

¿QUÉ VALORAN LAS PERSONAS MAYORES?: ASPECTOS PSICOPEDAGÓGICOS Y DE INTERVENCIÓN

ALEJANDRA CORTÉS PASCUAL

RESUMEN

El conocimiento y la descripción de los valores y las temáticas que suscitan las personas de la tercera edad, nos parecen relevantes para el avance en el área psicoevolutiva y como propuesta para una adecuada relación e intervención con estos sujetos. Todo ello se explica desde la Teoría del ciclo vital o life-span. En este artículo se presenta una investigación realizada con 25 personas mayores, en edades comprendidas entre los 65 y 90 años, pertenecientes a un pueblo situado en el Pirineo oscense del Alto Aragón.

ABSTRACT

We think that the knowledge and the description of values and the topics raised by senior citizens are relevant for advance in the field of evolutionary psychology and as a proposal for an adequate relationship with these people. The Life-span theory is taken as a starting point to explain this. Research done with 25 elderly people, aged between 65 and 90, belonging to a village located in the upper Aragón Pyrenees in Huesca is presented in this article.

PALABRAS CLAVE

Valores, Temáticas, Tercera Edad, Teoría del ciclo vital.

KEYWORDS

Values, Subject Matter, Senior Citizens, Life-span.

1. INTRODUCCION

En este trabajo de investigación, que lleva por título *¿Qué valoran las personas mayores?: Aspectos Psicopedagógicos y de intervención*, nos centramos en las temáticas y valoraciones que elicitamos en el periodo de la tercera edad, entre las cuáles destacan las referidas al núcleo familiar y la aptitud conformista ante la vida, y en menor medida las referidas a preocupaciones de índole social y la religión. Estos resultados nos han llevado a una serie de conclusiones. Desde el punto de vista teórico, la tercera edad es un periodo de cambio (con preocupaciones, intereses...) y las temáticas suscitadas por los sujetos reflejan la influencia del ámbito cercano, sobre todo, y lejano en el desarrollo vital. Desde una aplicación más bien práctica o de intervención de cara a los cuidadores, profesionales y, en general a toda la sociedad, concluimos acerca de la importancia de hacer este tipo de trabajos para ofrecer una visión lo más acertada de la tercera edad como medida preventiva para aumentar la calidad de vida de estas personas y resaltando que la intervención

educativa es posible. Por último proponemos algunas líneas futuras de trabajo, que están centradas en la necesidad de hacer más investigaciones desde una metodología cualitativa (de “historias de vida”). Con todas estas conclusiones, se invita a la reflexión sobre la formación del psicopedagogo y sobre un posible campo laboral para el mismo.

2. UNA “EDAD DE PRIMERA”: LA TERCERA EDAD

Desde la Psicología Evolutiva, la teoría del Ciclo Vital o *life-span* está siendo esencial para el estudio del desarrollo del individuo a lo largo de toda su vida. La importancia de la aportación de dicho enfoque viene dada porque se amplía la investigación psicológica más allá de la edad infantil y adolescente, hacia otros periodos como la adultez y la vejez. Además, su concepción del desarrollo constituye una propuesta amplia y extensa (multidimensionalidad, multidireccionalidad, plasticidad...) para el entendimiento del proceso evolutivo, recogiendo, por último, la influencia de determinantes contextuales y culturales en el desarrollo y en la interacción con el mismo. Desde este marco teórico, el estudio y la investigación de cualquier aspecto referido al periodo de la tercera edad, tiene significado y explicación.

Los acontecimientos psicológicos desde la infancia a la vejez están determinados por factores ontogénicos, cognitivos y sociales (Baltes, 1987). O expresado de otra manera, los cambios que se producen en la persona siempre suceden con una correlación dinámica con los que acontecen en el contexto (Lerner, 1991).

Y por extensión de esta idea, la tercera edad se entiende como un periodo del desarrollo (Hofman, Paris, Hall, 1996; Delval, 1996) caracterizado por un momento cronológico, funcional y social. Y todos estos hechos relacionados conforman esta etapa, que a continuación iremos definiendo y analizando.

2.1. El desarrollo de la tercera edad

El desarrollo a lo largo de todo el ciclo vital está descrito por una serie de características aplicables a cualquier periodo evolutivo.

— *El crecimiento y el declive es una constante vital*

En cambio, a pesar de esta idea, parece que conviven dos visiones incompatibles y exclusivistas acerca del proceso de la vejez: una fatalista (edad de decadencia física, cognitiva, social...) y otra ensalzadora (periodo dorado, plenitud personal...). Una aptitud más realista ante esta etapa, es la de entenderla como un periodo de cambios positivos y negativos (Baltes y Baltes, 1993), causados por el propio desarrollo del envejecimiento e/o influenciados por sucesos sociales. Ante los acontecimientos de pérdida, la persona tiene un papel activo para volver a su equilibrio vital (Vega y Bueno, 1995) y, por otro lado, existen respuestas de intervención educativas (Fernández Ballesteros, 1998) para tratar los procesos negativos.

Es necesario tener una visión real de la persona mayor, porque nuestra creencia marca la actitud y comportamiento ante la misma, y resaltar que en la edad del envejecimiento son posibles procesos educativos (gerontológicos). Nuestra relación con estas personas pasa por la imagen que tengamos de ellas, y a la vez repercute en la autoimagen que la propia persona mayor posea de sí misma. Su propia satisfacción vital es

una de las principales áreas de acción para la calidad de vida en la tercera edad (Neugarten, 1972).

— *Multidimensionalidad y la multidisciplinariedad*

Existen múltiples áreas de desarrollo (multidimensionalidad) que van creciendo y cambiando a lo largo de la vida. Todas ellas podrían agruparse en tres categorías, relacionadas entre sí : cognitiva, de la personalidad y social. Desarrollar todos estos ámbitos conllevaría una exposición del tema muy amplia, así que para conocer una descripción detallada de los mismos, remitimos a algunos textos (Palacios, Marchesi y Coll, 1999; Sáez, Rubio, Dosil, 1996; Vega y Bueno, 1995).

Ante esta gran cantidad de dimensiones que explican la variable del desarrollo, son necesarias las aportaciones de diferentes disciplinas (multidisciplinariedad) científicas, pedagógicas y psicológicas.

Con relación al *ámbito cognitivo*, podemos destacar que existe un cambio cualitativo en las facultades cognitivas. Por ejemplo, con respecto a la memoria, aunque puede haber una disminución de la misma (a corto, medio y largo plazo), en cambio existe una memoria autobiográfica y retrospectiva, que se caracteriza por el recuerdo de acontecimientos pasados (Palacios, 1999).

Otro aspecto importante que cambia cualitativamente es la inteligencia: mientras la inteligencia fluida (por ejemplo, la que se emplea al resolver un problema complejo) disminuye, la inteligencia cristalizada puede caracterizar el desarrollo cognitivo de las personas de la tercera edad. Esta inteligencia cristalizada se asemeja al concepto de sabiduría, que es la capacidad metacognitiva de aplicar los conocimientos adquiridos durante todo el ciclo vital a los problemas de la vida cotidiana. Es como dice Vega, Bueno y Buz: "...una manifestación del pensamiento postformal en grado particularmente elevado" (1999, p. 564).

Colby y Damon (1994) relacionan la sabiduría con el saber cómo comportarse moralmente con respecto a las relaciones sociales.

La explicación de los factores asociados al *desarrollo de la personalidad* es muy amplia, si se desean abarcar todos ellos. A continuación, sólo nos detendremos en tres de ellos: el actitudinal, la autopercepción que la persona posee de sí misma y, por último, el que se relaciona con el proceso de la madurez. Indudablemente, la relación entre estos tres aspectos es notoria.

Se suponen, en general, dos tipos de actitudes: abierta y cerrada (Aragó, 1998). Desde la primera, se contemplan los hechos de forma atenta, y cuando aparecen dificultades existe un intento de resolución. En cambio, cuando ante los problemas se tiende a estar a la defensiva, y de manera reservada y aislante, estamos ante una actitud de tipo cerrada.

El segundo factor a considerar, es el que acentúa la percepción que la persona mayor posee de su propia personalidad, ya que constituye un área esencial para conocerla. En cierta manera, la interpretación personal de los acontecimientos pasados construye la personalidad. Por ello es muy importante (como posteriormente explicaremos), para

conocer este aspecto personal del sujeto mayor, indagar en la historia de vida de éste: su biografía o su recorrido más intraindividual (Aierbe, Cortés y Medrano, en prensa). Serra y cols. (1996) en algunas de sus conclusiones sobre esta cuestión abogan por una investigación en la citada línea.

Tanto las actitudes, como el autoconcepto que se tenga de sí, marcarán el comportamiento de la persona.

Y por último, resaltamos el proceso de madurez que la persona va alcanzando a lo largo de todo su ciclo vital como parcela importante de la personalidad.

“La madurez psicológica es, en suma, capacidad de vivir (de sobre-vivir y bien-vivir), capacidad de bien-estar y bien-ser en un mundo cambiante y no siempre propicio” (Fierro, 1999, p. 581).

La madurez está influenciada por el propio organismo y por factores sociales e históricos. Si la persona va teniendo un “buen madurar”, sabe envejecer mejor. Y, por ello, puede adaptarse a su nueva realidad evolutiva. Las personas mayores tienden, en el desarrollo del envejecimiento, a analizar la vida pasada con una visión retrospectiva. Es un momento óptimo para reflexionar sobre el recorrido vital y aceptarlo tal y como es. Para Erikson (1968) es el último momento de la vida (dentro de su modelo evolutivo) y es una etapa caracterizada por la identidad personal, definida por la acción encaminada a la integridad de todos los sucesos ocurridos y de los que les toca vivir.

Con respecto al *ámbito social* nos vamos a centrar en un contexto central en el cuál la persona mayor se desenvuelve: el familiar. Aunque existen otros ámbitos como son los constituidos por las relaciones de amistad, de ocio y comunitarias que la persona mayor establece con su entorno cercano y lejano.

En primer lugar, una puntualización previa; las afirmaciones acerca de que la sociabilidad disminuye con la edad, no constituyen una verdadera realidad. Más bien, las relaciones de la persona mayor cambian cualitativamente (al no tener, por ejemplo, una vida laboral cuando se jubilan), estableciendo y cuidando una vida familiar (con sus hijos y nietos), y pudiendo analizar y participar más en problemáticas sociales de su contexto.

El microsistema familiar, como marco ecológico de desarrollo (Bronfenbrenner 1979, Bronfenbrenner y Crouter, 1983) va cambiando durante el ciclo vital y también los cambios históricos y culturales influyen en la estructura familiar (Reher, 1996).

López (1998) explica los cambios familiares a través de la evolución de los vínculos afectivos entre los miembros del sistema familiar. Este sistema es muy variable en la última parte de la vida de las personas: esposos que se quedan solos (“nido vacío”), esposos que se quedan en casa con sus hijos mayores (actualmente muy frecuente), uno o dos que pasan a incorporarse al sistema familiar de alguno de sus hijos, situación de viudedad,...

La relación de apego que el sujeto mayor vive con su familia va modificándose. Cuando la persona se jubila, necesita apoyo de la familia y, a la vez, se suele volcar en apoyar, sobre todo, a los hijos. Así pues, tanto en situación de familia nuclear (padres e hijos) como en la de “nido vacío” (cuando el último hijo abandona la familia y los padres se quedan solos), la preocupación de los padres por los hijos se mantiene (Vega y Bueno, 1995).

El interés de las personas mayores como padres, recae sobre la elección que sus hijos hacen de la pareja con la que compartirán su vida, y también acerca de la opción sobre una carrera y/o un oficio. En la mayoría de estos casos, los padres quieren evitar a sus hijos los riesgos de una decisión incorrecta, aunque algunos son conscientes de la necesidad de equivocarse para el propio desarrollo. Esta sensación de duda, muy normal en todos los padres, crea sentimientos a veces de impotencia (Rodrigo y Palacios, 1998), que deben irse trabajando dando más confianza a las decisiones de las figuras parentales.

Y por último, en relación a la familia, resaltar que ésta es una estructura de transmisión de valores (García y otros, 1998). En general, los padres desean desarrollar en sus hijos valores de autonomía, de capacidad social y de saber estudiar y trabajar.

— *La plasticidad*

El potencial de plasticidad está relacionado con la capacidad de modificabilidad que cualquier dimensión del desarrollo posee.

Esta idea nos está indicando que el proceso de intervención es posible en cualquier momento de la vida (Lerner, 1991), aunque ésta puede tener sus límites, ya que ese potencial puede ir disminuyendo, en relación a alguna de las dimensiones, conforme avanza la edad. Pero esto no significa que la plasticidad no exista en la vejez, poseyendo esta capacidad una estrecha relación con las posibilidades ambientales y los sucesos vitales personales.

Relacionada con esta característica, nos encontramos con la idea de la optimización (Sáez, Rubio y Dosil, 1996), que desde la línea de la prevención resalta la importancia de conocer los rasgos estables e inestables del desarrollo para poder predecir posibles factores de riesgo.

2.2 Influencias sobre el desarrollo

En la teoría del ciclo vital, se proponen una serie de variables que influyen en el desarrollo de la vida (Baltes, Reese y Lipsitt, 1980);

- Influencias normativas relacionadas con la edad.
- Influencias normativas relacionadas con la historia.
- Influencias no normativas.

En el apartado anterior cuando se han explicado los aspectos cognitivos, de personalidad y sociales que conceptualizan el periodo de la vejez, se estaban exponiendo, en cierta manera, las *influencias normativas relacionadas con la edad*. Estos factores de influencias son los que típicamente se han investigado desde la Psicología Evolutiva. Son aquellos aspectos, tanto biológicos como sociales, que más se relacionan con la etapa de la tercera edad.

Una generación difiere de otra por diferentes efectos sociales que puedan vivir. Estas *influencias normativas relacionadas con la historia* guardan una relación con las asociadas a la edad.

Las personas de la tercera edad que han vivido en un contexto y en una cultura determinada y ligada a un momento temporal e histórico concreto, tendrán un desarrollo distinto a las que vivan en otra situación biosocial. Las personas mayores viven dentro de un macrosistema o contexto cultural que les rodea (Bronfenbrenner 1979; Bronfenbrenner y Crouter 1983) que condiciona sus valores o preocupaciones.

Las *influencias no normativas* tienen relación con las experiencias personales que cada uno vive, que no son propias de las repercusiones influenciadas por la edad y/o la historia. Están relacionadas con el recorrido que el individuo va construyendo en función de acontecimientos laborales, familiares, amistades...

Esta idea tiene que ver con la importancia que tiene la historia de vida de cada persona, en la cuál queda reflejado lo cognitivo, lo emotivo y lo contextual. Desde una línea cualitativa, se aboga por la importancia de recoger estos acontecimientos (no normativos) como manera de conocer las transiciones circunstanciales del curso vital del sujeto.

Serra y Cerda (1997) destacan que al trabajar en historias de vida, no sólo avanzas en el campo de la investigación, sino también en el de la intervención. Colby y Damon (1994) resaltan la posibilidad de recoger biografías vitales para el estudio del desarrollo moral, para lo cuál proponen una entrevista en la que se aunen los factores cognitivos y emocionales, además de tener en cuenta los contextuales (Papalia y Wandkos, 1997).

Cortés, Aierbe y Medrano (en prensa), explican que recogiendo dilemas morales reales (a través de entrevistas personales) que sujetos de la tercera edad hayan vivido o actualmente poseen, se puede intervenir de una manera preventiva y terapéutica con estas personas. En concreto, extraemos estas dos ideas de dicho trabajo. La primera, se refiere a que la gente mayor necesita ser escuchada y esto tiene efectos positivos en su carácter y, en general, en su calidad de vida. Y la segunda, denota que exponer los datos recogidos de estas personas repercute en un cambio actitudinal real y positivo que la sociedad pueda tener de ellas.

3. LA INVESTIGACIÓN: UN ACERCAMIENTO A LAS PERSONAS MAYORES

Esta investigación tiene como objetivo el conocimiento y la descripción de los valores y las temáticas que poseen un grupo de la tercera edad del pueblo de Sahún. El trabajo fue realizado como un estudio dentro del proceso de aprendizaje de la firmante de este artículo, en tanto que Becaria de Colaboración en el último curso de la carrera de Psicopedagogía.

Muestra

Los sujetos de la investigación constituyen un total de 25 (15 mujeres y 10 hombres) pertenecientes al pueblo de Sahún, situado en el Pirineo oscense. El muestreo no ha sido hecho de manera aleatoria, sino de forma intencional y por criterios de accesibilidad a la investigadora.

Procedimiento de recogida de datos

Una vez hecho el contacto y la autorización personal de participación en el trabajo, a cada sujeto se le realizaba una entrevista individual. Los primeros datos están referidos a aspectos sociodemográficos (edad, sexo, situación laboral pasada y/o actual, situación familiar y nivel de estudios). Posteriormente a través de preguntas semidirigidas y semiestructuradas, se invitaba a la persona mayor a que contase qué es lo que más valoraba, cuáles eran sus preocupaciones, cuáles eran sus centros de interés, y a que explicase el porqué de los mismos.

Los datos eran recogidos en una grabadora. Posteriormente, con la transcripción escrita de las entrevistas, se procedía a estructurar el contenido de las mismas en categorías, que fueron definidas posteriormente, por afinidad de temáticas.

Análisis de los datos

Las categorías que nos resultaron fueron cuatro: la familia, la conformidad ante la vida, la preocupación por el contexto social y, por último, el tema de la religión.

El tema que más les preocupaba y que más valoraban, era el de *la familia*, más en concreto el de *los hijos*. Así nos encontramos que este tema apareció en 12 personas (37%). El tópico era elicitado por las personas mayores casadas y con hijos, tanto los que aún convivían con ellas, como los que ya estaban independizados.

En relación a esta temática, lo que más valoraban era *la educación de los hijos* y se preocupaban por si ésta había sido adecuada, puesto que presentaban el dilema entre los valores de autoridad y libertad educativa sobre su descendencia filial.

A las personas mayores entrevistadas, también les preocupaba el trabajo de sus hijos y su bienestar sentimental, tanto si están solteros como si han creado su propio sistema familiar (funcionamiento del matrimonio, situación de sus nietos...).

Una señora de 65 años, elicitaba esta idea:

“... se me ha presentado la situación de que un hijo o una hija ha tenido una amistad que no nos parece bien a los padres y dudabas entre dejar al hijo elegir o decirle que no salgas con esa persona, no por capricho mío el no querer que saliese, sino porque presiento o sé que eso le va a hacer daño... . Es tan difícil saber dónde acaba la libertad y empieza la autoridad...”.

Otro señor de 63 años de edad, nos relataba esta preocupación respecto a una relación de pareja de su hijo:

“... Bueno, es que a mi hijo yo lo veía muy triste y no me contaba nada... Él no sabía si seguir o no con una chica. Y yo le decía que la dejase. Era buena chica, pero el caso es que tenía una hija (y no lo decía como si estuviese mal porque eso le puede pasar a cualquiera), y que aunque la quisiera mucho siempre iba a tener que tener una hija que no era suya”.

El segundo tema que más elicitaban las personas entrevistadas es el referido a *la conformidad ante la vida*. En 9 personas (28%) encontramos este valor.

En este tópico incluimos aquellos contenidos sobre la actitud con la que reflexionan acerca de las situaciones personales pasadas y presentes, que se caracteriza por una capacidad de asenso y aprobación ante las circunstancias de la vida.

Así, una señora de 74 años, nos relataba su vida pasada y actual en el pueblo:

“... la verdad es que con la gente del pueblo siempre me he llevado bien. Nunca he reñido ni reñiré con nadie. Antes no lo hacía porque pensaba que otros tenían la razón antes que yo. Ahora porque creo que las cosas son tan relativas, que la razón no la posee nadie... Yo digo que ahora se vive mejor que antes. Ahora hay comodidades y dinero. Lo que pasa es que nací demasiado pronto, y tenía que haber nacido antes, pero...¿Qué vamos a hacer?. A disfrutar el presente”.

En tercer lugar, encontramos la *preocupación social* como tema que apareció en 6 personas de las entrevistadas (19%). En esta categoría incluimos los temas de interés acerca de los problemas sociales como son el de la solidaridad con países del tercer mundo y los problemas del terrorismo en el Estado Español.

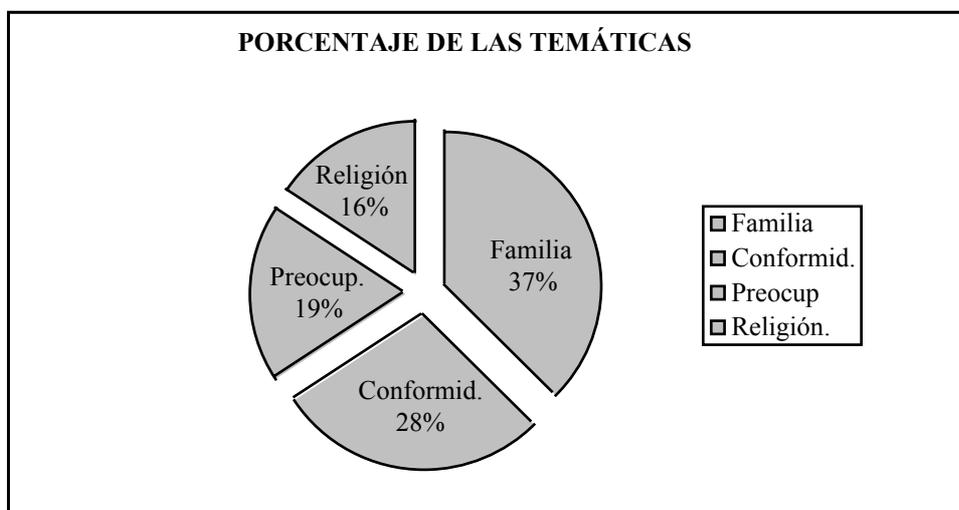
Así encontramos, un hombre que de 64 años nos relataba su pensamiento acerca de la banda terrorista ETA:

“... ETA, me parece una empresa, que si se le paga hace y si no se calla. Al principio te planteas que los matarías a todos, luego te decantas por la justicia y la legalidad, aunque ésta a veces sea injusta...”.

La *religión* ocupa el último lugar, elicitada por 5 personas (16 %). Este tema, las personas lo explican relacionándolo con la duda de si llevan o no una vida religiosa conforme al catolicismo.

Una mujer de 75 años relataba una parte de su vida de esta manera:

“... Pues no sé. Yo voy haciendo en casa las cosas. Intento ser buena cocinera y lo demás, ya está. Hacer bien la comida y nada más... Lo que me ayuda a saber hacer las cosas de forma correcta, es sobre todo la experiencia personal y los valores de la religión”.



4. CONCLUSIONES

Las conclusiones van a ir encaminadas en dos líneas: la aportación de esta investigación al campo de la psicología evolutiva y al ámbito de la intervención.

Y por último realizaré una reflexión acerca de cómo el proceso de recogida de datos con los entrevistados ha influido a nivel personal en la entrevistadora, es decir; en la autora de este artículo.

Una etapa en desarrollo

Basándonos en la teoría del ciclo vital, los datos recogidos en esta investigación pueden explicarse desde cómo las características normativas y no normativas influyen en el desarrollo.

La aportación principal de este trabajo, es la de recoger las preocupaciones y los valores que de forma individual tienen algunas personas de la tercera edad. Se ha tomado una parcela de la historia vital, es decir; sucesos no normativos propios de cada individuo.

Además, se comprueba como las influencias normativas referidas al contexto sociohistórico repercuten. Los datos fueron recogidos en Mayo de 1997. Nos situamos en una cultura occidental, en el Estado Español y en una zona rural de la comunidad autónoma aragonesa. Todas estas circunstancias situacionales y temporales tienen una implicación directa en las temáticas recogidas en esta investigación.

De los datos tomados, en síntesis se observa que:

- La tercera edad es un periodo de cambio (con valores, preocupaciones, intereses...).
- La familia, como ámbito de desarrollo normativo en esta edad, es el tema que más han suscitado los sujetos. Este contexto social, más en concreto la interacción con los hijos (en este caso, mayores), refleja como los padres se preocupan por si la transmisión de valores es la adecuada y si la vida de sus descendientes posee un bienestar adecuado.
- El pensamiento postformal, la sabiduría y la madurez personal explican el segundo tópico que más han expresado las personas mayores. Esa capacidad cognitiva y de personalidad, propia de la tercera edad, explica en este periodo la actitud de conformidad ante la vida.

- Los dos últimos temas están relacionados con el macrosistema en el que se encuentran las personas mayores. Se trata de preocupaciones acerca de la situación sobre el mundo (solidaridad con otros países) y de la realidad más cercana (problema del terrorismo en el País Vasco). Por otro lado, la influencia cultural en relación a la educación religiosa católica, se encuentra también presente en algunos de los contenidos recogidos en las entrevistas.

Aplicaciones para la intervención

De todo el proceso de la investigación y análisis de los datos, vamos a extraer dos conclusiones para la intervención.

La primera está ligada al campo de la prevención y de la educación. Y la segunda aplicación, se expone con la pretensión de incitar a la reflexión de la necesidad de investigar en este campo desde el ámbito psicopedagógico.

1. Visión real de las personas de la tercera edad. Prevención y educación

Conocer las temáticas, los valores y los intereses es relevante no sólo desde el marco evolutivo, sino también desde el preventivo.

Actualmente parece estar existiendo una sensibilización y concienciación sobre el tema de la tercera edad, y éste debe abarcar desde planteamientos individuales hasta institucionales y comunitarios.

Anteriormente parece que sólo existían medidas desde el campo de la intervención, como corrección o atenuación de disfunciones. Esto se hacía principalmente desde el campo sanitario. En cambio, se ha desarrollado un creciente interés por el concepto de prevención. Los cuidadores y profesionales que deben vivir y trabajar con personas de la tercera edad, tienen que poseer esta visión como medida preventiva para aumentar el bienestar de la persona mayor, es decir, su calidad de vida.

Esta calidad de las personas depende de la relación con los otros. Por ello, el escucharlos les ayuda y cambia nuestra visión.

Este tema de la calidad está siendo un aspecto esencial en la tercera edad como a continuación explicaremos extrayendo algunas ideas de dos congresos celebrados recientemente.

En el III Congreso Hispano-Luso (celebrado en Noviembre de 1999) se planteaba que esa calidad, era un reto para el siglo XXI y que era competencia desde diferentes campos. Partiendo del entendimiento de que el envejecimiento es un proceso físico, social y mental, se debe intentar que la calidad de vida sea posible en estos tres ámbitos de desarrollo. Y para lograr este objetivo, el campo de la prevención es relevante. Así, por ejemplo, se pueden enseñar hábitos de vida saludables (por ejemplo, caminar un tiempo todos los días), e incitar en la participación en actividades sociales y educativas.

Esta última idea tiene su mejor desarrollo en la creación de Escuelas de Mayores que se están constituyendo en diferentes Universidades del Estado Español, que tienen el fin de promover la ciencia y la cultura, así como las relaciones intergeneracionales, para mejorar la calidad de vida desde un marco educativo preventivo.

Un modelo que refleja esta idea, y que se trabaja en las Aulas de Mayores, es el que se centra en la intervención en las estructuras mentales de las personas mayores. Dicho modelo fue expuesto por Ramona Rubio en otro Congreso (III Congreso Internacional de Psicología y Pedagogía celebrado en Septiembre de 1999). Las estructuras mentales dependen de componentes psico-sociales que repercuten en el sujeto de la tercera edad. Estas estructuras influyen en la realidad que la persona percibe (realidad subjetiva), y según esto, el sujeto tendrá un bienestar o un malestar psíquico. Para conseguir que la persona esté satisfecha con su vida, se debe intervenir en las estructuras mentales, ofreciendo habilidades de afrontamiento encaminadas a una mayor capacidad de adaptación, toma de decisiones, resolución de problemas y experiencias.

Por último, también aseverar que un reto político futuro es el de ofrecer respuestas legislativas y de bienestar social, para trabajar desde marcos institucionales.

En resumen, es muy importante entender la tercera edad como una etapa en desarrollo. Esta concienciación debe ir desde un plano más individual hasta un campo más comunitario, para trabajar desde la prevención y la educación.

2. Líneas de investigación

Una vez ya realizadas las anteriores conclusiones, afirmar que es necesario que se continúe investigando en esta línea. Para ello, planteamos;

- Realizar más investigaciones desde la idea de historias de vida, centrándonos en una metodología más cualitativa que nos permita conocer lo más intraindividual de los aspectos personales y sociales de la tercera edad.
- Trabajar en la línea de investigación-acción, dejando constancia de que la tercera edad es un periodo con posibilidades de cambio (de aprendizaje).

Todas estas conclusiones, sobre todo las referidas a la prevención y a la educación, nos llevan a reflexionar sobre el hecho de que un posible campo profesional para la psicopedagogía sea el trabajo con estas personas. En nuestra sociedad, los mayores constituyen un numeroso grupo respecto a la población, y posiblemente se podrían requerir psicopedagogos en marcos educativos.

Esta revista dedicada a la formación del profesorado, puede ser un buen marco o foro de reflexión sobre este hecho, que puede ser tenido en consideración no solo por las personas que conviven con sujetos mayores, sino también por los dos colectivos que a continuación presentamos. Los estudiantes de Educación, sobre todo los psicopedagogos, que pueden pensar y prepararse para un futuro laboral que podría dirigirse al ámbito de la tercera edad. Y también, los responsables del diseño y desarrollo curricular de la carrera de psicopedagogía, que podrían recapacitar sobre esta realidad, ofreciendo más asignaturas sobre este periodo evolutivo, o incluso, creando una ruta exclusiva de formación sobre el mismo.

Una aportación personal

La realización de este trabajo, además de aportarme información y de haberme enriquecido a nivel académico y profesional, me ha llenado mucho desde un plano más personal. Cuando me relatan sus dilemas reales, en algunos casos te conviertes en cómplice de su vivencia relatada. En cierta manera, sientes que te están ofreciendo una parte de su yo. Te sientes agradecida, y estableces una relación de respeto y comprensión con la persona. Me voy a casa con la sensación de haber estado trabajando y aprendiendo, y sintiéndome bien con esa relación tan humana.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- AIERBE, A.; CORTÉS, A. y MEDRANO, C. (en prensa). *Una visión integradora de la teoría kohlberiana a partir de las críticas contextuales: propuesta de investigación*.
- ARAGÓ, J.M. (1998). "Aspectos psicosociales de la senectud". En M. Carretero, A. Marchesi y J. Palacios, *Psicología evolutiva 3. Adolescencia, madurez, senectud*. Madrid: Alianza.
- BALTES, P.B.; REESE, H.W. y LIPSITT (1980). *Life-span developmental Psychology. Introduction to research methods*. California: Brooks/Cole.
- BALTES, PB (1987). "Theoretical propositions of life-span developmental psychology: on the dynamics between growth and decline". *Developmental Psychology*, 23, 5, 611-626.
- BALTES, B.B. y BALTES, M.M (1993). "Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation". En B.B. Baltes and M.M. Baltes (Eds), *Successful aging. Perspectives from the behavioral behavioral sciences*. Cambridge: Press Syndicate of the University of Cambridge.
- BONFENBRENNER, U. (1979). *The ecology of human development*. Cambridge: Harvard University Press. (en castellano *La ecología y el desarrollo humano. Cognición y desarrollo humano*. Barcelona: Paidós, 1987).
- BONFENBRENNER, U. Y CROUTER, A.C. (1983). "The evolution of environmental models in developmental research". En P.H. Mussen (Ed), *Handbook of child psychology*, vol.1. New York: John Wiley and Sons.
- COLBY, A. y DAMON, W. (1994). *Some do Care*. The Free Press: New York.
- CORTÉS, A.; AIERBE, A. y MEDRANO, C. (en prensa). *La cultura de la tercera edad: dilemas contextualizados*.
- DELVAL, J. (1996). *El desarrollo humano*. Madrid: Siglo XXI.
- ERIKSON, E. (1968). *Identity, youth and crisis*. Nueva York: Norton.
- FERNÁNDEZ BALLESTEROS, R. (1998). "Hacia una vejez competente: un desafío a la ciencia y a la sociedad". En M. Carretero, J. Palacios y A. Marchesi (Comp.), *Psicología evolutiva 3. Adolescencia, madurez, senectud*. Madrid: Alianza.
- FIERRO, A. (1999). "El desarrollo de la personalidad en la adultez y la vejez". En J. Palacios, A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza.
- GARCÍA y OTROS (1998). "La construcción de valores en la familia". En M.J., RODRIGO y J. PALACIOS, *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.
- HOFFMAN, L.; PARIS, S. y HALL, E. (1996). *Psicología del desarrollo hoy*. Madrid: McGraw-Hill.
- LERNER, R.M. (1991). "Changing organism-context relations as the basic process of development: a developmental contextual perspective". *Developmental Psychology*, 27, 1, 27-32.
- LÓPEZ, F. (1998). "Evolución de los vínculos de apego en las relaciones familiares". En M.J., Rodrigo y J. Palacios, *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.
- NEUGARTEN, B.L. (1972). "Personality and the Aging Process". *Gerontologist*, 12, 1, 9-15.
- PALACIOS, J., MARCHESI, A. y COLL, C. (1999). *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza.
- PALACIOS, J (1999). "Cambio y desarrollo durante la adultez y la vejez". En J. Palacios, A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza.
- PAPALIA y WANDKOS, S. (1997). *Desarrollo humano*. Santafé de Bogotá: Mc Graw Hill.
- REHER (1996). *La familia en España. Pasado y presente*. Madrid: Alianza Editorial.
- RODRIGO, M.J. y PALACIOS, J. (1998). *Familia y desarrollo humano*. Madrid: Alianza.

- SÁEZ, N.; RUBIO, R. y DOSIL, A. (1996). *Tratado de Psicogerontología*. Valencia: Promolibro.
- SERRA, E. y CERDA, C. (1997). "Historias de vida en sujetos mayores: cuestiones metodológicas, función terapéutica y aplicación en programas intergeneracionales". *Revista de Psicología de la Educación*, 21, 63-81.
- SERRA, E.; ABENGOZAR, M.C. y ZACARÉS, J.J. (1996). "Cambios en la personalidad con el envejecimiento". En N. Sáez, R. Rubio y A. Dosil, *Tratado de Psicogerontología*. Valencia: Promolibro.
- VEGA y BUENO (1995). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Madrid: Síntesis.
- VEGA, BUENO y BUZ (1999). "Desarrollo cognitivo en la edad adulta y en la vejez". En J. Palacios, A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva*. Madrid: Alianza.