

La Orientación y la Animación con personas mayores

M^a de la O Toscazo Cruz

Universidad de Huelva

La autora de este artículo considera que trabajar con personas mayores no es nada fácil e incluso se atreve a manifestar que hay que implicarse mucho, tener paciencia y dedicación. Esto no quita mérito a un campo de trabajo abierto para los futuros psicopedagogos ya que, cada vez más, las funciones de este profesional no se centra única y exclusivamente en el ámbito escolar sino que se están abriendo otros campos en los cuales la figura de un orientador sería primordial como mediador, dinamizador y animador.

1. Introducción

Resulta algo difícil abordar el tema de las personas mayores sin tener, previamente, claro la terminología que se va a emplear. A simple vista, parece que esta cuestión no debería ocasionar malentendidos, sin embargo, la utilización de multitud de términos para referirse a este grupo de edad, una vez que se ha alcanzado la jubilación, tales como: ancianos, viejos, mayores, Tercera Edad, etc., implica que cada uno posee diferentes connotaciones con mayor o menor carga de significación. Nosotros, en este artículo, emplearemos desde este momento la denominación de personas mayores, que como colectivo no se caracteriza por su homogeneidad puesto que las situaciones personales, culturales, sociales, económicas... pueden ser diferentes en función de los casos. Independientemente de los condicionantes y situaciones particulares, lo que sí parece estar claro y coincidente para todos es el tiempo libre de que disponen, tema en el que vamos a trabajar con más detenimiento.

En ocasiones diversas se suele decir que quien llega a la jubilación dispone de todo el tiempo libre y, bajo nuestra opinión, aunque esta afirmación

es cierta añadimos la coetilla de que, por lo general, no se sabe hacer un buen uso del mismo. Llegados a este momento, la inactividad se apropia, en gran parte, de ellos y, a veces, no saben o no conocen cómo pueden sacar el máximo partido a ese tiempo.

Es cierto que para algunas personas, esta etapa supone una descalificación por el simple hecho de pensar que el valor fundamental de sus vidas, es decir, el trabajo, ha desaparecido -e incluso formas de pensar- que, puede conducirles a la soledad y a la desintegración total. Como desaparece el trabajo, el esfuerzo, el rendimiento laboral y la pertenencia al sistema social, piensan que son improductivos y que ya no son útiles a la sociedad. A pesar de ello, las personas que gozan de buena salud y que se sientan instruidos, pueden continuar participando socialmente y desarrollar diferentes formas de vida después de la jubilación.

Al hilo de lo que comentábamos al inicio de este artículo, estas personas disponen de más tiempo libre aunque, en algunos casos, no saben cómo ocuparlo o en qué invertirlo.

Lo que sí está claro es que el ocio requiere una decisión libre y autónoma y, para lo que muchas personas no están preparadas. En este sentido, nosotros como orientadores jugamos un papel muy importante en sus vidas ya que, somos facilitadores en la participación ciudadana y gracias a la trayectoria y al bagaje de que ellos disponen pueden ser de gran utilidad para otros colectivos e incluso para el resto de sus compañeros. A nuestra función como orientadores le sumamos otra, que es la de animadores, así pues y como considera González Vizcaíno (1995), «el animador pretende provocar la inquietud de un aprendizaje continuo que permita a los mayores entender los cambios rápidos de nuestra sociedad y participar activamente en su realidad cotidiana».

2. La jubilación: momento clave para orientar

El hecho de «estar a punto de jubilarse» constituye un punto de ruptura con la situación profesional que se ha desempeñado. Ello supone la desconexión entre el trabajo y el no trabajo, entre la actividad y la pasividad laboral. Como en todo momento de ruptura, es necesario establecer nuevos mecanismos de ajuste para adaptarse a las nuevas situaciones. Por supuesto, de la naturaleza de estos mecanismos va a depender el que el proceso de adaptación se realice en unas u otras condiciones. Así pues, existen algunas variables en la situación de la persona, tales como el nivel cultural, social, económico, modo de vida, situación geográfica y contextual, etc. que si han influido en la etapa activa de la persona, por supuesto, también va a influir en esta nueva fase.

Lo que verdaderamente preocupa al jubilado es buscar una nueva utilidad o forma de gastar el tiempo. Este sentimiento de utilidad es fundamental

en sus vidas y, como no, en su nueva identidad. Coincidimos con Elizasu (1999: 168) cuando señala que resplandece este sentimiento de utilidad que se confirma a través de otros que señalamos a continuación:

- *Sentimiento de pertenencia*. Abandonado el medio laboral, el individuo busca una nueva integración, elige su pertenencia y se integra en otro grupo.

- *Sentimiento de valor*. El jubilado ya no trabaja, al menos en el sentido económico del término. Si acepta esta situación, tiene, sin embargo, la preocupación casi constante de decir que es todavía capaz de realizar algo y que se siente desvalorizado antes de lo previsto.

- *Sentimiento de confianza*. Con la exclusión del mundo del trabajo se separa a la persona de la vida colectiva porque la empresa no es sólo un lugar común de trabajo sino también un lugar social, de ahí la necesidad de crear nuevas relaciones a través de la vida cotidiana para reanudar lazos sociales. A través de las relaciones con el otro, la persona se siente en confianza consigo mismo.

- *Sentimiento de continuidad temporal*. Los individuos expresan e intentan justificar las decisiones de hoy en referencia a las elecciones efectuadas en la juventud, afirmándolo así su sentimiento de continuidad.

- *Sentimiento de diferencia*. Estas personas están fuertemente comprometidas en la vida social aunque algunos no lo estén más que después de la jubilación. Aunque definiéndose como jubilados; así pues, diferentes a los activos, se reivindican igualmente diferentes de la mayoría de jubilados considerándose como activos y ello, gracias al nuevo compromiso que han asumido.

- *Sentimiento de unidad y de coherencia*. En esta nueva etapa, la situación del jubilado es la siguiente: se le considera viejo pero él no se considera como tal; debe permanecer activo, autónomo pero ha aprendido a ser sumiso; ya no tiene trabajo pero tiene más tiempo libre, es demasiado mayor para trabajar pero no lo suficiente como para no hacer nada; está excluido del mundo del trabajo pero debe continuar estando socialmente integrado. Frente a esta situación de inestabilidad y de exclusión, el jubilado debe buscar nuevas normas, valores, roles, etc.

En la jubilación, el individuo está en la obligación de reconstruir su yo a partir de la elección que ha definido, pero también en función del período anterior; no se trata simplemente de añadir diferentes elementos sino de vigilar la unidad y la coherencia de los mismos.

- *Sentimiento de existencia.* La elaboración de ese nuevo yo debe permitir al individuo, definir objetivos para sí mismo pero también para los otros. El jubilado tienen conciencia de que esta nueva etapa tiene una duración media de veinte, veinticinco años.

Una vez llegados a este punto, debemos intervenir como orientadores y animadores. Aunque sabemos que la figura del orientar está más centrada en el ámbito más pedagógico, no podemos dejar de lado trabajar en otra parcela como es ésta, con personas mayores.

2.1. Objetivos

De forma general, nuestro objetivo se centra básicamente en ofrecer ayuda psicopedagógica a las personas que o bien están en fase de jubilación o a aquéllas que ya están jubiladas. Por otra parte, y de forma más específica nos planteamos los siguientes objetivos:

- Tomar conciencia de la realidad que van a vivir a partir de esta nueva etapa de forma que sean capaces de encontrar su identidad y autonomía personal.
- Favorecer un clima cálido y distendido en las relaciones entre estas personas.
- Mantener lazos de comunicación con diversas empresas públicas y privadas como centros donde desarrollar una amplia gama de actividades.
- Establecer contactos con las familias para que, de algún modo, sean conscientes de la situación en la que estos familiares se encuentran.
- Ofrecer diferentes alternativas de ocio y tiempo libre.
- Planificar un plan de actuación donde cada integrante asuma diversas responsabilidades.
- Mantener la independencia de la persona en la realización de las actividades de la vida cotidiana.
- Encontrarse con el mundo exterior.
- Reforzar la idea de la pertenencia a un grupo social y cultural.
- Luchar contra el aislamiento y el encierro sobre uno mismo.

- Satisfacer las necesidades de diversión y disfrute.
- Aportar conocimientos y desarrollar su cultura.
- Educar para favorecer el bienestar psicológico y la salud.

El fin último de este planteamiento está encaminado a la concienciación personal de que son útiles a la sociedad y que todavía pueden realizar diversos trabajos, bien de carácter voluntario, para que de alguna forma se sientan integrados en la sociedad actual como agentes activos.

2.2. Actividades

Las acciones encaminadas a atender las necesidades sanitarias, económicas y psicosociales de las personas mayores ya no son suficientes por sí solas. Hay que añadir la información, para tener conciencia de la situación personal y comunitaria; la toma de decisiones, para ser responsable del propio futuro; la movilización, para descubrir las causas y consecuencias de las situaciones y comprometerse en la resolución de problemas; la organización, para defender los intereses colectivos; el acceso a la cultura como autorrealización personal y la capacidad para participar activamente como agente de transformación. (Sáez Carreras, 1997).

Como indicábamos al inicio de estas páginas, nuestro trabajo se centra primordialmente en el ámbito psicopedagógico por lo que dejamos de lado lo asistencial, lo terapéutico y sanitario. Partimos de la idea de que formamos parte dentro de cualquier institución, asociación o entidad (pública o privada) que se encargue de difundir este proyecto. En esta línea, para verificar si los objetivos que nos hemos propuestos se cumplen, hemos de estructurar un plan de acción lo mejor posible.

Las actividades que proponemos se encuadran en estos grandes bloques:

- Salidas: El objetivo principal que tienen las salidas es el de romper con la monotonía del día a día y así permitir a estas personas que se muevan en otros ambientes y que se relacionen con otras personas de entornos diferentes. Las salidas pueden ser culturales y lúdicas puesto que lo más importante de todo es que estas personas se diviertan y disfruten cada momento.
- Charlas: Se organizan conferencias y reuniones con profesionales (médicos, políticos, empresarios...) para que reciban información y orientación de cualquier tema que bien, por propias iniciativas o por nuestra parte, puedan surgir.
- Talleres: Esta actividad está abierta a todo tipo de variantes que podamos realizar; por ejemplo, pueden elaborar álbumes de fotos

(familiares, de excursiones, de la ciudad...). Además, pueden escribir sus historias familiares y tomarlas como referencias para a partir de ellas, elaborar otras actividades e incluso organizar otros talleres: pintura, escritura, lectura, escultura, costura, música, madera, repujado, etc.

- Teatro: El teatro conformaría una actividad muy rica ya que las personas mayores pueden interpretar diferentes roles e incluso les puede llevar a encontrar su identidad personal. A esta actividad le podemos sumar: danzas, bailes regionales, folklore, etc.
- Viajes: También es importante, además de las salidas que se puedan realizar, de organizar viajes de más distancia y conocer otros lugares, culturas, costumbres, gastronomías...
- Encuentros: Siempre hemos confirmado la importancia que tiene el establecer lazos de comunicación entre los mayores. Si bien esto se lleva a cabo entre los de una misma comunidad, porqué no llevarlo al resto. Con ello pretendemos que exista un intercambio de experiencias y de relaciones para que sirva de ejemplo y así poder retomar lo que en un lugar se hace y en otros no. De esta forma, se contribuye a una mayor riqueza y complementariedad en las actividades.

Estas actividades son sólo un ejemplo de lo que podíamos plantear y están sujetas a la edad de cada persona, el nivel socioeconómico y cultural en que se encuentre.

Lo que sí es cierto es que para conseguir que todo salga lo mejor posible hay que hacerlo con mucho tacto y paciencia. Es importante conocer las capacidades y los gustos de cada uno a la vez que hay que tener en cuenta la personalidad para llegar a un programa individual.

Es la animación la que debe adaptarse a la persona y no en el sentido contrario. Por ello, no debe ser sólo un pasatiempo sino que debe ser la fuente de estimulaciones intelectuales y físicas variadas basadas sobre un modo atrayente que incite a participar. De ahí la importancia de motivar continuamente a estas personas a que participen de forma activa en las actividades que se plantean. Pero cuando tal motivación no existe, corresponde al orientar-animador crear las condiciones para la participación de los mayores. Para tal fin, debe:

- 1) Conocer bien a las personas mayores, sus posibilidades, deseos y expectativas, a través de la propia observación y del intercambio amistoso de experiencias y conversaciones.
- 2) Proponer actividades adaptadas a las demandas de estas personas.

- 3) Hacerse aceptar y respetar. El orientador que se toma tiempo para charlar con estas personas en una comida o tomando un café, crea muy rápidamente relaciones afectivas positivas con ellos. Si además, mantiene lazos de amistad y calor humano, establece un clima relacional de confianza entre él y el grupo facilitando los intercambios e incitando a la participación.
- 4) Establecer un clima de confianza. Para ello, se hace necesario que permita a cada uno que se exprese libremente sin emitir juicios de valor e incluso, crear situaciones que les permitan tomar conciencia de su valor y demostrar lo que todavía son capaces de hacer.
- 5) Vencer los miedos. Debemos respetar los miedos, las dudas, torpezas e intentar hacer desaparecer el sentimiento de inseguridad demostrando que está ahí para ayudar.
- 6) Dar confianza y valorizar. Para ello, se intentará hacer surgir las capacidades potenciales de cada uno practicando, de forma puntal, la pedagogía del logro, eligiendo ejercicios adaptados a las posibilidades de cada persona para no ponerla en una situación de fracaso.
- 7) Difundir la información, a través de anuncios atractivos, con sentido del humor en los espacios comunes y en tablones destinados a ello para anunciar las actividades y el calendario programado de cada una de ellas.

3. A modo de conclusión

La educación de personas mayores (dentro de la educación no formal) forma parte integrante de la amplia gama de posibilidades laborales del psicopedagogo. He aquí un ejemplo más a tomar en consideración y que puede tomarse como estudio inicial susceptible de posibles modificaciones y/o ampliaciones hacia una mejora de la calidad del sistema.

En este artículo, hemos tratado de ofrecer la situación actual que viven los jubilados además de plantear una posible propuesta de acción partiendo de un objetivo general y es que, estas personas una vez que suben un escalón en sus vidas, no se sientan desintegrados de la sociedad sino que, por el contrario, encuentren otras vías y caminos para que expresen todo lo que son capaces de hacer.

Hacemos especial hincapié en que las personas mayores si disponen de los recursos necesarios para aprovechar el ocio y el tiempo libre de que disponen, conformarían una herramienta muy útil para todos.

Hemos intentado poner en el tapiz una propuesta, aunque algo ambiciosa, sí realista puesto que intentamos que los mayores se sientan partícipes y protagonistas de sus propias acciones y desarrollo.

Referencias bibliográficas

ELIZASU, C. (1999): *La animación con personas mayores*. Madrid, CCS.

GONZÁLEZ VIZCAÍNO, E. (1995): *Jornadas por una vejez activa*. Barcelona, SG.

SÁEZ CARRERAS, J. (1997): *Tercera edad y animación sociocultural*. Madrid, Dyckinson.

Nombre de archivo: 08-Mariola Toscano
Directorio: C:\Mis documentos\@gora digit@I IV\Monográfico
Plantilla: C:\WINDOWS\Application
Data\Microsoft\Plantillas\Normal.dot
Título: Hacia una cultura de comunicación iberoamericana
Asunto:
Autor: UNC
Palabras clave:
Comentarios:
Fecha de creación: 23/02/03 10:09 p.m.
Cambio número: 6
Guardado el: 23/02/03 10:16 p.m.
Guardado por: mariló guzmán
Tiempo de edición: 7 minutos
Impreso el: 24/02/03 12:13 a.m.
Última impresión completa
Número de páginas: 8
Número de palabras: 2.496 (aprox.)
Número de caracteres: 13.731 (aprox.)