

Intervención socioeducativa dirigida a personas mayores

Autor: Férez Campos, Mercedes (Maestra. Especialidad en Educación Infantil, Maestra de Educación Infantil).

Público: Bachillerato de Ciencias Sociales. **Materia:** Ciencias Sociales. **Idioma:** Español.

Título: Intervención socioeducativa dirigida a personas mayores.

Resumen

Las personas mayores constituyen un grupo social muy diversificado, no todos son iguales. Se envejece de diferente manera según el estilo de vida que se ha llevado, el género, el trabajo desempeñado, aficiones, vida en ciudad o campo, la actitud que se ha tenido ante la vida... La mayoría de las personas mayores siguen estando en condiciones de salud adecuadas y mantienen la capacidad para vivir de forma independiente y por ello se presenta un ejemplo de una intervención socioeducativa dirigida a ellos. Envejecer no es ser viejo.

Palabras clave: Personas mayores, Intervención socioeducativa, Envejecimiento activo, Grupo social, Sociedad.

Title: Socio-educational intervention for the elderly.

Abstract

Older people are a very diverse social group, not all are the same. We old grow old in a different way according to the way of life: gender, work, hobbies, life in city or country, the attitude that we had in the life... Most older people are still in adequate health and maintain the capacity to live independently and therefore an example of a socio-educational intervention addressed to them is presented. Growing old is not being old.

Keywords: Elderly people, Socio-educational intervention, Active aging, Social group, Society.

Recibido 2017-01-09; Aceptado 2017-01-13; Publicado 2017-02-25; Código PD: 080019

Envejecer no es sinónimo de “hacerse viejo”

Las personas mayores constituyen un grupo social muy diversificado, no todos son iguales. Se envejece de diferente manera según el estilo de vida que se ha llevado, el género, el trabajo desempeñado, aficiones, vida en ciudad o campo, la actitud que se ha tenido ante la vida... Es decir nuestro estado de salud, como la visión del mundo y la actividad que somos capaces de desarrollar, a una edad avanzada, son una síntesis de la experiencia que hemos acumulado a lo largo de nuestra vida.

La mayoría de las personas mayores siguen estando en condiciones de salud adecuadas y mantienen la capacidad para vivir de forma independiente.

Los mayores tienen mucho que aportar a la sociedad: sus vivencias, la experiencia y su misma colaboración. Pueden estar jubilados por edad, pero gracias a su capacidad, muchos ancianos ocupan su tiempo en tareas no remuneradas que suponen aportes importantes a la economía y a la sociedad.

¿Podemos considerar a las personas mayores como una carga para la sociedad?

Hay gente que dice que sí. La pirámide de la población se ha invertido: La base es mucho más pequeña que el vértice. Actualmente hay más viejos que jóvenes.

Los viejos representan un costo muy elevado para el sistema de pensiones y por la atención de la salud de las personas mayores...es cierto, pero... ¿y los aportes beneficiosos que ellos dan a la sociedad? Pasaron su vida activa cotizando y ahora con los impuestos que pagaron durante su vida activa, alimentan la actividad económica y contribuyen a generar riqueza.

Los recursos que se dedican a atender las necesidades de los mayores se emplean en mejorar la calidad de vida y en crear empleo, es decir, es un retorno económico eficaz.

Mentalidad abierta que supere prejuicios y actitudes negativas: ésta es la postura de muchos mayores que con sus mitos, estereotipos y prejuicios, van creando un nuevo modelo de envejecimiento activo.

Envejecer no es lo mismo que ser viejo. El bienestar psicológico, ser felices en la última etapa de la vida es crucial para envejecer bien y vivir más tiempo.

Se dice que el aprender a no ser joven es el aprendizaje más largo y más difícil de la vida.

Uno de los grandes problemas actualmente es la falta de una figura que sepa y pueda llegar más allá del simple entretenimiento y ocupación del tiempo libre del anciano. Este objetivo, claro está, se redactaría en términos de mejora de otras muchas circunstancias a las que las personas mayores se enfrentan en esta sociedad de hoy en día.

La cuestión principal es cómo evaluar las necesidades que tienen/puedan tener y cómo contribuir a paliarlas con programas de desarrollo eficaces y fructíferos para todos.

En general no podemos olvidar que nos hallamos ante un grupo de personas mayores bastante amplio pero con un atributo común: el tiempo libre del que disponen.

Tampoco está de más recordar que lo que fundamentalmente estamos buscando es una mayor integración social que fomente un envejecimiento activo, que mejore la calidad de vida de los ancianos y que promueva la capacidad de participación en la sociedad.

Esta evaluación de necesidades se debería hacer desde la propia visión de los protagonistas, buscando la sensibilización y dinamización del colectivo de personas mayores. Lo que obtendríamos serían inquietudes reales y basándonos en ellas sería posible planificar y posteriormente implementar un plan de intervención socioeducativa.

Planteemos pues, una supuesta intervención socioeducativa para personas mayores en un supuesto centro de día.

Vamos a empezar recordando que la función de éstos es principalmente, proporcionar atención a las personas mayores que así lo necesitan. En el centro de día en el que se sitúa la intervención, encontramos personas mayores de todo tipo y se va a pretender mediante ésta y ante todo, favorecer la autonomía personal y la permanencia en el hogar con actividades culturales y recreativas que más adelante se explicitarán.

Haciendo un repaso profundo de las circunstancias del supuesto centro y de los mayores que éste acoge, se repasa en algunos de los intereses, aficiones y vocaciones de los individuos con los que se va a trabajar.

El centro de día cuenta más o menos con unos 60 usuarios habituales que diariamente acuden a estas instalaciones.

Respecto a las actividades que se ofrecen, podemos hablar de talleres, teatro, pintura, gimnasia, aquagym (dispone de piscina climatizada para el uso y disfrute de todos aquellos que así lo deseen), manualidades y cursos en formación de las nuevas tecnologías.

En cuanto a los recursos, enumero que cuenta con:

- Habitaciones individuales y dobles (para las personas que necesitan vivir allí)
- Biblioteca
- Áreas de recreación/socialización.
- Gimnasio
- Cocina y comedor
- Piscina climatizada
- Jardines de interior
- Sala de juegos

El personal está dividido en dos “bloques”: por un lado el personal directivo, dentro del cual contamos con un director y una junta de Gobierno, y por otro, el personal que establece relación directa con los usuarios, entre el cual se hayan dos médicos, un enfermero, una cocinera, una psicóloga y tres trabajadoras sociales.

Eventualmente, cuando se planifican excursiones o actividades fuera de la rutina, se contratan monitores especializados en entretenimiento, ocio y tiempo libre.

OBJETIVOS DE LA INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA:

1. “Promover un envejecimiento activo a través de la cultura y la educación”.

Partiendo de su nivel de desarrollo cultural podemos realizar actividades de implementación de éste para continuar propiciando que se desarrollen aprendizajes.

2. “Ser capaces de empatizar con los demás y expresar los propios sentimientos”.

Es importante que se sientan comprendidos y aceptados en la sociedad en la que viven, este objetivo les hará ver que son parte de un todo y que como tal, tienen derechos y obligaciones.

3. “Promover, ante todo, un envejecimiento saludable”.

Destinado al mantenimiento tanto físico como mental para trabajar de manera preventiva y mantener la autonomía el máximo tiempo posible.

4. “Fomentar la autonomía y promover la integración entre ello”.

Fomentando la autonomía conseguiremos acercarnos a nuestro segundo propósito que se basa en una integración en la mayor medida posible que ensalzará un asociacionismo muy pertinente a estas edades.

5. “Propiciar un aumento de las relaciones inter-generacionales”.

Un aumento de ellas acabará con los estereotipos negativos que versan actualmente en nuestro panorama social y todo ello será igualmente beneficioso, tanto para jóvenes como para ancianos.

ACTIVIDADES DE LA INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA:

Para dar respuesta al objetivo nº 1:

1. Torneo de conocimientos.

Se trata de un torneo como su propio indica, un concurso en el que se hacen equipos de juego de número variable y se van respondiendo a las preguntas que un jurado propone.

Conforme van fallando se van eliminando grupos por rondas y al final, los ganadores obtienen un premio.

2. Taller de nuevas tecnologías.

Traeremos a un experto en nuevas tecnologías que proporcione a nuestros ancianos algunos conocimientos básicos sobre ordenadores y programas sencillos, al igual que se propondrá trabajar con un programa muy simple que el propio ordenador lleva incorporado “Windows Movie Maker” con el que podrán hacer fotomontajes para proyectar en la fiesta del centro.

3. Visita cultural por Valencia.

Visitamos Valencia con una excursión guiada por un profesional que les enseñará los secretos de las calles y las historias que en ellas se albergan.

Verán los monumentos más representativos y las plazas más bonitas.

Actividades para dar respuesta al objetivo nº 2:

1. La palestra.

Pedimos a cada uno de los participantes que escriban en la mitad de una cartulina tres defectos y tres virtudes que individualmente consideren que tienen.

Una vez hecho esto, salen de uno en uno al centro del salón, enseñan lo que han escrito y entre todos se debate en qué estamos de acuerdo y en qué no, en qué se parecen unos a otros y qué se podría hacer por mejorar.

2. El héroe.

Esta actividad se empieza a trabajar en parejas, en cada pareja se contarán dos historias de los dos miembros de la pareja, no son historias cualquiera, tienen que ser dos relatos de sus vidas en los que se hayan sentido “héroes”, protagonistas de algo y reconocidos socialmente.

A continuación, nuevamente se intercambian las experiencias en un público más amplio. Se cuentan para uso y disfrute de todos los participantes.

3. Taller de risoterapia.

Como su propio nombre indica, no puede faltar un taller de este tipo para terminar de cumplir un objetivo de expresión de sentimientos.

Se traerá al centro a un profesional especializado que dedicará dos sesiones de hora y media cada una a intentar sacar lo mejor de cada uno de los ancianos/as.

Actividades para dar respuesta al objetivo nº 3:

1. Teatro.

Se propone la idea de llevar a cabo un teatro con su correspondiente representación.

Durante el tiempo que sea necesario se realizarán ensayos en el propio centro de día, se fomentará la participación y los diálogos de la obra serán adaptados a la capacidad cognitiva de las personas mayores.

Cuando se considere terminado, se representará.

2. Sesiones de aquagym.

Aprovechando que tenemos la piscina climatizada y no se depende del tiempo atmosférico/ estación de año en que nos encontremos, se organizarán sesiones de aquagym para aquellos que voluntariamente quieran asistir.

Se contratará un monitor dos veces por semana que les dará una hora al día. Potenciamos así un mantenimiento físico adecuado y la realización de un ejercicio que, en la medida de lo posible les hacer envejecer saludablemente.

3. La lista.

Vamos a potenciar la autonomía con esta actividad.

Para ello proponemos a nuestros mayores que hagan individualmente una lista con las cosas que se sienten capacitados para hacer sin ningún tipo de ayuda. Las listas se guardarán y día a día intentarán cumplir todo lo que pusieron, si así es se pone un punto verde al finalizar la semana, sino, se pone un punto rojo y se revisa el porqué no se ha cumplido. Pretendemos que sean lo más autónomos que sea posible y que no empiecen a “acomodarse” con pretextos de sentirse viejos o “no valer” en aquellas labores que siguen siendo capaces de desempeñar.

Actividades para dar respuesta al objetivo nº 4:

1. Taller de manualidades.

Tanto para hombres como para mujeres, que no se promueva con esta actividad el machismo, se trata de organizar un taller en el que se lleven a cabo manualidades del tipo: costura, corte y confección, alfarería, dibujo...

Mensualmente se puede hacer una exposición con aquellos trabajos que mejor hayan quedado e ir renovando la decoración del centro.

2. Juegos tradicionales.

Organización de grupos y capacidad para proporcionar a estos los materiales que les sean necesarios para confeccionar por ellos mismos los juegos más tradicionales de su infancia/juventud. Con este ejercicio fomentamos la colaboración y el trabajar juntos en algo de lo que todos somos partícipes.

Tendrán que ponerse de acuerdo en qué juegos elegir y recrear.

3. Día en familia.

Organizamos una excursión a una sierra muy cercana a la que nos llevará un autobús.

Se trata de pasar el día conviviendo y compartiendo con los demás historias que les hagan relacionarse. Se pretende hacer un típico día de campo en el cual se comerá barbacoa y se tendrá la oportunidad de disfrutar del medio ambiente.

La mayoría de las personas a estas edades sienten soledad y se ven como seres incomprendidos, mantener unas buenas amistades palia este pensamiento.

Actividades para dar respuesta al objetivo nº 5:

1. Merienda saludable

Se organiza una merienda en el propio centro de día, a la que acudirán todos los usuarios con sus nietos/as de edades comprendidas entre 10 y 25 años. Como el objetivo es aumentar las relaciones entre generaciones, creemos que esta actividad cumple totalmente el objetivo y acaba con los estereotipos negativos.

2. Periódico

Se va a organizar un periódico conjunto entre jóvenes y abuelos que se realizará semanalmente (una vez a la semana) y se encuadernará mensualmente sin ánimo de lucro, exclusivamente para el uso y disfrute tanto de los creadores como de sus familias.

Se irán aportando temáticas sobre las que todos tendrán que opinar, contrastando así por escrito las diferentes perspectivas de vida y compartiendo un tiempo de recreación y colaboración.

3. Torneo de juegos de mesa

Se organizará una sala con diferentes juegos de mesa tradicionales: parchís, dominó, bingo, oca, ajedrez...

Por equipos (formados tanto por mayores como por jóvenes, ha de ser la mezcla de sendos colectivos) se competirá siguiendo unas normas "impuestas" por una persona que actuará de árbitro.

Se pretende promover el trabajo en equipo entre colectivos de edad tan alejados entre sí como éstos.

EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN SOCIOEDUCATIVA:

Para evaluar esta intervención socioeducativa se ha de tener en cuenta el interés y el grado de implicación de los participantes.

Estos rasgos no son datos cuantitativos que se puedan obtener fácilmente, sino que se trata de poner el mayor entusiasmo en las actuaciones para que sea un programa enriquecedor y fructífero.

Se espera que la intervención sea lo suficientemente motivadora para poder así obtener los resultados que desde un principio se buscaban.

Va a estar orientada a una observación individualizada y personalizada de cada uno de los participantes, para paliar así cualquier dificultad que pudiese surgir durante el desarrollo del mismo.

En la evaluación se pretende abarcar el diseño de la intervención, su implementación y hasta la evaluación de la propia evaluación (metaevaluación).

Como apuntaba, es complicado extraer los datos cuantitativos pero he de decir que además de la observación individualizada de todos y cada uno de los destinatarios del proyecto, se van a usar instrumentos fiables de recogida de información de dos tipos:

- En primer lugar se pasará un cuestionario de preguntas de opción cerrada (a, b, c) en el cual se abordarán distintos aspectos tratados con la intervención socioeducativa.

- En segundo se pasará una hoja con preguntas de respuesta abierta del tipo:
- ¿Qué os ha gustado más? ¿Qué cambiaríais? ¿Qué añadiríais? ¿Qué eliminaríais?

Por supuesto, ambas partes van destinadas a todos los implicados participantes de la intervención con el fin de recoger una evaluación que de la forma más exhaustiva posible ayude a modificar, mantener o eliminar (en el caso de que hubiese sido un fracaso) la intervención socioeducativa destinada a estas personas mayores del supuesto centro de día.

Bibliografía

- Aguera, Isabel (2012). El arte de envejecer. Guía práctica para mayores felices. Almuzara.
- Vilardell, Miquel (2013). Envejecer bien. Plataforma.
- Hennezel, Marie (2009). La suerte de envejecer bien. La plenitud de la vida. Plataforma.
- González, Francisco Javier (2009). Envejecer es bueno para la salud. Erasmus ediciones.
- Nuland, Sherwin B (2007). El arte de envejecer: recomendaciones de un médico. Taurus.
- Freixas Farre, Anna (2005). Abuelas, madres, hijas: la transmisión sociocultural del arte de envejecer. Icaria.
- Matusevich, Daniel (2009). Suicidio en la vejez. Polemos.
- Fernández Ballesteros, Rocío (2009). Envejecimiento activo: contribuciones de la psicología. Pirámide.