos mayores ocupándose de congregar a sus hijos, de cuidar a sus nietos; acudir a clases de *Taichí*, talleres de memoria, clubes de lectura, alrededor de mesas de juego, o acudiendo a clases de informática, que por cierto, nosotros que nunca tuvimos claves de acceso ni código “pin”, ni contraseña, no entendemos muy bien este mundo tan “encriptado” y complejo que a la vez es un escaparate virtual donde todo se muestra sin pudor.

Pero lo que aquí hoy nos congrega es precisamente el pisar la Universidad como

alumnos senior. Lo que para unos supone todo un descubrimiento y la posibilidad de acceso a un ámbito antes inalcanzable, para otros supone una gran decepción, porque se imaginan (y es lo que debiera ser) un lugar donde impera la excelencia, un gran templo del saber; y sin embargo no siempre es así, también en la Universidad campa la mediocridad, la falta de rigor, y la quincalla cultural de unos se mezcla con el gran talento de otros. En parte, yo creo que es debido a que fallaron los filtros de acceso, pues a la Universidad accedieron a veces, no los mejor dotados sino los que mejores contactos tenían.

3. LA UNIVERSIDAD

Una Universidad que vemos como ofrece, sin pudor, unas titulaciones devaluadas a unos jóvenes que las colgarán de la pared e irán a trabajar de camareros a un bar. ¡Qué desperdicio!, ¡Cuánta cultura y talento desaprovechados! y ¡Cuanta frustración! Recuerdo hace poco tiempo, entrando en una aplicación del IV Ciclo de las “Aulas abiertas”, me enviaron una propuesta que sonaba muy bien: “Mayores con mucha vida”, lo leí con atención y allí me recomendaban vacunarme contra la gripe, el turismo social, el asociacionismo, el aprendizaje... Hasta ahí todo iba muy bien, pero al seguir leyendo también me aconsejaba revisar la audición Gaes, Danacol para el colesterol, Kukident para la dentadura, l’Oreal para la piel, Coca Cola para la hidratación, Tena Ponts para la incontinencia, Colmatur colágeno para las

articulaciones y huesos, sin olvidar al BBVA y SEUR para el ocio, y todo ello patrocinado por el Instituto Coca Cola de la Felicidad junto con el Ministerio de Sanidad, Asuntos Sociales y el Imserso.

Llegado este momento, reniego de sus consejos y luego me deprimó, ¿nos toman por tontos? ¡Déjennos vivir en paz con nuestros dientes flojos, nuestro oído escaso, nuestras articulaciones chirriantes, nuestra piel arrugada, y sobre todo, la incontinencia, verbal, que es a lo que más procuro en este momento ponerle freno.

Sólo somos gente con muchas horas de vuelo, unas veces con viento a favor y otras en contra, donde todos volamos como pudimos, unos emprendieron altos vuelos y otros en un plano más rasante, pero a todos la jubilación nos hizo aterrizar un día, provocando un gran apagón en nuestras vidas, que tratamos ahora de minimizar acudiendo, entre otros sitios, a la Universidad.

4. LA MUJER

Quisiera centrarme brevemente en esta etapa de la vida como mujer, ya que nuestra trayectoria, aunque paralela, tiene unas connotaciones diferentes en muchos aspectos a la de los hombres. Fuimos muchas veces educadas para la sumisión al hombre, en escuelas separadas, con juegos, ropas y modales, solo pensados para nuestro sexo, y con unos trabajos y tareas solo propios para ser ejercidos por las mujeres. En otras ocasiones, sometidas a la humillación del

“tu obedece y calla”, “ponte guapa para tu marido”, “eso es cosa de hombres”, “tú haces lo que yo te mande”, etc.

Pero las mujeres aprendimos a vestirnos como queríamos, la coeducación se impuso, y muchas veces copamos puestos que solo estaban reservados para el hombre. Todas esas conquistas hacia la igualdad, también lo fueron hacia la libertad, pero en este largo camino muchos hombres (padres, hermanos, maridos) también estuvieron de nuestro lado. Y si ya nadie está sometido a nadie, el mundo es más justo, más igualitario y más inteligente, donde la suma de unos y otros hace un mundo más rico en valores y en esfuerzos compartidos.

Sin embargo, no nos engañemos, no todo está conseguido, existe un techo invisible de cristal que frena el ascenso de las mujeres a gran parte de los puestos de responsabilidad en la vida pública. No importa ¡Que tiemble el mundo! pues ahí también las mujeres alcanzarán la paridad. No hay que dudarle, porque no somos el “colectivo” femenino, sino la mitad del mundo.

No quiero acabar esta reflexión sin pedir que escuchen a las personas mayores, a los hombres y mujeres que todavía tenemos algo que aportar antes de que nos vayamos. Sólo aprendiendo del pasado se construye un futuro mejor; para que la locomotora avance, conviene no perder de vista el último vagón, quizá sea necesaria más madera -como gritaba Groucho- y quemar el tren en loco intento para que la locomotora avance hacia el futuro.

CONTRIBUTOS PARA A DESCONSTRUÇÃO DE ALGUNS ESTEREÓTIPOS SOBRE IDOSOS E ENVELHECIMENTO

Traducción: "Contribuciones a la erradicación de algunos estereotipos acerca de la Tercera Edad y del Envejecimiento"

Maria Ausenda Babo

ESE – IPPorto; FLUP Porto (PEUS - Programa Estudos Universitários para Séniores)

RESUMO/RESUMEN:

Que provérbio conterà mais verdade: *"Burro velho não toma andadura"* ou *"Quanto na mocidade se aprende, toda a vida dura"*? Os provérbios são excelentes transmissores dos estereótipos vigentes e reflectem as ideologias de uma sociedade.

Actualmente, apesar de se ter vindo a assistir a uma mudança gradual de atitude em relação à velhice, no sentido de uma mais sã convivência intergeracional e da promoção de um envelhecimento mais activo, subsiste ainda uma percepção negativa ligada à terceira idade, responsável por *atitudes discriminatórias, que despojam muitos idosos de afectos e os condenam à solidão.*

Alguns desses provérbios referem-se à velhice e à necessidade de afecto que os idosos sentem, como é o caso de "Filho és, pai serás. Assim com fizeres, assim acharás."

Os jovens nem sempre aceitam que a "geração grisalha" os prive de trabalho e de bem-estar. Esta atitude de discriminação por parte dos mais novos para com os idosos, designada por agismo ou por idadeísmo, é um dos três –ismos que mais afligem a sociedade actual, ao lado de racismo e de sexismo. Destas três atitudes negativas, parece contudo ser o idadeísmo a mais difícil de detectar e, por conseguinte, de combater.

Para além dos provérbios, muitos escritores se pronunciaram sobre a problemática do envelhecimento. Assim, Voltaire afirma: *"Quando mais envelhecemos, mais precisamos de ter que fazer. Mais vale morrer do que arrastarmos na ociosidade uma velhice insípida: trabalhar é viver."*

Muitos são os preconceitos sobre a velhice, mas há alguns incontestáveis: a velhice é inevitável (*"Todo o sapato lindo dá em chinelo velho"*) e não obedece a um único modelo, já que *há que tomar em conta o contexto histórico, geográfico, social, económico, cultural em que os indivíduos idosos estão inseridos, assim como as condições físicas e idiossincráticas que caracterizam cada um.* Por isso, alguns especialistas recomendam que não se fale em **velhice**, mas antes em **velhices**, já que é inviável estabelecer uma matriz comportamental uniforme para todos os idosos.

A aquisição contínua de conhecimentos e competências é essencial para poder tirar

partido das oportunidades e participar activamente numa sociedade assente no conhecimento. *Qualquer que seja o fundamento de tal aprendizagem e a variedade das circunstâncias, está sempre presente a natureza efémera e inacabada do Homem, factor que está na base da formação ao longo da vida. Viver é um processo de aprendizagem eterno, num mundo em constante mutação.*

O filósofo grego Sólon (século VI A.C.) concebia já a aprendizagem ao longo da vida como uma das alavancas para o sucesso do envelhecimento activo. Tendo falecido já com uma idade avançada foi sempre movido pelo desejo de saber e não se cansava de sublinhar a felicidade de poder instruir-se cada dia mais, repetindo o mote: *“Envelheço aprendendo sempre muitas coisas”*.

ÍNDICE

1. "Os velhos morrem porque não são amados".
2. "A conspiração grisalha" (2005).
3. Ideias feitas sobre os idosos.
4. A velhice não tem modelo único.
5. Mais uma mão cheia de estereótipos.
6. É possível aprender ao longo da vida?.
7. Modalidades da educação ao longo da vida.
8. O envelhecimento activo.
9. Bibliografia.

1. "OS VELHOS MORREM PORQUE NÃO SÃO AMADOS"

(Henri de Montherland, Cadernos, 1896-1973)

Na sociedade dos nossos dias, apesar de se ter vindo a assistir a uma mudança gradual de atitude em relação à velhice, no sentido de uma mais sã convivência intergeracional e da promoção de um envelhecimento mais ativo, subsiste ainda uma perceção negativa ligada à terceira idade, responsável por *atitudes discriminatórias, que despojam muitos idosos de afetos e os condenam à solidão.*

Na origem de tal facto, residem sobretudo os estigmas atribuídos tradicionalmente à faixa etária designada por terceira (ou quarta ou até quinta) idade: diminuição de capacidades físicas e mentais, dependência, inutilidade, que reforçam a ideia de que o idoso é um **fardo** para a família e para a sociedade. Não é de hoje esta ideia. Comenta a este propósito, já no século XIX, o escritor francês Chateaubriand (1768-1848), *“Outrora, a velhice era uma dignidade; hoje, ela é um peso”*.

Estamos apenas a um passo da violência contra os velhos, que pode revestir formas diversas, desde a exploração económica aos maus tratos físicos, desde o abandono ao crime. Parece ter razão Henrique Raposo, numa crónica publicada na edição do jornal “Expresso” de 9 de Janeiro de 2010, e que

é bem reveladora de que subsistem ainda muitos casos de exclusão de idosos, por vezes com consequências trágicas. Escreve este jornalista:

“No domingo, enquanto pais e meninos passavam pela ressaca de ano novo, nove velhos morreram entre as dez da manhã e as dez da noite (só em Lisboa). Morreram devido à ressaca do abandono. Alguns suicidaram-se, porque já não suportavam a solidão (...) Os papás ficam a jogar jogos electrónicos com os meninos, e, depois, são incapazes de visitar os mais velhos”.

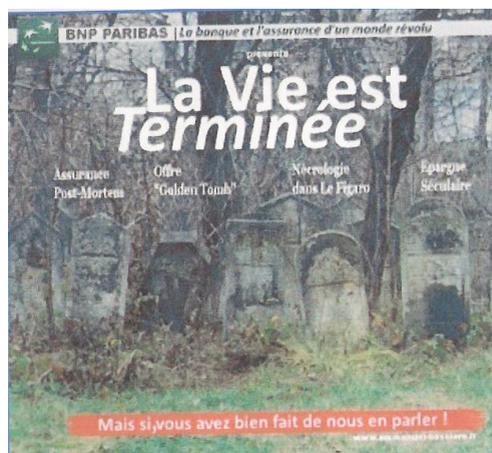
Esta crónica sobre a velhice e a *necessidade de afeto que os idosos sentem* remete-nos para um provérbio muito antigo que convirá que os jovens tenham presente “*Filho és, pai serás. Assim com fizeres, assim acharás*”. (Traducción: “*Hijo fuiste, padre serás, cual hiciste, tal habrás*”).

2. “A CONSPIRAÇÃO GRISALHA” (2005)

Os jovens nem sempre aceitam que a “geração grisalha” os prive de trabalho e de bem-estar. Um outro factor agravante desta situação é o desemprego dos jovens (fenómeno cada vez mais aterrador). Perante as mudanças radicais da situação demográfica e económica, os jovens sentem-se lesados pelos mais velhos, os “grisalhos”, que têm (ou até há pouco tinham emprego e reforma garantidos), enquanto

eles se encontram desempregados ou com emprego precário, isto é “socialmente excluídos” (2005: XI).

O envelhecimento da população constitui, por conseguinte, uma fonte potencial de tensão entre as gerações, com base em preocupações relativas a quem vai pagar reformas, nalguns casos generosas, a um número crescente de aposentados e a quem vai prestar cuidados



e dar acompanhamento aos idosos. Leia-se o protesto veemente de um jovem¹, a propósito de uma publicidade dirigida aos séniores que se vão reformar, por um banco francês, (o BNP Paribas), que, como adiante referiremos, aproveita o título da canção “*La vie va commencer*” de Johnny Halliday, no seu período ié-ié (1962).

Um outro jovem, Emmanuel Boissière, vai ainda mais longe contra esta campanha, e na imagem ao lado apresentamos e que

¹ BLOGUE “LE JOURNAL DE VINCENT” DE 8/11/2009.

figura num blogue², com grande dose de crueldade e de mau-gosto, contrapõe uma versão alterada dos cartazes afixados em *outdoors* (onde homens e mulheres da terceira idade são representados felizes, bem vestidos, abertos a uma vida saudável). Essa versão, provavelmente criada por ele e decalcada sobre as originais, representa um cemitério, onde, por certo, ele gostaria que se encontrassem os idosos.

Esta ilustração demonstra a atitude discriminatória e violenta que alguns jovens manifestam para com “os grisalhos”, a confirmar os receios atrás expressos de que se podem vir a manifestar fortes tensões entre as gerações.

É para lutar com uma tal visão, que parece ignorar que os jovens de hoje serão os velhos de amanhã, que cada vez mais se fala de solidariedade inter-geracional, como uma dimensão social e afetiva de apoio às pessoas dependentes ou em situação de insegurança, sobretudo no sentido de evitar o seu isolamento e rejeição.

Esta atitude de discriminação dos mais novos para com os idosos, designada por **agismo** ou por **idadismo** e é um dos três – **ismos** que mais afligem a sociedade actual, ao lado de **racismo** e de **sexismo**. Destas três atitudes negativas, parece contudo ser o idadismo o mais difícil de detetar e, por conseguinte, de combater.

3. IDEIAS FEITAS SOBRE OS IDOSOS

O primeiro dicionário de língua francesa (1680), “Le Dictionnaire des mots et des choses” de César Pierre Richelet (1626-1698) dá uma definição um tanto brutal de “vieillard”: (velho, velhote) que revela que, nessa época, pelo menos, vigorava um conjunto de estereótipos negativos sobre os idosos:

“Dá-se o nome de (vieillard) velho a um homem dos 40 aos 70 anos. Os velhotes são regra geral desconfiados, invejosos, avaros, rabujentos, faladores, estão sempre a queixar-se e são incapazes de amizade”.

Quanto às idosas, o autor é ainda mais duro: “Dá-se o nome de velha (velhota) a uma mulher desde os 40 até aos 70 anos. As velhas são muito repugnantes. Exs: Velha decrépita, velha encarquilhada”.

É portanto desde há muito que as representações gerontofóbicas atingem os idosos. Cremos que, se algo se alterou, sobre eles continuam a impender numerosas ideias feitas. Por exemplo, que todos os idosos são uns estorvos, incómodos e inúteis. E quando não são os clichés que afetam os velhos, é a invisibilidade que corresponde ao que Simone de Beauvoir (“La Vieillesse”, 1970) designou por “conspiração do silêncio”.

² TECHCREDIBLE”, 17 /09/ 2009 (HTTP://WWW.TECHCREDIBLE.FR)

4. A VELHICE NÃO TEM MODELO ÚNICO

A socióloga brasileira Clarice Peixoto (2004:20) depois de garantir que “de envelhecer ninguém escapa”, ideia complementar do provérbio “Todo o sapato lindo dá em chinelo velho” sublinha que, a menos que haja enfermidades precoces específicas, o envelhecimento é, em princípio, comum a toda uma faixa etária, sobre os limites da qual há ainda hesitações, embora seja marcado por diferentes modos de se vivenciar tal experiência.

Embora seja impossível encaixar todas as pessoas de um grupo etário num mesmo molde e atribuir-lhes idênticas características físicas e psicológicas, é verdade que certos fenómenos nos perseguem, à medida que envelhecemos, mas *há que tomar em conta o contexto histórico, geográfico, social, económico, cultural em que os indivíduos idosos estão inseridos, assim como as condições físicas e idiossincráticas que caracterizam cada um. Por isso, alguns especialistas recomendam que não se fale em velhice, mas antes em velhices, já que é inviável estabelecer uma matriz comportamental uniforme para todos os idosos.*

As duas imagens evidenciam a heterogeneidade desta realidade. Representam duas mulheres, que podem bem ter a mesma idade cronológica, mas cujo passado social, cultural, e económico deixou marcas (físicas e outras) que se repercutem nas representações que veiculam da velhice.

A primeira idosa, por certo viúva (toda vestida de negro e de lenço e com chapéu a tapar o cabelo), triste, desloca-se com alguma dificuldade (bengala), viverá com dificuldades materiais e sozinha, numa aldeia ainda sem água canalizada (jarro). Corresponde ao estereótipo da idosa rural. Remete-nos para a representação da velhice como um declínio inevitável, como um período associado à solidão. É uma ilustração que corresponde ao que se costuma apelidar de “inverno da vida”, um, dentre os incontáveis simbolismos para a velhice.

Nenhuma semelhança com a senhora da segunda fotografia: urbana, moderna, praticante de actividade física. Usa cabelos curtos e pintados de louro. Veste-se de cores claras. Tem um ar radioso e decidido. Provavelmente, desfrutará de um bom nível de vida. Está bem longe do retrato acabrunhante do idoso, traçado por Simone de Beauvoir.





5. MAIS UMA MÃO CHEIA DE ESTEREÓTIPOS

Os provérbios são excelentes transmissores dos estereótipos vigentes. Eles e demais enunciados paremiológicos (ditados, rifões, adágios) têm como intenção referir, numa linguagem simples e segundo um formato sucinto, direto e de fácil memorização, juízos e opiniões sobregeneralizadas sobre quase todas as situações da vida, julgando homens, mulheres e crianças, ricos e pobres, velhos e novos.

Espécie de monumentos orais, mas não só, transmitidos de geração em geração, fazem parte intrínseca da cultura de um povo (como as crenças, superstições, lendas e cantares), pois são fruto da experiência desse mesmo povo ou até de vários povos,

marcados pela sua universalidade e, com frequência, apresentando contradições, como no caso presente, a propósito da **idade ideal para aprender**. Tais contradições, encontradas nos provérbios, constituem uma estratégia para lidar com situações que não são homogêneas. Muitos provérbios entram em conflito com outros, exatamente porque a vida é feita de dualidades e de contradições e a sociedade é heterogênea, e por isso ajusta os provérbios a cada situação, de acordo com seus interesses e necessidades.

Se, numa parémia, se postula a ideia que a aprendizagem se processa ao longo da vida -*Aprender até morrer*-, noutra assegura-se que a idade ideal para a aprendizagem é a infância e a juventude, pois: *“Quanto na mocidade se aprende, toda a vida dura”*, sem esquecer que a idade avançada seria incompatível com novas aprendizagens, como consta dos aforismos: *“Burro velho não toma andadura e se a toma pouco dura”*. Ou ainda *“Cavalo velho não aprende trote novo”* (*Traducción: “Caballo viejo no aprende trote nuevo”*). Tantos clichés sobre a terceira idade... E como é difícil livrarmos deles. Já Einstein sublinhava que *“É mais fácil desintegrar um átomo do que um preconceito”*.

6. É POSSÍVEL APRENDER AO LONGO DA VIDA?

E não é só a *“vox populi”* que se pronuncia sobre a capacidade ou incapacidade dos

idosos para aprenderem coisas novas. Também filósofos e pensadores fazem afirmações acerca desta problemática. Numa obra póstuma, *“Rêveries du promeneur solitaire”* publicada em 1782, o escritor e filósofo Rousseau (falecido com 66 anos, em 1778) escreve com amargura: *“De que serve aprender a conduzir melhor um carro quando se chegou ao fim da estrada? Então, já não resta senão pensar em como sair dele. O estudo de um velho, se é que ainda tem algo a estudar, consiste unicamente em aprender a morrer”*.

Em contraponto ao *pessimismo profundo de Rousseau*, o filósofo grego Sólon (630-580, século VI A.C.) concebe a aprendizagem ao longo da vida como uma das alavancas para o sucesso do envelhecimento ativo. Tendo falecido já com uma idade avançada (cerca de 80 anos) foi sempre movido pelo seu desejo de saber e não se cansava de sublinhar a felicidade de poder instruir-se cada dia mais, mesmo envelhecendo, repetindo o seu mote: *“Envelheço aprendendo sempre muitas coisas”*.

Esta fórmula, com uma longa história, ligada ao desenvolvimento da sociedade do conhecimento foi retomada em termos aproximados pela Comissão Europeia, que consagrou o ano de 1996 como o Ano Europeu da Aprendizagem ao longo da Vida (em inglês *life long learning*) e fez deste conceito um dos seus cavalos de batalha. Numa definição que se nos afigura sucinta e objetiva, a Comissão Europeia sintetiza o que se deve entender por tal conceito:

“A educação e a formação ao longo da vida abrangem tanto as atividades de aprendizagem por motivos pessoais, cívicos e sociais, como por razões profissionais.”

Foi sobretudo a partir de meados da década de 90 que se esboçou um consenso em torno da ideia de que não apenas a aprendizagem ao longo da vida contribui para manter a competitividade económica e a empregabilidade, mas que constitui igualmente o melhor meio de combater a exclusão social. A aquisição contínua de conhecimentos e competências é essencial para poder tirar partido das oportunidades e participar activamente numa economia e numa sociedade assentes no conhecimento.

É em torno de dois pólos que se articula tal conceito: por um lado, a possibilidade de cada um construir a sua aprendizagem em função de uma motivação e de um enriquecimento pessoal e, por outro, a necessidade, relacionada com razões profissionais (a empregabilidade, a mobilidade). A acrescentar a tais pontos, é de tomar em consideração a diversidade dos públicos, dos interesses e das situações.

Qualquer que seja o fundamento de tal aprendizagem e a variedade das circunstâncias, está sempre presente a natureza efémera e inacabada do Homem, factor que está na base da aprendizagem ao longo da vida. Esta é a negação da ideia que, após o dia em que recebemos os nossos diplomas, já nada mais há para aprender. Ora, viver a vida é um movimento permanente que resulta do facto do Homem ser um ser incompleto e um habitante dum

mundo em constante mutação. Viver é um processo de aprendizagem contínuo.

A aprendizagem ao longo da vida, como já afirmámos, não segue um esquema homogéneo e único. Depende do que nos motiva e do que necessitamos. Daí que possa revestir modalidades diversas.

7. MODALIDADES DA EDUCAÇÃO AO LONGO DA VIDA

A educação formal é aquela que ocorre em espaços escolarizados, da Educação Infantil à Pós Graduação dá-se de forma intencional, com objetivos determinados, em instituições de ensino de vários graus e, integrando-se quase sempre num sistema regular. Este processo educativo tem currículos e regras de certificação bem definidas.

A educação não formal toma em consideração as necessidades pessoais dos formandos e adequa-se a essas necessidades para responder às suas aspirações. Este tipo de ensino tem maior flexibilidade do que o ensino formal. É esta a prática mais utilizada como aprendizagem ao longo da vida, no caso dos séniores. É este o caso do PEUS, o Programa de Estudos Universitários para Séniores a decorrer desde há alguns anos na FLUP.

A educação informal é aquela que se baseia no que aprendemos espontaneamente a partir do meio em que vivemos, das pessoas com quem nos

relacionamos, das múltiplas experiências pessoais que acumulamos ao longo da vida. A educação informal não é organizada,

8. O ENVELHECIMENTO ACTIVO

Goethe aconselha: *“Quando se é velho, é preciso ser mais activo do que quando jovem”*. (Máximas e Reflexões). Terminado que foi o Ano Europeu do Envelhecimento Ativo e da Solidariedade entre Gerações (2012), que pretendeu ser um alerta para a importância do contributo dos idosos para a sociedade e um incentivo que leve os responsáveis políticos a criar as condições necessárias para um envelhecimento saudável e autónomo, de forma a que os idosos continuem a participar plenamente na sociedade enquanto cidadãos capazes de agir (desenvolver novas ocupações: netos, voluntariado), passear, viajar, conviver, praticar actividade física.

Para Cícero: *“O idoso conserva suas faculdades se mantiver vivos seus interesses”*. Esqueçamos, pois, o negativismo de Rousseau e sigamos o conselho de Sólon: *“Envelheço aprendendo sempre muitas coisas”*. Não tenhamos receio de que nos apelidemos de “burros ou de cavalos velhos”, porque a nosso trote, a nossa andadura” é ainda e sempre invejável. Aliás, numa curiosa citação, Henry Ford opina: *“É verdadeiramente velho o homem que pára de aprender, quer tenha vinte ou oitenta anos”*.

9. BIBLIOGRAFIA

- BABO, Maria Ausenda (2010), *Representações sociais sobre a velhice na publicidade*, monografia policopiada, PEUS, Reitoria U. Porto/FLUP
- BEAUVOIR, Simone (1970), *La Vieillesse*, Seuil, Paris.
- CRUZ, Paula (2008), "Envelhecer activamente", *REAPNE* nº 41, Porto, pp. 14-17.
- DIAS, Isabel (2005), "Envelhecimento e violência contra os idosos", *Revista de Sociologia*, nº 15, FLUP, Porto, pp. 249-273.
- FONSECA, A.M. (2006) "A Noção de Idade e o Idadismo", *O Envelhecimento: uma abordagem psicológica*, Universidade Católica Editora, Lisboa.
- MARTINS, M. R. e RODRIGUES, M: L. (2004) "Estereótipos sobre idosos: uma representação social gerontofóbica", *Millenium. Revista do ISPV*, 29, pp. 249-253, Viseu.
- MENDES, Fernando Ribeiro (2005) *A Revolução Grisalha*, Celta Editora, Oeiras.
- PEIXOTO, Clarice (2004), *Família e envelhecimento*, Fundação Getúlio Vargas, Rio de Janeiro.
- PINTO, Maria da Graça (2008), *Da importância de programas destinados à educação de seniores na sociedade de hoje*, FLUP, Porto.
- RICHELET, César Pierre (1680) *Le Dictionnaire des mots et des choses*, Paris.
- WEINBERG, Achille (2008) «L' âge d' or des tempes grises». Dossier *Les âges de vie bouleversées* ([http://www. sciences humaines](http://www.scienceshumaines.com), 193, mai, 2008).

LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DE LA EDAD: BUENAS PRÁCTICAS EN EL USO DEL LENGUAJE EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES

M^a del Carmen Serrano Vázquez

Directora de la Universidad Permanente "Millán Santos", Universidad de Valladolid.

RESUMEN

El objetivo final de esta ponencia¹ pretende ofrecer unas pautas para poder reconstruir una imagen de la vejez donde el alumno de nuestros Programas de Mayores sea presentado bajo un perfil adecuado

a su realidad; un perfil que no responda a prejuicios ni estereotipos, sino que corresponda a la imagen de un grupo social que se enfrenta a una determinada etapa de la vida, tan semejante y distinta como cualquier otra etapa vital.

ÍNDICE

1. La construcción social de la edad.
2. Estereotipos.
3. Buenas prácticas en el uso del lenguaje en los PUM.
 - 3.1. Abuelo.
 - 3.2. Anciano.
 - 3.2. Tercer Edad.
 - 3.3. Persona mayor, mayor.
6. Conclusiones.
7. Bibliografía.

¹ EL TEXTO QUE PRESENTO EN ESTA OCASIÓN ES UNA VERSIÓN ADAPTADA DE M. ^a DEL C. SERRANO VÁZQUEZ Y M. ^a DEL C. VALLE LÓPEZ, *LA EDAD OCULTA*, PRESENTADA EN EL XIII ENCUENTRO NACIONAL DE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES (AEPUM 2013), CON EL TÍTULO "NUEVOS TIEMPOS, NUEVOS RETOS PARA LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES", CELEBRADO EN LA UNIVERSITAT DE VALENCIA, LOS DÍAS 19 AL 21 DE JUNIO DE 2013.

1. LA CONSTRUCCIÓN SOCIAL DE LA EDAD

El punto de partida de la investigación responde al hecho tantas veces contrastado de que muchas características del lenguaje no son arbitrarias, sino que están motivadas por la estructura de modelos cognitivos, o bien son consecuencias de ellos. Nuestros conceptos estructuran lo que percibimos, cómo nos manejamos en el mundo y cómo nos relacionamos con otras personas. Nuestro sistema conceptual juega un papel importante al definir nuestras realidades cotidianas (Lakoff y Johnson, 1987).

Los medios de comunicación y las instituciones públicas, a través de toda la documentación que generan, no solo transmiten imágenes sino que también las reflejan. Medios e instituciones transmiten y perpetúan estereotipos de los grupos sociales y estas imágenes afectan en mayor y menor grado a las percepciones de los miembros del grupo, de los grupos, y de las relaciones intergrupales. Los medios de comunicación cumplen un papel relevante en la creación de estereotipos vinculados a grupos sociales, produciendo o proyectando las imágenes circulantes, de modo que el imaginario social de la vejez y el envejecimiento, presentes en los medios masivos de comunicación, guardan estrecha relación con la construcción social de la edad.

La vejez y el envejecimiento se encuentran cargados de estereotipos y mitos, que no sólo afectan a las personas mayores en su construcción de identidad

personal y social, sino que también afectan a los estudios relacionados con estas temáticas. Estos mitos y estereotipos suelen sentar las bases de creencias psicológicas, sociales y biológicas sobre los ancianos, ya que son aceptadas como hechos. De este modo se entiende la edad como imagen cultural: se atribuye un conjunto de valores, estereotipos y significados a los sujetos de determinada edad.

La edad, tal y como la concebimos, es una construcción social, y como tal su significación se construye, y reconstruye, en función de categorías sociales y no simplemente biológicas. Por ejemplo, en las culturas tradicionales, los abuelos han tenido una clara función en relación al cuidado de los niños. Este trato más familiar hizo que la palabra abuelo o abuela fuera reemplazada por términos más cariñosos y cercanos como yayo, tata, abu, abue, nono, neno, papito, papá (nombre del abuelo), entre otros, para el caso del abuelo y yaya, nana, nona, abue, güeli, abu, nena, tita, mamita, mimi, mamá para la abuela.

Esta función ha tendido a desaparecer con el desarrollo de la familia nuclear. Sin embargo, la situación económica española, afectada en estos momentos por una grave e injusta crisis, hace de los abuelos un refugio, expresado a veces en un retorno al hogar paterno, a veces en un sobresueldo, en otras ocasiones en apoyo para el cuidado de los hijos, ya sea para el esparcimiento o para el trabajo, y otras veces en una franca manutención de la familia nuclear. Esta situación lleva a organizar las formas

de vida y convivencia de manera solidaria intergeneracional, estableciendo patrones de conducta nuevos, que irán cambiando la imagen social de la tercera edad.

2. ESTEREOTIPOS

Las personas mayores aparecen pocas veces en los medios de comunicación como sujetos activos. Cuando lo hacen, es a través de imágenes y denominaciones estereotipadas y con una connotación negativa, que no reflejan la enorme diversidad de las situaciones vitales que experimentan: apelativos tales como viejos, ancianos, dependientes, pasivos, decrepitos, abuelos canguros (los que cuidan de los nietos) abuelos golondrina (los padres que están siendo cuidados por diferentes hijos en casas distintas cada cierto período de tiempo) trasladan estereotipos, que se traducen en comportamientos de discriminación que vulneran los derechos de las personas mayores. Estos estereotipos se relacionan principalmente con: la salud, el aprendizaje, la productividad, la participación y la soledad:

- **Salud:** Se habla de vejez en su sentido biológico, como consecuencia del envejecimiento fisiológico que se refleja en pérdidas de las capacidades del cuerpo debido a la edad, a la pérdida de fuerza y la propensión a enfermedades. Esta visión, más vinculada a los efectos negativos del envejecimiento biológico, da pie a otra visión donde la vejez se identifica con una etapa del ciclo vital, evidenciándose una

dimensión más social, que enfrenta dicha etapa de modo asistencialista, ya que se vincula directamente con la necesidad de cuidados y de protección.

- **Aprendizaje:** Otro estereotipo, derivado de las características negativas que acarrearía el envejecimiento, se refiere a la capacidad de aprendizaje de las personas mayores. La vejez estaría marcada por la rigidez mental, que haría que las personas mayores sean incapaces de adaptarse a los cambios y, por tanto, incapaces de mantenerse actualizados incorporando nuevos conocimientos, lo que dificultaría sus posibilidades de trabajo.
- **Productividad:** Estrechamente ligado a este estereotipo, la vejez se suele identificar con el cese de las actividades laborales productivas, siendo la jubilación el punto de partida de esta etapa.
- **Participación y soledad:** Una vez que la persona se ha jubilado comenzaría a desvincularse progresivamente de los diferentes sistemas sociales y de las instancias de toma de decisiones incluso dentro de su grupo familiar, adoptando una vida social cada vez más restringida y aislada, por lo que la vejez se asociaría con la soledad.

3. BUENAS PRÁCTICAS EN EL USO DEL LENGUAJE EN LOS PUM

Si a una persona la definimos como vieja, la trataremos como a tal, con independencia de cómo se sienta ella. La

palabra viejo tiene un campo semántico relativamente amplio. Referida a las cosas, viene a ser a menudo (aunque no siempre) sinónimo de inservible. Pero, cuando nos referimos a seres vivos, plantas o animales, utilizamos sin rubor los calificativos de joven o viejo, y sabemos muy bien a qué nos referimos: un árbol, un perro, son viejos cuando han superado la mayor parte de su ciclo vital, con independencia de que sigan siendo o no útiles.

Desde Los programas universitarios de mayores defendemos nuevas formas de vivir, de ser y de actuar en la vejez y consideramos obsoleta la visión de las personas mayores como dependientes o débiles. Debemos redefinir las formas de envejecer: encontrar nuevas formas de vivir, de ser y de actuar en la vejez y ofrecer una visión de envejecimiento activo, es decir, envejecer maximizando las oportunidades de bienestar físico, psíquico y social durante toda la vida, vinculado a la capacidad de las personas de permanecer realizando actividades diversas.

Frente a la imagen de un colectivo desvalido que representa una carga para la comunidad, es fundamental ofrecer en los PUM una imagen de las personas mayores como adultos competentes, preparados, capaces de desempeñar roles útiles para la sociedad en su conjunto. Y hay que hacerlo a través del uso adecuado del lenguaje en un marco de dignidad e inclusión social, que nos acerque a las diferentes circunstancias a las que se enfrentan las personas mayores.

Como ejemplo, analizamos unas unidades léxicas que pueden ser variables adecuadas en su contexto o registro, pero que se pueden convertir en peyorativas y cargadas de prejuicios si se emplean en otro tipo de discurso, porque pueden reflejar una imagen negativa de la vejez.

3.1. Abuelo

Hay que utilizarlo principalmente para referirse a las relaciones familiares, que es el significado que le corresponde en primera instancia: el apodo con el que los hijos designan al padre y la madre de sus padres, siendo respectivamente llamados abuelo y abuela. Específicamente, se vincula con los nietos, en un sentido positivo, como relación basada en el afecto y que es importante mantener ya que es necesaria durante el crecimiento de los niños; es decir, guarda relación con la importancia de las relaciones intergeneracionales. Pero hay otra imagen de los abuelos que aparecen vinculados al de los hijos que cuidan a sus padres cuando llegan a la vejez, y que ha dado lugar a la metáfora abuelos golondrina, los que van de nido en nido, pasando una temporada con cada uno de sus hijos, para ser atendidos por ellos. Si estos abuelos están desocupados, pasando el tiempo sentados en un banco, en una plaza, pasan a ser un sinónimo de jubilados.

En las culturas tradicionales, los abuelos han tenido un rol claro en relación al cuidado de los niños. El trato más familiar

hace que la palabra abuelo o abuela sea reemplazada por términos más cariñosos y cercanos como yayo, tata.

3.2. Anciano

Se aplica a la persona de mucha edad en su acepción más neutra. En su connotación más negativa, se relaciona principalmente con un sujeto vulnerable en cuanto a su salud y su capacidad económica y que por tanto requiere del cuidado de su familia o del Estado. En relación a viejo tiene el rasgo de significación de “respeto”.

3.3. Tercera edad

La unidad léxica tercera edad es un término antrópico-social que hace referencia a la población de personas mayores de 65 años, y que es sinónimo de vejez o ancianidad. Hoy en día, el término va dejando de utilizarse por los profesionales, que utilizan más el término de personas mayores (España y Argentina) y adulto mayor (América Latina).

Este término se encuentra relacionado con una amplia gama de temas. El término tercera edad aparece como el equivalente de personas mayores. Ambos indican un mismo segmento social marcado por el criterio edad, y, en este sentido a ambos conceptos se les vinculan múltiples temáticas: participación, aprendizaje, ocio, sistema de pensiones, sexualidad, salud, belleza, pobreza, carga, oportunidades para incluirse en el sistema económico,

tecnología. El hablar de tercera edad se relaciona de manera mucho más frecuente que el término personas mayores con la idea de discriminación positiva, con lugares y eventos especiales para ellos, como receptores de políticas públicas y leyes que buscan protegerlos la mayoría de las veces, o en otros caso, darles el “empujón inicial” para sus proyectos.

El término tercera edad ha entrado en crisis cuando ha empezado a hablarse de una cuarta edad referida al periodo en el que los viejos dejan de valerse por sí mismos. Gracias a las mejoras en los estilos de vida y a la atención sanitaria, cada vez es más frecuente que personas encuadradas en el grupo de edad tradicionalmente asociado a la ancianidad, o tercera edad, se encuentren en plenitud de facultades físicas y mentales por encima de los 65, los 70 o incluso los 75 años. Sin embargo, hacia los 80 años es frecuente que comiencen a acumularse patologías degenerativas y crónicas, lo cual suscita en la persona un grave cambio físico, psíquico y emocional. La expresión cuarta edad hace referencia a la última fase de la vida de las personas. Habitualmente se considera su comienzo a partir de los 80 años de edad.

Los términos población de edad avanzada, gente de cierta edad son también eufemismos para referirse a los viejos que en modo alguno resuelven el relativismo (¿cuánta edad es una edad avanzada?, ¿cuántos años es cierta edad?), y también se presta a confusión: una niña de edad avanzada es la que se ha desarrollado más

rápidamente que sus compañeras, un joven de edad avanzada está en el umbral de la madurez (la vejez es una edad ¿avanzada, para qué?).

3.4. Persona mayor, mayor

Se aplica a la persona que está en la edad adulta, personas de edad avanzada; en plural, mayores, nuestros mayores alude a la personas de las que se desciende. La denominación personas mayores se ha extendido entre los trabajadores sociales, y a través de ellos está llegando a la política, a la educación y a la investigación; es también la que aparece con más frecuencia en todas las publicaciones relacionadas con los Programas Universitarios de Mayores. Se vincula con temas como la participación, la pobreza, el ocio, el sistema de pensiones, la salud, el poder, la sexualidad, la belleza, la búsqueda de oportunidades de inclusión, etc. Es un término ligado a la labor de instituciones gubernamentales, objeto de interés para los mercados de ocio.

En términos generales, el adulto mayor aparece como un sujeto social en busca de oportunidades y espacios de inclusión y participación. Las iniciativas de éste se mueven entre lo que se entiende como envejecimiento activo y envejecimiento productivo. Desde un punto de vista lingüístico la denominación “mayores” es también un eufemismo para hablar de los viejos. Todos podemos estar de acuerdo en considerar que un mayor es una persona adulta, que ha sobrepasado la mayoría de

edad legal, pero a partir de ahí los límites son confusos ¿cómo de mayor es una persona? Es un término relativo (tu eres la mayor de los hermanos) que ha pasado a tener un valor absoluto al convertirlo en una variante de viejo, pero que no puede tener una explicación semántica; la acción de envejecer da como resultados viejos, nunca mayores.

4. CONCLUSIONES

Los roles estereotipados es una gran traba: cuando se habla de los adultos mayores los textos siempre se refieren a unas pocas funciones predecibles (abuelos o jubilados, enfermos o dependientes), invisibilizando otras funciones muy valiosas como son las nuevas ocupaciones y preocupaciones, tan diversas como en otras edades. Llamarlos abuelos o jubilados resulta reduccionista y despersonalizado. Las personas mayores tienen múltiples papeles: esposos, amantes, profesionales, militantes políticos o sociales, dirigentes, algunos padres, algunas madres, algunos abuelos o abuelas, pero todos personas sujetos de derechos.

Fortalecer las imágenes positivas de la vejez no implica no dar cuenta de los factores negativos que puede tener el proceso de envejecimiento, sino equilibrar una balanza que se inclinó durante mucho tiempo sobre los aspectos negativos (imágenes que apelaban siempre a la vejez para hablar en términos negativos,

asociadas al dolor, a la enfermedad o a la carga social).

Es indudable que hoy los medios de comunicación tienen una mirada más positiva, pero es necesario pensar en la reconstrucción de los espacios de representación, tal como sucedió con las mujeres u otros grupos, para poder cuestionar el modo en que percibimos la vejez.

Desde los Programas Universitarios de Mayores debemos generar un discurso más constructivo, que prepare progresivamente en las distintas etapas de la vida, crear una expectativa de la vejez rica en posibilidades de desarrollo y crecimiento. Es decir, si estamos hablando de los Programas Universitarios de Mayores no se puede decir que están destinados a los abuelos, ni a los yayos, ni a los viejos. Si estamos hablando de pensiones, podemos hablar de jubilados, si estamos hablando de la familia, de abuelos, si de salud, viejos; y si lo hacemos de formación permanente, de personas mayores (aunque algunas personas mayores también sean jubilados, abuelos o viejos): estas unidades léxicas (como señalamos al principio) pueden ser variables adecuadas en su contexto o registro, pero se pueden convertir en peyorativas y cargadas de prejuicios si se emplean en otro tipo de discurso, porque pueden reflejar una imagen negativa de la vejez y solo construyendo una mejor idea de la vejez, (plural, diversa y positiva), preparemos para una experiencia apreciada de la misma, para una mejor percepción

de los miembros que integran los grupos sociales que están marcados, entre otras más, por la variable de la edad.

5. BIBLIOGRAFÍA

- Corrales, Inmaculada (1982). *El campo semántico de la "edad" en español*. La Laguna, Tenerife: Universidad de La Laguna.
- Gumperz, John y Levinson, Stephen (1996). *Rethinking Linguistic Relativity*. Cambridge; Cambridge University Press
- Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) (2009). *Nuevas miradas sobre el envejecimiento*. Madrid: Ministerio de Sanidad y Política Social, Secretaría General de Política Social y Consumo, Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).
- La Red Europea de Lucha contra la Pobreza y la Exclusión Social en el Estado español (EAPN-ES) y EAPN Madrid (2012). *Guía de Estilo para Periodistas 'Mira a las Personas Mayores'* Madrid: Autor.
- Lakoff, George y Johnson, Mark (1995). *Metáforas de la vida cotidiana*, Madrid: Cátedra. (1ª ed. 1980).
- Ortega y Gasset, José (1947). *En torno a Galileo*, Obras completas, t.5, Madrid. Revista de Occidente
- Osorio, Francisco (2002). *Propuesta para una Antropología de los Mass Media*. Departamento de Antropología.

- Universidad de Chile. Cinta de Moebio No. 13. Marzo 2002. Facultad de Ciencias Sociales. Universidad de Chile. Disponible en <http://www.moebio.uchile.cl/13/osorio.htm>
- Sapir, Edward (1964). *Culture, language, and personality*. Berkeley: University of California Press. (1ª ed. 1941).
- Torrejón Carvacho, María José (2007). *Imaginario social de la vejez y el envejecimiento* Universidad de Chile. Facultad de Ciencias Sociales. Magíster en Antropología y Desarrollo.
- Wierzbicka, Anna (1997). *Understanding cultures through their keywords*. New York. Oxford: Oxford University Press.

UNA VISIÓN NUEVA DE LOS SÉNIOR: CÓMO ENVEJECER, EN VERSO

Miguel Correa Nogueira

Asociación "Aulas Abertas".

Universidad de Vigo. Campus de Vigo.

RESUMEN

La Jubilación siempre ha sido tema tabú para las personas mayores, porque ha tenido connotaciones negativas en cuanto a que dejabas la vida activa para convertirte en un estorbo. Sin embargo, actualmente los sénior pueden encontrar en esta etapa una nueva vida que vivir, y sobre todo, están aprendiendo a envejecer dignamente, con salud, y con ánimo positivo, porque la vida no se acaba cuando te jubilas, simplemente

cambiamos de actividad y por supuesto, de obligaciones.

Esta comunicación pretende destacar y aplaudir la nueva visión de las personas mayores sobre la vida, y lo hago como persona mayor, universitaria a mi edad y como poeta; y lo hago ahora, porque escribir "cómo envejecer" en verso también es una nueva forma de ver la vida, tras la jubilación.

ÍNDICE

- 1. La jubilación.**
- 2. La Universidad de Mayores.**
- 3. Los mayores en la crisis.**
- 4. Cuidado con los servicios sociales.**
- 5. La experiencia en la vejez.**
- 6. La fusión intergeneracional.**
- 7. La dependencia.**

1. LA JUBILACIÓN

¿Quién es un jubilado?

El que su vida ha entregado
al estudio y al trabajo
mejorando con su esfuerzo
lo que otro le ha dejado;

Quien con su compañerismo
su tolerancia y respeto,
inflamado lleva el pecho
de sentimientos honestos.

Adelante jubilados
¿Quién os puede derrotar?
La sabiduría conquistada
¿Quién os la puede quitar?

Adelante compañeros,
adelante a disfrutar
del descanso merecido
después de tanto trabajar.

Pisad fuerte hacia delante,
la vida no ha terminado,
aunque algún intransigente
quiera veros enterrado.

El que ha reído,
el que ha llorado,
el que ha sufrido,
el que ha amado,
el que ha perdido,
el que ha ganado,
el que ha vivido...
Ese es un jubilado.

Un jubilado es el que habiendo terminado su vida productiva en la actividad que ha desarrollado a lo largo de su vida, es destinado al olvido y a la inactividad, dejando un vacío que tiene que tratar de llenar, para no volverse loco, al pensar que ya no sirve para nada. Debería estar programada la jubilación y obligar a todo el colectivo que alcance esa etapa a inscribirse en algún centro social, donde puede encontrar un sinfín de actividades que cubran sus expectativas. Allí puede descubrir otros compañeros con sus mismas inquietudes para ejercitar la memoria, grupos de lectura, clases de idiomas, nuevas tecnologías, clases de baile, coros, clases de pintura y un in fin de actividades más. Por muy poco dinero, puede ir a viajes y excursiones donde sentirse arropado por el calor de amigos, que de otro modo nunca habría encontrado. Hoy nuestros mayores tienen muchas más posibilidades que nuestros antepasados, lo que ocurre es que simplemente las ignoran, como también lo ignoraba yo, con un hijo en la Universidad, que estaba a mi alcance formar parte del alumnado universitario, hasta que un amigo me habló de esta posibilidad y hoy me encuentro ya finalizado el tercer año. Doy gracias a ese amigo que me ha informado.

2. LA UNIVERSIDAD DE MAYORES

Universidade de Maiores

Aulas abertas,
Aulas para Maiores.

Se cada maior leva un neno
agochando os seus temores
estou na universidade
Universidade pra maiores.

Onde non falla ninguén
as clases dos profesores
onde se escoita con gosto
dos antergos loitadores.

Para comprender agora
de quén somos os deudores
as trolas que nos contaban
algúns malos escritores.

E como nos manipulan
os anuncios corruptores,
escoitar música e saber
quen son os compositores.

Comprender o que fixeron
os nosos conquistadores,
aprender a evitar erros
de batallas anteriores.

¡Cantas cousas aprendemos!
¡Na Universidade de Maiores!
¡Hei de morrer aprendendo!
Se queren os profesores.

3. LOS MAYORES EN LA CRISIS

Está claro que los mayores tenemos una responsabilidad grande en el peso de esta crisis y que nuestras pensiones, aunque pequeñas sirven para sostener las

dificultades que los hijos están teniendo y estamos ayudando con nuestro esfuerzo desinteresado a que nuestros nietos sean más felices y las familias no se rompan. Nuestra actividad en el envejecimiento ayuda a transmitir el conocimiento que hemos almacenado a lo largo de la vida y enriquecemos a la sociedad cuando gratuitamente lo vamos regalando, en un acto de generosidad.

Sin embargo, algo importante que no se hace es formar e informar a las personas en activo de ese pozo de soledad y exclusión en el que se puede caer, no solo cuando se es mayor, sino también cuando se está en el mundo laboral. Por lo tanto, centros sociales, asociaciones, clubes, residencias y agrupaciones, son las tablas de salvación para paliar estos problemas.

La Vejez

Piensas que eres muy joven,
que te queda mucho tiempo.
Vive sin tanta locura,
pues pronto serás un viejo.

Te sorprende cuando miras
cómo sonrío el anciano,
cuando a sus espaldas dicen:
¡Por qué no te mueres, cano!

Él también fue como tú:
joven, moreno, fuerte.
Hoy es lo que serás tú,
míralo y ve lo que sientes.

También hizo lo que tú,
maltratando al que era viejo;
hoy sonrío con bondad,
al saber que eres un necio

No tires lo que hoy te sobra,
pronto vas a necesitar.
Los calores del verano
inviernos te traerán

Mírate bien en la cara
del que tiene más edad,
la energía que hoy te sobra
mañana precisarás.

No importa que hoy pregonen
los años que tienes, mozo.
Molesta que te maldigan
“¡Eres un viejo, asqueroso!”

Piensen los hijos que tienen
por ser jóvenes, razón;
Dicen: “estás pasado de moda”
“Vives en el Cromañon”.

Trata con mimo al anciano,
tiene mucho que enseñar.
La Universidad de la vida
es sabiduría Universal.

4. CUIDADO CON LOS SERVICIOS SOCIALES

Uno de los retos que tenemos los mayores es que no nos desmantelen los servicios sociales, ya que a medida que los mayores tenemos menos protección social,

aumenta la situación de desigualdad. Tenemos que estar atentos para que los servicios de los centros sociales, prestaciones y programas no sean cerrados y desaparezcan de nuestro entorno. Si prácticamente todas las competencias en servicios sociales pasan a las comunidades autónomas, y estas están con objetivo de déficit, es difícil que aumenten el presupuesto para asumir la parte que van a dejar de financiar los ayuntamientos. Peor situación tienen los mayores que se encuentran en las zonas rurales y que desgraciadamente se van quedando solos, porque los hijos han buscado un mejor futuro en las ciudades. Éste es un ejemplo.

O Velliño

Un día o velliño
tivo que emigrar,
pois quedou soíño
soíño no seu lar.

Perdeu a muller
mal pocadiño,
botavaa en falta
no seu camiño.

Chegou a cidade,
estaba abraiado,
xa non tiña casíña
nin verdes prados.

Xa non cantaban os paxaros
por a mañan cedo,
nin os grilos garuleiros
que de noite daban medo.

Xa non ten o canciño
que tras él ía correndo,
cando andaba por as leiras
para colleitar o feno.

Xa non ten lareira
onde o pote quentaba,
naquelas noites de inverno
o caldiño que tomaba.

Xa non tiña nada
naquel mundo raro,
sentíase tristeiro
sentíase estraño.

Ai, meu pobre velliño
que morriña tes na ialma,
só Deus podíache dar
a paz que necesitabas.

Murcharonse as follas,
murchouse o velliño
e o pobre do fillo
choraba, ¡ai!, velliño

5. LA EXPERIENCIA EN LA VEJEZ

El mayor ha de ser considerado como una fuente de sabiduría; como el grupo etario que ya ha pasado por las otras etapas de la vida y que, por lo tanto, merece todo el reconocimiento de la sociedad, pues es el que ha labrado el estado actual del bienestar. Además, debemos pensar que es ley de vida y que antes o después la mayoría de las personas tienen que pasar por esta

etapa, por lo tanto la visión de la vejez debería ser considerada la mejor etapa de la vida, la consecución del desarrollo y la evolución, objetivo final de la vida.

La Fuerza de la Vejez

La vejez tiene una fuerza
que la juventud nunca tendrá.

La vejez tiene una calma
que la juventud no entenderá.

Para la juventud los vicios
que son propios de la edad.

Para ellos el engaño,
para nosotros la lealtad.

Para ellos la desvergüenza,
para nosotros la dignidad.

Para ellos el despilfarro,
para nosotros la austeridad.

¿No son el arte y el ejercicio de las virtudes
las armas más valiosas de la edad?

¿No es la conciencia de una vida
ordenada

el mejor recuerdo en avanzada edad?

¿No son los necios los que queman su
salud en vicios

para culpar más tarde a la ancianidad?

¿No está claro que la temeridad es
propia de la juventud

y la prudencia y reflexión se encuentran
en la edad?

¿El viejo capitán del barco
nada hace en la navegación?

¿No se sienta reposadamente
mientras gobierna el timón?

¿Se altera cuando se agita
toda la tripulación?

¿Cuándo el barco está en peligro
quién toma la decisión?

¿Es un marino de altos vuelos
o un inexperto jovenzuelo?

La experiencia devora los años de la
juventud de tal modo,
que cuando adquieres una, pierdes la otra.
A la vejez sólo hay que reprocharle no
ser joven

La juventud está llena de placeres,
la vejez está llena de cuidados.

La juventud es como una mañana de
verano;
la vejez es como una noche de invierno.

La juventud es como el verano, caliente;
la vejez es como el invierno, fría.

La juventud es alegre, divertida;
la vejez es triste, deprimida.

La juventud es valiente, atrevida;
la vejez es cobarde, impedida.

La juventud es activa, deportiva;
la vejez es indolente, pasiva.

Yo, que adoro la juventud
y siento una pena infinita por la vejez,
me pregunto qué nos queda
a los que inexorablemente caminamos
hacia esa senda de la vida.

Nos queda vivir el ahora
con la ilusión inconsciente de la
juventud,
sin tener en cuenta el tiempo que
hemos vivido
ni el que nos quede por vivir

6. LA UNIÓN INTERGENERACIONAL

Cada vez con más frecuencia los
trabajadores llegamos a la jubilación
en mejores condiciones de vida y
participamos con los jóvenes en los cursos
de la Universidad Reglada y aunque en
un principio nos miraban como bichos
raros, hoy estamos totalmente integrados
y es normal contemplar a jóvenes y
mayores en una relación intergeneracional
normal, compartiendo sus conocimientos,
formación y ayuda mutua. Sin embargo, no
hay que olvidar que la juventud y la vejez
tienen un gran camino de tolerancia que
recorrer y que las diferencias, no de una
persona mayor, en todas sus facultades,
sino en una persona vieja, con ciertos
impedimentos, eso es una tragedia.

La Juventud y la Vejez

El agua clara y la dulce locura de la
juventud
y el amargo y ácido vino de la vejez
difícilmente pueden vivir juntos.

7. LA DEPENDENCIA

No hay ninguna duda de que tarde
o temprano, más bien tarde, nuestro
organismo se va deteriorando, y que

vamos a ser dependientes de la ayuda y comprensión de las personas de nuestro entorno. Estas personas, normalmente afectivas, deben comprender que si repetimos las historias que ya nos han oído otras veces, o que somos torpes a la hora de atar los cordones de los zapatos y otras funciones que no seremos capaces de hacer con normalidad, que ellos cuando eran pequeños fueron también ayudados por los mayores y nunca se quejaron, más bien lo hicieron con gusto, es algo que mañana les va a ocurrir a ellos.

Sentirse Viejo

Y ahora que me siento viejo
a ese viejo que conozco bien,

me recuerda a otro viejo
cuya mirada llevaba en la sien.

Una forma de hablar suave,
cuyo pelo teñido por el tiempo,
la cara arada por surcos era la clave
con ojos como ascuas ardiendo al viento.

Que no parecía preocupado por las penas,
como un barco al caminar se balanceaba,
caminando iba murmurando su condena,
mascando el caramelo de la vida
caminaba.

Quien estornudaba como un bruto
aquel verano hace ya tanto tiempo.

A ese viejo me voy ahora pareciendo.

EL LIDERAZGO EN LA ORGANIZACIÓN DE LAS JUNTAS DIRECTIVAS

“Trabajar para visualizar y fomentar el liderazgo del mayor a través de la experiencia y valores, como alumnos del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo”

Asociación de Alumnos “Aulas de Formación Abierta” del Programa de Mayores de la Universidad de Vigo. Campus de Vigo¹

RESUMEN

El proyecto que se presenta en esta comunicación está realizado por la Junta Directiva de la Asociación de Alumnos del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo – Campus de Vigo “Aulas de Formación Abierta”, enfocado a conseguir un Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional, con el Liderazgo del Mayor a través de la Experiencia, Valores, Formación y Responsabilidad de los alumnos Séniors Universitarios, dentro del objetivo de la Formación Continua a lo Largo de toda la Vida.

ÍNDICE

1. **Presentación de la Asociación de Alumnos “Aulas de Formación Abierta”.**
2. **Objeto del Proyecto.**
3. **Planificación.**
4. **Conceptos previos.**
5. **Organización y Herramientas.**
 - 5.1. Organización.
 - 5.2. Herramientas.
 - 5.2.1. Base de datos.
 - 5.2.2. Página Web.
 - 5.2.3. Biblioteca.
 - 5.2.4. Revista.
6. **Formación.**
 - 6.1. Integración Digital: Seniors 2.0.
 - 6.2. Formación que solicitan los alumnos.
 - 6.3. Colaboración con profesores.
7. **Representación en el Claustro de la Universidad.**
8. **Programa Erasmus+ para alumnos seniors.**

¹ LAS PERSONAS PARTICIPANTES: ALEJANDRO OTERO DAVILA, CONCHI LOBATO CAMESELLE, MIGUEL CORREA NOGUEIRA, RAMÓN FERNÁNDEZ BREY, MARINA TRONCOSO RODRÍGUEZ, CARMEN TRONCOSO RODRÍGUEZ, JOSÉ LUIS MARIÑO RODRÍGUEZ, JACOBO PEDROSA PEDROSA, CONSTANTINO GARCÍA ARES, CRISTINA FERNÁNDEZ ALONSO, MARÍA NAVAS NOVAS Y FERNANDO DEVESA MÚGICA.

1. PRESENTACIÓN DE LA ASOCIACION DE ALUMNOS “AULAS DE FORMACIÓN ABERTA”

En el año 2004 se registra la “Asociación de Aulas de Formación Aberta” de la Universidade de Vigo-Campus de Vigo, después de los trabajos realizados por la primera promoción de alumnos dirigidos por el primer presidente de la Asociación, Eduardo Carlos Paz Martínez, que registra la Asociación y destaca en su Artículo Primero las normas generales: *“Coo denominación de Asociación de Aulas de Formación Aberta-Universidade de Vigo-Campus de Vigo, constitúese a mesma sen interese lucrativo algún e por tempo indefinido os presentes estatutos rexeranse pola Lei Orgánica 1/2002 do 22 de marzo”*. Los fines de la Asociación están descritos en el Artículo 3: *“Os fins desta asociación serán: Tódalas actividades culturais, deportivas, recreativas e divulgativas e de ocio, relacionadas ca Universidade de Vigo-Campus de Vigo”*.

Desde el comienzo de su actividad el crecimiento es lento aunque progresivo, hasta el año 2006 en que asume la presidencia Antonio Vidal Pérez, con una nueva Junta Directiva que preside hasta el año 2011. En ese año asume la presidencia Alejandro Otero Davila, con un equipo y un programa que lleva a cabo un cambio radical de la dinámica de la Asociación de Alumnos, con un estricto plan de trabajo, incorporando nuevas herramientas y

actividades para conseguir unos objetivos dentro de los dos primeros años. La estrategia está basada en “trabajar para convertir la Asociación de Alumnos del Programa de Mayores de la Universidad De Vigo, en una organización abierta a:

- Los alumnos;
- La sociedad viguesa;
- El profesorado;
- La Universidad.

En este momento se encuentra en el inicio de un proceso de cambio para conseguir que la experiencia y los valores de los alumnos sean visibles, con un proyecto encaminado a conseguir el Liderazgo en las Organizaciones de las Personas Mayores.

La Asociación se encuentra dentro de la organización (FEGAUS), Federación Gallega de Asociaciones Universitarias Séniors y de (CAUMAS), Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de Programas Universitarios de Mayores.

2. OBJETO DEL PROYECTO

El presente proyecto de trabajo que realiza la Junta Directiva de la Asociación de Alumnos del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo-Campus de Vigo, tiene como objetivo hacerse visible a una sociedad en la que el Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional es posible y real, donde Séniors Universitarios conviven con los

alumnos universitarios de la formación reglada, compartiendo las asignaturas en sus propias clases; donde los Séniors pueden llegar a mostrar a los alumnos jóvenes que son capaces de: “Trabajar para visualizar y fomentar el liderazgo del mayor a través de la experiencia y valores, como alumnos del Programa de Formación de Mayores de la Universidad de Vigo”.

Para conseguirlo, proponemos un proyecto que transmita a la sociedad que los mayores, después de largos años de trabajo, somos capaces de ilusionar a las nuevas generaciones con una actividad que sirva de ejemplo en las universidades y, como indica Boaventura de Sousa Santos:

“La universidad se centra exclusivamente en el saber científico. Hay que traer el saber popular para dentro de la universidad. Esto lo llamo extensión al revés. No es llevar la universidad para afuera, es traer lo que está fuera para adentro. Y eso obviamente es muy complejo porque nuestros programas de estudio fueron organizados en contra de la ecología del saber. Por eso de alguna manera tendremos durante algún periodo transicional que crear la contra-universidad dentro de la universidad, y quizás ustedes estén interesados en ese proceso”.

Y en este principio se basa el proyecto que ilusiona al equipo que se encargará de ponerlo en marcha y que espera llegar a ser, dentro de dos años, pionero dentro del ámbito universitario español y tendente a ser imitado por muchas asociaciones de las Universidades Españolas.

3. PLANIFICACIÓN

Dentro de las Asociaciones Séniors existen gran variedad de organizaciones que desarrollan su actividad, algunas con éxito y otras con cambios constantes de directiva, sobreviviendo con el empuje del propio colectivo que las sustenta; esto sucede en las Asociaciones Universitarias de los Programas de Mayores de las Universidades Españolas. En muchos casos no existe planificación ni organización, con estrategias de trabajo que garanticen la consecución de un objetivo a conseguir por el equipo y, mucho menos, hay una distribución del trabajo con criterios de especialización entre los componentes de dicho equipo.

Para conseguir el éxito dentro de las Juntas Directivas de las Asociaciones de Alumnos de los Programas de Formación de Mayores, se debe considerar que una Asociación es un conjunto de personas alumnos del programa de mayores, que deciden voluntaria y libremente agruparse de forma organizada y estable, para conseguir unos fines mediante un estrategia de trabajo, de interés común para el programa en el que se encuentran estudiando, mediante un compromiso y el esfuerzo tanto individual como colectivo. Este debe ser un rasgo fundamental en una Asociación de Alumnos de los Programas de Mayores de nuestras Universidades; propio de las sociedades democráticas, es el hecho de que los alumnos se asocien de forma voluntaria, haciendo uso de

su libertad, tanto para inscribirse en la asociación, como para darse de baja. Los alumnos se asocian acogidos al derecho fundamental que, como ciudadanos, les otorga la Constitución Española de 1978, en su artículo 22². Esto permite una cohesión entre los alumnos que componen la Junta Directiva, en aras de alcanzar los objetivos propuestos, con un carácter estable, preparando la evolución y capacitación de todos los componentes de la junta directiva, mediante acciones planificadas en el espacio y el tiempo. Para que esto se cumpla se debe incorporar la CALIDAD³.

Esta es la *Planificación* de trabajo que proponemos para conseguir dicho objetivo, con las herramientas y los equipos de personas que desarrollarán durante estos dos años un proceso de trabajo conducente a conseguir una organización abierta a la sociedad y a la integración plena de los Séniors Universitarios en la Universidad, como alumnos reconocidos por el propio Claustro, así como ser visualizados por la Sociedad como Séniors con un envejecimiento activo y en plena Solidaridad Intergeneracional

4. CONCEPTOS PREVIOS

El concepto se basa en cambios fundamentales, tanto de conducta como de actitudes de las personas de las Junta Directivas de las Asociaciones de Alumnos

en el ámbito individual y colectivo, sobre todo, una actitud positiva de todos los alumnos que componen la misma, hacia la consecución de la satisfacción de nuestros compañeros, ex alumnos, profesores y Universidad, y con la necesidad de una mejora continua. Esto implica:

- Pasar de una situación de conocimiento ambiguo o incompleto de las necesidades y expectativas del alumnado a un sistemático acercamiento al alumnado, profesores y Universidad para conocer y satisfacer.
- Pasar de una orientación de objetivos a muy corto plazo a un sistema equilibrado de estrategias y objetivos a medio y largo plazo.
- Pasar de la aceptación de un cierto margen de error y consecuentemente la necesidad de tomar acciones para corregirlo, al principio del trabajo absolutamente libre de fallos y la buena realización de las tareas desde el inicio.
- Pasar de resolver los problemas y/o la toma de decisiones de una forma individualista y desorganizada, a hacerlo de una manera participativa y disciplinada en la Junta Directiva de la Asociación.
- Pasar de un estilo de mando con objetivos inciertos, que crean un miedo al fracaso, a un estilo de mando abierto que establezca objetivos claros y conscientes y que motiven y animen a la resolución de problemas y a tomar las decisiones de grupo.

² ARTÍCULO 22 CONSTITUCIÓN ESPAÑOLA. L.O.1/2002, DE 22 DE MARZO, REGULADORA DEL DERECHO DE ASOCIACIÓN.

³ MARÍA ISABEL GRANDAL NORES. X JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS DE MAYORES, VALLADOLID. DIEZ AÑOS DE ENCUENTRO "SOCIALIZACIÓN Y PARTICIPACIÓN" (23-30)

- Con este objetivo se crea un equipo de trabajo para conseguir que todo el Proyecto que se detalla, logre al final los objetivos que se establecen para cada grupo de trabajo, y de este modo, las metas individuales sean, al final del mismo, un objetivo del grupo con el cronograma correspondiente en su ejecución.

5. ORGANIZACIÓN Y HERRAMIENTAS

El equipo de trabajo se divide en varios equipos, con el objetivo de que cada uno de los mismos presente, por separado, un modelo para conseguir el objetivo que se le marca en el proyecto y su cronograma correspondiente.

5.1. Organización

El equipo de trabajo está dirigido por el presidente de la Junta Directiva y formado por varios equipos de alumnos del Programa de Formación de Mayores, alumnos de grado de la Universidad y una profesora de la Escuela de Ingenieros en Telecomunicaciones; todos ellos por su formación, experiencia y capacidad, llevarán a cabo un trabajo de calidad, encaminado a que los objetivos que se marcan, así como las fechas del cronograma, nos permitan disponer de unas herramientas y un capital humano, que consigan una total integración de los alumnos que se incorporen al programa. Se pretende que, desde el primer día, todos

los alumnos dispongan de la información y formación necesarias para que entren a formar parte de las aulas con los mismos medios y las mismas oportunidades, y que todos ellos estén informados puntualmente de las herramientas que la Universidad y la Asociación ponen a su disposición.

Se trata de un proyecto con un organigrama estructurado, con vocación de servicio a todos los alumnos, profesores y Universidad, dentro del Programa de Formación de Mayores de nuestra Universidad. Es por ello que incluimos los nombres de las personas responsables del cumplimiento de cada objetivo.

5.2. Herramientas

5.2.1. Base de Datos

Partiendo de la situación actual se realizará una depuración completa de la Base de Datos de la Asociación, con el fin de disponer de la información de todas las actividades del colectivo que se pongan en marcha, y de este modo, puedan ser conocidas por todos los alumnos, ex alumnos y profesores.

Para ello, los responsables de este proyecto utilizarán las TIC (Técnicas de Información y Comunicación) como medio de difusión y con las que llevarán a cabo una constante puesta al día de todas las actividades, con las copias de seguridad que sean necesarias, para conseguir en todo momento mantener la información al día. Las personas responsables de este Objetivo son: Conchi Lobato Cameselle y Carmen

Troncoso Rodríguez, ambas alumnas del Programa de Mayores.

5.2.2. *Página Web*

Una página Web nos debe permitir tener la herramienta para conseguir que toda la actividad desarrollada para el Envejecimiento Activo y la Solidaridad Intergeneracional, sea conocida por todos los alumnos, ex alumnos, profesores y la sociedad en general. Este programa deberá realizarse con la colaboración de la propia Universidad, a fin de conseguir una estrecha relación y colaboración entre los alumnos Séniors, alumnos de grado y profesores, tres generaciones trabajando en un objetivo común.

En la página Web estarán todos los instrumentos de ayuda para la utilización de las herramientas ofimáticas de la Universidad, para que puedan ser consultadas por todos los alumnos. En ella se incluirá toda la información relacionada con la Asociación de Alumnos -Estatutos, Quien es Quien en la Junta Directiva, etc.- así como el compromiso de la misma con todos los estamentos del Programa de Formación de Mayores. Las personas responsables de este Objetivo son: Rebeca P. Díaz Redondo, profesora de la Escuela de Ingenieros en Telecomunicaciones y responsable del Proyecto; Ismael Rivera Álvarez, alumno de la Escuela de Ingenieros, realizando el proyecto fin de Carrera; Alejandro Otero Davila, alumno del Programa y Presidente de la Asociación

de Alumnos; y Conchi Lobato Cameselle, alumna del Programa y Vicepresidenta de la Asociación.

5.2.3. *Biblioteca*

Es muy importante guardar todos los trabajos que realizan los alumnos durante su proceso de formación, para lo cual se creará una Biblioteca donde se archiven dichos trabajos que los alumnos Séniors presentan en las diferentes asignaturas. Asimismo, se creará un fondo bibliográfico que será de acceso libre para todos los interesados en conocer nuestras opiniones y aportaciones a lo largo de nuestro proceso de formación.

En esta misma biblioteca estarán los reportajes de las salidas de formación que se realizan en las diferentes asignaturas, para que todos tengan noticias de las visitas a fábricas, museos, instituciones, etc. que se realizan para comprobar en la práctica lo estudiado en la teoría en las aulas. Las personas responsables de este Objetivo son: Rebeca P. Díaz Redondo; Ismael Rivera Álvarez; Alejandro Otero Dávila y Conchi Lobato Cameselle.

5.2.4. *Revista*

Se trata de la edición de una revista digital que inicialmente será trimestral, en la que mostraremos a la sociedad las actividades llevadas a cabo en los tres últimos meses; constará básicamente de un editorial, entrevistas, trabajos académicos,

colaboraciones externas y todas las noticias relacionadas con nuestra formación. Las personas responsables de este Objetivo son: Rebeca P. Díaz; Ismael Rivera Álvarez; Alejandro Otero Dávila y Marina Troncoso Rodríguez, alumna del Programa y Directora de la Revista.

6. FORMACIÓN

La formación e información es básica e imprescindible para que los alumnos que se incorporen al Programa, puedan desde el primer día utilizar todos los medios informáticos que la Universidad pone a su disposición. Hacerles llegar esa información es un cometido que incorporamos a este proyecto, así como la programación de las asignaturas que no pueden ser impartidas por la Universidad por falta de tiempo y espacio y que, tras ser solicitadas por el alumnado, son impartidas por la Asociación de Alumnos.

6.1. Integración Digital: Séniors 2.0

Se localizarán a los alumnos que comienzan el primer curso del programa y que no tengan formación en las nuevas tecnologías de la comunicación (TIC), para que voluntariamente se incorporen a las clases de formación para la utilización de estas herramientas, y de este modo conseguir que en el menor tiempo posible consigan los siguientes objetivos:

- Abrir una cuenta de correo, como alumno de la Universidad.

- Utilización de la herramienta TELEDOCENCIA FAITIC para comunicarse con los profesores y poder recibir toda la información que éstos cuelgan en cada asignatura.
- Entrar en la Secretaria Virtual para conocer su expediente académico y la información de sus notas.
- Conectar un portátil a la red de la Universidad.
- Como insertar sus trabajos académicos en la Biblioteca Digital.
- Cursos para la utilización de las nuevas tecnologías (TIC), que se impartirán por los alumnos más hábiles en el manejo de Tablet, Ipad, Smartpfone, tanto para su manejo básico como para las aplicaciones más utilizadas en estos equipos.

Toda esta formación será impartida por alumnos del Programa que tienen amplia formación y conocimiento del uso de las (TIC).

6.2. Formación que solicitan los alumnos

En la última encuesta realizada entre los alumnos, aparecen una serie de materias que por espacio, horarios y profesorado, no es posible integrar dentro del programa; la Asociación tratará de organizar esta formación contratando al profesorado que pueda impartirla con calidad y a través de un convenio con la Universidad, para que la materia que se imparta sea aprobada y aceptada en el marco de la Universidad.

Se intentará que estas materias tengan la calidad necesaria para que los profesores

que lo deseen puedan recomendar la asistencia a la misma a los alumnos de grado, por el interés de la materia, como ayuda en su proceso de formación dentro de su carrera y por la convivencia intergeneracional que supone al compartir clase con los alumnos Sénior.

6.3. Colaboración con profesores

No debemos consentir que todo el bagaje de conocimientos que ha acumulado un profesional durante su vida laboral y que ha desarrollado y puesto en práctica durante años, se pierda en el momento de su jubilación. Dentro de los Programas de Formación de Mayores de nuestras Universidades muchos de esos profesionales de gran nivel están matriculados como alumnos y creemos que los profesores deberían, puntualmente, aprovechar para que sus alumnos de grado puedan escuchar los consejos, sugerencias y experiencias de esos magníficos profesionales que han vuelto a la Universidad voluntariamente.

En la presentación de nuestro Programa, expusimos la posibilidad de que los alumnos sénior colaborasen con los profesores de manera puntual en las materias que ellos imparten y que, por su formación, profesión, experiencia y vivencias en directo, el alumno pudiera prestar una ayuda específica que permita a toda la clase participar de sus conocimientos, dentro de la

asignatura reglada, como una aportación más de quien ha vivido una experiencia profesional; todo ello como complemento a la materia que cada profesor imparte y dentro de las horas de su asignatura.

Cuando hablamos de colaboración con profesores, no nos referimos a que el alumno prepare una materia para impartir en clase, sino a un complemento que enriquezca materias concretas, solicitadas por el docente. Los responsables de este Objetivo son Jacobo Pedrosa Pedrosa, José Luís Mariño Rodríguez, María Navas Novas, Cristina Fernández Alonso, Constantino García Ares, todos ellos alumnos del Programa de Mayores.

7. REPRESENTACIÓN EN EL CLAUSTRO DE LA UNIVERSIDAD

Es un objetivo prioritario para los alumnos del Programa de Mayores el poder estar representados en el Claustro de la Universidad. Un equipo de alumnos trabajará para que en la reforma de los Estatutos de la Universidad, se incorpore al Programa de Formación de Mayores para obtener el reconocimiento oficial que ya tienen los alumnos de grado, y de este modo poder participar con una candidatura en las próximas elecciones al Claustro. Las personas responsables de este Objetivo son: Marina Troncoso Rodríguez y Fernando Devesa Múgica.

8. PROGRAMA ERASMUS+ PARA ALUMNOS SÉNIORS

El intercambio de alumnos entre las diferentes Universidades Europeas, es un objetivo que centrará este proyecto en colaboración con la Universidad. Permitirá compartir las experiencias de formación de los sénior en universidades de Europa.

El nuevo programa Erasmus + se enmarca en la estrategia Europa 2020, en la estrategia Educación y Formación 2020 y en la estrategia Rethinking Education y engloba todas las iniciativas de educación, formación, juventud y deporte. En materia educativa abarca todos los niveles: escolar, formación profesional, enseñanza superior y formación de personas adultas. Este nuevo programa se centra en el aprendizaje formal e informal más allá de las fronteras de la UE, con una clara vocación de expansión, abriéndose a

terceros países con el objetivo de mejorar las capacidades educativas y formativas de las personas.

El Organismo Autónomo Programas Educativos Europeos (OAPEE) es la Agencia Nacional para la gestión, difusión, promoción y estudios de impacto del nuevo programa Erasmus+ en el ámbito de la educación y la formación. Además, coordina y participa en proyectos nacionales e internacionales. Las personas responsables de este Objetivo son: José Luís Mariño Rodríguez, María Navas Novas, Cristina Fernández Alonso, alumnos del Programa de Mayores.

Erasmus+ pretende apoyar las políticas europeas y nacionales en todos los ámbitos de la educación y formación a través del valor añadido que supone la internacionalización, y de este modo, ofrecer mayores posibilidades de movilidad y cooperación europeas a miles de instituciones y personas de España.

INCORPORACIÓN DEL CRITERIO DE CALIDAD EN EL TRABAJO DE LAS JUNTAS DIRECTIVAS DE LAS ASOCIACIONES UNIVERSITARIAS DE MAYORES

Alejandro Otero Dávila

*Presidente de la Asociación "Aulas de Formación Abierta" de la Universidad de Vigo.
Presidente de la Federación Gallega (FEGAUS)
Vocal de comunicación de la Confederación Nacional (CAUMAS)*

RESUMEN

Para conseguir el criterio de CALIDAD dentro del trabajo de las Juntas Directivas de las Asociaciones de Alumnos de los Programas Universitarios de Mayores, se debe partir de la convicción de que es un

trabajo voluntario, libre y responsable, con el objetivo de un bien común. Asociarse es un derecho del alumno que permite desarrollar actividades en unión, y los miembros que componen la Junta Directiva deben tener en cuenta que deben alcanzar sus objetivos contando con las capacidades que le han llevado a dirigir la Asociación, pero hacia el resto de los socios, sin individualismo ni fines personales. En esta comunicación se propone un manual que pueda servir de guía en la planificación, ejecución y evaluación del trabajo de las Juntas Directivas de las Asociaciones Universitarias de Mayores, para conseguir el criterio –y/o la certificación- de CALIDAD.

ÍNDICE

1. **Introducción.**
2. **Método: Manual de Calidad.**
3. **Conclusiones.**

1. INTRODUCCIÓN

A partir del resumen expuesto y partiendo de las normas ISO-9001-2008¹, se llevan a cabo una serie de procesos controlados y planificados, para conseguir que las Asociaciones de Alumnos de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades Españolas, puedan disponer de una herramienta que incorpore la calidad en sus procesos de trabajo así como los objetivos de las estrategias marcadas para las asociaciones.

Lograr un objetivo de calidad dentro del proceso de trabajo de las asociaciones, debe ser una referencia para todos los alumnos; en nuestras comunicaciones, presentaciones y todo lo relacionado con las actividades que se desarrollan, la calidad debe ser un fin a conseguir en todas las facetas en las que tenga que intervenir la Junta Directiva.

Muchas son nuestras actividades en las que la planificación, seguimiento y ejecución deben tener un signo de que su realización se hace con calidad, y esto debe ser asumido por toda la Junta Directiva, siendo el presidente de cada junta el abanderado que motive y guíe a todos los componentes de la misma para conseguir que, desde la convocatoria de una reunión, con una agenda ajustada a los temas a tratar, hasta el acta de la misma, con las responsabilidades que han asumido

para dar solución a los temas tratados, se debe seguir un proceso que tiene que estar reflejado en los procedimientos de calidad que esa asociación incorpora, para conocimiento de todos los componentes de esa directiva. Cada uno de los miembros deberá tener una misión o función perfectamente definida dentro de su actividad, que le permita consolidar la estrategia que se han marcado para esa función como vocal.

Se debe conseguir un funcionamiento profesional y las personas que voluntariamente se incorporen a cada junta deben conocer los procesos de calidad que están implantados y son operativos. De esta forma, desde el mismo momento de incorporarse tendrán que asumir la responsabilidad del trabajo con "calidad", que podemos definir como aquella que proporciona a los alumnos los medios que nos soliciten ajustados a los estatutos de la misma, dentro de las funciones que tiene una asociación universitaria con poder de ejecución y decisión.

En la mayoría de situaciones, lo más importante es escuchar, proponer y ejecutar lo que los alumnos nos sugieran, siempre que se encuentren dentro de nuestras funciones. Sin embargo, después de las distintas reuniones de la Junta Directiva, existen propuestas que no se pueden realizar por parte de la Asociación, ya que es competencia de la propia Universidad. En este caso, la función de la Junta Directiva de la asociación

¹ ISO 9001:2008 [ESPAÑOL VERSION 2009 WWW.TUTOMUNDI.ORG/2009/04/ISO-90012008-ESPANOL-VERSION-2009.HT]

es la capacidad de trasladar estas propuestas al órgano competente de la Universidad, perfectamente redactadas y justificadas.

El interés común de los fines de las Asociaciones de Alumnos de los Programas de Mayores de las Universidades Españolas, es el que debe prevalecer en todo momento sobre cualquier interés particular. Supone un peligro, sobre todo por parte de dirigentes y miembros con poder de liderazgo, que éstos antepongan al interés común sus intereses individuales y personalistas, muchas veces ocultos, ilegítimos, egoístas, cuando no contrarios incluso a los fines de la propia Asociación de Alumnos.

2. MÉTODO

El trabajo que presentamos se contextualiza en el “Manual de Calidad de una Asociación de Alumnos”; los procedimientos que se aplican en cada una de las tareas en la que se trabaja en esa asociación, deben ser redactados en función de las necesidades de la misma. Para esta comunicación se exponen la presentación y el manual de CALIDAD.

- **Manual de Calidad.** Se aplica a todas las actividades susceptibles de influir en la calidad de la formación final respecto a los “Programas establecidos por la Universidad o por la Asociación de Alumnos”, así como salidas de formación, conferencias y actos académicos.
- **Registro y Control de la Base de Datos.** El objeto de este documento es establecer el

modo de archivar, conservar y mantener al día los registros de toda la base de datos de la Asociación de Alumnos.

- **Información y Comunicación.** El objeto de este documento es establecer el procedimiento para realizar acciones de Información y Comunicación en la Asociación de Alumnos.
- **Página Web de la Asociación.** El objeto de este documento es establecer la herramienta para INFORMAR, FORMAR, COMUNICAR Y PUBLICAR desde la Asociación de Alumnos. Asimismo establecer criterios para desarrollar contenidos de calidad.
- **Reunión de la Junta Directiva.** El objeto de este documento es establecer el procedimiento para realizar las reuniones de trabajo de la Junta Directiva de la Asociación de Alumnos.
- **Biblioteca Digital.** El objeto de este documento es establecer el modo de editar los trabajos que insertan los alumnos en la misma. Por ser una herramienta de las más importantes de las que disponemos, y con el fin de conseguir en el futuro un fondo bibliográfico, se dispondrá de una bibliotecaria que controlará toda la gestión de la misma.
- **Revista Digital.** El objeto de este documento es establecer el modo de editar la Revista Digital de la Asociación de Alumnos, así como el control de la difusión, calidad de la edición y del equipo redactor de la misma.
- **Composición de la Junta Directiva.** El objeto de este documento es establecer el modo de organizar de la Asociación

de Alumnos con el objetivo de cubrir todas las necesidades de las actividades que desarrolle la Asociación, con el fin de conseguir la mejora de la Calidad de la Formación del Programa, así como la organización de los cursos necesarios que pueda impartir la Asociación de Alumnos, como ayuda al todo el proceso del Programa.

- **Archivo y Control de toda la Documentación.** El objeto de este documento es establecer el archivo y control de toda la documentación que se precisa para el correcto funcionamiento de la Junta Directiva de la Asociación de Alumnos, con el fin de que la guarda y custodia de la misma se encuentre perfectamente identificada; así como los documentos oficiales necesarios para que la actividad se encuentre al día, con los registros correspondientes perfectamente identificados

3. CONCLUSIONES

En este trabajo nos planteamos como objetivo la posibilidad de incorporar unos procesos de calidad en las Asociaciones de Alumnos de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades Españolas, que les permitan a las juntas directivas -que deseen incorporarlo- reflexionar sobre cómo están realizando su trabajo, y cómo motivar e integrar a los alumnos que representan en un proceso de Envejecimiento Activo y Solidaridad

Intergeneracional, dentro de un objetivo común para todos, como lo es la Formación Continua a lo largo de toda la Vida.

Las Asociaciones de Alumnos tienen la responsabilidad de conseguir el enlace entre los alumnos y la Universidad, así como de proponer a la misma aquellos programas, asignaturas y actividades, que sean requeridas mayoritariamente por el alumnado del programa. Este cometido tiene que realizarse con CALIDAD.

La calidad es un principio que nos permitirá a todas las asociaciones caminar en el objetivo de conseguir la EXCELENCIA, y ésta no se conseguirá si no incorporamos un proceso de trabajo continuo y sin interrupción que sea la guía para conseguir este objetivo.

En las X Jornadas celebradas en Valladolid se concluyó que²: *“Hoy en día nadie duda de la necesidad de coordinación en las organizaciones complejas, ya que integran los objetivos y actividades de unidades separadas para lograr los fines estratégicos de la organización, aunando esfuerzos para conseguir ser más eficaces”.*

La unión y los fines estratégicos de una organización como la Asociación de Alumnos, comienza por implantar los Estatutos que oficialmente son requeridos para registrarse como asociación, y el segundo paso para caminar a la **Excelencia** es un proceso de **Calidad**, y este es el objetivo de esta ponencia.

² ANA GONZÁLEZ BARAJAS, ÁNGELA LÓPEZ, J.M. JIMÉNEZ. X JORNADAS DEL ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS DE MAYORES VALLADOLID. DIEZ AÑOS DE ENCUENTRO "EL ASOCIACIONISMO COMO MECANISMO DE PARTICIPACIÓN" (291).

UNIVERSIDADES Y ASOCIACIONES DE ALUMNOS MAYORES EN LA FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA: INDICADORES PARA UNA NUEVA SOCIEDAD

Eva Leal Gil

Periodista e Ideóloga Social.

Directora de la Revista "Madurez Activa".

RESUMEN

El Aprendizaje es una constante a lo largo de toda la vida. Aprender no es lo mismo que educar, ya que conlleva un proceso de interiorización personal que nos permite aprender a desaprender y a aprender a aprender. Sin embargo, hay quien asemeja la educación a la instrucción, y por eso proponen el término "formación" como concepto general.

En el contexto actual, Aprendizaje, Educación y Formación Permanente -o a lo Largo de la Vida- son términos que se suceden, se combinan y dan títulos a diversos programas que tienen un mismo fin: seguir formándonos en todos los ciclos de nuestra vida. Europa le ha dado a este concepto una prioridad especial en sus políticas sociales, y en España, las instituciones más proclives a acogerlo son las Universidades, que ven cómo sus

Programas para Mayores deben adaptarse a los cambios que demandan sus nuevas generaciones, que ya ostentan el título de ciudadanos europeos de pleno derecho. Muchas personas mayores no quieren que la formación se acabe, porque saben que se trata de transmitir respeto, valores y estrategias de adaptación a los cambios sociales; implica también compartir conocimiento y por ende, intercambiar valores, actitudes y ciudadanía.

En este entorno se hacen fuertes las asociaciones universitarias de mayores, por una parte, como pilar básico de apoyo a la Universidad en este concepto tan amplio, y por otra, como fuente de iniciativas de investigación, desarrollo, innovación y emprendimiento, con altas dosis de creatividad para satisfacer las necesidades de una nueva sociedad, que ya no acepta la discriminación por edad.

La importancia que ha adquirido este "aprendizaje permanente" significa que existe motivación y necesidad, dos motores imprescindibles para lograr la convivencia en valores. Universidad, asociacionismo y sociedad deben trabajar unidas para lograr crear un modelo marco en referencia a la Formación a lo Largo de la Vida. Contamos ya con un contexto real, con normativas nacionales y europeas, con propuestas de aplicación... faltan los indicadores que marquen el camino hacia el objetivo.

INDICE

- 1. Introducción: De la oscuridad a la luz.**
- 2. Propuesta de Glosario.**
 - 2.1. Apreciaciones al Glosario.
- 3. La Formación a lo Largo de la Vida en el contexto actual.**
 - 3.1. Estrategia Europea 2020: Aprendizaje Permanente.
 - 3.2. Red Mundial de Ciudades de Aprendizaje.
- 4. Universidad y Asociaciones de Alumnos Mayores: Indicadores para una Nueva Sociedad.**

1. INTRODUCCIÓN: DE LA OSCURIDAD A LA LUZ

Esta introducción se denomina así, “de la oscuridad a la luz”, porque es necesario destacar en estos últimos años la súbita aparición de investigaciones, programas, actividades, encuestas, informes y estudios multidisciplinares sobre la formación de las personas mayores. No se trata de que antes estuviera olvidada, sino sólo oscura, quizás desatendida, y a tenor del vertiginoso proceso de envejecimiento de la población, esta formación se ha apropiado del subtítulo de “a lo largo de la vida”, y se ha marcado como objetivo el mantener activo a un sector de la población que puede sumar más. De hecho, hasta ahora nunca había tenido tanta repercusión social –y mucho menos política- como la está teniendo en

la actualidad.

Realmente, este concepto que analizamos ya existe desde que la UNESCO en 1995 señalara la relación existente entre la educación de las personas mayores y la Formación Permanente, que, por cierto, ya se concibe como un proceso continuo que persiste a lo largo de toda la vida, refiriéndose expresamente a la educación de las personas mayores y, en concreto, de la enseñanza universitaria. Posteriormente, tanto la UNESCO como el Consejo de Europa han utilizado en sus informes el término de Educación Permanente, y es cuando los investigadores y expertos alertan del significado que conlleva, al confluir las múltiples maneras de formar a las personas mayores, con distintos procedimientos para desiguales demandas. Formar a una persona mayor en alfabetización en una escuela de adultos no se puede igualar a formarla en Filosofía en las aulas de la Universidad, ni tampoco formarlas en un taller de nuevas tecnologías. Es cuando el término “Educación Permanente” va evolucionando con el paso del tiempo en función de nuevas necesidades educativas, según aclara el profesor de la Universidad Complutense Juan Antonio Lorenzo Vicente, quien argumenta que el concepto evoluciona “para incorporar el desarrollo de las capacidades de la persona, así como para su participación activa en la sociedad (alentando el valor de la ciudadanía) a lo largo de toda la vida”¹.

¹ LORENZO VICENTE, J.A. “LAS UNIVERSIDADES Y LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES EN LA EDUCACIÓN Y FORMACIÓN (APRENDIZAJE) A LO LARGO DE LA VIDA”, EN BRU, CONCEPCIÓN (COORD.) (2011): *ACTAS DEL IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES CIUUMM 2011: “APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA, ENVEJECIMIENTO ACTIVO Y COOPERACIÓN INTERNACIONAL EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES”*. ALICANTE: SERVICIO DE PUBLICACIONES DE LA UNIVERSIDAD DE ALICANTE.

Por tanto, desde el principio, parece que es el término Educación Permanente el que engloba las sucesivas terminologías que han ido apareciendo para nombrar la formación de personas mayores; sin embargo para muchos expertos, “Educar a una persona mayor” es incorrecto, porque en este caso significaría “instruirla”, mientras que “formarla” en algunas disciplinas que desconoce, o bien “enseñarla” a leer y escribir porque no han tenido la oportunidad con anterioridad, como se ha comentado anteriormente, sería lo más idóneo. Es entonces cuando el término “aprendizaje” comienza a abarcar a todas esas enseñanzas dependiendo de las necesidades educativas; sin embargo, tampoco es del agrado de algunos expertos universitarios, que argumentan que en ese concepto no se incluye el valor “social” ni la “ética”. De este modo, contamos con un contexto lingüístico tan abundante como multidisciplinar y dialéctico, en el que se hace necesario un análisis que recoja las sugerencias de los sectores civiles, académicos, políticos y sociales para llegar a posibles conclusiones, o al menos, a definiciones aceptables que se puedan aplicar, según el entorno en el que se esté hablando.

2. PROPUESTA DE GLOSARIO

Los glosarios, la mayoría de las veces, suelen coronar el final de las investigaciones o artículos, sin embargo, en

esta comunicación se hace imprescindible incluirlo como un apartado independiente, a modo de análisis y propuesta, en cuanto a las aclaraciones que pueda ofrecer con respecto a la materia que se desarrolla a continuación y en los trabajos que se difunden en esta publicación. Y aún más atendiendo a los cambios lingüísticos y de contenidos que han introducido los Programas Universitarios de Mayores, por contar con un alumnado que no sólo satisface sus necesidades siendo objeto de estudio, sino sujeto de ese estudio, y a través del que han sumado sugerencias, capacidades, investigaciones, intergeneracionalidad y otras iniciativas que necesariamente obligarán a cambiar los diferentes procesos de formación en general. He aquí el resultado de la recopilación de términos y conceptos, que se redacta como propuesta de glosario para el tema que nos ocupa:

- **Enseñar.** Se trata del proceso de transmisión de una serie de conocimientos, técnicas, normas, y/o habilidades, basado en diversos métodos, realizado a través de una serie de instituciones, y con el apoyo de una serie de materiales. En las universidades de mayores, dice el profesor Torrente Ballester que el concepto de enseñar es “ver la manera de sustituir las viejas ideas y las viejas creencias por nuevas creencias y nuevas ideas, y transmitir y organizar de forma adecuada y coherente esa transmisión”². Los alumnos mayores

² GONZALO TORRENTE BALLESTER CITADO POR ADORACIÓN HOLGADO SÁNCHEZ EN “EL PAPEL DE LAS UNIVERSIDADES PARA MAYORES EN EL AVANCE HACIA UNA SOCIEDAD INCLUSIVA, INTERGENERACIONAL Y ABIERTA A TODAS LAS EDADES”, EN BRU, CONCHA: ACTAS.

universitarios prefieren el término “enseñar” a “educar” en las clases, porque además consideran que el profesorado –el que imparte la “enseñanza” –debe recibir también una formación específica sobre las formas de llevar a cabo su docencia a las personas mayores.

- **Educación:** Educar y ser educado supone crear no sólo en la capacidad para aprender del ser humano, sino en la capacidad para mejorar con y para la sociedad en la que viven. Citando a la precursora de los Programas Universitarios de Mayores en España, Adoración Holgado Sánchez, “la educación implica tener una concepción del hombre y de la sociedad y debe ayudar a esas personas a desarrollar las competencias que le capaciten para dirigir su destino”³. Los expertos consultados lo conciben de este modo, como un proceso de construcción personal que dura toda la vida, y Jacques Delors, en el Informe “La educación encierra un Tesoro”⁴ de 1996, lo amplía cuando hace referencia a los cuatro pilares básicos de la Educación: Aprender a conocer; aprender a hacer; aprender a vivir juntos (con los demás) y aprender a ser.
- **Aprender.** Se trata en general del proceso a través del cual se adquieren o modifican habilidades, destrezas, conocimientos, conductas o valores como resultado del estudio, la experiencia, la instrucción, el razonamiento y la observación. El aprendizaje se aprende desde que se

nace, y a lo largo de la vida las personas buscan nuevas formas de aprender. Es curioso que los expertos añadan que debe haber motivación, porque en realidad se trata de cambiar de estrategia, una vez adquiridos conocimientos para hacerlo. La profesora Adoración Holgado, experta en esta materia, advierte que el aprendizaje no tiene connotaciones sociales ni éticas, “ya que aprendemos cosas útiles o inútiles, errores o verdades, bondades o maldades. Por tanto, el motor del aprendizaje son las ganas, el interés, el deseo y aquello que nos mueve a desplegar estrategias para cumplir nuestros objetivos de conocimiento.

- **Formación a lo largo de la vida.** En la RAE, Formar es adquirir más o menos desarrollo, aptitud o habilidad en lo físico o en lo moral. Como sinónimo se refiere a “Educar”, y “poner en orden”. Es el término “Formación a lo largo de la vida” del que se habla en documentos de la UNESCO, de la propia UE y otras organizaciones como una forma de aclarar la Educación Permanente. Es el más aplaudido por los expertos para incorporar todos los procesos educativos de las personas allá donde se produzcan. En el término adoptado internacionalmente se habla de *Lifelong Learning* (aprendizaje) y no *Lifelong Education*. Una de las razones significativas encontrada es por su “importancia en relación con la participación social”, que lo diferencia

³ HOLGADO SÁNCHEZ, ADORACIÓN (2011). *IDEM*.

⁴ “LA EDUCACIÓN ENCIERRA UN TESORO” (1996). INFORME A LA UNESCO DE LA COMISIÓN INTERNACIONAL SOBRE LA EDUCACIÓN PARA EL SIGLO XXI, PRESIDIDA POR JACQUES DELORS. SANTILLANA. EDICIONES UNESCO. PDF DESCARGABLE EN: WWW.UNESCO.ORG/EDUCATION

con el denominado “nivel de instrucción”, basado más en las capacidades y autonomía para participar”⁵.

- **Formación Continua a lo Largo de toda la Vida.** Término que se ha decidido incorporar en el título de las XIII Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores. Según los expertos consultados, está relacionado con la formación profesional y adquisición de capacidades. Se trata –según Juan Antonio Lorenzo Vicente– “de una concepción parcial de la Educación Permanente, que ha trascendido estas valoraciones y se considera como un todo que engloba la suma de procesos y acciones educativas de las personas a lo largo de sus vidas”⁶.
- **Formación Permanente.** Acuñada por el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, y por las Universidades para calificar aquellas actividades de formación dirigidas a profesores, antiguos alumnos y otros colectivos académicos que deseen seguir “formándose” para actualizarse en la profesión, en las disciplinas de la vida cotidiana y en general en la sociedad, tanto española como europea. Por su modalidad de cursos, talleres, jornadas y congresos, entre otras, muchas universidades la aplican a los Programas Universitarios de Mayores, que en general prefieren el subtítulo de “a lo largo de la Vida” para diferenciar que no existe concurrencia competitiva

ni la adquisición de capacidades para el ejercicio profesional.

- **Aprendizaje a lo Largo de la Vida (ALV).** Es el término preferido por las instituciones para referirse a las políticas públicas de Formación Permanente –al contrario que en el ámbito universitario, que prefieren “Formación a lo Largo de la Vida” por lo descrito anteriormente relacionado con el término “Aprendizaje”– De hecho, el Ministerio de Educación, Cultura y Deporte cuenta con una Subdirección General que lleva este término como título –con la creación del acrónimo correspondiente ALV– y que depende de la Dirección General de Formación Profesional⁷. Al hablar de Aprendizaje a lo Largo de la Vida se refieren a toda actividad formativa emprendida en cualquier momento del ciclo vital de una persona con el fin de mejorar sus conocimientos teóricos o prácticos, sus destrezas, competencias y/o cualificaciones por motivos personales, sociales y/o profesionales. Para ello, también se ha creado en 2014 desde el mismo Ministerio el llamado *Marco Español de Cualificaciones (MECU)*, un instrumento para promover y mejorar el acceso de todos los ciudadanos al “Aprendizaje Permanente” y la participación en el mismo, así como el reconocimiento y el uso de las cualificaciones a nivel nacional y comunitario. Se trata de una estructura de organización de los niveles de aprendizaje, desde los más básicos a los de mayor

⁵ “LA FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA, CLAVE PARA LA PARTICIPACIÓN Y ACCIÓN SOCIAL”, EN EL INFORME “HACIA UN PLAN INTEGRAL DE PARTICIPACIÓN DE PERSONAS MAYORES. DIAGNÓSTICO DE LA SITUACIÓN DE LAS PERSONAS MAYORES EN LA CAPV (WWW.FUNDACIONE.DE.ORG)

⁶ JUAN ANTONIO LORENZO VICENTE (2011). *IDEM*

⁷ SUBDIRECCIÓN GENERAL DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA (ALV): WWW.EDUCA-ALV.ES/

complejidad, y que incluye todas las edades⁸.

En el ámbito internacional, la UNESCO también ha elegido este término para denominar el Instituto para el Aprendizaje a lo Largo de la Vida (UIL por sus siglas en inglés *Unesco Institute for Lifelong Learning*)⁹, destinado esencialmente a la investigación, la formación, la información, la documentación y la publicación sobre este principio, entre cuyas prioridades se encuentra la educación de adultos y personas vulnerables.

- **Aprendizaje Permanente.** Término acuñado en el año 2000 en el *Memorándum sobre la Educación y el Aprendizaje Permanente*¹⁰, donde se define como “toda actividad de aprendizaje útil realizada de manera continua con objeto de mejorar las cualificaciones, los conocimientos y las aptitudes”. Se plantean dos objetivos igual de importantes: la promoción de una ciudadanía activa y el fomento de las capacidades profesionales, a fin de adaptarse a las necesidades de la nueva sociedad del conocimiento y de permitir la plena participación en la vida social y económica. Según el Memorándum: “Lo que se busca con la Educación y el

Aprendizaje Permanente es proporcionar a los ciudadanos las herramientas esenciales que necesitan para realizarse y participar activamente en la sociedad moderna a lo largo de toda su vida, entre ellas, las capacidades asociadas a las nuevas tecnologías (E-learning)”.

En este apartado hay que hacer mención a las Orientaciones del Consejo de la Unión Europea de 2012 relativas a las Personas Mayores (conocida como “Estrategia Europea 2020”). Entre las 19 disposiciones se encuentra la de Participación en la Sociedad, en la que se incluye el “Aprendizaje Permanente” como un pilar básico. Resulta significativa su definición por la relación que establece entre los términos analizados: “El Aprendizaje Permanente se fundamenta en el principio de educación *a lo largo de toda la vida*. Es en este contexto donde deben enmarcarse las distintas medidas educativas hacia las personas mayores”¹¹. Establece la permanencia de la formación y educación en todos los “tramos” de la vida, y el aprendizaje lo califica por “ámbitos” (cognitivo intelectual, afectivo y habilidades psicomotoras). Por su repercusión actual se analizará más detalladamente en el capítulo tres de esta comunicación.

- **Aprendizaje Continuo:** Acuñado por algunas Universidades de Mayores que subrayan el “aprender” como parte de la

⁸ PORTAL DEL MECU EN EL MINISTERIO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE: WWW.MECD.GOB.ES/MECU/ DONDE DEDICA TAMBIÉN UN APARTADO AL APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA.

⁹ TODA LA INFORMACIÓN Y PUBLICACIONES DEL UIL EN ESPAÑOL: WWW.UIL.UNESCO.ORG

¹⁰ MEMORÁNDUM DE LA COMISIÓN, DE 30 DE OCTUBRE DE 2000, SOBRE LA EDUCACIÓN Y EL APRENDIZAJE PERMANENTE [SEC(2000) 1832 FINAL. LA COMISIÓN PRESENTÓ ESTE MEMORÁNDUM A RAÍZ DEL CONSEJO EUROPEO DE LISBOA, CELEBRADO EN MARZO DE 2000, Y DE SUS CONCLUSIONES SOBRE LA EUROPA DEL CONOCIMIENTO, QUE TIENEN REPERCUSIONES INEVITABLES EN EL ÁMBITO DE LA EDUCACIÓN Y LA FORMACIÓN. PARA DESCARGAR EL DOCUMENTO EN FORMATO PDF EN ESPAÑOL: WWW.EUROPA.EU (LEGISLATION).

¹¹ PUNTO 3.4.11. DEL DOCUMENTO DE “PROPUESTAS PARA EL DESARROLLO DE LAS ORIENTACIONES DEL CONSEJO DE LA UNIÓN EUROPEA DE 6 DE DICIEMBRE DE 2012, RELATIVAS A LAS PERSONAS MAYORES”, DESARROLLADAS EN ESPAÑA POR EL IMSERSO.

naturaleza humana, de tal manera que a la persona se le considera sujeto y objeto del aprendizaje. “Sin esa capacidad, no le sería posible la vida ni la supervivencia”, argumenta la Universidad Senior de la UNED¹², porque en todas las etapas de la vida está el aprendizaje aunque con características diferenciales: “su finalidad es permitir a la persona adquirir los sillares esenciales con los que edificar su participación activa en la Sociedad del Conocimiento”.

- **Educación Permanente.** Ya se ha comentado que es el término adoptado en los comienzos cuando se hace referencia a la formación de personas mayores. Las instituciones políticas europeas están de acuerdo en que es el “espíritu inspirador”, en cuanto a tipos de formación y aprendizaje. La profesora Adoración Holgado va más allá y argumenta que “la Educación Permanente y el objetivo de lograr una Sociedad para Todas las Edades se complementan, o el segundo orienta al primero”, en clara alusión a los beneficios de los programas intergeneracionales que se gestan y desarrollan en las Universidades de Mayores. Dos nuevos conceptos, el de intergeneracionalidad y sociedad para todas la edades, que también han tomando protagonismo en los últimos años y se relacionan estrechamente con la formación a lo largo de la vida, y con su escenario por excelencia, la Universidad.

- **Educación a lo Largo de la Vida:** El informe de la UNESCO “La Educación encierra un Tesoro” (1996), mencionado anteriormente, considera la Educación a lo Largo de la Vida como “una vía que implica un proceso de Aprendizaje Permanente”. De este modo, el documento considera que la Educación a lo Largo de la Vida representa para el ser humano “una construcción continua de sus conocimientos y actitudes y de su facultad de juicio y acción”, y una vez más se suman a este concepto los valores y beneficios sociales: “Además de ser una experiencia singular de cada persona, es también la más compleja de las relaciones sociales, pues abarca a la vez los ámbitos cultural, laboral y cívico”.

Porsu parte, el catedrático norteamericano Fazal Rizvi, experto en Política Educativa, mantiene que, en medio de la diversidad de definiciones, “ha sido la concepción neo-liberal de la Educación a lo Largo de la Vida la que, en los últimos años, ha logrado hacerse con una posición dominante, incluso hegemónica”. El profesor opina que la Educación a lo Largo de la Vida es una “idea sensata”, pero es un concepto adoptado por los organismos intergubernamentales para definir la globalización, y por tanto, si se usa ese término con tal fin, “la función de la educación debe ser revisada para satisfacer las demandas actuales, basadas en el conocimiento y la información”¹³.

¹² UNED SENIOR: “EL APRENDIZAJE CONTINUO”, EN CEOMA: ACTAS DEL IX CONGRESO NACIONAL DE ORGANIZACIONES DE MAYORES. EL ARTE DE ENVEJECER. MADRID 2010.

¹³ RIZVI, FAZAL: “LA EDUCACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA: MÁS ALLÁ DEL IMAGINARIO NEO-LIBERAL”, EN REVISTA ESPAÑOLA DE EDUCACIÓN COMPARADA, 16 (2010), 185-210.

- **Educación Vitalicia.** Es un término muy utilizado sobre todo en Iberoamérica para designar aquella formación que empieza cuando acaba la educación tradicional, o bien fluye paralela.

La Educación Vitalicia¹⁴ pretende reordenar los itinerarios de la educación, facilitar el paso de una etapa a otra, reconocer el valor de cada una y mantener abierta, para todos, a todos los niveles y a todas las edades, la oportunidad educativa.

2.1. Apreciaciones al Glosario

Atendiendo a un análisis del Glosario expuesto, el término Educación incorpora las dos dimensiones fundamentales de la misma: desarrollo de las capacidades personales y socialización; el término Formación se concibe desde las claves sociales pero está atento a los procesos y resultados de la educación en la persona (individualmente considerada). El Aprendizaje, sólo es el proceso interior de la persona como resultado del cual se forma y se educa; y aunque no lleva implícito el aspecto social incluye claramente las competencias, cuyas claves –según recomendación del Parlamento Europeo y del Consejo de 18 de diciembre de 2006- se basan en el “conjunto de conocimientos, capacidades y actitudes adecuados al contexto”, necesarias para la ciudadanía

activa y el empleo por “aportar flexibilidad, adaptabilidad, satisfacción y motivación”¹⁵.

La legislación general sobre el Sistema Educativo Español, como la relativa a la Universidad directamente vinculada al Espacio Europeo de Educación Superior, incorporan la Educación y la Formación a lo Largo de la Vida como una de las claves en las que ha de sustentarse la política educativa y sus prácticas. Según reivindica el profesor Lorenzo Vicente, las universidades deben, por este motivo, incorporar otros tipos de ofertas y otros públicos, además de contar con las nuevas herramientas tecnológicas a sus formas de enseñanza y aprendizaje: “La Universidad está sometida a un importante proceso de cambios distintos a los que hasta ahora ha venido haciendo, y tiene que adaptarse pronto, y bien. Han de plantear su actividad docente desde la perspectiva de la Formación a lo Largo de la Vida, con los cambios que implica”¹⁶.

Toda esta amalgama de conceptos, que pueden llevar a confusión, desde los discursos pedagógicos se viene señalando respecto a la educación, que responden a la división que hasta ahora ha venido haciendo la UNESCO, que clasifica el Aprendizaje a lo Largo de la Vida en Formal (en entornos organizados y estructurados), No Formal (actividades que no implican programa de formación pero sí intencionalidad de la

¹⁴ HERNANDO, V. (2009): “PSICOLOGÍA POSITIVA, ENVEJECIMIENTO Y TIEMPO DE OCIO”, EN J. GIRÓ (COORD.), *ENVEJECIMIENTO, TIEMPO LIBRE Y GESTIÓN DEL OCIO*. LOGROÑO: UNIVERSIDAD DE LA RIOJA, SERVICIO DE PUBLICACIONES.

¹⁵ RECOMENDACIÓN [2006/962/CE](#) DEL PARLAMENTO EUROPEO Y DEL CONSEJO, DE 18 DE DICIEMBRE DE 2006, SOBRE LAS COMPETENCIAS CLAVE PARA EL APRENDIZAJE PERMANENTE [DIARIO OFICIAL L 394 DE 30.12.2006].

¹⁶ LORENZO VICENTE, J.A. (2011). *IDEM*.

persona) e Informal (actividades cotidianas relacionadas con el trabajo, la vida familiar o el ocio). Por tanto, el Aprendizaje es una constante a lo largo de toda la vida y conlleva un proceso de interiorización personal que nos permite aprender a desaprender y a aprender a aprender.

¿Es entonces lo mismo enseñar que educar? Precisamente es el envejecimiento de la población el que está poniendo en valor la necesidad de Formación Permanente y el Aprendizaje a lo Largo de la Vida; entre los expertos consultados, hay quien considera que la Formación Permanente de los mayores responde sólo a necesidades de tipo laboral. Por eso, cuando llega la edad de la jubilación muchos de ellos dejan de buscar mecanismos para seguir aprendiendo, sin embargo, aquellos que continúan haciéndolo lo emprenden con una finalidad de crecimiento personal, y así lo entiende el "Aprendizaje a lo Largo de la Vida".

Las personas mayores, verdaderas promotoras de este tipo de aprendizaje y sus consecuencias, gracias a su "motivación" -una de las claves de las recomendaciones del Parlamento Europeo 2006-, no quieren que el aprendizaje y la formación se acabe, porque saben que se trata de "transmitir respeto, valores y estrategias de adaptación a los cambios sociales"; implica también "compartir conocimiento" y por ende, intercambiar valores, actitudes y ciudadanía. Es por ello que han propiciado cambios con sus necesidades, tanto de voluntariado, como universitarias, de

mentorización y de investigación, y están desarrollando mecanismos para una nueva sociedad, convirtiéndose en auténticos indicadores sociales desde la gestión del conocimiento.

3. LA FORMACIÓN A LO LARGO DE LA VIDA EN EL CONTEXTO ACTUAL

La Formación a lo Largo de la Vida en la actualidad se encuentra en un contexto de convivencia con nuevas fórmulas nacidas de las necesidades que plantea la ciudadanía actual, un concepto, el de ciudadano, que ha tomado forma como un derecho y como un compromiso social, y que viene derivado de lo que se denomina "globalización", es decir, integración social universal. De este modo, existe una coexistencia inevitable con la "Sociedad del Conocimiento", "Sociedad para todas las Edades", "Solidaridad Intergeneracional", "Sociedades de Aprendizaje" y lo que ya se está denominando "Economía del Conocimiento", una concepción de la Educación que implica un nuevo enfoque para el desarrollo del capital humano, basado no tanto en la cantidad de educación recibida, sino en la capacidad de aprendizaje de nuevos conocimientos necesarios para adaptarse a los cambios. Los expertos vaticinan que, por tanto, las políticas educativas tendrán que apoyar la transición a las "Sociedades de Aprendizaje", en las que existirá "igualdad de oportunidades para todos, el acceso

será libre y todos los individuos serán alentados y motivados a aprender, tanto una educación formal como a lo largo de la vida”¹⁷.

El informe de la UNESCO “Aprender a ser: La educación del futuro”, de 1972, redactado por Edgar Faure y sus colaboradores, pedía la abolición de una edad límite para el aprendizaje, que debía ser reemplazado por la idea de que “todo lo que debe ser aprendido, debe ser continuamente reinventado y renovado”. La Educación a lo Largo de toda la Vida” y la Sociedad del Aprendizaje fueron dos ideas fundamentales del informe elaborado por la Comisión Faure¹⁸; la primera de ellas se consideró la piedra angular de las políticas educativas; la segunda, como una estrategia orientada a lograr el compromiso del conjunto de la sociedad con la labor educativa. En 2006, la Unión Europea mantiene que la “escala de la economía actual y los cambios sociales, la rápida transición hacia una sociedad del conocimiento y las presiones demográficas consecuencia de una población envejecida, son retos que demandan una nueva aproximación a la educación, dentro del marco de la educación a lo largo de la vida”¹⁹. En 2010, el Consejo de Europa se ocupa de la relación con la dimensión social de la Educación y la Formación, para cumplir con los objetivos de promover la

equidad, fomentar la cohesión social, la ciudadanía activa y la realización personal. Dicho programa de trabajo constituye el marco de referencia estratégico para el desarrollo de las políticas de educación y de formación a nivel comunitario a fin de «hacer que se conviertan en una referencia de calidad mundial»²⁰

En 2014 se ha avanzado poco, ya que estas argumentaciones siguen sirviendo para el contexto actual, y aún se sigue pidiendo una educación “que potencie el valor de la experiencia y el aprendizaje colectivo, crítico y reflexivo”, según resume el doctor Rizvi en el artículo referenciado. Hoy en día se sigue la teoría de la Comisión Faure mencionada, en cuanto a que no consideró la educación a lo largo de toda la vida como un sistema educativo ni como un ámbito pedagógico, sino más bien como “un principio en que se basa la organización global de un sistema y, por consiguiente, la elaboración de cada una de sus partes”. Constituye, por tanto, una necesidad, común a todos.

Conscientes de esa necesidad, en 2009 se celebró el I Congreso Nacional de Aprendizaje a lo Largo de la Vida, que tuvo su continuación en 2010 con el II Congreso nacional, encuentro en el que se redactó el “Plan de Acción para el Aprendizaje Permanente. *Nuevas oportunidades*

¹⁷ RIZVI, FAZAL (2010). IDEM.

¹⁸ UNESCO (1972): “LEARNING TO BE” (WWW.UNESCO.ORG APARTADO PUBLICACIONES).

¹⁹ EUROPEAN UNION (2006): “WHAT IS LIFELONG LEARNING?” ([HTTP://EUROPA.EU.INT/](http://EUROPA.EU.INT/)).

²⁰ COMUNICACIÓN DE LA COMISIÓN «EDUCACIÓN Y FORMACIÓN 2010» (WWW.MECD.GOB.ES APARTADO PRIORIDADES DE EDUCACIÓN EN EUROPA).

para aprender” (2011)²¹, por el que se presentan las medidas necesarias para cumplir el objetivo de la Comisión Europea de 2007 (Informe: “*Siempre es un buen momento para aprender*”), de incrementar el aprendizaje de personas adultas para el periodo 2010-2020. En el ámbito internacional, Copenhague acogió en 2012 el Foro de Aprendizaje a lo Largo de la Vida del ASEM (Plataforma *Asia-Europa Meeting*) en el que se puso de manifiesto el fortalecimiento de la cooperación académica en la investigación sobre el Aprendizaje a lo Largo de toda la Vida entre las universidades del ASEM, y posibilitó un diálogo crítico entre investigadores y responsables públicos, con el fin de elaborar políticas basadas en la investigación y mejorar la ejecución de las iniciativas en materia de Aprendizaje a lo Largo de toda la Vida²².

La conclusión principal es que, en la actualidad, la Formación a lo Largo de la Vida es reconocida como un derecho, y todos los organismos incorporan ese reconocimiento para poder ser partícipes de la vida social y cultural y ejercer una ciudadanía activa. Por este hecho, desde la perspectiva de las personas mayores, los expertos en envejecimiento van más allá y exigen una adaptación de los sistemas de formación a las personas “y no sólo pretender que las

personas se adapten a las nuevas formas de aprendizaje”. Esta argumentación se basa en que los mayores han adoptado una cultura de mayor participación social y mayor toma de decisiones, incluyendo un creciente protagonismo en los cambios sociales y políticos; por ello, “hay que educar/formar sobre envejecimiento desde la familia hasta la empresa, incidiendo en el espíritu emprendedor de los mayores, en el sentido de promover su liderazgo social a través de un envejecimiento activo que les permita ser motores de cambio en general y para ellos mismos en particular”²³.

Tanta importancia ha adquirido la necesidad de una formación en todos los ciclos de la vida, que el mundo actual ha tomado conciencia de que hay que formar para cambiar radicalmente. Esta concepción parte de la base de una unión que traspasa los límites de la edad y las fronteras geográficas. Se ha hablado de la Sociedad del Aprendizaje, que es un puente hacia un ámbito universal, como lo es la “Cultura del Aprendizaje”. Tanto a nivel europeo como internacional ya se está trabajando en este sentido, y merece la pena destacar dos hitos actuales, como lo son la Estrategia Europea 2020 y la Red Mundial de Ciudades del Aprendizaje (UNESCO-GLCN).

²¹ PLAN DE ACCIÓN PARA EL APRENDIZAJE PERMANENTE DEL MINISTERIO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE ([WWW.EDUCA-ALV.ES](http://www.educa-alv.es) APARTADO CONGRESOS Y SEMINARIOS).

²² LA INFORMACIÓN DEL FORO DE APRENDIZAJE A LO LARGO DE LA VIDA EN: [HTTP://ASEMFORUM2012.DK](http://ASEMFORUM2012.DK) Y LA INFORMACIÓN SOBRE ASEM (ASIA-EUROPE MEETING) EN WWW.ASEMINFOBOARD.ORG

²³ ABAD, PACO (COORD): *EMPRESA Y ENVEJECIMIENTO ACTIVO -CIEN IDEAS PARA UNA SOCIEDAD QUE ENVEJECE-*. LID EDITORIAL, MADRID 2012.

3.1. Estrategia Europea 2020: El Aprendizaje Permanente

Crear una “Cultura del Aprendizaje” es el objetivo que el Consejo de la Unión Europea se propuso en 2010 entre sus prioridades, atendiendo principalmente a las personas que han sido y son más vulnerables. Para ello, en 2012, difundió 19 Orientaciones relativas a las personas mayores, agrupadas en tres apartados: Empleo, Participación en la Sociedad y Vida Independiente. España ha sido el primer país en realizar propuestas a las Orientaciones de la Unión Europea -lideradas por el Imserso- y las redactó en un documento que ha sido fruto de tres jornadas de debate con todos los sectores de la sociedad española. El documento – que se ha presentado en junio de 2014- ha añadido un cuarto apartado a propuesta de nuestro país: No Discriminación e Igualdad de Oportunidades²⁴.

Con estas Orientaciones se pretende mostrar que Europa es capaz de alcanzar un crecimiento inclusivo, sostenible e inteligente, así como de conseguir una calidad de vida mejor. La Unión Europea las califica de “iniciativas emblemáticas”, que en la temática que nos ocupa está referida a la Orientación sobre el fomento de la Participación en Sociedad, para vivir más tiempo y con mayor independencia. El punto 3.4.11. se refiere al Aprendizaje Permanente como uno de los pilares de dicha participación, y como ya se ha mencionado en el Glosario, lo fundamenta en el Principio

de Educación a lo Largo de la Vida, donde aconseja enmarcar las distintas medidas educativas hacia las personas mayores: “La formación y la educación deben abarcar todos los *tramos* de la vida, desde la infancia a la vejez, todas las dimensiones de la persona, tanto la personal, como la profesional y la social, y todos los ámbitos de aprendizaje, el cognitivo intelectual, el afectivo y las habilidades psicomotoras”. Entre las conclusiones generales del documento en este punto, se subraya que el Aprendizaje Permanente se fundamenta en cuatro pilares: aprender a conocer, a actuar en el propio entorno, a vivir juntos y a ser autónomos.

Por tanto, el Aprendizaje a lo Largo de la Vida no sólo se erige en uno de los pilares del envejecimiento activo al uso, sino de la participación real de las personas mayores en la sociedad. El aprendizaje no es solo formación, educación y conocimiento de las nuevas tecnologías – preocupación básica en las Orientaciones UE- sino ponerse en marcha para desear aportar, conocer nuestra propia iniciativa, aprender a participar y, sobre todo, saber cómo hacerlo. A modo de esquema, se exponen a continuación las prioridades del Aprendizaje Permanente en las personas mayores:

- Creación de la Agenda Digital para Europa, con 101 acciones para el uso de las tecnologías de la información y comunicación (TIC) como soporte

²⁴ “PROPUESTAS PARA EL DESARROLLO DE LAS ORIENTACIONES UE DE 2012 RELATIVAS A LAS PERSONAS MAYORES”, LIDERADA POR EL IMSERSO, DISPONIBLE EN: WWW.IMSERSO.ES

- esencial de la actividad económica, social y de ocio de las personas mayores (se hace especial referencia a la e-inclusión, e-gobierno y e-salud, entre otras, así como al fomento de los dispositivos accesibles).
- La formación *on-line* es una de las formas actuales más frecuentes en el Aprendizaje Permanente. Muchas personas mayores no están suficientemente preparadas y por tanto hay que salvar la limitación a tener más posibilidades.
 - Nuevas oportunidades en materia de medios de comunicación y un acceso más fácil a la educación, formación y contenidos culturales.
 - La diversidad individual aumenta con la edad, por lo que la consideración de este hecho introduce una variable importante en el tratamiento del aprendizaje permanente de las personas mayores, que debe abandonar la “homogeneidad”.
 - Ofertar y facilitar itinerarios formativos flexibles para completar o adquirir los aprendizajes necesarios en todos los ciclos de la edad.
 - Dar prioridad al fomento del aprendizaje intergeneracional.
 - Facilitar la movilidad de las personas mayores para participar en actividades formativas en el extranjero. De este modo, desarrollar formación orientadas al aprendizaje de idiomas.
 - Integrarlas en proyectos y grupos de investigación que optimicen el I+D+i para la integración en el conocimiento de la realidad, y el fomento de programas y acciones innovadoras.

- Fijar sistemas de evaluación fiables de las actividades formativas, y elaborar un catálogo de fácil acceso para una mayor difusión de esa oferta, que actualmente está disponible parcialmente.
- Favorecer el **Asociacionismo** para apoyar y dar respuesta a las demandas de formación y de autoformación que propongan los propios mayores.

3.2. Red Mundial de Ciudades del Aprendizaje (GNLC)

La construcción de un área/región de aprendizaje también es una de las tácticas operativas que se han adoptado en la comunidad internacional para promover el Aprendizaje a lo Largo de la Vida para todos. Por este motivo, el Consejo de Administración del mencionado Instituto de la UNESCO para el Aprendizaje a lo Largo de Toda la Vida (UIL), aprobó el plan para establecer la Red Mundial de Ciudades de Aprendizaje de la UNESCO (UNESCO-GLCN por sus siglas en inglés: *Global Learning Cities Network*). Esta iniciativa ha reunido a 500 alcaldes, responsables municipales de educación y expertos de cien países de todo el mundo, atendiendo a las responsabilidades cada vez mayores que están asumiendo las ciudades para la formulación de políticas y la provisión de oportunidades de aprendizaje a lo largo de la vida de sus ciudadanos. Esta Red proporciona apoyo técnico a muchas ciudades, y promueve diálogo político, aprendizaje entre pares, así como el desarrollo de capacidades usando los recursos y el potencial de cada miembro.

Desde la Primera Conferencia Internacional sobre Ciudades del Aprendizaje en Beijing, en 2013²⁵, ha existido un entusiasmo positivo para establecer las Características Clave de Ciudades del Aprendizaje en Acción, basadas en la importancia vital de la educación para el futuro de las comunidades humanas, y con los objetivos del aprendizaje para la promoción de la igualdad y la justicia, el mantenimiento de la cohesión social y la creación de una prosperidad sostenible: “El aprendizaje a lo largo de la vida y la educación, junto con la creatividad y la innovación son imprescindibles para el desarrollo humano sostenible” (Declaración Beijing 2013).

La Red Mundial –también llamada Global- de Ciudades del Aprendizaje es ya un hecho, y con el objetivo de facilitar una plataforma en línea que enlace a todos los actores interesados en la promoción del Aprendizaje a lo Largo de la Vida y en el desarrollo de las Ciudades del Aprendizaje en la comunidad internacional, se ha creado un espacio Web²⁶ dentro del Instituto UIL de la UNESCO, basada en los tres principios de la Red: uso de las Nuevas Tecnologías, mejora de la Calidad y Excelencia del Aprendizaje y fomento de una Cultura del Aprendizaje durante toda la vida. Dentro de este espacio hay que mencionar una de las tareas importantes de esta entidad, como es el desarrollo del **Índice Mundial de Ciudades de Aprendizaje de la UNESCO**, un conjunto de indicadores clave para el seguimiento y la evaluación de las ciudades

globales de aprendizaje, que el UIL ha identificado en tres áreas:

- Los amplios beneficios de construir una ciudad de aprendizaje que cubre el empoderamiento individual, la cohesión y social, la prosperidad cultural y económica y el desarrollo sostenible.
- Principales componentes básicos de una ciudad de aprendizaje que cubre todas las edades con sus distintas necesidades de formación.
- Condiciones fundamentales para la construcción de una ciudad de aprendizaje que incluye la visión, voluntad y compromiso político, la gobernanza y la participación de todas las partes interesadas, y la movilización y utilización de los recursos y potencialidades.

Actualmente se prepara la II Conferencia Internacional sobre Ciudades del Aprendizaje, que se celebrará en 2015 en la ciudad de México, país elegido como anfitrión. En el encuentro está prevista la difusión del avance de la Red y del Índice de Ciudades en estos tres años.

4. UNIVERSIDAD Y ASOCIACIONES DE ALUMNOS MAYORES: INDICADORES PARA UNA NUEVA SOCIEDAD

Este capítulo pretende recoger las conclusiones de la repercusión de la

²⁵ “LAS CIUDADES PRÓSPERAS DEL FUTURO SERÁN CIUDADES DEL APRENDIZAJE”, EN REVISTA *MADUREZ ACTIVA* Nº 24, PRIMAVERA 2014, PÁG. 15.

²⁶ ESPACIO WEB DE LA RED MUNDIAL DE CIUDADES DEL APRENDIZAJE EN ESPAÑOL: [HTTP://LEARNINGCITIES.UIL.UNESCO.ORG.ES/](http://learningcities UIL.unesco.org.es/)

Formación a lo Largo de la Vida en las personas mayores, el porqué ya se avanzó en la introducción al hacer referencia la evolución cuantitativa y cualitativa del envejecimiento como promotora de los cambios educativos –entre otros muchos– en la sociedad actual. La inclusión de las personas mayores en la Universidad ha sido clave para situar la Formación a lo Largo de la Vida en este sector de población, porque ha existido y existe una estrecha convivencia con la sociedad del conocimiento, la sociedad de la información y de la comunicación, las TIC, y la intergeneracionalidad en un mismo espacio. El profesor Lorenzo Vicente –ya referenciado– completaría este análisis con el reconocimiento del Derecho de las Personas Mayores a seguir formándose a lo largo de la vida, desde una dimensión política, social, educativa y sanitaria.

El análisis anterior nos lleva a concluir que la incorporación de las personas mayores a la Universidad es un movimiento cada vez más apoyado por las instituciones universitarias de todos los países desarrollados. Aparte de los notablemente reconocidos beneficios personales (psicológicos, de convivencia, de autoestima, etc.) y de prevención de la dependencia que han aportado, las funciones que a lo largo de la historia han asumido los Programas Universitarios de Mayores han sido ampliamente valorados, en cuanto a tres principios prioritarios: El estudio y la investigación; la transmisión

cultural a través de la docencia; y la innovación (científica, tecnológica y de los valores). La Universidad tiene uno de sus mayores retos en custodiar el triple sentido de la enseñanza superior: Por su calidad, por la competencia de su profesorado y por la idoneidad de sus alumnos. Muchas personas mayores buscan en la Universidad respuestas a preguntas que se han desarrollado a lo largo de sus vidas, es por ello que la formación se vuelve para ellas una necesidad íntima y personal; en este contexto, “la educación con calidad puede producir cambios significativos en la perspectiva de una persona, estableciendo significados nuevos para su vida, y dando lugar a un proceso de cambio entre las diferentes secuencias del desarrollo que constituyen el periodo de persona mayor”²⁷. La Universidad tiene ese sello característico que eleva a privilegio.

Es por este motivo, que en la actualidad, esta institución tiene que adaptarse a los cambios y constituir un indicador para la nueva sociedad, como lo ha hecho hasta ahora. Para continuar el estilo universitario como forma de vida, cultura objetiva y cultura del yo, que cultive la propia personalidad, es necesario una actitud de diligencia, de disciplina y exigencia “¿Debe renunciar la Universidad a este estilo en los PUM?”, Se pregunta la profesora Adoración Holgado –ya referenciada– y propone no copiar la Universidad de los jóvenes, sino obtener una fórmula, una Universidad adecuada a los mayores. La dificultad está

²⁷ LÁZARO, YOLANDA: “APRENDER DISFRUTANDO”, *REVISTA MAL-ESTAR E SUBJETIVIDADE*, VOL. IX, NÚM. 3, SEPTIEMBRE, 2009.

en los recursos, y aunque desde algunos ámbitos se empieza a ser conscientes de este tipo de aprendizaje, aún no ha recibido la atención que merece en cuanto a visibilidad, prioridad política y recursos; y la realidad es patente. En este contexto, las Universidades de Mayores han tenido un apoyo importante en las Asociaciones Universitarias de Mayores vinculadas – superan la centena en España-, aunque muchas de ellas no sean reconocidas como universitarias e incluso no consigan de la Universidad una mínima sede física. Lo que sí es cierto es que la mayoría han acogido el principio de Formación a lo largo de la Vida como “tarea”, y se convierten en brazos de extensión universitaria organizando actividades académicas fuera de los programas. Son muchas las asociaciones las que buscan las conferencias, cursos, actividades y a sus docentes, acorde con las necesidades de sus socios y del resto de alumnado. Se convierten así en verdaderos gestores del conocimiento y no sólo como beneficiarios sino como promotores del auténtico aprender a aprender que postula el Aprendizaje a lo Largo de la Vida. “¿No es este el estilo universitario que postula la Universidad?”, se preguntaría de nuevo la profesora.

Si el Asociacionismo ha sido clave entre las personas mayores para impulsar la participación social, el Asociacionismo en la Universidad ha sido prioritario para generar decisiones individuales. En el primer estudio

de la Fundación Pilares sobre “Las Personas Mayores que Vienen”²⁸, se subraya la capacidad de las nuevas generaciones de pasar del “grupalismo tradicional”, a la figura de la asociación, en la que aprenden a aportar individualmente en beneficio de un grupo. El interés por la formación y la cultura relacionado con el desarrollo personal tiene un peso creciente en todas las asociaciones universitarias de mayores –sean universitarias de pleno derecho o no– se une al interés por formarse en materias que favorezcan estilos de vida relacionados con el envejecimiento activo. Se trata de ser “referente para generaciones venideras”, como aportan las conclusiones del documento “Influencia de la Educación y la Sensibilización Social en la Construcción de una Sociedad para todas las Edades”, publicado en la Web del Imserso, y en el que participaron activamente alumnos mayores universitarios, quienes ejemplifican que la educación social genera procesos de cambio y desarrollo en las personas, en los grupos y sus comunidades desde la perspectiva de la intergeneracionalidad y el envejecimiento activo. Siempre, dentro de una gran diversidad, aunque persiguiendo objetivos comunes, las universidades han consolidado una oferta importante que facilita a las personas mayores incorporarse a la formación a lo largo de la vida, favorecer el envejecimiento activo, mantenerse activos intelectualmente, proyectar socialmente su experiencia y

²⁸ FUNDACIÓN PILARES: “LAS PERSONAS MAYORES QUE VIENEN. AUTONOMÍA, SOLIDARIDAD Y PARTICIPACIÓN SOCIAL”. COLECCIÓN ESTUDIOS Nº 1, DESCARGABLE EN WWW.FUNDACIONPILARES.ORG

conocimientos, y sobre todo, evitar su exclusión social y alentar una ciudadanía activa y participativa²⁹. Las personas mayores han ayudado, en cooperación con otros sectores sociales y de edad, a difundir estos beneficios, e investigando en su propio envejecimiento, se han erigido actualmente en un elemento indispensable para la sociedad en todas sus facetas, participando –cada vez más- codo con codo con otros actores. Es un dato positivo que vaticina lo que aún queda por conseguir.

La Universidad y las Asociaciones Universitarias de Mayores –que deben ser reconocidas de pleno derecho- tienen que constituirse, por este motivo, en indicadores para una nueva sociedad:

- Se precisa de un movimiento asociativo fuerte e independiente, que participe más activamente en todos los sectores, y actúe con coherencia;
- Se necesita aprender a ser ciudadano comprometido, esto es, responsable y crítico;
- Urge formación de cultura participativa, de trabajo en equipo y cooperativo.

Actualmente la crisis ha hecho estragos en el sector universitario, y la falta de ayudas económicas ha llevado a la reducción de un 15% de docentes, retiradas de becas, aumento excesivo de los precios de matrícula, y eliminación de grupos de investigación, entre otras muchas.

Las consecuencias para los mayores universitarios son obvias, porque son los primeros en “ceder” la financiación hacia otras partidas. Según los expertos en ALV, es cierto que al universalizarse un sistema educativo basado en que las personas estudian durante toda su vida, “de la maraña indiscriminada de informaciones hemos pasado a un árbol de conocimiento estructurado digitalmente. Los contenidos, las aplicaciones de aprendizaje, las clases magistrales y las comunidades de conocimiento son gratuitas y abiertas gracias a la tecnología”. Ahora bien ¿y el estilo universitario del que habla la profesora Holgado? Estamos pidiendo una necesaria e imprescindible sustitución y cambio de valores, que potencie “el valor de la experiencia y el aprendizaje colectivo, crítico y reflexivo”, como se argumentaba en el capítulo 2, y esas claves las tiene, entre otras, la Universidad. El Consejo de Rectores ha solicitado en una carta al Gobierno que se terminen las limitaciones al estudio y a la investigación, que se debe “volver la autonomía de gestión de la actividad docente e investigadora de las universidades”, que “debe retomarse el apoyo a la investigación y a la innovación para regresar a una senda de crecimiento, basado en el conocimiento y la especialización inteligente y sostenible, que evite la pérdida de talento y aproveche la formación proporcionada”³⁰.

²⁹ PONENCIAS Y CONCLUSIONES DE LAS JORNADAS REFERENCIADAS PUBLICADAS EN WWW.IMSERSO.ES

³⁰ CARTA DE LA CONFERENCIA DE RECTORES DE UNIVERSIDADES ESPAÑOLAS (CRUE) -QUE CUENTA CON 50 UNIVERSIDADES PÚBLICAS Y 25 PRIVADAS- PUBLICADA EN LA WEB DEL PROPIO CONSEJO: WWW.CRUE.ORG

Ese es también el concepto de Universidad para los alumnos mayores, destacados propulsores de la importancia que ha adquirido en el mundo la Formación a lo Largo de la Vida; significativas muestras de que existe motivación y necesidad, dos motores imprescindibles para lograr la convivencia en valores que permita una sociedad sin discriminación de edad. La

Universidad no selecciona a las personas por su capacidad, sino por su iniciativa; tampoco por la experiencia, sino por las necesidades de aprendizaje...

Se necesitan indicadores que muestren señales a la Nueva Sociedad, cuya principal característica no sea discriminar el Aprendizaje a lo Largo de la Vida por falta de recursos.

LA INTEGRACIÓN DE LAS ASOCIACIONES DE ALUMNOS MAYORES EN LA UNIVERSIDAD Y EN EL MODELO EDUCATIVO DE FORMACIÓN PERMANENTE. APORTACIONES DESDE LA CONFEDERACIÓN ESTATAL CAUMAS

Felipe Martín Moreno

Presidente de la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS)

RESUMEN

La formación permanente de las personas mayores constituye una de las claves para resolver positivamente los problemas humanos que se le presentarán a la sociedad del siglo XXI, según lo recoge la UNESCO. La Universidad está dando respuesta a las necesidades formativas y culturales de la población mayor, convirtiéndoles en verdaderos gestores del Conocimientos y Agentes de Desarrollo positivo en pro de una sociedad para todas las edades. En este contexto, el asociacionismo es una herramienta primordial para coordinar a los más de 40.000 alumnos mayores matriculados en los Programas que ofrecen las Universidades españolas. Así lo entiende la Confederación CAUMAS, que trabaja para que estas asociaciones sean universitarias de pleno derecho y sigan siendo la extensión de ese aprendizaje permanente.

En la consecución de estos objetivos, CAUMAS ha estado aportando proyectos e informes para la participación social de los mayores universitarios y su reconocimiento como tales. En los últimos cinco años se ha trabajado intensamente para participar en todos los foros donde se hablen de personas mayores, donde se decidan sobre ellos, y donde se puedan modificar esas decisiones, logrando en la mayoría de los casos, resultados positivos en la mejora de la formación universitaria de mayores.

Actualmente, se puede decir que CAUMAS está presente en todos los proyectos de la Administración Pública, iniciativas sociales y planes internacionales, y la invitan a todas las conferencias, congresos, jornadas, donde se hable de formación para toda la vida, entendiendo que somos un colectivo que aporta valor añadido no sólo desde la experiencia, sino desde el conocimiento, la investigación y la intergeneracionalidad.

INDICE

- 1. Introducción: La Formación y el Asociacionismo.**
- 2. Aportaciones Institucionales.**
 - 2.1. Estatuto del Estudiante Universitario.
 - 2.2. Libro Blanco del Envejecimiento Activo.
- 3. Aportaciones para la Participación en sociedad.**
- 4. Aportaciones para la relación de asociaciones.**
- 5. Planes de futuro.**

1. INTRODUCCIÓN: FORMACIÓN Y ASOCIACIONISMO

Como se ha comentado en la introducción, actualmente es indudable que la formación permanente de las personas mayores constituye una de las claves para resolver positivamente los problemas humanos que se le presentarán a la sociedad del siglo XXI. Lo recogía *La declaración sobre la educación de personas adultas*, hecha pública por la UNESCO en 1997. Es necesario que todos los ciudadanos, independientemente de la edad que tengan, se integren en la vida cultural de la sociedad en la que viven y puedan ser parte activa de los programas formativos que se ofrecen.

La formación debe entenderse como un proceso de aprendizaje permanente, proceso continuado en la adquisición de nuevos conocimientos que son aprendidos y asimilados críticamente. Ésta debe ser reconocida como un derecho básico de todo ciudadano, que le preparará para responder adecuadamente a los retos que nos presenta la sociedad actual.

En este contexto, es innegable que la Universidad está dando respuesta a las necesidades formativas y culturales de las personas mayores. Más de 40.000 alumnos mayores están matriculados actualmente¹ en las 72 Universidades Españolas que

ofrecen estos Programas, entidades que, ante la elevada demanda y el éxito de sus resultados, cada vez apuestan más fuerte por ampliar e intensificar estos estudios. Es en estos momentos de la historia de los Programas Universitarios de Mayores cuando el Asociacionismo debe cobrar más fuerza, en cuanto a unión para conseguir objetivos, como en coordinación de la diversidad de modalidades de cada una de las universidades, y el imparable aumento de alumnado procedente de nuevas generaciones de mayores, más preparadas, en su mayoría universitarias, y por tanto con nuevas exigencias.

En este sentido, CAUMAS está comprobando en el desarrollo de su trabajo que no sólo está cambiando la demanda de las personas mayores en la Formación, sino también en la oferta. La capacidad de adaptación, de generar iniciativas, de gestionar, de avanzar en la vanguardia de las tecnologías, y un largo etcétera, nos lleva a plantearnos este tipo de aprendizaje desde otra perspectiva, el de la Participación Activa sin competencia profesional. Se suma la circunstancia de que las relaciones intergeneracionales, desarrolladas sobre todo en la Universidad, ya no son un hecho aislado y un proyecto novedoso, sino una actividad común, productiva y satisfactoria para ambas partes, por lo que han generado necesidades que antes no existían, como por ejemplo puedan ser asignaturas optativas comunes, profesorado especializado,

¹ DATOS DEL CURSO 2013/2014, SEGÚN FUENTES DE AEPUM, CON UN TOTAL DE 41.300 PERSONAS APROXIMADAMENTE. ESTE DATO ES SIGNIFICATIVO, YA QUE CADA UNIVERSIDAD CONTABILIZA SUS ALUMNOS DE MANERA DIFERENTE, POR EJEMPLO, CONTANDO LAS MATRÍCULAS DE CONFERENCIAS Y TALLERES ESPECÍFICOS. ES UN RETO PARA UN TRABAJO DE RECOPIACIÓN QUE ESTÁ PENDIENTE DE REALIZAR POR CAUMAS.

reuniones extra-académicas que derivan en amistades y asesoramiento profesional, etc.

2. APORTACIONES INSTITUCIONALES

En CAUMAS se ha partido de la base de que las asociaciones universitarias de mayores son herramientas esenciales para impulsar la participación en la popularmente llamada “Sociedad del Conocimiento”, definida como aquella que convierte la creación y la transferencia del conocimiento en un instrumento de la sociedad para su propio beneficio. Los Alumnos Mayores Universitarios trabajamos desde ese conocimiento, aportando nuestra experiencia y nuestra capacidad por seguir aprendiendo.

Los Programas Universitarios de Mayores han sido los que primero han promovido el Aprendizaje a lo Largo de la Vida para fomentar el Envejecimiento Activo. La Confederación ha tomado este pilar como base de sus aportaciones, tanto a instituciones como a entidades sociales, entendiendo el Aprendizaje a lo Largo de la Vida no sólo como un concepto sino como una necesidad, que no tiene límites, ni edad –es un derecho subjetivo universal- y lleva implícita la complicidad intergeneracional gracias al valor del conocimiento.

Con estos objetivos, hemos llevado nuestra petición de reconocimiento a las instituciones gubernamentales, tanto al Ministerio de Sanidad (salvando los cambios de nombre) -a través del Imsero,

que es quien apoya estos Programas- como al Ministerio de Educación (salvando el cambio de nombres) que era nuestro objetivo prioritario, ya que hasta hace poco tiempo (cinco años atrás) no contemplaba en ninguna dirección de su estructura la formación de las personas mayores.

2.1. Estatuto del Estudiante Universitario

Nuestros proyectos han sido presentados en varias ocasiones a la Secretaria General de Política Universitaria (salvando también los cambios de cargos de las direcciones y secretarías generales) donde CAUMAS entiende que debe estar la formación universitaria de mayores, a través de su Dirección General de Política Universitaria. A lo largo de cinco años se han tratado las siguientes cuestiones:

- Propuesta de los alumnos mayores universitarios para participar en el borrador del Estatuto del Estudiante Universitario. Se participó en las tres jornadas de debate organizadas por el Ministerio de Educación. Nuestras propuestas:
 - Incluir los Programas Universitarios de Mayores como formación a lo largo de la vida, ya que no aparecen en su contexto. (**Capítulo III. Artículo 16. Formación a lo largo de la vida**).
 - Incluir con respecto al reconocimiento universitario y promoción de Asociaciones, Federaciones y Confederaciones de Estudiantes Universitarios, a los alumnos Mayores y el favorecimiento de aquellas actividades que impulsen los encuentros

intergeneracionales dentro del ámbito universitario en la formulación de proyectos culturales y socioeducativos. (**Capítulo VII. Artículo 43. Participación y promoción de Asociaciones, Federaciones y Confederaciones de estudiantes universitarios**).

- Incluir la participación de sus alumnos en el Consejo del Estudiante Universitario. (**Capítulo X. Artículos 56 al 71**)².
- Disposición a unificar y difundir una nomenclatura.
- Establecer un sistema de becas y subvenciones a todas las asociaciones y los alumnos universitarios en libre concurrencia, sin discriminación de edad.
- Intercambio universitario europeo más amplio. Sólo existía el Grundtvig limitado a grupos reducidos de mayores universitarios.
- Proponer criterios de homogeneización de los PUM, que parta de la base de una estructura troncal para todas las Universidades, y deje libertad para incluir asignaturas de titulación propia.
- Proyectos de participación Activa de los alumnos universitarios mayores que tengan utilidad para los jóvenes estudiantes y la sociedad en general.

Los resultados han sido positivos y satisfactorios, aunque hay que seguir

trabajando en este sentido, porque las puertas están cada vez más abiertas. Lo que en esta Comunicación se propone puede servir de base para seguir desarrollando y completando las peticiones. Los resultados:

- Respecto al nuevo **Estatuto del Estudiante Universitario**³, se hace referencia a la no discriminación de edad en la Universidad, y a los derechos de los estudiantes de formación continua y otros estudios de la Universidad. La misma línea se sigue para las Asociaciones de Estudiantes Universitarios.
- La Dirección General de Política Universitaria propone una nomenclatura específica para todos los programas: “Universidad Sénior”, aunque indica que cada Universidad tiene competencias para denominar su programa.
- Asimismo, la Secretaría General de Política Universitaria se haría cargo de coordinar una “homogeneización” de los Programas, pero no una “homologación” de los mismos, ya que este último llevaría una dificultad añadida como lo es la autonomía de las Universidades.
- Los programas de intercambio europeo se ampliaron al programa “Erasmus+”⁴ donde se incluyen las personas mayores, y sustituye -como único- al resto de programas de intercambio europeos.

² ANTIGUO ESTATUTO DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO ANTES DE SU REFORMA EN 2010. VER WWW.MECD.GOB.ES

³ REAL DECRETO 1791/2010, DE 30 DE DICIEMBRE, POR EL QUE SE APRUEBA EL ESTATUTO DEL ESTUDIANTE UNIVERSITARIO. PARA DESCARGAR EL DOCUMENTO EN FORMATO PDF: WWW.MECD.GOB.ES

⁴ EN VIGOR DESDE EL 1 DE ENERO DE 2014, COMO UN PROGRAMA EUROPEO QUE OFRECERÁ NUEVAS OPORTUNIDADES DE ESTUDIO, FORMACIÓN, EXPERIENCIA LABORAL Y VOLUNTARIADO EN EL EXTRANJERO A MÁS DE 4 MILLONES DE PERSONAS ENTRE 2014 Y 2020. WWW.MECD.GOB.ES

2.2. Libro Blanco del Envejecimiento Activo

Este documento ha sido otra de las prioridades de CAUMAS para participar en la mejora de la normativa referida al Aprendizaje a lo Largo de la Vida. En este sentido, ha sido miembro activo de las mesas de debate sobre el Libro Blanco referidas al capítulo Siete: “Educación a lo largo de la vida”, y se incluye en el documento entre las entidades colaboradoras, siendo también elegida como representante de los mayores universitarios para la mesa de presentación oficial del Libro a nivel nacional⁵.

Para las propuestas que se presentaron a este documento, se expusieron principalmente las necesidades que están generando los Programas Universitarios de Mayores, y han sido recogidas en el subcapítulo de recomendaciones generales del capítulo Siete⁶:

“Los alumnos mayores universitarios reclaman una formación permanente a lo largo de toda la vida que no se acabe con los ciclos impuestos en las Universidades. Quieren permanecer en la Universidad durante todo su ciclo vital. Así lo especifica también el Espacio de Educación Superior Europeo como un derecho.

Quieren ser Universitarios de pleno derecho y tener acceso, en algunos

casos, a una titulación universitaria y a la colaboración en el diseño de sus Programas.

Fomentan el Asociacionismo universitario que les reporte la alternativa a la Universidad, cuando acaban los estudios, con las mismas actividades o similares (es el caso de los exalumnos). Estas asociaciones también deben ser universitarias de pleno derecho, con sede, material y voz y voto en los Consejos de Gobierno como el resto de asociaciones de alumnos”.

Las propuestas concretas que se difundieron en las jornadas de debate y en documentos anexos, así como en publicaciones periódicas dedicadas al envejecimiento activo fueron las que se exponen a continuación; y aunque están recogidas en su mayor parte en el Libro⁷, se exponen en esta comunicación con los objetivos de ser documento de trabajo de unas jornadas dedicada al asociacionismo universitario de mayores, y de conocer qué cuestiones son las que organismos públicos han considerado de interés sobre nuestras peticiones:

- Necesidad de profundizar en la configuración de este tipo de programas, con la implantación de diversos módulos, cerrados, completos y desarrollados con profundidad, adecuados y adaptados lo más posible a las experiencias, conocimientos y necesidades reales, dentro del entorno cultural, social y

⁵ EL LIBRO BLANCO DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO FUE PRESENTADO POR LA ENTONCES SECRETARIA GENERAL DE POLÍTICA SOCIAL Y CONSUMO, ISABEL MARÍA MARTÍNEZ LOZANO, EL DÍA 3 DE NOVIEMBRE DE 2011 EN LA SEDE DEL IMSERSO. EL LIBRO ESTÁ DISPONIBLE EN FORMATO PDF EN: WWW.IMSERSO.ES

⁶ LIBRO BLANCO DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO (2011) (PÁGINAS 298-300).

⁷ LIBRO BLANCO DEL ENVEJECIMIENTO ACTIVO (2011): SUBCAPÍTULO CONCLUSIONES (PÁGINAS 314 Y SS.).

político en el que hoy viven las personas mayores y el previsto a corto, medio y largo plazo.

- Configuración de un plan de estudios como marco general; la referencia a campos de conocimiento más que a materias; y que sean las propias universidades las que concreten las mismas, en función de sus posibilidades y del interés de la población a atender (nuevas demandas de generaciones venideras de mayores).
- Favorecer el intercambio bidireccional de conocimientos, estableciendo cauces para que las propias personas mayores planteen sus propuestas y experiencias a los responsables de los programas.
- El profesorado universitario ha de estar preparado para este tipo de alumnado y debe cambiar la forma de enseñar, no agotándose la formación de manera endógena sino con proyección social.
- Fomentar la investigación a través de grupos de trabajo, estimulando al profesorado para que la impulsen.
- Que los programas se realicen en el espacio universitario con instalaciones propias adaptadas a las exigencias de las personas mayores, poniendo a su disposición las facultades, departamentos, aulas, laboratorios, bibliotecas, etc., sin ningún tipo de discriminación, favoreciendo la convivencia con los estudiantes jóvenes.
- Necesidad de desarrollar más indicadores para la EVALUACION y la CALIDAD de los PUM, ante la positiva y masiva evolución de estos Programas y de su alumnado. Los PUM deben ser integrados en los Planes de Calidad con los mismos criterios

que otros programas. Por supuesto, los indicadores de calidad también exigen un nivel a los alumnos, que deben demostrar que los derechos también comportan obligaciones.

- Las Asociaciones deben fomentar que no haya universidad sin PUM, y no haya PUM sin asociación de alumnos que apoye, ayude y coordine las necesidades con la Universidad. Deben tener garantía para la sociedad siendo reconocidas como universitarias de pleno derecho.

3. APORTACIONES PARA LA PARTICIPACIÓN EN SOCIEDAD

Entendiendo que la participación en sociedad de las personas mayores es un derecho esencial para lograr un envejecimiento activo, saludable y positivo, CAUMAS ha trabajado para integrarse, promover e impulsar plataformas de participación que dieran la posibilidad a los mayores universitarios exponer sus iniciativas, ofertas, demandas y transmitir el conocimiento.

En todos aquellos foros, plataformas y órganos de decisión, la Confederación fomenta la participación a través de la Formación y Aprendizaje a lo Largo de la Vida, “sello” que la distingue del resto de organizaciones de mayores, y por el que tiene un privilegio, el ser universitarios y gestores del conocimiento. De esta forma, se está trabajando en las siguientes plataformas:

- **Consejo Estatal de las Personas Mayores⁸**, de la que CAUMAS es miembro desde septiembre de 2012, siendo además integrante del Grupo de Comunicación creado para la difusión y visibilización de las actividades de las personas mayores. Se trata de un órgano colegiado de carácter consultivo de la Administración General del Estado, adscrito al Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. Su finalidad es institucionalizar la colaboración y participación de las personas mayores. En las reuniones periódicas en el Imserso, CAUMAS está defendiendo el aprendizaje a lo largo de la vida como herramienta para el envejecimiento activo incluyéndolo como prioridad en el diseño de las políticas sociales del Ministerio.
- **Foro del Liderazgo de Mayores Activos (Foro LideA)⁹**. Presentado en diciembre de 2013, CAUMAS es miembro fundador junto a CEOMA, EULEN, la Escuela Europea de Coaching, SECOT, UDP y la SEGG. Se trata de un espacio de colaboración abierto para promover propuestas e impulsar la participación activa de las personas mayores en la sociedad. Se inició como grupo de expertos que trabajaron durante un año para presentar 10 propuestas de participación para el liderazgo de las personas mayores; se materializó en un

documento que presentó CAUMAS en el Congreso de Clausura del Año Europeo de Envejecimiento Activo 2012, en Zaragoza. Ese documento ha supuesto la plataforma para el Foro LideA, que actualmente utiliza las redes sociales para multiplicar la participación y acercar a las personas mayores a las TIC.

Las aportaciones a la Formación se destacan en la propuesta Cinco, que bajo el título “Aprender”, se reconoce la Formación y el Conocimiento como los grandes aliados para el cambio, y se lanza en la plataforma “Aprendemos a lo largo de la vida”, porque las personas tienen a lo largo de toda la vida la capacidad de aprender.

- **Propuestas para el Desarrollo de las Orientaciones del Consejo de la Unión Europea, de 6 de diciembre de 2012, relativas a las personas mayores**, que está coordinando en España el Instituto de Mayores y Servicios Sociales (Imserso). CAUMAS se incluye como entidad colaboradora en materia de formación y educación a lo largo de la vida desde la Universidad¹⁰.
- **Mesa Estatal por la Convención de Naciones Unidas de los Derechos de las Personas Mayores**. Bajo el lema “Derecho y Mayores. Por una Convención”, y promovida por la red HelpAge Internacional, CAUMAS es miembro

⁸ LA NATURALEZA, FUNCIONES, COMPOSICIÓN Y FUNCIONAMIENTO DEL CONSEJO ESTATAL DE LAS PERSONAS MAYORES, INICIALMENTE CREADO EN 1994, SE REGULA POR EL REAL DECRETO 117/2005, DE 4 DE FEBRERO. EN 2014 RENUOVA LA COMPOSICIÓN DE LOS CONSEJEROS, REGULADA MEDIANTE CONVOCATORIA OFICIAL EN EL BOE.

⁹ PARA DESCARGAR EL DOCUMENTO “10 PROPUESTAS PARA LA PARTICIPACIÓN Y LIDERAZGO DE LAS PERSONAS MAYORES EN LA SOCIEDAD” EN: WWW.ENVEJECIMIENTOACTIVO2012.ES Y PARA PARTICIPAR WWW.FACEBOOK.COM/FOROLIDEA

¹⁰ CAPÍTULO 3: “PROPUESTAS PARA LA PARTICIPACIÓN EN SOCIEDAD”, PUNTO 3.4. “APRENDIZAJE PERMANENTE”. PARA DESCARGARSE EL DOCUMENTO EN PDF: WWW.IMSERSO.ES

fundador de esta Mesa junto a otras 15 organizaciones cuya misión es defender los derechos de las personas mayores frente a abusos o violencia, luchar contra la discriminación por edad, hacer visible a este colectivo en el actual sistema de protección de derechos humanos, y destacar sus contribuciones positivas que realiza a la sociedad en general. Se está trabajando en el Derecho a la Educación y específicamente en la “Formación para toda la Vida”¹¹.

4. APORTACIÓN PARA LA RELACIÓN DE ASOCIACIONES

Se trata de las aportaciones que más se han desarrollado en estos años en CAUMAS, apoyando y participando en las jornadas, encuentros, conferencias y actos que han organizado las asociaciones universitarias de mayores para dar a conocer la unión de la Confederación y su trabajo por el reconocimiento de las mismas en la Universidad, sean miembros o no de la Confederación. Una de sus máximas demostraciones son las Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores, que se celebran cada año en una ciudad española, bajo el auspicio de una Universidad y la organización de la asociación universitaria vinculada como anfitriona.

Fruto de estos encuentros, su evolución y la calidad de contenidos de los mismos, CAUMAS propuso publicar los trabajos y conclusiones en Libros de Actas, tal y como se derivan de otros congresos académicos, y desde la X Edición se publican anualmente con ISBN y rigor académico. Una herramienta importante para cumplir un objetivo básico de los programas universitarios de mayores: la difusión y transmisión de conocimientos. Actualmente las principales bibliotecas españolas cuentan con nuestras publicaciones, que desde su XI Edición cuenta también con el libro en formato E-Pub¹².

Con este mismo fin de apoyar a las asociaciones universitarias de mayores, una de las prioridades de CAUMAS ha sido establecer una relación más estrecha con la Asociación que se dedica a diseñar los Programas Universitarios de Mayores, como es AEPUM, Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores, por entender que las Universidades son las que acogen y deben proteger a las Asociaciones de alumnos mayores vinculadas. Como consecuencia de esa relación, cada vez más colaborativa, CAUMAS ha sido invitada como representante de los alumnos mayores universitarios al IV Congreso Iberoamericano de Programas Universitarios para Personas Mayores, celebrado en Alicante en 2011 y al XIII Encuentro Estatal

¹¹ ESTA CONVENCIÓN EUROPEA SE UNE A LA INTERNACIONAL DE ADA (ADULTOS MAYORES DEMANDAN ACCIÓN) QUE YA HAN RECOGIDO 300.000 FIRMAS EN TODO EL MUNDO. DOCUMENTO DE LA MESA ESTATAL Y CONVENCIÓN: WWW.HELPPAGE.ES

¹² PUBLICACIONES DESCARGABLES EN FORMATO E-PUB EN: WWW.CAUMAS.ORG. PARA CONOCER LAS TRES PUBLICACIONES ANTERIORES A ESTA CONSULTAR “BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA” EN ESTE LIBRO DE ACTAS XIII (2014).

de Programas Universitarios para Mayores “Nuevos tiempos, Nuevos retos para los PUM”, celebrado en Valencia en 2013, donde se analizan, estudian y deciden las cuestiones más relevantes relacionada con el diseño, la evaluación y el desarrollo de los programas en las universidades. En estos encuentros se difundieron las mismas propuestas de integración y participación en los PUM, que se han estado desarrollando desde el principio de esta comunicación, que se pueden resumir en el reconocimiento como universitarios de pleno derecho y la participación en la planificación y diseño de los programas, que deben adaptarse a las nuevas generaciones de mayores venideras.

Por otra parte, y en esta línea, CAUMAS participó como ponente principal en las Jornadas “Influencia de la educación y la sensibilización social en la construcción de una sociedad para todas las edades”, en octubre de 2013, entendiendo que ser gestores del conocimiento es imprescindible para construir ciudadanía, y las personas mayores tienen mucho que aportar en este tema. En estas Jornadas, de difusión nacional, CAUMAS difundió la Formación a lo largo de la vida como herramienta para empoderar a las personas mayores y lograr su liderazgo social¹³.

5. PLANES DE FUTURO

La Confederación CAUMAS ha realizado a lo largo del año académico 2013/2014

un informe que era necesario desde que el Ministerio de Educación lo recomendará, hace cinco años, como lo es “La situación de las asociaciones universitarias de mayores en las universidades españolas”. Para esta XIII Edición de las Jornadas, y una vez cubiertas otras prioridades de relaciones administrativas y sociales, hemos considerado que es el momento de trabajar y difundir la encuesta realizada a los alumnos mayores universitarios de España sobre su situación, la relación con su Universidad, sus demandas, sus ofertas y en definitiva, sus propuestas.

En este Libro de Actas se publica este Informe, que será el documento base para presentar en breve plazo de tiempo a dos organismos que pueden ofrecer orientaciones en dos líneas diferentes pero convergentes, como es la universitaria y la gubernamental.

- **Asociación Estatal de Programas Universitarios (AEPUM)** para conocer de primera mano la línea en la que se desarrollarán los Programas en un futuro próximo, y colaborar conjuntamente en el diseño de los mismos y su adaptación a las nuevas demandas.
- **Ministerio de Educación, Cultura y Deporte**, a través de la Secretaría General de Política Universitaria y su Dirección General de Política Universitaria, para conocer el alcance de las decisiones gubernamentales en las políticas universitarias, y por ende en las que

¹³ DOCUMENTO DESCARGABLE EN PDF EN: WWW.IMSERSO.ES (FORMACIÓN).

atañen directamente al Gobierno de España respecto a nuestras propuestas.

El informe es el resumen de todo lo expuesto, y fruto del trabajo de varios años, en el que se han sucedido cambios en los Ministerios, en los que se ha desarrollado el Plan de Bolonia en las Universidades, en los que los Programas de Mayores han comenzado a entrar en los Campus de Excelencia de las Universidades (como en Barcelona), en los que se ha desarrollado una vertiginosa inclusión en sus Programas de las Nuevas Tecnologías, en los que hemos adquirido la condición de “ciudadanos europeos” sin limitaciones,

y en definitiva, en los que se hace imprescindible una adaptación al cambio para ir a la vanguardia de las necesidades inminentes de la Formación de las Personas Mayores.

Se está demostrando que el Asociacionismo Universitario de Personas Mayores es un “camino” en el que los alumnos socios y los exalumnos suman esfuerzos y comparten ideales, a través de las respuestas colectivas y dando una indudable estabilidad a los Programas. Ese es el sentido de nuestra Confederación.

Hay mucho por hacer, pero el camino andado ya lleva nuestras huellas.



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Talleres

TALLERES

TALLER “COLABORACIÓN CON PROFESORES”

Constantino García Ares. Universidad de Vigo

“La Universidad se centra exclusivamente en el saber científico. Hay que traer el saber popular para dentro de la Universidad. Esto lo llamo extensión al revés. No es llevar la Universidad para afuera, es traer lo que está fuera para adentro. Y eso obviamente es muy complejo porque nuestros programas de estudio fueron organizados en contra de la ecología del saber. Por eso, de alguna manera, tendremos durante algún periodo transicional que crear la contra-Universidad dentro de la Universidad, y quizás ustedes estén interesados en ese proceso».
Boaventura de Sousa Santos. Conferencia *Descolonización Epistemológica del Sur* (0:51:58), UACM, 11 de octubre de 2013.

El texto de Boaventura de Sousa Santos nos pone en la línea de salida para que los alumnos de los Programas de Formación de Mayores, que por su Formación Académica, Preparación Profesional, Experiencia en la misma y Capacidad de Comunicación, puedan transmitir a los alumnos de formación de grado todos sus conocimientos y experiencias vividas a lo largo de su vida profesional.

No se puede perder todo el bagaje de conocimientos de un profesional que durante su vida laboral ha experimentado y puesto en práctica sus conocimientos

y que éstos se pierdan en el momento de su jubilación. Dentro de los Programas de Formación de Mayores de nuestras Universidades están realizando estudios muchos alumnos con este nivel, y los profesores deben puntualmente aprovechar para que sus alumnos de Grado, puedan escuchar los consejos sugerencias y experiencias de estos magníficos profesionales y que han vuelto a la Universidad voluntariamente.

En la presentación de nuestro programa expusimos la posibilidad de que los alumnos colaborasen con los profesores en poderles ayudar puntualmente en las materias que ellos imparten, y por la Formación, Profesión, Experiencia y Vivencias en directo de la historia, el alumno pudiese prestar una aportación específica que permitiese a toda la clase tener la contribución de la persona que tiene los conocimientos de la materia por su vida profesional, y de esta manera pueda clarificar el propio tema que está impartiendo el profesor de esa asignatura.

Cuando hablamos de colaboración con profesores, no nos referimos a que el alumno deba preparar una materia para impartir en una clase; se trata de ayudas puntuales en materias concretas y temas específicos solicitados por el profesor.

Cuestiones:

- ¿Cómo incorporar este programa de colaboración con los profesores en su Universidad?

- ¿Qué medios de comunicación e información pondría en marcha para motivar la misma?
- ¿Cómo se recibiría en su Universidad este programa?
- ¿Qué medios pondría en marcha la Asociación de Alumnos para asegurarse de que la aportación del alumno tiene la calidad, presentación y tema que se ajusta a lo solicitado por el profesor?
- ¿Qué casos o experiencias de este tipo existe, o conoce, en su Universidad?

TALLER “NORMALIZACIÓN DE LOS PROGRAMAS DE FORMACIÓN SENIORS”

José Luis Mariño Rodríguez. Universidad de Vigo

Partiendo de los compromisos acordados en el Consejo Europeo de Lisboa, en marzo de 2000, relativos a las políticas europeas en Educación y Formación en el apartado del Aprendizaje a lo Largo de toda la Vida, creemos que no sólo es necesario buscar la fórmula de cómo encontrar un nombre común a esta formación en todo el espacio europeo, sino que se puedan coordinar y homogeneizar en el ámbito nacional ofertas educativas similares en cuanto a materias y programas.

Por lo tanto, no sólo pensamos que el nombre de la formación debería ser idéntico y perfectamente reconocible en todas las universidades sino que también el grueso de las asignaturas a impartir en sus distintas ramas de humanidades, ciencias u otras materias diferentes, fueran análogas

en cuanto a contenidos, estructura y programas.

Cuestiones:

- ¿Cree que hay un espacio común para que las asignaturas en el sistema universitario de España y de los países de la UE puedan ser similares?
- En el caso de que existiera ese espacio común, ¿es posible que un porcentaje importante de esas asignaturas tuvieran un mismo nombre y/o créditos similares?
- Igualmente y respetando las diferencias entre países, autonomías o regiones, ¿cree que los contenidos y programas pudieran ser equivalentes?
- ¿Qué materias deberían formar parte de estos programas?
- El título obtenido ¿debería ser similar y reconocido en todo el espectro universitario?
- Los cursos en las mayorías de las universidades constan de dos ciclos; el primero de ellos es Intensivo y dura 3 años: ¿Cree que sería conveniente ampliar la duración de este ciclo hasta los 5 años?

TALLER “PLAN BOLONIA, DESARROLLO DEL PROGRAMA FORMACIÓN DE MAYORES”

Jacobo Pedrosa Pedrosa. Universidad de Vigo

El espacio Europeo de Educación se consolida con las declaraciones de la Sorbona y de Bolonia, en las que los

ministros europeos de Educación instan a los estados miembros de la Unión a desarrollar e implantar en sus países las siguientes actuaciones:

- Establecer un sistema de titulaciones comprensible y comparable, con la adopción de un suplemento al título, para promover las oportunidades de trabajo y la competitividad internacional de los sistemas educativos superiores europeos.
- Establecer un sistema de titulaciones basado en dos ciclos principales: La titulación del primer Ciclo estará de acuerdo con el mercado de trabajo europeo ofreciendo un nivel de cualificación apropiado; el segundo Ciclo requerirá haber superado el primero, ha de conducir a una titulación de postgrado tipo master y/o doctorado.
- Establecer un sistema común de créditos para fomentar la comparabilidad de los estudios y promover la movilidad de los estudiantes y titulados.
- Fomentar la movilidad con especial atención al acceso a los estudios de otras universidades europeas y a las diferentes oportunidades de formación y servicios relacionados.
- Impulsar la cooperación europea para garantizar la calidad y para desarrollar unos criterios y unas metodologías educativas comparables.
- Promover la dimensión europea de la Educación Superior y en particular, el desarrollo curricular, la cooperación institucional, esquemas de movilidad y

programas integrados de estudios, de formación y de investigación.

- Comunicado de Praga: El Aprendizaje a lo Largo de la Vida como elemento esencial para alcanzar una mayor competitividad europea, para mejorar la cohesión social, la igualdad de oportunidades y la calidad de vida.
- El rol activo de las universidades, de las instituciones de Educación Superior y de los estudiantes en el desarrollo del proceso de convergencia.
- La promoción del atractivo del Espacio Europeo de Educación Superior mediante el desarrollo de sistemas de garantía de la calidad y de mecanismos de certificación y de acreditación.

En síntesis, el Plan Bolonia trata de una intensa serie de reformas en los métodos utilizados en las universidades de Europa, incidiendo sobre todo en sus sistemas de enseñanza, administrativo y económico. La idea principal de este Plan es que ayude a reformular los contenidos de la Universidad, renovar los métodos utilizados haciéndola mucho más práctica, tanto para los estudiantes, como para los profesores, las empresas públicas, privadas y el Estado. Induce a mejorar la movilidad y pretende que los estudiantes estén mucho más centrados en la vida real y en el trabajo (mundo empresarial) y no tanto en teorías, es decir, en la aplicación de los conocimientos adquiridos y estudios, de forma práctica, en las diversas empresas. La Implantación definitiva estaba prevista en España en 2010.

Los principales cambios introducidos: Cambio del tradicional master por el doctorado; reemplazo de las licenciaturas por los grados; reducción de los años de estudio de una carrera de 5 años a 3 ó a 4 años; se modifica de forma importante el sistema de calificaciones, otorgando un 40% de la calificación total a los trabajos prácticos y la participación en clase. Por tanto, habrá una preparación práctica mucho mayor, se estudiará más de un idioma durante las carreras, y la enseñanza recibida en todas las universidades europeas será unificada, por lo que los títulos se convalidarán dentro de la Unión Europea. Unos 47 países han rubricado adaptar sus universidades al Plan Europeo de Educación Superior (creación de créditos ETCS).

En el caso de los Programas Universitarios de Mayores, se considera necesario:

- Establecer previamente reuniones de las Asociaciones de Alumnos con la jerarquía universitaria correspondiente, con el objetivo de adaptar los programas de estudios actuales para que puedan ser considerados dentro del Plan Bolonia, calificados y homologados.
- Conocer las diferencias, las dificultades, lo que falta por hacer; fijar objetivos en el tiempo en todas las asignaturas y adquirir un compromiso formal por parte del claustro universitario.
- Los llamados “Cursos de Personalización/ Especialización” 4º y 5º deben ser equivalentes a los de un master/

doctorado, por tanto, existe una necesidad de adaptarlos en orientación, tratamiento y programación.

Cuestiones:

- ¿Cómo medir la eficacia del Plan Bolonia? Ventajas y desventajas.
- ¿Cómo conseguir una puesta en común de las Universidades para Mayores en toda Europa, de manera estándar? Tableros de asignaturas de todas las universidades públicas y privadas.
- Cómo medir el grado de satisfacción del alumnado? Propuesta de ítems para un encuesta internacional.
- Concretización de la movilidad, condiciones e intercambio. ¿Qué ayudas existen actualmente para este apartado?

TALLER “PROGRAMA INTERGENERACIONAL”

Fernando Devesa Múgica. Universidad de Vigo

En términos generales, se entiende por Generación «aquél conjunto de personas que, por haber nacido en fechas próximas y recibido educación e influjos culturales y sociales semejantes, se comportan de manera afín o comparable». Del mismo modo, un Programa Intergeneracional es aquel que se produce o tiene lugar entre dos o más generaciones.

El objetivo primordial de este Taller es debatir sobre todo aquello en lo que las personas mayores pueden aportar a los jóvenes, y viceversa, teniendo en cuenta

que los jóvenes deben vivir sus propias experiencias, deben hacer y recorrer su propio camino y los menos jóvenes deben ser capaces de aportar las experiencias adquiridas en el suyo sin interferir en el camino del otro. De este modo ambos se complementan y enriquecen, en referencia al proceso que se genera «de ida y vuelta», porque ya no vale las sentencias: “si lo sabré yo que llevo en esto toda la vida», o bien: «tú déjame a mí, que ya hiciste lo que tenías que hacer y ya eres mayor».

La vida es un conjunto de experiencias y vivencias, unas mejores que otras, que hay que saber aprovechar en bien de la Comunidad. Y esa Comunidad la formamos tanto los jóvenes como los menos jóvenes. No nos amparemos nunca en que nuestra experiencia nos dice que las cosas hay que hacerlas de esta o aquella manera... No queramos imponer, se trata de escuchar y lograr que nos escuchen. No se es más sabio por ser «mayor», pero sí más experto y se tiene una visión global que sólo la dan los años. Una sociedad que logra aunar esfuerzos con la energía de los años de los jóvenes más la suma de la experiencia de años ya vividos por los mayores, es una sociedad que avanza, que podrá mirar al futuro con esperanza de prosperidad.

En todos los órdenes de la vida se evoluciona, entendiendo evolución como el «proceso continuo de transformación, de desarrollo» y ese proceso no sería posible si no lo enriqueciéramos aunando conocimientos y experiencias. Seamos ágiles, tengamos versatilidad -entendida como capacidad de adaptación con

facilidad y rapidez a diferentes situaciones y funciones-. Ya no se estudia primero, luego se trabaja y finalmente se descansa. Eso está «pasando a la historia”, porque desde hace un tiempo las personas mayores quieren seguir aprendiendo, adquirir más conocimientos, y al mismo tiempo desean exponer a los demás las experiencias profesionales y vitales en beneficio de todos.

Lo anteriormente expuesto hay que llevarlo a la Universidad. Hay que lograr una Universidad en la que tengan cabida los jóvenes y los que no lo son; los unos aportando el entusiasmo por aprender propios de su edad y los otros aportando la experiencia vital y las ganas, como no, de seguir aprendiendo y de colaborar con los profesores en aquellos campos en los que puedan ser útiles; con un único fin: Lograr la Excelencia.

Cuestiones:

- ¿Qué podemos aportar los mayores a los Planes de Estudio?
- ¿Cómo podemos hacer para que se nos escuche?
- ¿Cómo colaborar con los profesores en la enseñanza reglada?
- ¿Aceptarán los jóvenes nuestra colaboración en su formación?
- ¿Puede una sociedad moderna prescindir de las personas mayores en la formación de los jóvenes?
- ¿Es más rica, intelectualmente hablando, una sociedad que sigue formando a las personas mayores que la integran?



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Informe

INFORME SOBRE LA SITUACION ACTUAL DE LAS ASOCIACIONES UNIVERSITARIAS DE MAYORES EN ESPAÑA

Resultados de la Encuesta a los Alumnos de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades Españolas

Realizado por la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS)

RESUMEN

Uno de los objetivos que tiene el programa de Formación de Mayores de las Universidades Españolas, es que los Séniors consigan un Envejecimiento activo y una Solidaridad Intergeneracional y esto lo está consiguiendo plenamente la nueva generación de Séniors Universitarios que ya se ven por los pasillos, bibliotecas, cafeterías y aulas de la Universidad, compartiendo espacios con los alumnos de formación reglada y conviviendo en sus asignaturas. Para conseguir la unificación, homologación/homogeneización de materias y títulos dentro de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades Españolas, es necesario disponer de la información que después de estos doce años de actividad, nos permita tener una visión acerca de dónde nos encontramos y adónde queremos dirigirnos, dentro de LA FORMACIÓN CONTINUA A LO LARGO DE LA VIDA Y LA SOLIDARIDAD INTERGENERACIONAL. Qué programas se están utilizando, cómo

se financian, qué estructura tienen, qué titulación aportan a los alumnos, y sobre todo, en qué situación se encuentra el alumnado con relación a la Universidad, es el objetivo programado por CAUMAS para dar respuesta a estos interrogantes y presentar en las XIII Jornadas Internacionales, que se celebran en Vigo en septiembre del 2014, y poder informar de forma inmediata a las autoridades académicas del resultado de las mismas.

INDICE

1. Introducción.

- 1.1. El Modelo Francés.
- 1.2. El Modelo Británico.
- 1.3. El Modelo Mixto.

2. Metodología.

3. Resultados de las encuestas.

- 3.1. Expectativas del alumnado.
- 3.2. Titulación.
- 3.3. Unificación de Programas.
- 3.4. La opción de los Seminarios.

4. Discusión/Conclusiones.

- 4.1. Expectativas.
- 4.2. Alumnos/as.
- 4.3. Modelo en que se imparte la Formación.
- 4.4. Modelo de Financiación.
- 4.5. Modelo de Docencia.
- 4.6. Relaciones con la Universidad y con el/la Coordinador/a.
- 4.7. Plan Bolonia.
- 4.8. Titulación.
- 4.9. Unificación de Programas.
- 4.10. La opción de los Seminarios.

5. Conclusiones Finales.

1. INTRODUCCIÓN

Uno de los interrogantes que se presentan en nuestra actividad, como Confederación, es disponer de la información completa a nivel Nacional de quiénes somos en los Programas de Formación de Mayores, cuál es el estado de la cuestión en cada Universidad y en qué situación se encuentran las Asociaciones Universitarias de Alumnos Mayores, para avanzar hacia una posible homogeneización de los programas en aras de una titulación, que pueda ser reconocida por las diferentes Universidades y que satisfaga las demandas de las mayoría de los Universitarios Séniors.

Para conseguir esta información, CAUMAS propuso que, durante el primer semestre del año 2014, se realizara -en todas las Asociaciones de Alumnos Mayores Universitarios- una encuesta, con el fin de obtener una visión de qué modelos se están utilizando en cada Universidad.

Los Programas Universitarios para Mayores implantados en las Universidades de los países de la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE) se pueden agrupar en tres modelos: Francés, británico y mixto.

1.1. El Modelo Francés

Está basado en programas estructurados en cursos académicos y contabilizados por créditos. Es la forma más frecuente de programa universitario para mayores en Europa (Francia, Italia, Alemania y España, entre otros países). El modelo francés hace hincapié en la importancia de que el aprendizaje se produzca en las Universidades donde la investigación y la enseñanza están combinadas y en instituciones donde la educación está conectada con las metodologías específicas y con las teorías del aprendizaje. Entre sus fines destaca la importancia de la integración de los alumnos mayores en el campus universitario para una relación con los jóvenes, de modo que favorezca el intercambio y el enriquecimiento intergeneracional.

1.2. El Modelo Británico

El modelo de Cambridge (*Open University*), basado en programas asociados a los ayuntamientos o municipios, ofrece un amplio abanico de actividades educativas y culturales que promueven la participación de los adultos y cuentan con voluntarios para organizar y gestionar el programa. Los objetivos de este modelo se centran en la capacitación y el fortalecimiento de la participación y *empowerment* de los séniors en los procesos de la toma de decisiones colectivas. Este tipo de programa está más extendido en Inglaterra, EE.UU., Canadá y Australia. Los *Learning in Retirement* (creados en 1962), por ejemplo, se han establecido en más de 200 universidades de los EE.UU. y Canadá, proporcionando a los

mayores de 50 años la oportunidad de seguir enseñanzas universitarias sin la obtención de créditos. Los planes de estudio son diseñados y dirigidos por miembros de la organización y estimulan la participación activa de sus miembros.

1.3. El Modelo Mixto

Su diseño es el de un programa híbrido: Incorpora aspectos de los dos modelos anteriores, esto es, recibe apoyo institucional desde la Universidad, al tiempo que realiza actividades comunitarias y acciones para promover el aprendizaje y la participación de adultos. Este tipo de programas se originó en Finlandia y está vigente en varios países europeos.

2. METODOLOGÍA

El presente estudio es transversal y tiene como objeto describir las características de los Programas de Formación de Mayores de las Universidades españolas, con el fin de conocer el contenido académico de los mismos, así como aportar una serie de informaciones, que nos permitan llegar a conocer cuáles son las características de esos Programas, la formación que se imparte, el modelo que se utiliza, la financiación y titulación, con el fin último de realizar una propuesta -partiendo de los datos recogidos- de homologación/homogeneización en las materias y una titulación común a nivel de todas las Universidades que imparten este programa.

Hemos utilizado, como instrumento de recogida de datos, un cuestionario con preguntas sobre el modelo de programa y sobre otras cuestiones de formación del alumnado.

Para desarrollar el trabajo de campo se formó un equipo de 4 personas, que cubrían todas las Universidades con Programa de Formación de Mayores del curso 2013/2014. Las encuestas se enviaron directamente a las Asociaciones de Alumnos Mayores de las diferentes Universidades y los resultados de las mismas se recopilan y se publican en este informe.

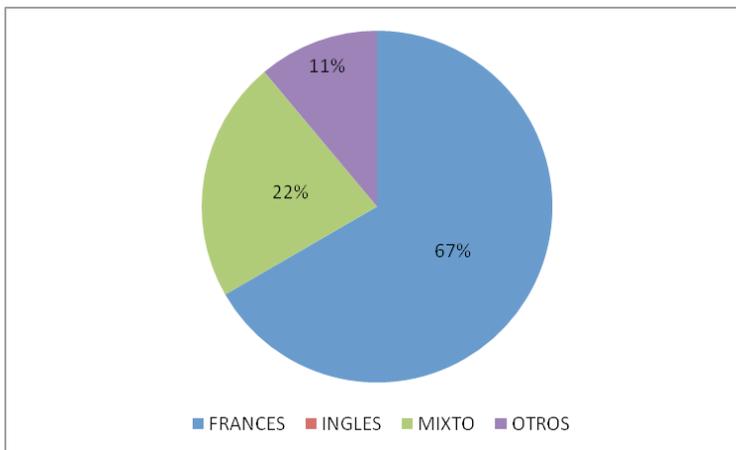
3. RESULTADOS DE LAS ENCUESTAS

3.1. Expectativas del alumnado

Las expectativas del alumnado del Programa de Formación de Mayores de las Universidades españolas del curso 2013/2014, se obtuvieron mediante encuestas realizadas en cada una de ellas y los resultados se muestran a continuación, acompañados de las sugerencias y comentarios de los encuestados con el objetivo de mejorar esos Programas y lograr la homogeneización y una titulación a nivel nacional.

Gráfico 1: Porcentaje de Alumnos/as

La irrupción de la mujer en los Programas de Mayores de las Universidades españolas, como se puede observar en el gráfico, muestra su creciente interés en su formación.

Gráfico 2: Modelo en que se imparte la Formación

En las Universidades españolas el modelo francés es prioritario, siendo el mixto -la utilización del francés/ inglés- el segundo en importancia.

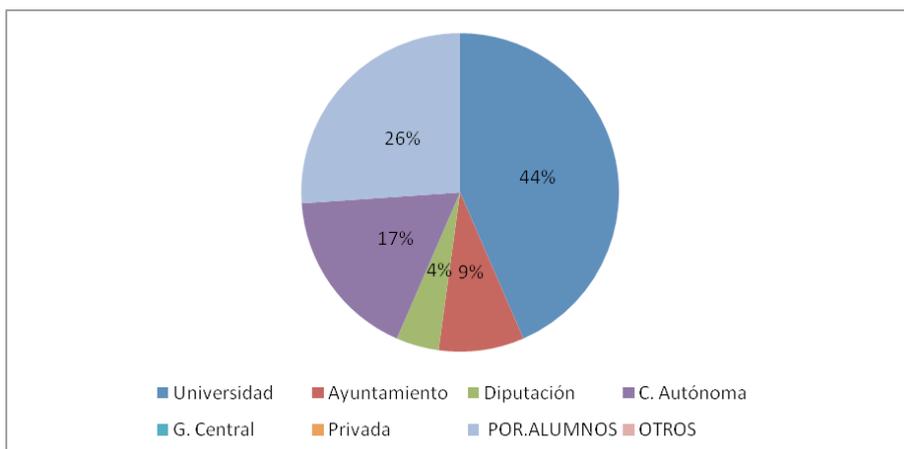
Resumen de comentarios:

- Hay Universidades que ofertan dos “modalidades”, que pueden cursarse independientes o de forma simultánea. En ambas, la edad de admisión es a partir de los 40 años, pudiendo permanecer en ellas “sine die”.
 - a) Modalidad “Abierta”: Permite al alumnado matricularse en asignaturas de cualquier Facultad de la UVA, excepto Medicina y Enfermería, siendo las más demandadas las asignaturas de Letras. El nº máximo de créditos permitidos es de 36 por cuatrimestre.
 - b) Modalidad “Estructurada”: Permite la matrícula de un mínimo de 1 módulo y un máximo de 6 (3 por cuatrimestre). En esta modalidad, se puede simultanear la enseñanza con actividades complementarias de carácter voluntario y los/las alumnos/as han de cursar 3 años completos, de 6 módulos cada uno, si quieren optar a un Certificado expedido por la Sección de Títulos de la UVA, aunque dicho Certificado no tiene validez académica, ni profesional.

Todos los años se modifica alguno de estos módulos, a petición de los profesores del Campus, a quienes se ofrece - por parte de la dirección del Programa - la oportunidad de participar.

- Predominan en todos los programas:
 - a) Conferencias
 - b) Cursos monográficos
 - c) Visitas y Excursiones
 - d) Curso de actualización

Gráfico 3: Modelo de Financiación

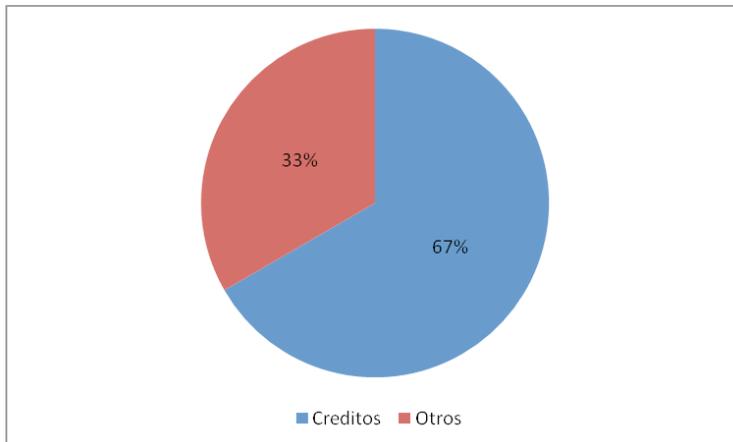


Como se puede observar, la financiación de los programas está muy repartida, siendo la de la propia Universidad la que más predomina, seguida de la de los propios alumnos.

Resumen de comentarios:

- Muchas Asociaciones desconocen el origen de la financiación.
- En algunas Universidades, la financiación de infraestructuras, logística, profesorado, etc. está soportada exclusivamente por el pago de la matrícula a la Universidad (¿?)
- En otras, el Programa se autofinancia con la matrícula de los alumnos/socios y con la aportación que hace la Comunidad Autónoma, mediante una subvención.

Gráfico 4: Modelo de Docencia



La evaluación por créditos de cada asignatura predomina sobre otros métodos. La dispersión que se observa en los comentarios justificaría una unificación de modelo que se debería impartir a nivel nacional.

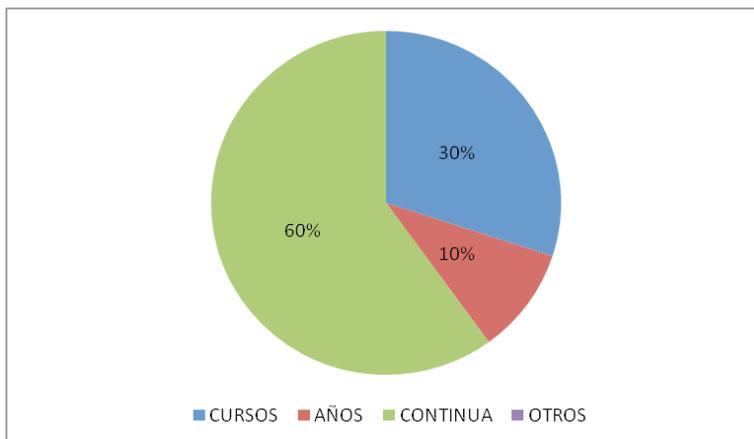
Resumen de comentarios:

- La Universidad de Vigo, terminados los tres cursos del Ciclo Intensivo, el alumno se convierte en alumno egresado, pudiendo matricularse en asignaturas sueltas en los siguientes años.
 - 3 años y 48 créditos por año.
 - En la Modalidad “Abierta”, al estar matriculado en las Titulaciones de Grado Universitario, la correspondencia es la misma que en el Sistema Bolonia, es decir 10

horas de clase equivalen a un crédito.

- En la Modalidad “Estructurada” se imparten 20 horas de clase por módulo repartidas en trece sesiones de 1,5 horas por sesión.
- En el Programa de Mayores de la Universidad de Alcalá de Henares de Madrid (UAH) se imparten 15 horas lectivas de docencia por asignatura. No existe la relación curso-créditos.
- En la Universidad Autónoma de Madrid (UAM), este curso académico termina la primera promoción del Título Propio dirigido a los graduados de PUMA. Estamos a la espera de información sobre la oferta de la UAM para el próximo curso.
- En la Universidad Pública de Navarra (UPNA) 30 horas = 3 créditos (Lleva implícito asistencia y evaluación del profesor); emplean 120 créditos.
- En la Universidad de Vigo, en los Campus de Vigo y Orense los créditos en el Ciclo de Especialización se corresponden con los de los programas oficiales de Grado.
- En la Universidad de la Coruña solamente hay un Ciclo (4 años - 9 créditos/año). El/la alumno/a puede matricularse en los grados oficiales de oyente.

Gráfico 5: Modelo Francés. Dentro del modelo ¿cuánto tiempo se puede estar en el Programa?



Los programas contemplan mayoritariamente la permanencia continua en el mismo, mediante la matriculación en las diferentes opciones que cada uno propone, siendo la que predomina la de curso, por el número de asignaturas que oferta.

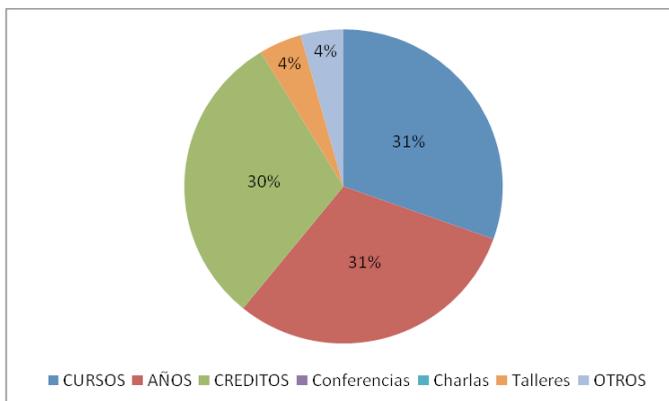
Resumen de comentarios:

- En la Universidad de Vigo. En el Ciclo Intensivo y una vez terminado, los alumnos pueden seguir matriculándose en asignaturas sueltas, aquellas que durante los 3 años del

Ciclo no pudieron cursar. En el Ciclo de Especialización, que se realiza en las aulas de los alumnos de formación reglada y con su programa, una vez aprobado este ciclo, los alumnos pueden permanecer en las asignaturas ofertadas por la Universidad y que no han sido realizadas durante el Ciclo anterior.

- En la Universidad de La Laguna (ULL), una vez terminados los tres cursos, el alumno se convierte en alumno egresado. Puede matricularse en los siguientes años de aquellas asignaturas que no cursó en los cuatrimestres anteriores.
- En la Universidad Pública de Navarra (UPNA) se puede acudir a los cursos de Extensión de la Asociación de Alumnos Mayores, AULEXNA, siempre que se sea socio/a, (algo totalmente optativo).

Gráfico 6: Modelo Mixto. Dentro del modelo ¿cuánto tiempo se puede estar en el Programa?

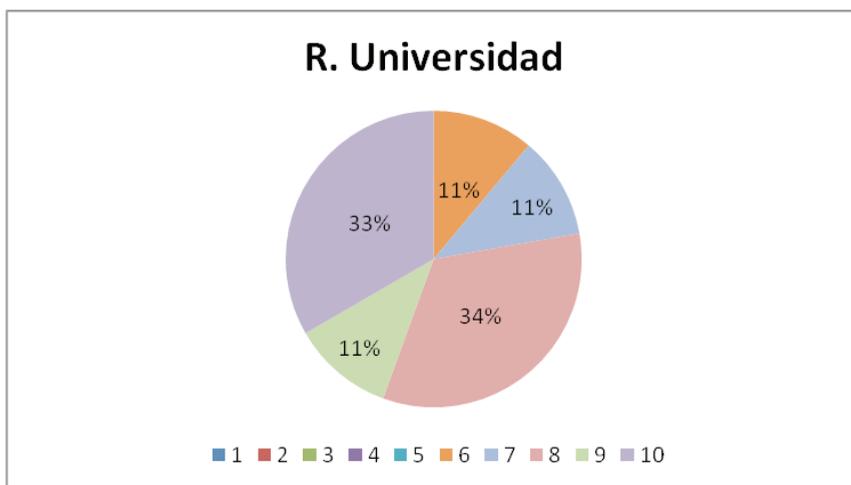


Resumen de comentarios:

- La Universidad de Zaragoza (UNIZAR) permite asistir hasta a 3 asignaturas en los distintos centros universitarios, incorporándose a las clases impartidas en ellos. Hay que presentarse a las pruebas correspondientes en cada una de las asignaturas escogidas.
 - ECTS de 25 horas. Ver R.D. 1125/2003 de 5 de septiembre. Sistema Europeo de Transferencia de Crédito.
 - Actividades: Conferencias, Exposiciones y Presentaciones de libros, representan 0,4 ECTS (10 horas).
 - Otras actividades: Visitas a diferentes centros o instituciones públicas y privadas, fuera del horario de clases y coordinadas por la Asociación de Alumnos Mayores, AMUEZ.
- En la Universidad Millán Santos de Valladolid no hay ciclos obligatorios, porque su objetivo es la FORMACION A LO LARGO DE LA VIDA y por ello se puede permanecer en el programa el tiempo que el alumno decida estar matriculado.

- Se puede asistir, siempre con carácter voluntario, a ciclos de conferencias, talleres, visitas y/o viajes programados por la Dirección del Programa o por los profesores que lo imparten. La gran ventaja de su modelo es que cada alumno/a puede elegir su propio curriculum académico en función de su formación inicial y de sus intereses personales.
- Tanto la Modalidad Abierta como la Estructurada, los Seminarios y las Actividades Complementarias son optativas en su totalidad.
- En la Modalidad Estructurada, para obtener el certificado es necesario además de tener los tres años completos de 6 módulos cada uno, justificar una asistencia de más del 80%. En cada clase se pasa una hoja de firmas que el profesor correspondiente ha de entregar en la Dirección del Programa una vez finalizada la sesión. Estos certificados de asistencia se entregan junto con una “banda de titulado” en un solemne acto de final de curso con asistencia del Rector y/o Vicerrector, además de la Directora del Programa.
- En la Universidad de Alcalá de Henares (UAH) sólo se tiene acceso a 4 años en Humanidades y Ciencias. En su Programa de Mayores no existen cursos de idiomas. Tampoco hay “actividades extra” programadas por la Universidad. Las conferencias, viajes y visitas a museos y exposiciones las programan las Asociaciones de alumnos.

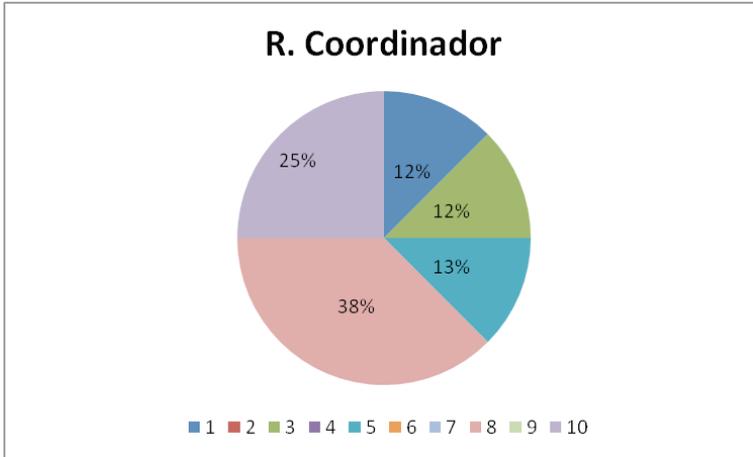
Gráfico 7: Relación con la Universidad



Valoración de uno a diez

Resumen de comentarios: No hay comentarios en esta valoración.

Gráfico 8: Relación con el/la Coordinador/a

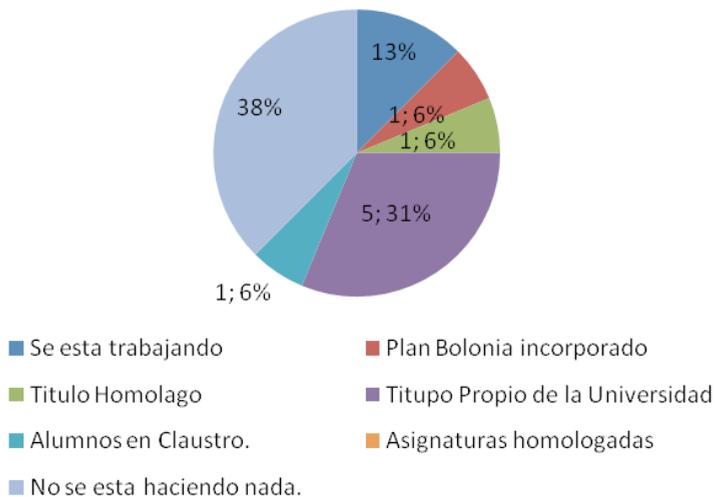


Valoración de uno a diez

Resumen de comentarios: No hay comentarios en esta valoración.

Gráfico 9: Plan Bolonia

PLAN BOLONIA



Lo que aporta este gráfico es un dato preocupante, ya que el 38% indica que no se está haciendo nada por este Plan. El 13% está trabajando y solamente el 1,6% tiene representación en el Claustro.

Resumen de comentarios:

- En el momento de cubrir esta encuesta se están redactando los nuevos Estatutos de la Universidad de Vigo y en los mismos se contempla la integración del Programa de Mayores. Asimismo, está previsto que - una vez modificados los Estatutos - los/as Alumnos/as del Programa de Mayores puedan tener representación en el Claustro mediante la correspondiente elección.
 - Se están estudiando por parte de la Universidad las asignaturas que se impartirán con la incorporación al Plan Bolonia. Habrá una petición formal al Vicerrector de Extensión Universitaria de colaboración por parte de la Asociación de Mayores en la elección de las asignaturas del Programa.
- En la Universidad Millán Santos de Valladolid, el Plan Bolonia, sustentado en el Espacio Europeo de Educación Superior, no incluye la Formación de los Mayores porque es un proyecto europeo pensado para la homologación de títulos con carácter profesional y ese no es nuestro caso. En el caso de los alumnos matriculados en la Modalidad “Abierta” son ellos los que se “adaptan” - por estar matriculados en los cursos de Grado - al Plan Bolonia y no éste a los alumnos.
 - *“Creemos que es un error pretender incluirnos en el Plan Bolonia que, por su propia estructura, no puede aceptar el Ministerio y que tampoco nos beneficiaría en nada”.*
 - Para obtener una titulación universitaria ya existe la posibilidad de entrada por la Vía de “Mayores de 25” años con su correspondiente examen de admisión.
- El Plan Bolonia no se contempla en el Programa de Mayores de la Universidad de Alcalá de Henares (UAH).

3.2. Titulación

En este punto se hace relación a todos los comentarios con relación a la certificación o documento acreditativo de haber realizado - y finalizado con éxito - los cursos correspondientes del Programa de Mayores. Se puede observar que es imprescindible la homologación u homogeneización de una titulación a nivel nacional en todos los Programas de Formación de Mayores.

Resumen de comentarios:

- En la Universidad de Vigo (UVIGO) en el Primer Ciclo se entrega un Certificado que indica que se ha asistido al CICLO INTENSIVO DEL PROGRAMA DE MAYORES CON UNA DURACIÓN DE 540 HORAS.
- En la Universidad de La Laguna (ULL) los estudios del Programa para Mayores no tienen titulación alguna.

- En la Universidad de Zaragoza (UNIZAR) se entrega un Certificado de Participación en los PROGRAMAS BÁSICOS I y II.
- En la Universidad de Córdoba (UCO) se expide un Certificado de asistencia y aprovechamiento.
- Después de haber cursado 24 módulos, de 20 horas cada uno, la Universidad de Valladolid (UVA) expide un certificado de asistencia sin validez profesional.
 - En la Modalidad “Abierta” no se da ningún certificado de asistencia porque tampoco se controla la asistencia, de igual modo que no se les controla a los alumnos de Grado con quién comparten el aula.
- En la Universidad de Alcalá de Henares (UAH) se expide un Diploma.
- En la Universidad Autónoma de Madrid (UAM) se expide un Diploma, indicando la superación de estudios correspondientes a 3 años del Programa de Mayores.
- En la Universidad Pública de Navarra (UPNA) opinan que hay que olvidarse de que existe el Plan Bolonia y que lo que hay que lograr - a través de la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM) - es que los Programas de Mayores se vayan unificando en cuanto a qué tipo de titulación se recibe al final de cada ciclo.
 - Título de “Diplomatura de Humanidades y Ciencias Sociales”. Se entrega un diploma de asistencia y el título se puede solicitar, previo pago de su importe.
- En la Universidad de Vigo - Campus de Orense - se expide un título de “Graduado Universitario Senior” cuando se supera el Ciclo Intensivo y uno de “Graduado Superior Universitario Senior” cuando se supera el Ciclo de Especialización.
- En la Universidad de Santiago - Campus de Santiago y Campus de Lugo - título de «Graduado Senior» y «Graduado Superior Senior».
- En la Universidad de La Coruña, al final de los 4 años se recibe un diploma de «Graduado Senior».

3.3. Unificación de Programas:

El mensaje de todas las encuestas está resumido en estas 3 respuestas, que subrayan la necesidad de una homologación/homogeneización de los Programas de Mayores a nivel nacional:

1. En la Universidad Millán Santos (UVA): Cada programa está definido por la institución que lo patrocina y se coordinan - los que pertenecen a esta Asociación - a través de AEPUM. Son los directores de los Programas los que pueden modificarlos. Las Asociaciones (AUMISAN) podremos hacer sugerencias pero no creemos que tengamos posibilidad de hacer ningún cambio sin el consentimiento de los directores.

Podríamos sugerir que todos los Programas estén sustentados por la Universidad en vez por múltiples organismos (Universidad, Juntas, Ayuntamientos, Diputaciones...) y

así, dependiendo todos del Ministerio de Educación, sería más factible la homologación/homogeneización.

2. Que el MECD regule los Programas para que tengan un marco común y los programas tengan un contenido homologable, homogéneo y reconocido.

3. En la Universidad de La Coruña opinan: Que se constituya un grupo de trabajo para conseguir el reconocimiento oficial, a nivel estatal, de los Programas de Mayores.

3.4. La opción de los Seminarios:

Gráfico 10: Financiación

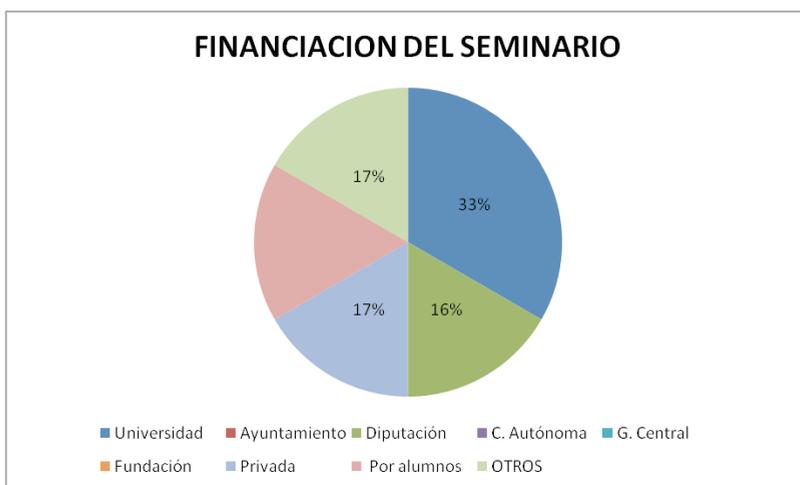


Gráfico 11: Quién lo imparte

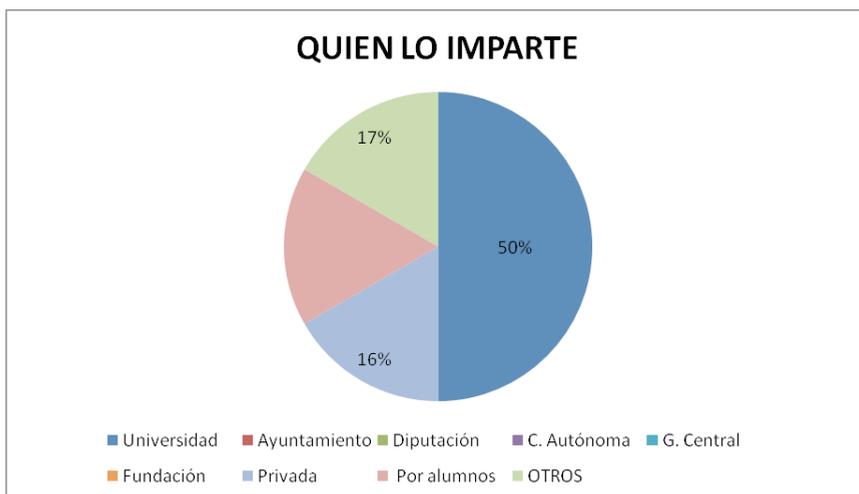
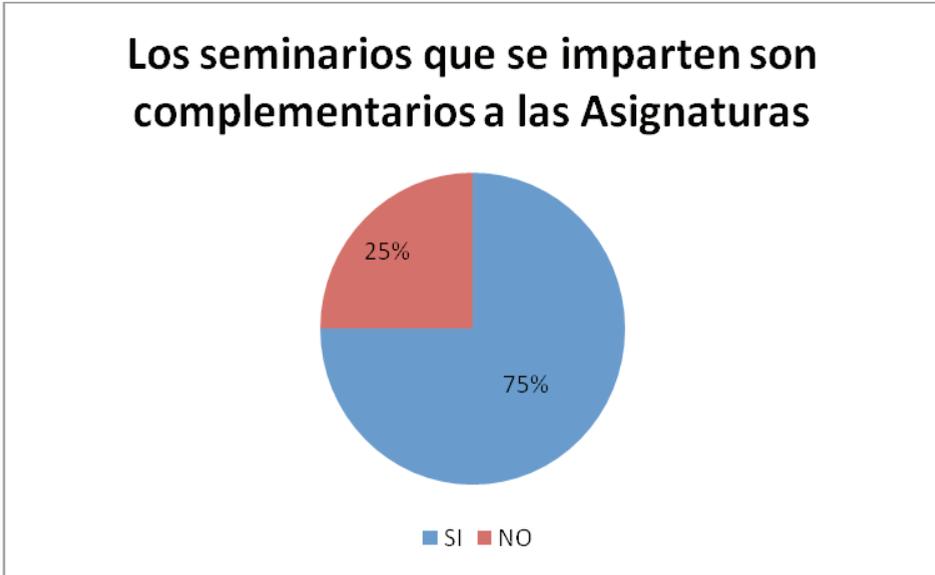


Gráfico 12: Complementación**Gráfico 13: Obligatoriedad/Voluntariedad**

Resumen de comentarios:

- Universidad Pública de Navarra (UPNA): Como parece que no ha quedado nada claro a qué se refiere la encuesta, si se trata de conocer los complementos a los Programas Universitarios de Mayores que organiza cada Universidad, o si lo que se quiere saber es lo que organiza cada Asociación, añadimos las consideraciones y las actividades que AULEXNA (UPNA) organiza como tal Asociación:
 - Para los asociados alumnos de la Diplomatura: Coordinación, información y apoyo para mejorar, en lo posible, su plan de estudios y su participación en los órganos de gobierno de la UPNA. AULEXNA promueve la candidatura de los alumnos para la representación en el Claustro, que en las últimas elecciones celebradas en diciembre obtuvieron 6 representantes.
 - Para los exalumnos de la Diplomatura: Cursos sobre temas diversos. La elección de esos temas, la contratación, pago de profesores, organización, matriculación, etc. lo realiza todo la Asociación. La UPNA cede las aulas.
 - Para todos los socios: Organización de conferencias, cursillos específicos, salidas culturales, visitas a lugares significativos, cinefóruns, etc.
- En la Universidad de Vigo - Campus de Orense - los alumnos pueden convalidar hasta 3 créditos por la asistencia a cursos, obradoiros, actividades culturales etc.

4. DISCUSIÓN / CONCLUSIONES

4.1. Expectativas

Todos/as los/as alumnos/as encuestados/as tienen un objetivo común: Aprender y formarse fundamentalmente en el campo de las Humanidades y participar de un entorno social alejado de la “cotidianeidad” que algunas veces nos rodea. Representan un conjunto de personas que, por su nivel de estudios, desean participar en la sociedad y que en buena medida buscan la forma y el modo de poder seguir siendo útiles esa sociedad, a la vez que continuar desarrollándose más y mejor (Bastante Sicilia, A. 2011) ¹ (COLABORACION CON PROFESORES 2012)².

Las personas que acceden al Programa de Mayores llevan consigo el bagaje cultural, la experiencia acumulada a lo largo de la vida y un ferviente deseo de comunicarse con su entorno. También llevan asociados distintos niveles de formación académica, profesional y social. Así, los prejubilados con su actividad profesional interrumpida - generalmente no deseada -, pueden seguir relacionándose en un entorno cultural acorde con sus deseos; otros pueden buscar aquello que siempre desearon desde su juventud, como es el legítimo deseo de acceder a la Universidad, algo que no han podido realizar en su juventud. Esto lo

facilita el Programa de Formación de Mayores de la Universidad Española. Incluso, aquellos que en su día fueron universitarios, se encuentran con una Universidad cambiada, con la libertad, con la espontaneidad en las relaciones entre alumnos y profesores y con unos medios técnicos disponibles que nada tienen que ver con lo que en su día conocieron.

4.2. Alumnos/as

La irrupción de las mujeres en todas las actividades de la vida académica y/o empresarial no es ajena al Programa de Formación de Mayores de las Universidades españolas. En el momento de la encuesta, el 70% de los alumnos son mujeres, muy activas y participativas y que, en el futuro próximo, serán las que dirijan las Asociaciones de Alumnos Mayores Universitarios por el peso que tienen dentro del Programa de Mayores de las universidades.

4.3. Modelo en que se imparte la formación

El modelo del Programa Francés es mayoritario en nuestras universidades, en el 67% se imparte la formación utilizando como soporte de la misma este modelo, el 22% utiliza en Modelo Mixto, una fusión entre el francés/inglés y solamente un 11% utiliza otros modelos propios.

Para saber en qué consiste cada modelo, nos remitimos al punto 1.

La unificación de los modelos debe ser un trabajo de todas las Asociaciones, para conseguir un modelo único, que permita una titulación acorde a la formación que se recibe en los Programas.

4.4. Modelo de Financiación

En cuanto al modelo de financiación hay una dispersión importante en los Programas y, por otra parte, falta información en las Asociaciones acerca del origen de la misma.

La información que aportan las encuestas es que en el 44% es por la propia Universidad, el 26% por los propios alumnos, el 17% por las Comunidades Autónomas, el 9% por los Ayuntamientos y el 4% por las Diputaciones.

Una gran mayoría de las Asociaciones desconoce el origen de la financiación de los Programas, en los Modelos Mixtos es donde se dispone de más información, ya que son en un porcentaje muy amplio soportados por los propios alumnos.

La mayoría de las Asociaciones considera que deben ser Universidades quienes aporten y soporten la financiación.

4.5. Modelo de Docencia

Al estar la mayoría de los Programas basados en el Modelo Francés, en el 67% de los casos el control de la docencia se hace por créditos, siendo solamente el 33% por otros y variados modelos de control.

En este Modelo y en los Mixtos, después de pasar la formación establecida en cada uno de los mismos, los alumnos pueden seguir estudiando asignaturas sueltas.

4.6. Relaciones con la Universidad y con el/la Coordinador/a

La valoración que hacen las Asociaciones de Alumnos de su relación con los responsables de las Universidades es alta, encontrándose la mayoría entre 6 y 10 puntos, de una escala de 1 a 10, siendo alta también la relación con el/la Coordinador/a de los Programas.

4.7. Plan Bolonia

En este punto tan importante para el Programa hay una dispersión, desconocimiento y falta de información grandes. De todas las encuestas recibidas, solamente el 1,6% tiene representación en el Claustro de la Universidad y el 1,6% tiene título homologado con el Plan Bolonia, que corresponde a las Universidades que tienen representación de los alumnos del Programa de Mayores.

Lo más negativo refleja que el 38% no está haciendo nada por el Plan Bolonia y sólo el 13% está trabajando para conseguir estar dentro.

Es un buen momento para poner en valor dentro de las Asociaciones de Alumnos Mayores Universitarios el trabajar por este objetivo.

4.8. Titulación

La titulación y unificación de la misma en todas las Universidades donde se imparten Programas de Formación de Mayores es un punto donde confluyen todos los comentarios. La opinión generalizada es que ya es hora de que los Programas de Formación de Mayores de las Universidades dispongan de una titulación propia, así como su propia denominación.

4.9. Unificación de Programas

Se desprende de todas las encuestas la necesidad de que las asignaturas de los Programas de Formación de Mayores se encuentren dentro de las propias Universidades,

para que dependan del Ministerio de Educación y que el Modelo Francés sea la base para unificar todos los Programas.

En este momento de la encuesta, el 67% es el Francés, Mixto el 22% y otros 11%.

Si las asignaturas troncales fueran comunes para todos los Programas y las optativas ajustadas a las características de cada Universidad, se podrían realizar intercambios de alumnos/as, que seguirían su formación en otras Universidades.

4.10. La opción de los Seminarios

Los Seminarios son actividades promovidas por las Asociaciones de Alumnos, financiadas por los mismos alumnos o por organismos oficiales dentro del proceso de la Formación Continua a lo Largo de la Vida. La financiación de dichas actividades es compartida en algunas universidades al 50%.

Estos Seminarios representan una buena línea de formación, ya que son complementarios con el 75% con la asignaturas del Programa de Formación, y en el 50% impartidos por la propia Universidad. Son optativos en todas las Universidades.

En las Universidades de Navarra, Valladolid y Murcia es donde más se imparte este tipo de enseñanza.

5. CONCLUSIONES FINALES

Un análisis del estudio de esta encuesta nos lleva a determinar la necesidad de realizar cambios en un Programa que ha nacido partiendo de diferentes soluciones a la Formación Universitaria de los Mayores y que, después del tiempo transcurrido y la implantación del Plan Bolonia, es origen de una revisión y puesta al día en todas las Universidades españolas en los siguientes puntos:

- Titulación propia para los alumnos del Programa de Mayores a nivel nacional.
- Asignaturas troncales comunes, que permitan un Programa propio a nivel de todas las Universidades.
- Programa dependiente del Ministerio de Educación.
- Adecuación del Programa al Plan Bolonia, ajustándose a las necesidades de formación de los alumnos del Programa.
- Seminarios programados por las Asociaciones de Alumnos Mayores Universitarios que sean requeridos y que sean compatibles con los estudios del Programa.

¹ BASTANTE SICILIA A. "LA FORMACIÓN CONTINUA Y EL PROCESO DE INTEGRACIÓN DE LOS MAYORES EN LAS UNIVERSIDADES: ASPIRACIONES Y OBJETIVOS". EN ACTAS DE LAS XI JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS DE MAYORES 2011; PÁGINAS 31-45. ASOCIACIÓN DE ALUMNOS DE LA UNIVERSIDAD PERMANENTE MILLÁN SANTOS- UNIVERSIDAD DE VALLADOLID.

² "COLABORACIÓN CON PROFESORES." [HTTP://WWW.AULASDEFORMACIONABERTA.COM/](http://www.aulasdeformacionaberta.com/)



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Epílogo

EPÍLOGO

O futuro do envellecemento é un futuro brillante. Nas sociedades avanzadas, facernos maiores xa non é sinónimo de decadencia física e mental, senón parte da realidade vital continuamente cambiante do ser humano, onde as experiencias vividas prepáranos para novos retos imposibles a idades máis temperás.

Neste contexto, a Formación ao Longo de toda a Vida toma unha importancia fundamental, xa que necesitamos desenvolver novas habilidades e adquirir novos coñecementos que nos permitan gozar ao máximo das novas oportunidades que a vida nos ofrece en cada momento. Sen unha formación actualizada é moi difícil gozar de maneira plena do que a vida nos ofrece.

Por outra banda, todo parece indicar que por fin os avances tecnolóxicos van ser un instrumento fundamental para facer realidade ese futuro. Cada vez mais, os produtos e solucións no

ámbito das tecnoloxías da información e as comunicacións estarán dirixidas a un público moito máis amplo e tratarán de resolver problemas reais de persoas reais. Estarán dispoñibles moi pronto desenvolvementos que farán que a vida das persoas maiores sexa menos estresante e que estas poidan realizar máis actividades de forma independente. Doutra banda, as familias disporán de novos medios para axudar aos seus maiores e asegurarse de que senten seguros e felices.

Como ven os nosos séniors a invasión tecnolóxica nos fogares, onde ata o frigorífico conectárase a Internet para repor o seu contido? Como manexamos os espazos urbanos e como podemos axudar a que eses espazos sexan máis accesibles? Como conseguir que as transaccións *online*, cada vez máis populares nas nosas relacións cos bancos, os medios de transporte ou o comercio, parézannos algo máis tanxible e menos elusivo?

Os retos son moitos, pero a motivación para afrontalos é aínda maior.

Manuel Fernández Iglesias,

*Vicerreitor de Extensión universitaria e
Relacións Internacionais
de Universidade Vigo*

EPÍLOGO

El futuro del envejecimiento es un futuro brillante. En las sociedades avanzadas, hacernos mayores ya no es sinónimo de decadencia física y mental, sino parte de la realidad vital continuamente cambiante del ser humano, donde las experiencias vividas nos preparan para nuevos retos imposibles a edades más tempranas.

En este contexto, la Formación a lo Largo de toda la Vida toma una importancia fundamental, ya que necesitamos desarrollar nuevas habilidades y adquirir nuevos conocimientos que nos permitan disfrutar al máximo de las nuevas oportunidades que la vida nos ofrece en cada momento. Sin una formación actualizada es muy difícil disfrutar de manera plena de lo que la vida nos ofrece.

Por otra parte, todo parece indicar que por fin los avances tecnológicos van a ser un instrumento fundamental para hacer realidad ese futuro. Cada vez más, los productos y soluciones en el ámbito

de las tecnologías de la información y las comunicaciones estarán dirigidas a un público mucho más amplio y tratarán de resolver problemas reales de personas reales. Estarán disponibles muy pronto desarrollos que harán que la vida de las personas mayores sea menos estresante y que éstas puedan realizar más actividades de forma independiente. Por otro lado, las familias dispondrán de nuevos medios para ayudar a sus mayores y asegurarse de que se sienten seguros y felices.

¿Cómo ven nuestros séniors la invasión tecnológica en los hogares, donde hasta el frigorífico se conectará a Internet para reponer su contenido? ¿Cómo manejamos los espacios urbanos y cómo podemos ayudar a que esos espacios sean más accesibles? ¿Cómo conseguir que las transacciones *online*, cada vez más populares en nuestras relaciones con los bancos, los medios de transporte o el comercio, nos parezcan algo más tangible y menos elusivo?

Los retos son muchos, pero la motivación para afrontarlos es todavía mayor.

Manuel Fernández Iglesias,

*Vicerrector de Extensión Universitaria y
Relaciones Internacionales
de la Universidad de Vigo*



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO

EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Bibliografía específica

BIBLIOGRAFÍA ESPECÍFICA

PUBLICACIONES Y ENLACES SOBRE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES Y ASOCIACIONISMO

- **ENCUENTROS NACIONALES DE PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES.** Organizadas por la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM). Conclusiones en www.aepumayores.org.
- GUIRAO, M y SÁNCHEZ, M. (coord.) (1998): *Actas del Primer Encuentro Nacional sobre Programas Universitarios para Mayores*. Granada: Grupo Editorial Universitario.
- Universidad de la Experiencia, (1999). *Actas del III Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Personas Mayores*. Salamanca: Publicaciones Universidad Pontificia de Salamanca.
- AAVV. *Actas del V Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Mayores (2001): "Hacia una Universidad Internacional"*. Universidad de la Laguna. Tenerife.
- BRU RONDA, C. (coord.) (2002): *Actas VI Encuentro Nacional de Programas universitarios de Mayores*. Consellería de Bienestar Social. Universidad Permanente de Alicante.
- LORENZO VICENTE, Juan Antonio (dir.) (2003): *Políticas Sociales, educativas y financiación de la formación universitaria de las Personas Mayores y su proyección social*. *Actas del VII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Personas Mayores*. Madrid: Imserso.
- HOLGADO SANCHEZ, Adoración y RAMOS BERNAL, M^a Teresa (coord.): *Actas del VIII Encuentro Nacional de Programas Universitarios para Personas Mayores (Coreses-Zamora 2004): "Una apuesta por el aprendizaje a lo largo de toda la vida"*. Madrid: Imserso, 2006
- PALMERO CÁMARA, M^a Carmen (Coord.) (2008): *X Encuentro Nacional de programas Universitarios para Mayores: "Formación Universitaria de personas mayores y promoción de la autonomía personal. Políticas socieducativas, metodológicas e innovaciones"*. Burgos: Servicio de Publicaciones Universidad de Burgos.
- VILA, Neus y MELERO, Ángel M^a (coord.) (2010): *Actas del XI Encuentro Estatal de Programas Universitarios para Mayores: "La Calidad en los Programas Universitarios para Mayores: procesos, aplicaciones y finalidades"*. Lleida: Ediciones de la Universidad de Lleida (CD-ROM)
- BRU, Concepción (coord.) (2011): *Actas del IV Congreso Iberoamericano de Universidades para Mayores CIUUMM 2011: "Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y cooperación internacional en los programas universitarios para Mayores"*. Alicante: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Alicante, Alicante.

– CIVERA MOLLÁ, Cristina (coord.) (2013): *Actas del XIII Encuentro Estatal de Programas Universitarios para Mayores: “Nuevos tiempos, Nuevos retos para los Programas Universitarios para Mayores. Servei d’Extensió Universitària. Universitat de València.*

• **JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO DE LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES.** Convocadas por la Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de Alumnos y Exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS). Comenzó en el V Encuentro de AEPUM. Conclusiones en:

www.caumas.org

– LEAL GIL, Eva (Coord.) (2011): *Actas de las X Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores: “Diez Años de Encuentros”.* Valladolid: Asociación de Alumnos de la Universidad Permanente Millán Santos. Universidad de Valladolid (UVA).

– LEAL GIL, Eva (Coord.) (2012): *Actas de las XI Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores: “Envejecimiento Activo en la Sociedad del Conocimiento”.* Madrid: Asociación de Estudiantes del Programa Universitario para Mayores de la Universidad Autónoma de Madrid (AEPUMA). Universidad Autónoma de Madrid (UAM).

– LEAL GIL, Eva (Coord.) (2013): *Actas de las XII Jornadas sobre Asociacionismo en los Programas Universitarios de Mayores: “De la*

Experiencia a la Excelencia: Creciendo en Bienestar”. Córdoba: Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Cátedra Intergeneracional Profesor Francisco Santisteban de la Universidad de Córdoba (UCO). Diputación de Córdoba.

- **REVISTA MADUREZ ACTIVA.** Publicación especializada en I+D en envejecimiento Activo y Programas y Asociaciones universitarias de Mayores, editada por la Federación Andaluza de Asociaciones de Aulas Universitarias de Mayores (FADAUM) con carácter Nacional. Premio al Mejor Medio de Comunicación sobre Personas Mayores de la Junta de Andalucía (BOJA 213/2013). Números editados disponibles en formato PDF: www.fadaum.org/madurezactiva.html
- **REVISTA SÉNIORS UNIVERSITARIOS.** Publicación digital, de periodicidad trimestral editada por la Federación Galega de Asociacions Universitarias Seniors (FEGAUS), sobre estudios, análisis, encuestas, informes, actividades y entrevistas referentes a los Programas Universitarios de Mayores y a la labor del asociacionismo vinculado. www.revistadigital seniorsuniversitarios.com
- **LA REVISTA.** Publicación digital periódica de la Federación de Asociaciones de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León (FASUNEX), sobre las actividades y programas de las Asociaciones Universitarias de Mayores en favor de la sociedad y las nuevas tecnologías. www.fasunex.org/la-revista/



XIII JORNADAS

INTERNACIONALES SOBRE ASOCIACIONISMO
EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES



Directorio

ASOCIACIONES UNIVERSITARIAS DE PERSONAS MAYORES EN ESPAÑA
PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES EN ESPAÑA

ASOCIACIONES UNIVERSITARIAS DE PERSONAS MAYORES EN ESPAÑA¹

(Por orden alfabético).

Andalucía

- Asociación de Alumnos y Ex Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada (ALUMA).
- Asociación AMUNG de la Universidad de Granada en Guadix.
- Asociación BASTI de la Universidad de Granada en Baza.
- Asociación de Alumnos y Ex Alumnos del Aula Permanente de la Universidad de Granada en Ceuta (AULACE).
- Asociación de Alumnos y Ex Alumnos del Aula Permanente de Formación Abierta de la Universidad de Granada en Motril (UGRAMOTRIL).
- Asociación de Alumnos y Ex Alumnos de la Cátedra Intergeneracional «Profesor Francisco Santisteban» de la Universidad de Córdoba.
- Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Cátedra Intergeneracional «Prof. Francisco Santisteban» de la Universidad de Córdoba en Puente Genil.
- Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Cátedra Intergeneracional de la Universidad de Córdoba en Priego de Córdoba.
- Asociación de Estudiantes Universitarios «Gaudeamus Igitur» de la Universidad de Cádiz.
- Asociación de Estudiantes Universitarios AUM Virgen de Europa de la Universidad de Cádiz.
- Asociación de Estudiantes Universitarios del Aula de Mayores de la Universidad de Cádiz «Campus de Jerez».
- Asociación de estudiantes universitarios del Aula de Mayores de la Universidad de Cádiz «JULIA TRADUCTA» Campus de Algeciras.
- Asociación de Mayores Amigos de la Universidad de Málaga (AMADUMA).
- Asociación de Mayores en la Universidad de Almería «Concha Zorita» (AMUAL).
- Asociación Universitaria del Aula de Mayores y de la Experiencia de la Universidad de Huelva (AUMAE).
- Asociación Universitaria del Aula de la Experiencia de la Universidad de Sevilla.
- Asociación de Alumnos del Aula de la Experiencia “Maese Rodrigo” de la Universidad de Sevilla en Mairena del Aljarafe.

¹ RECOPIACIÓN ACTUALIZADA, REALIZADA POR LA PERIODISTA Y PROFESORA EVA LEAL GIL PARA SU INVESTIGACIÓN DOCTORAL SOBRE ASOCIACIONISMO UNIVERSITARIO DE MAYORES EN ESPAÑA.

- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos Aula Abierta de Mayores de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla en Castilleja de la Cuesta.
- Asociación Aula Abierta de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla en Bormujos.
- Asociación universitaria “Saber y Experiencia” de Carmona de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla.
- Asociación de Antiguos Alumnos del Aula Abierta de Mayores de Gines de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla.
- Asociación Aula de Mayores de Alcalá de Guadaíra de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla.

Aragón

- Asociación de Mayores de la Universidad de la Experiencia de Zaragoza (AMUEZ).

Asturias

- Asociación de Alumnos PUMUO de la Universidad de Oviedo.

Baleares

- Associació de Alumnes i Exalumnes de la Universitat Oberta per a Majors (ASSAXAUOM).

Canarias

- Asociación «Peritia et Doctrina» de la Universidad de las Palmas de Gran Canaria.
- Asociación de Mayores de la Universidad de La Laguna (AMULL).

Cantabria

- Asociación de Alumnos del Programa Senior de la Universidad de Cantabria (PASUCOS).

Castilla-La Mancha

- Asociación Alumnos y Exalumnos Universidad de Mayores de Castilla-La Mancha en Cuenca “Teresa de Luna” (ADAUMA).
- Asociación de alumnos de la Universidad de Mayores “José Saramago” de Castilla-La Mancha en Albacete (ASAUMA).
- Asociación de Alumnos Universidad de Mayores «José Saramago» de Castilla-La Mancha en Toledo (ADAUM).

- Asociación de la Universidad “José Saramago” de Castilla-La Mancha en Talavera (ASAUMA).
- Asociación de Alumnos de la Universidad “José Saramago” de Castilla-La Mancha en Ciudad Real.

Castilla y León

- Asociación de Alumnos de la Universidad Permanente Millán Santos de Valladolid (AUMISAN).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad de la Experiencia de la Universidad de León (ASUNEX).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad de la Experiencia de la Universidad de León en Astorga.
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de BURGOS-UBU.
- Asociación de Alumnos Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad de Burgos en Aranda de Duero (APIUB).
- Asociación de Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad de Burgos en Miranda de Ebro.
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad Experiencia de la Pontificia de Salamanca en Burgos (BURGOS-UPSA).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad Pontificia de Salamanca en Valladolid (VA-UPSA).
- Asociación de Alumnos y Exalumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad Pontificia de Salamanca (SA-UPSA).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad de Salamanca en Toro.
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad de Salamanca en Zamora (ZA-USAL).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad de Salamanca (SA-USAL).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad de Salamanca en Ávila.
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad Católica de Ávila en Arévalo (UCAVILA).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de la Universidad de Valladolid en Palencia.
- Asociación de Alumnos y Exalumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla y León de la Universidad de Valladolid en Soria (SO-UVA).

- Asociación de Antiguos Alumnos de la Universidad de la Experiencia de la Universidad Europea Miguel de Cervantes en Medina del Campo (UEMC).

Cataluña

- Associació d'Alumnes i Exalumnes del Programa Sénior de la Universitat de Lleida.
- Associació d'Estudiants «Plus Actiu» de la Universidad Autónoma de Barcelona.
- Asociación d'Aules d'Extensió Universitaria per la Gent Gran de la Universidad de Girona.
- Asociación d'Aules d'Extensió Universitaria per la Gent Gran de la Universidad de Lleida.

Comunidad de Madrid

- Asociación Alumnos Universidad de Mayores de Comillas en Madrid (AUDEMAC).
- Asociación Cultural Alcarreña de Alumnos de Humanidades Senior de la Universidad de Alcalá de Henares en Guadalajara (ACASENIOR).
- Asociación de Alumnos de la Universidad de Mayores de Alcalá de Henares (ASALUMA).
- Asociación Universitaria de Mayores de Alcalá (AUDEMA). Universidad de Alcalá de Henares.
- Asociación de Alumnos Mayores de la Universidad Carlos III de Madrid (ALMUCAT).
- Asociación de Alumnos Mayores Universidad Complutense de Madrid (ADAMUC).
- Asociación de Estudiantes del Programa Universitario para Mayores de la Universidad Autónoma de Madrid (AEPUMA).
- Asociación Mayores Universidad Rey Juan Carlos (AMURJC).

Comunidad Valenciana

- Asociación de Alumnos de la Experiencia de la Universidad CEU San Pablo en Valencia (ADAEXP).
- Asociación de Alumnos y Exalumnes Senior de la Universidad Politécnica de Valencia (ASEU).
- Asociación de Amigos de La Nau Gran de la Universidad de Valencia.
- Asociación de Alumnos y Ex-alumnos de la Universidad Permanente de Alicante (AAUP).
- Asociación de Alumnos y Exalumnes de las Aulas Universitarias de la Experiencia de la Universidad Miguel Hernández en Elche, CAMINOS.
- Asociación de Alumnos, Exalumnes y Amigos de las Aulas de los Mayores de la Universidad Miguel Hernández en Elche, LA GALIA.
- Asociación de Mayores Universitaria Oriol de la Universidad Miguel Hernández en Orihuela.

Extremadura

- Asociación Universitaria de Mayores de Extremadura (AUMEX).

Galicia

- Asociación IV Ciclo de la Universidad de Santiago de Compostela.
- Asociación IV Ciclo del Campus de Lugo de la Universidad de Santiago de Compostela.
- Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Universidad Senior de La Coruña (ADAYEUS).
- Asociación de Alumnos y Exalumnos Senior de la Universidad de Vigo. Campus de Pontevedra (ASAEXS).
- Asociación de Aulas de Formación Abierta de la Universidad de Vigo. Campus de Vigo. (AULAS ABERTAS).
- Asociación de Estudiantes de Aulas de Formación Abierta de la Universidad de Vigo. Campus de Orense.
- Asociación de Alumnos de la Universidad Senior del Campus de Ferrol de la Universidad de la Coruña.

La Rioja

- Asociación de Alumnos y Exalumnos de la Universidad de Experiencia la Rioja (ADEX-RIOJA).

Murcia

- Asociación Universitaria «Rector Sabater» del Aula de Mayores de la Universidad de Murcia (ARSUMAM).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos de la Universidad Politécnica de Cartagena (UMAY).
- Asociación Universitaria “Musso Valiente” de la Universidad de Murcia en Lorca.

Navarra

- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Aula de la Experiencia de la Universidad Pública de Navarra (AULEXNA).
- Asociación de Alumnos y Antiguos Alumnos del Aula de la Experiencia de la Universidad Pública de Navarra en Tudela.

País Vasco

- Asociación Cultural de Alumnos y Exalumnos de las Aulas de la Experiencia de la Universidad del País Vasco-Campus de Guipuzcoa (ACEX-ESKE).
- Asociación de Alumnos y Ex-Alumnos Cultura y Solidaridad de la Universidad de Deusto.

CONFEDERACIÓN Y FEDERACIONES DE ASOCIACIONES UNIVERSITARIAS DE MAYORES EN ESPAÑA

- Confederación Estatal de Asociaciones y Federaciones de alumnos y exalumnos de los Programas Universitarios de Mayores (CAUMAS).
- Federación Andaluza de Asociaciones de Aulas Universitarias de Mayores (FADAUM).
- Federación de Asociaciones de Alumnos Mayores vinculados a las Universidades de la Comunidad Autónoma de Madrid (FAMUCAM).
- Federación de Asociaciones de Alumnos y Exalumnos del Programa Interuniversitario de la Experiencia de Castilla-León (FASUNEX).
- Federación Gallega de Asociaciones Universitarias Senior (FEGAUS).
- Federación de Asociaciones Universitarias de Mayores de Valencia.

OTRAS ORGANIZACIONES DE ALUMNOS MAYORES DE INTERÉS CON RESPALDO UNIVERSITARIO

- Grupació d'Aules de Formació Permanent per a la Gent Gran de Catalunya (AFOPA).
- Asociación General de Antiguos Alumnos de la Universidad Autónoma de Madrid. Sección Antiguos Alumnos PUMA (AGAA-PUMA).
- Asociación de Antiguos Alumnos 3 de Marzo de la Universidad de Huelva.
- Asociación Universitaria "Saavedra Fajardo". Universidad de Murcia.
- Asociación: Oferta Cultural de Universitarios Mayores (OFECUM).
- Asociación General de Antiguos Alumnos de la Universidad Autónoma de Madrid. Sección Antiguos Alumnos PUMA.
- Confederación Española de Aulas de Tercera Edad (CEATE).
- Federación de Asociaciones de Antiguos Alumnos y Amigos de las Universidades Españolas.
- Federación Española de Universidades Populares (FEUP).
- Asociación de Universidades Populares de Extremadura (AUPEX).
- Asociación Cultural Galega de Formación Permanente de Adultos-Aulas de Tercera Edad.

PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA MAYORES EN ESPAÑA (1)

Andalucía

- Universidad de Almería: Mayores en la Universidad. Ciencia y Experiencia.
- Universidad de Cádiz: Aula Universitaria de Mayores.
- Universidad de Córdoba: Cátedra Intergeneracional Profesor Francisco Santisteban.
- Universidad de Granada: Aula Permanente de Formación Abierta.
- Universidad de Huelva: Aula de Mayores y de la Experiencia.
- Universidad de Jaén: Programa Universitario de Mayores.
- Universidad de Málaga: Aula de Mayores.
- Universidad de Sevilla: Aula de la Experiencia.
- Universidad Pablo de Olavide: Universidad Abierta de Mayores.

Aragón

- Universidad de Zaragoza: Universidad de la Experiencia.

Asturias

- Universidad de Oviedo: Programa Universitario para Mayores PUMUO.

Baleares

- Universidad de las Islas Baleares: Universitat Oberta Per a Majors (UOM).

Canarias

- Universidad de La Laguna: Programa Universidad para Mayores.
- Universidad de las Palmas de Gran Canaria: Peritia et Doctrina.

Cantabria

- Universidad de Cantabria: Programa Senior.

Castilla-La Mancha

- Universidad de Castilla-La Mancha: Universidad de Mayores José Saramago.

¹ FUENTE AEPUM [HTTP://WWW.AEPUMAYORES.ORG](http://www.aepumayores.org)

Castilla y León

- Programa Interuniversitario de la Experiencia que integra las ocho universidades públicas y privadas de la Comunidad Autónoma: IE Universidad, Universidad de Burgos, Universidad Católica Santa Teresa de Jesús de Ávila, Universidad Europea Miguel de Cervantes, Universidad de León, Universidad Pontificia de Salamanca, Universidad de Salamanca y Universidad de Valladolid.
- Universidad de Valladolid: Universidad Permanente Millán Santos.
- Universidad de Burgos: Universidad Abierta a Personas Mayores.

Cataluña

- Universidad Autónoma de Barcelona: Universitat a L'Abast.
- Universidad de Barcelona: Aules per a la gent Gran.
- Universidad de Girona:
 - Formació Universitària per a Majors de 50 anys "Aula Josep Torrellas".
 - Aules d'Extensió Universitària per a la Gent Gran.
- Universidad de Lleida:
 - Aules d'Extensió Universitària per a la Gent Gran.
 - Programa Senior.
- Pompeu Frabra: Aules de Formació Permanent.
- Universidad Politècnica de Catalunya:
 - Aules d'Extensió Universitària per a la Gent Gran.
 - Diploma en Ciencia, Tecnología y Sociedad.
- Universidad Ramon Llull: Programa Universitari per a Gent Gran (PUGG) de la Fundació Pere Tarrés.
- Universidad Rovira i Virgili: Aules d'Extensió Universitària per a la Gent Gran (AEUGG).
- Universidad de Vic: Aules d'Extensió Universitària Gent Gran d'Osona.

Comunidad de Madrid

- Universidad de Alcalá de Henares: Universidad para los Mayores.
- Universidad Autónoma: Programa Universidad para los Mayores (PUMA).
- Universidad Cardenal Cisneros: Universidad de Mayores (Diploma universitario en Ciencias Sociales y Humanidades).
- Universidad Carlos III:
 - Universidad para los Mayores.

- Programa “Cultura Universal”.
- Universidad CEU San Pablo: Universitas Senioribus.
- Universidad Complutense: Universidad para los Mayores.
- Universidad UMA La Salle: Programa Universitario de Formación Permanente en Humanidades y Ciencias Sociales.
- Universidad Pontificia de Comillas: Universidad de Mayores.
- Universidad Rey Juan Carlos: Universidad de Mayores.
- Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED): UNED SENIOR.

Comunidad Valenciana

- Universidad de Alicante: Universidad Permanente (UPUA).
- Universidad Cardenal Herrera CEU: Aulas Universitarias de la Experiencia.
- Universidad Miguel Hernández: Aulas Universitarias de la Experiencia (AUNEX).
- Universidad Jaume I de Castellón: Universitat per a Majors.
- Universidad de Valencia: La Nau Gran.
- Universidad Politécnica de Valencia: Universidad Senior.
- Valencia-Centre Internacional de Gandia: Universitat dels Majors.

Extremadura

- Universidad de Extremadura: Universidad de los Mayores.

Galicia

- Universidad de la Coruña: Universidade Senior.
- Universidad de Santiago de Compostela: IV Ciclo Universitario.
- Universidad de Vigo: Aulas de Formación Aberta.

La Rioja

- Universidad de la Experiencia de la Fundación de la Universidad de la Rioja.

Murcia

- Universidad de Murcia: Aula Senior.
- Universidad Politécnica de Cartagena: Universidad de Mayores.

Navarra

- Universidad Pública de Navarra: Aula de la Experiencia con el Diploma de Ciencias Humanas y Sociales.
- Universidad de Navarra: Programa Senior.
- Universidad para Mayores Francisco Ynduráin-Bilaketa.

País Vasco

- Universidad de Deusto: Titulado Universitario en Cultura y Solidaridad.
- Universidad del País Vasco: Aulas de la Experiencia de Bizkaia.

OTROS PROGRAMAS ACADÉMICOS DE INTERÉS

- Universidades Populares de Extremadura: Nuestros Mayores Activos.
- UNATE: Universidad Permanente en Cantabria.
- Universidad de Adultos de la Fundación UPDEA.
- Universidad de mayores Experiencia Recíproca (UMER).
- Universidad de Mayores del Colegio Oficial de Filosofía y Letras y Ciencias de Madrid.
- Universidad para Mayores de la Universidad Internacional de la Rioja.
- Universidad Tomás Moro (Fundación Intereconomía de Madrid).

PROGRAMAS UNIVERSITARIOS PARA PERSONAS MAYORES DE PORTUGAL, PAIS INVITADO A LAS XIII JORNADAS SOBRE ASOCIACIONISMO EN LOS PROGRAMAS UNIVERSITARIOS DE MAYORES (*)

- Universidade Sénior da Curia
- Instituto Cultural Sénior (Águeda)
- Instituto Sénior da Misericórdia de Ovar
- Universidade Sénior da Mealhada - CADES
- Universidade Sénior de Águeda
- Universidade Sénior de Cacia
- Universidade Senior de Castelo de Paiva
- Universidade Sénior de Esmoriz
- Universidade Sénior de Espinho
- Universidade Sénior de Oliveira de Azeméis
- Universidade Sénior de Oliveira do Bairro
- Universidade Sénior de Rotary em Estarreja
- Universidade Senior de Vagos
- Universidade Sénior de Vale de Cambra
- Universidade Sénior do Rotary Club de São João da Madeira
- Universidade Senior Fundação Prior Sardo
- Universidade Sénior Contemporânea - Lisboa

(*) PARA MÁS INFORMACIÓN SE PUEDE CONSULTAR LA RUTIS, (ASSOCIAÇÃO REDE DE UNIVERSIDADES DA TERCEIRA IDADE), UNA INSTITUCIÓN DE UTILIDAD PÚBLICA QUE REPRESENTA A LAS UNIVERSIDADES SENIOR (UTIS) PORTUGUESAS: WWW.RUTIS.ORG



Escola Universitaria Estudios Empresariais

Centro donde se realiza el primer Ciclo Intensivo del
Programa de Mayores de la Universidad de Vigo-Campus de Vigo



9 788481 586510