



## DISEÑO Y EXPERIMENTACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO PARA MAYORES EN ALMERÍA: PROYECTO GRUNDTVIG

**David Padilla-Góngora**

Profesor Titular Facultad de Psicología. Universidad de Almería  
dpadilla@ual.es

**Remedios López-Liria**

Profesora Facultad Ciencias de la Salud. Universidad de Almería

**Ana M<sup>a</sup> Martínez-Martínez**

Profesora Facultad de Psicología. Universidad de Almería

**Giorgo Soro**

Catedrático de la Universidad de Turín. Italia

**Diego Pérez Mora**

Logopeda y Psicopedagogo. Centro de Profesorado de Almería

*Fecha de recepción: 8 de febrero de 2012*

*Fecha de admisión: 15 de marzo de 2012*

### RESUMEN

El proyecto europeo titulado "Integrating Adults and the Elderly towards a Europe of Knowledge" coordinado por la Universidad de Almería, dentro de las acciones "Asociaciones de aprendizaje Grundtvig para la educación de personas adultas" (2010-2012), ha llevado a cabo la experimentación de un programa educativo para mayores de 55 años, en cinco países (España, Italia, Grecia, Alemania y Hungría) con el objetivo de demostrar la utilidad y validez del mismo en estos lugares de la geografía europea, y comprobar si se podría hacer extensible a otros países con características semejantes, que demandan la formación a lo largo de toda la vida para la comunidad.

El objetivo principal planteado fue ayudar a las personas mayores para que pudiesen disponer de medios adecuados con el fin de mejorar sus conocimientos, habilidades y participación en esta sociedad del conocimiento.

A lo largo de este artículo se describe la metodología y procedimientos llevados a cabo para la aplicación práctica del programa formativo constituido por cinco módulos con contenidos sobre ocio y tiempo libre, relaciones sociales, salud, nuevas tecnologías y cultura, en una muestra de 100 mayores de la provincia de Almería.

**PALABRAS CLAVE:** educación permanente, mayores, proyecto, Grundtvig

### ABSTRACT:

Principio del formulario

The European project entitled "Integrating adults and the elderly towards a Europe of knowledge", coordinated by the University of Almería, within the actions of "Grundtvig learning partnerships for adult education" (2010-2012), has carried out the testing of an educational program for people over 55 years in five countries (Spain, Italy, Greece, Germany and Hungary). We aim to

**DISEÑO Y EXPERIMENTACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO PARA MAYORES EN ALMERÍA...**

demonstrate its usefulness and validity in these five European places, and we also aim to check the possibility of this program being extended to any other countries with similar features and which are actually interested in training programs for the community during their lifetime.

The main objective of this research was to help older people so that they could have suitable means to improve their knowledge, skills and participation in the current "knowledge society".

Throughout this article, there is a description of the methodology and procedures utilized in order to put the training program into practice. This program consists of five modules with contents on leisure and spare time, social relationships, health, new technologies and culture, in a sample of 100 old people from the province of Almería.

**KEY WORDS:** permanent education, elderly, Project, Grundtvig

**INTRODUCCIÓN**

El grupo de investigación "Humanidades-498" de la Universidad de Almería, lleva casi una década desde que comenzase a involucrarse en proyectos europeos de Asociaciones de Aprendizaje (Comenius, Grundtvig) para fomentar el aprendizaje a lo largo de toda la vida de la mayoría de los ciudadanos europeos, sin discriminación por factores sociales o económicos. Además, entre sus objetivos se encuentra el que las personas mayores consigan alcanzar un envejecimiento activo sustentando en los principios de las Naciones Unidas (independencia, participación, dignidad, asistencia y autorrealización) que suponga un cambio de orientación al pasar de una planificación de acciones basadas en la cobertura de necesidades a un diseño de políticas de acción en base a los derechos de las personas mayores, a la igualdad de oportunidades, igualdad de trato, presencia y participación en la vida social y comunitaria (OMS, 2002).

Sustentándose estas investigaciones en un modelo de desarrollo de la vejez, que entienda esta etapa como un momento de la vida lleno de posibilidades, en los que la actividad y la participación se conviertan en el eje central y motor del desarrollo de la persona para atravesar la vejez con dinamismo (Romero, 2002). Los mayores han de ser capaces de darle un nuevo sentido a su vida, alcanzando un significativo grado de productividad y autogestión a través de la construcción de un proyecto personal individual y común con los de su alrededor (amigos, familiares, etc).

Existen diversos estudios que avalan la hipótesis de que la falta de formación supone para el colectivo de mayores, el elemento básico de la inmovilidad y pasividad como uno de los elementos que determina la baja autoestima y el complejo de inferioridad hacia las generaciones posteriores (Lirio, Alonso y Herranz, 2010). Por ello, uno de los objetivos propuestos en los proyectos llevados a cabo dentro del grupo de investigación, fue obtener un conocimiento más científico y completo de los mayores y sus necesidades (Padilla, Santiuste, Durand, Amarante, López-Liria y Martínez, 2009), así como el funcionamiento de las Aulas de Mayores en distintos países (Padilla, López-Liria, Jiménez, Mesas y Martínez, 2007) para tener una aproximación más real de la formación existente entre la población mayor de 55 años y qué conocimientos demandan a los distintos centros implicados en desarrollar actividades de educación formal e informal.

Los adultos mayores son grupos poblacionales que han venido cobrando importancia y las instituciones han adquirido conciencia de la necesidad de su formación permanente para fomentar la calidad de vida. Esta formación se plantea utilizar como estrategia una participación de los mayores que los habilite para canalizar su potencial activo haciendo realidad una etapa posibilista que permita el libre ejercicio del desarrollo individual y la contribución para la vertebración social y su desarrollo en relación a su rol, su independencia y autoestima (Pérez, 2002).



## MÉTODO

El proyecto europeo titulado "Integrating Adults and the Elderly towards a Europe of Knowledge" coordinado por la Universidad de Almería, dentro de las acciones "Asociaciones de aprendizaje Grundtvig para la educación de personas adultas" (2010-2012), ha llevado a cabo la experimentación de un programa educativo para mayores de 55 años, en cinco países (España, Italia, Grecia, Alemania y Hungría) con el objetivo de demostrar la utilidad y validez del mismo en estos lugares de la geografía europea, y comprobar si se podría hacer extensible a otros países con características semejantes, que demandan la formación a lo largo de toda la vida para la comunidad.

En total, cada país ha organizado en una o varias muestras de su población, 18 sesiones de formación (de una hora y media de duración) relacionadas con los cinco módulos que se derivaron del estudio de las necesidades de la población y sus propuestas para una formación (Ocio y Tiempo Libre; Relaciones Sociales; Salud; Nuevas Tecnologías; Cultura).

Desde el grupo de investigación Humanidades-498 de la Universidad de Almería esta parte de la investigación fue planteada tras un riguroso diseño de la aplicación del programa. Uno de los objetivos sería demostrar si la hipótesis planteada era aceptada o rechazada, en función de la evidencia que ofreciesen los datos:

*El programa educativo elaborado ayudaría a mejorar los conocimientos y habilidades de las personas mayores, fomentando además su participación en la sociedad del conocimiento.*

Metodológicamente, el proyecto se ha tratado de encuadrar dentro de los proyectos de investigación-participación e intervención sobre un colectivo concreto de mayores. Entendido como un desarrollo de la investigación aplicada, ya que investiga para actuar y se lleva a cabo en una comunidad buscando un conocimiento más profundo de sus problemas para tratar de solucionarlos, intentando implicar a la comunidad en el proceso. "*Involucra a los sujetos investigados en el proceso de investigación como investigadores y en el proceso de intervención como agentes sociales*" (Pérez, 1990:134). Como se ha indicado, existió un proceso de diagnóstico de la realidad en la que colaboraron los propios "sujetos mayores" del proyecto, para la determinación de las necesidades socioeducativas de esta comunidad en los distintos países participantes. Villasante, Hernández y Garrido (2002) exponen que este tipo de diseño tiene como objetivo la inclusión de los sujetos investigados como parte del equipo investigador para así hacer del análisis de la realidad un motor de cambio de la misma. Los participantes se involucran en el estudio de su propia realidad con la idea de poder transformarla (investigación-acción-participativa) (Ander Egg; 1990:32).

### Los Objetivos Generales del Programa Educativo "Seniors" fueron:

- Afrontar el desafío del envejecimiento en Europa en el ámbito de la educación.
- Ayudar a las personas mayores para que pudiesen disponer de medios adecuados con el fin de mejorar sus conocimientos y habilidades.
- Ayudar a las personas mayores a participar en la sociedad del conocimiento.
- Fomentar el desarrollo de prácticas innovadoras en la educación de las personas mayores y su transferencia entre los países
- Desarrollar programas educativos basados en las necesidades y demandas de las personas mayores de 55 años.

### Muestra

La experimentación del programa en España se ha llevado a cabo en la provincia de Almería. La presentación del proyecto se realizó en dos Centros de Día de esta provincia: en el Centro de Día Hogar II en la capital de Almería, con la participación de unos cien mayores que asistían a las acti-



## DISEÑO Y EXPERIMENTACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO PARA MAYORES EN ALMERÍA...

vidades de este centro, comunicándoles la posibilidad de participación en el proyecto y en el Centro de Día de Níjar (ámbito rural), donde asisten un gran número de socios. En esta reunión se tomó nota de los datos personales de los interesados, el consentimiento informado para la participación en el estudio así como para la grabación de las sesiones. Posteriormente se les llamaría por teléfono para indicarles su selección para esta primera edición del programa.

Finalmente se obtuvieron 25 personas para el grupo experimental y otras 25 para el grupo control, en cada localidad (un total de 100 mayores).

### Instrumentos

Para comprobar la validez de este programa educativo de forma consensuada y homogénea en cada uno de los países implicados, se había elaborado el material didáctico que dio lugar al libro titulado: "Programa Educativo Seniors" (Padilla-Góngora, López-Liria y Cortés-Martínez, 2011) y un manual sobre el uso de la pedagogía en las aulas de mayores dirigido a los formadores.

Los cuestionarios (pretest y postests) elaborados para determinar la adquisición de conocimientos o habilidades y los cambios de opinión, visión o autopercepción de los grupos experimental y control, fueron los siguientes:

- Cuestionario Inicial y Final sobre los Conocimientos del Alumno en relación a los contenidos del Programa Educativo Seniors (elaborado para el objeto del estudio).
- Escala de Bienestar Psicológico EBP (Sánchez-Cánovas, 1998)
- Autoconcepto LAEA (Garaigordobil, 2011)
- Cuestionario Breve de Calidad de vida (CUBRECAVI) (Fernández-Ballesteros y Zamarrón).
- Cuestionario de Evaluación Final sobre el proceso de enseñanza-aprendizaje (administrado sólo en el grupo experimental).

Los resultados de la evaluación tendrían como objetivo la autoevaluación de un proceso complejo y dinámico de formación y participación social, de carácter longitudinal, valorando tanto los procesos estructurales de formación y participación como los procesos de cambio de discurso subjetivos de los participantes (Bermejo, 2005).

Además para la evaluación del programa se tuvo en cuenta la planificación del mismo, su diseño e implantación y los resultados obtenidos, recogiendo los datos en cuadernos de campo con triangulación de la información (profesor, técnico y alumno experto). En éste se abordarían aspectos en relación a los objetivos y contenidos educativos; la metodología educativa, estilo participativo del docente, destrezas de la participación y comunicación grupal; interacción y relación entre los participantes; asistencia al programa, temporalización; la figura del educador (Bermejo, 2005). Además de elaborar un cuestionario que mediría el nivel de satisfacción del profesorado.

### Procedimiento

El calendario previsto fue entre el 14 de Noviembre de 2011 y el 2 de Febrero de 2012, dos sesiones a la semana en cada centro, los miércoles y viernes.

En la primera sesión se ofreció información (a través de powerpoint ilustrativos y de fácil comprensión) sobre la propuesta educativa: objetivos, contenidos, metodología, los materiales didácticos (recursos), los equipamientos a disposición, el estilo de participación y comunicación grupal. Además de realizar un análisis cualitativo de los alumnos mayores (el primer diagnóstico-pronóstico), en relación a su "mundo vital" (sus saberes, ideales, vivencias, expectativas, gustos y preferencias estéticas, miedos, sentimientos, afectos, desafectos, autopercepción, etc).

La descripción de los distintos conocimientos, habilidades y actitudes que se pretendían alcanzar con el programa educativo, se llevaron a cabo a través de distintos recursos o actividades como dinámicas de grupo, introducción-motivación al tema, reflexión grupal, ver y comentar actividades en vídeo, lecturas y comentarios de artículos de prensa de actualidad, visitas culturales, resolución



## PSICOLOGÍA Y VALORES EN EL MUNDO ACTUAL

de casos prácticos a través de las nuevas tecnologías (uso del móvil, internet), entrevistas a expertos, etc. Estas nuevas adquisiciones en conocimientos se presentaron como explicaciones a las situaciones de la vida diaria de los mayores.

Se tuvo en cuenta el graduar la dificultad que los asistentes encontraban a las actividades, realizando actividades participativas, que satisficiesen sus necesidades (sentirse querido y respetado, inclusión y pertenencia social, mejora de autoestima, de lograr nuevos aprendizajes, de crecimiento personal, etc.).

### **Análisis de los datos**

De los datos obtenidos, se están llevando a cabo distintos tipos de análisis cualitativos y cuantitativos (a través del programa estadístico SPSS) en relación a los cuestionarios administrados, las sesiones grabadas durante las clases, los cuadernos de campo, etc. Entre algunos de los análisis previstos están:

- a) Análisis descriptivos de lo que los mayores expresaron.
- b) Análisis comparativos de la visión del grupo en diversos momentos (evolución intragrupo) o las diferencias o semejanzas de los individuos (Bermejo, 2003).
- c) Análisis interpretativos que expliquen por ejemplo los cambios de opinión durante el transcurso de las sesiones y la influencia de otros factores (del programa, el sexo, la edad, el entorno de procedencia de los participantes, etc.).

## **RESULTADOS**

La percepción de los mayores participantes en las aulas de formación, en la última década, ha cambiado de centrarse en un discurso asistencialista de las necesidades de los mayores, vinculadas a las situaciones de dependencia física, económica y relacional a solicitar actividades de entretenimiento, de cultura general, formación especializada en algunos temas relacionados con las nuevas tecnologías, vinculados a una realidad cada vez más heterogénea con diversidad de intereses, capacidades y situaciones vitales. Los niveles de interés mostrados por los mayores en las sesiones tenían que ver con un tipo de formación que permitiese el desarrollo personal a nivel vital y por otro con el plano de estar activos, la dimensión personal de adquisición de seguridad en uno mismo y autoestima para la apertura a la comunidad, la integración de capacidades propias y colectivas y por tanto las posibilidades de futuro.

Entre las técnicas llevadas a cabo durante el proceso de enseñanza-aprendizaje, fue muy útil y beneficioso aprovechar las experiencias del grupo para abordar los temas de un modo realista que proporcionase un punto de partida en las sesiones y unos ejemplos adecuados a los intereses de los participantes (Albereci y Serreri, 2005; Davini, 2008). El aprendizaje de adultos mayores debe fundarse en la experiencia, promover el trabajo colaborativo, generar una comunidad de aprendizaje que se comprometa socialmente, que haga al adulto mayor más autónomo, de modo que resuelva sus asuntos por sí mismo.

Entre las actividades que los mayores más positivamente valoraron, por su carácter lúdico y socializador, fue el realizar una visita para que pudiesen conocer distintos puntos de su ciudad directamente (museo, iglesia) y familiarizarse con sus servicios y el resto de los compañeros de las clases.

Para la consolidación de conocimientos, se utilizó la elaboración diaria en el grupo de participantes, de las conclusiones de la sesión, realizando en ocasiones resúmenes recordatorios de los temas anteriores.

Se ha observado a lo largo de las sesiones, que los mayores disponen de recursos propios en tanto y en cuanto que su memoria e inteligencia funcionan de modo específico, con autonomía y



## DISEÑO Y EXPERIMENTACIÓN DE UN PROGRAMA EDUCATIVO PARA MAYORES EN ALMERÍA...

responsabilidad personal. Recuperar la vivencia del sentido de la vida en esta etapa para ellos es fundamental, conocerse a sí mismo, en vínculo con otras personas, con el mundo que les rodea, con la cultura, haciendo su aporte desde su experiencia de vida. Además son depositarias de una sabiduría popular, de tradiciones, ideales, resultado de muchos años de experiencia (Natale, 2003; Sanz, 2002).

A lo largo de la inmensa mayoría de las sesiones se ha tratado de hacer una campaña de sensibilización incidiendo en aspectos positivos de un envejecimiento activo, la mejora de la percepción social sobre los distintos colectivos generacionales, se han realizado actuaciones orientadas al acceso y uso de las nuevas tecnologías y servicios útiles para ellos, la promoción de prácticas saludables, las prácticas comunitarias por parte de las personas mayores a través de la generación de espacios de participación, la ocupación del tiempo libre de forma creativa y estimulante, que pretendan dar sentido y plenitud a esta etapa de la vida.

## DISCUSIÓN/ CONCLUSIONES

Para Wszyndybyl y Gallo (2002), el camino hacia el envejecimiento satisfactorio requiere considerar tanto las oportunidades u ofertas del medio sociocultural, como el estilo de vida forjado.

Se crea este programa educativo con la idea de mejorar la calidad de vida de los mayores, canalizar su potencial de acción hacia la sociedad y para contribuir en la transformación de una sociedad más humana, diversa y equilibrada.

Para cubrir las necesidades diversas de los mayores es fundamental desarrollar proyectos educativos innovadores orientados a nuevos perfiles de mayores y muy variados, es decir, a personas que asumen y viven su vejez de un modo particular y cambiante entre las nuevas generaciones, cada vez más alejados de la dependencia, solicitando una posición social ante la sociedad con un papel activo para desplegar todas sus potencialidades (García y Sánchez, 1998).

Los mayores necesitan actividades que tengan sentido para ellos, que sean verdaderos estímulos en cuanto significan una forma real de pertenencia social, de participación, de expresión, de ampliar y profundizar en su interés por permanecer vitales frente a su devenir personal (Yuni, 2003). Establecer vínculos basados en la confianza y en el respeto, ser reconocidos y mirados en sus semejanzas y diferencias, promueve procesos de participación que resuelven una necesidad prioritaria en la vejez: estar activos socialmente (Lirio, Alonso y Herranz, 2010).

La eficacia de un programa de formación para mayores se basa en las modificaciones logradas en el conocimiento de los participantes, su satisfacción y la eficiencia entre lo proyectado y lo ejecutado durante el proyecto. Información acerca de los resultados que se ha obtenido de la evaluación en profundidad de participantes, técnicos y docentes. La actividad debe ser considerada finalmente como un posicionamiento vital implicado, donde la persona asuma las riendas de su vida en un hacer, reflejándose en una mayor responsabilidad de la persona hacia el cuidado de su propia salud, en una inserción participativa en la realidad social, en el desarrollo de un proyecto de vida personal que contribuya a darle sentido (Lawton, Moss, Winter, Hoffman, 2007).

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alberici, A. y Serreri, P. (2005) *Competencias y Formación en la Edad Adulta*. Barcelona: Ediciones Alertes Educación.
- Ander-Egg, E. (1990). *Repensando la investigación-acción participativa. Comentarios, críticas y sugerencias*. Vitoria-Gasteiz: Dirección de Bienestar Social, Gobierno Vasco.
- Bermejo, L. (2005). *Gerontología Educativa. Cómo diseñar proyectos educativos con personas*



## PSICOLOGÍA Y VALORES EN EL MUNDO ACTUAL

- mayores. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Davini, M. C. (2008). *Métodos de enseñanza*. Buenos Aires: Editorial Santillana.
- Fernández-Ballesteros, R., Zamarrón, M. D. (2007). *Cuestionario Breve de Calidad de Vida*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.
- Garaigordobil, M. (2011). *Listado de Adjetivos para la Evaluación del Autoconcepto*. Madrid: TEA Ediciones, S.A.
- García, J. y Sánchez, A. (1998). *Un modelo de educación en los mayores. La interactividad*. Madrid: Dykinson.
- Lawton, M. P., Moss, M. S., Winter, L. y Hoffman, C. (2007). Motivation in later life: personal projects and wellbeing. *Psychology and aging*, 17 (4), 539-547.
- Lirio, J., Alonso, D., Herranz, I. (2010). *Envejecer participando. El proyecto "Entre mayores". Una experiencia de investigación-acción*. Argentina: Miño y Dávila.
- Natale, M. L. (2003). *La Edad Adulta. Una nueva etapa para educarse*. España: Editorial Narcea.
- OMS (2002). *Envejecimiento activo, un marco político*. Madrid: Organización Mundial de la Salud.
- Padilla, D., López-Liria, R., Cortés-Martínez, M. C. (2011). *Programa Educativo Seniors*. Almería: Hablame ediciones. Tutorial formación S.L.
- Padilla, D., Santiuste, V., Durand, J., Amarante, A. M., López-Liria, R., Martínez, M.C. (2009) Aproximación a las necesidades formativas de las personas mayores de 55 años en España y Argentina. *Revista de Psicología y Educación*, 1 (4), 177-190.
- Padilla, D, López-Liria, R. Jiménez, E, Mesas, B, Martínez, J. (2007). *Los programas educativos para mayores en España y en Andalucía*. Almería: Hablame ediciones. Tutorial formación S.L.
- Pérez, M. (2002). La participación de las personas mayores. Apuntes para una agenda de intervenciones gerontológicas. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 45, 21-32.
- Pérez, M. C. (1990). *Investigación-acción: aplicaciones al campo social y educativo*. Madrid. Dykinson.
- Romero, M. (2002). El proyecto personal del adulto mayor. *Revista electrónica de Psicogerontología Tiempo*, 11, 1-8.
- Sánchez-Cánovas, J. (1998). *Escala de bienestar psicológico. Manual*. Madrid: TEA ediciones, S.A.
- Sáenz, J. (2002). *Pedagogía social y programas intergeneracionales. Educación de personas mayores*. Madrid: Ediciones El Aljibe.
- Villasante, T. R., Hernández, D. y Garrido, F. J. (2002). *Construyendo ciudadanía: metodologías y presupuestos participativos*. Madrid: IEPALA.
- Yuni, J. A. (2003). Educación de Adultos Mayores en Latinoamérica: Situación y contribución al debate gerontagógico. En Sáenz Carreras, J. *Educación y aprendizaje en las personas mayores*. Madrid: Dykinson, pp. 121-134.