

APRENDIENDO A ENVEJECER

Emma Salas Neumann

INTRODUCCIÓN

Una de las características más sobresalientes de nuestra época es el CAMBIO, derivado, principalmente, de los avances científicos y tecnológicos y su aplicación a la vida del hombre. El uso de la interdisciplina en los estudios científicos ha acelerado considerablemente el Cambio en nuestros días produciendo importantes modificaciones a la vida individual ya la sociedad, todas en lapsos relativamente breves.

Entre las modificaciones más significativas producidas se cuenta la prolongación de la vida humana derivada principalmente de la aplicación de los avances científicos y tecnológicos a la medicina y al mejoramiento de la calidad de vida. Si a ello se agrega la divulgación y uso frecuente de métodos de control de natalidad, resulta una importante modificación en la composición etaria de la población en un plazo muy breve en comparación con las naciones desarrolladas. Ello como consecuencia de que los países en desarrollo se nutren rápidamente de los adelantos científicos y médicos de los primeros mencionados, a los cuales les ha tomado un tiempo más prolongado alcanzar esos avances que nosotros pedimos prestados.

En consecuencia, esa transformación etaria prácticamente ha sorprendido a nuestra sociedad muy poco preparada para absorber este cambio ya que aún hoy conserva, en gran medida, una imagen juvenil. La irrupción del Adulto Mayor en nuestra sociedad haciéndose presente y reclamando un lugar en el Mundo Público compatible con las naturales limitaciones del envejecimiento, ha puesto, en los últimos quince o veinte años, en el tapete de la preocupación pública, el tema del Adulto Mayor. Apresuradamente se han multiplicado las iniciativas públicas y privadas, con fines de lucro o programas sociales para atender esta emergente problemática social.

Esta improvisada respuesta de la sociedad se observa en la formación de Comisiones de nivel gubernamental destinadas a promover una mejor atención a las necesidades de los Adultos Mayores; Cursos y actividades organizadas por las Municipalidades para apoyar a éstos en esta etapa de su vida. Todas estas actividades destinadas a motivarlos a conservar su energía física, su lucidez mental, su deseo de vivir y a la vez, ayudarlos a encontrar roles sociales satisfactorios para su realización personal en ancianidad. Se advierte también esta preocupación en las aún incipientes y poco divulgadas investigaciones sobre las características biológicas, sociales y antropológicas del envejecimiento, como asimismo, en los esfuerzos que se realizan en los círculos académicos para sensibilizar y capacitar a los distintos profesionales en gerontología social y aún, formar personal de nivel intermedio que atienda adecuadamente las necesidades de los Adultos Mayores.

APRENDIENDO A ENVEJECER

La prolongación de la vida y la existencia de un creciente número de ancianos exige que cada individuo y la sociedad toda adopten una nueva perspectiva de vida, ya que deberán incluirse nuevos ciclos vitales que anteriormente se ignoraban. Es decir, la sociedad y el individuo mismo requiere APRENDER A ENVEJECER. Para la sociedad significa cambiar la percepción cultural del Adulto Mayor, especialmente de los propios ancianos. Para el individuo mismo significa potenciar sus capacidades y aceptar sus limitaciones.

Hoy, "Aprender a envejecer " para el individuo, significa captar apresuradamente lo que puede ofrecer la vida en la ancianidad, aceptar las limitaciones biológicas normales y potenciar la experiencia vida enriquecedoramente procesada.

Sin embargo, aún hoy en el presente y sobre todo pensando en el futuro, lo fundamental es que el ser humano cambie su perspectiva de la vida y entonces el significado de Aprender a Envejecer es realmente " Aprender a Vivir" las distintas etapas, de modo que para enfrentar el siglo XXI, el aprender a envejecer sea sólo una etapa más de Aprender a Vivir los distintos ciclos vitales.

La caracterización de los ciclos vitales ha implicado describir las necesidades comunes o situaciones de vida que las personas deben superar en cada una de esas etapas de vida. Hace tiempo atrás Robert Havigherst enfocó el tema hablando de Tareas de Desarrollo, refiriéndose a situaciones de desarrollo que deben ser superadas satisfactoriamente en cada periodo de vida, pues de lo contrario las tareas de desarrollo posteriores tampoco se completarán adecuadamente. Las descripciones de los Ciclos Vitales encierran Tareas de Desarrollo, aunque no se las denominen, como tales.

Sin embargo, en la gran mayoría de los casos, los ciclos de vida incluidos por los investigadores alcanzan solo hasta la Adultez Media, lo cual es coherente con la época en que fueron formuladas, momento en que aún no se percibía la prolongación de la vida. La excepción la constituye Erickson quien considera un último ciclo vital, aunque lo describe en forma muy general.

Seguramente las Tareas de Desarrollo implícitas en la descripción de los ciclos vitales deberán ser actualizadas considerando las investigaciones antropológicas y de las ciencias sociales más recientes y los efectos del cambio en nuestros días. Y, por supuesto, agregar aquellas de los últimos Ciclos de Vida no considerados, es decir, identificar los aprendizajes necesarios para gozar de una Ancianidad sana y satisfactoria

El cambio en la percepción de la perspectiva de vida es un problema de la sociedad más que del individuo en particular y cae dentro de la esfera de la Cultura. La Sociedad es la que, al absorber el cambio, genera condiciones para los aprendizajes, en este caso, para corresponder al desarrollo de nuevas actitudes frente al proceso de vida del ser humano. El individuo absorbe o "aprende" nuevas respuestas al cambio por medio de la socialización o educación informal. El hecho de que un tema se instale en la discusión pública constituye un importante punto de partida para generar las condiciones para estos nuevos aprendizajes. Normalmente el individuo inicia ese nuevo aprendizaje social al tener acceso a una nueva

información que puede o no responder a una inquietud personal, pero que motiva una reflexión que puede sugerir una respuesta nueva a situaciones observadas, necesidades insatisfechas o no percibidas anteriormente.

El hecho que un tema sea de discusión pública indica que los medios de comunicación de masas, las conversaciones informales, las publicaciones restringidas o no y otros medios de diseminar información se ocuparán del tema.

No obstante, para generar un cambio más profundo de perspectiva de la vida es recomendable iniciar ese proceso en forma más temprana y en ese sentido es responsabilidad de la escuela contribuir a ese cambio

LA EDUCACIÓN FORMAL Y LA GERONTOLOGÍA SOCIAL.

La educación formal o escolar, que se supone reciben todos en un periodo de su vida, es quizás uno de los instrumentos sociales más eficaces para fomentar cambios culturales continuados.

No hace mucho tiempo, la acción destructora del hombre sobre el Medio Ambiente obligó a la escuela a incorporar en su currículo, temáticas relacionadas, de modo de contribuir a un cambio de actitud de la población con respecto a la responsabilidad del ser humano en la conservación de éste. De ahí nació lo que algunos llamaron Educación Ambiental, que alerta sobre la importancia de conservar el equilibrio del hábitat del hombre.

Posteriormente se llamó la atención sobre la necesidad de incluir la dimensión de género en el currículo escolar, de modo de generar actitudes que favorecieran la no discriminación de la mujer en las actividades sociales y así lograr una sociedad más democrática y participativa.

Hoy corresponde agregar otra preocupación derivada de las consecuencias del cambio como lo es la prolongación de la vida, hecho que, como ya se ha dicho ha resultado en un aumento considerable de la población de Adultos Mayores la cual debe ser integrada creativamente a la vida en sociedad ya lo cotidiano.

Uno de los aspectos importantes de la formación del individuo es el aprendizaje de actitudes que expresan los valores que privilegia la cultura. Las actitudes del individuo y de la sociedad con respecto al Adulto Mayor son parte del aprendizaje de valores.

Sabemos que las actitudes se aprenden por socialización, primero en su grupo inmediato, el hogar, al que se agregan después otros agentes, como la escuela y otras instancias y la sociedad toda. La familia es un importante punto de partida. El libro "Como Inculcar Valores a sus Hijos" de Dorothy Law Nolte y Rachel Harris, plantea que los niños "aprenden lo que viven". De acuerdo a este punto de vista, si en la familia los ancianos son queridos, respetados, comprendidos e incorporados a la vida familiar, los niños aprenderán actitudes positivas hacia los Adultos Mayores.

Los cuentos y las ilustraciones que se presentan a los niños en sus primeros años, los programas infantiles de televisión, les van mostrando experiencias que generan imágenes culturales sobre las personas. Si el cuento presenta una anciana encogida e inmóvil sentada frente a una estufa; u otra más activa pero exigente y mal genio, que todo lo encuentra malo porque no es como era "en sus tiempos" o un abuelo cascarrabias, y no se muestra la contrapartida de los personajes, la imagen inicial que percibe el niño seguramente será la de una persona de la cual más vale alejarse. Otros, con experiencias distintas, pueden tener una imagen de un abuelo cariñoso, entretenido, que cuenta cosas curiosas.

La escuela tiene una responsabilidad en generar actitudes positivas frente a la ancianidad. Sin embargo no se trata de conscientizar a los estudiantes para que desde chiquitos se preparen para ser viejos, sino mas bien, de aspirar a cambiar la imagen de la vida, a considerar sus etapas o ciclos vitales, cada uno de lo cuales debe vivirse y dentro de este contexto comprender a la ancianidad como una etapa normal del proceso de vida.

La Reforma Educacional actual incluye los llamados Objetivos Fundamentales Transversales, los que de acuerdo a documentos oficiales "refuerzan los propósitos generales y comunes del sistema escolar; cruza los diferentes sectores disciplinarios del currículo y encuentran expresiones propias y específicas de la juventud". Es decir, estos objetivos se instalan en el ambiente escolar cotidiano, ya que las situaciones e que pueden producirse esos aprendizajes se encuentran en variadas áreas de la vida escolar. Dentro de este contexto, lo principal es generar dentro de las actividades escolares una actitud positiva frente a la ancianidad, lo cual implica, a su vez, una actitud general que empapa el medio escolar para generar conductas que permitan valorar la relación entre jóvenes y ancianos y los beneficios que puede traer esta relación para ambos.

El hecho de que estos aprendizajes encuentren su mejor oportunidad en la vida cotidiana no impide, incluso es recomendable, reforzarlos a través de algunas actividades sistemáticas

Los estudiantes llegan a la escuela con imágenes positivas o negativas de la ancianidad y ésta deberá influir para cambiar la negativa o enriquecer la positiva, pero siempre deberá considerarse la imagen inicial.

Por otra parte, es importante que los alumnos conversen, opinen sobre las imágenes que tienen unos c comparación a las de sus compañeros. La participación es esencial para iniciar cambios de actitudes. j relato de las experiencias de los alumnos o el uso de historias ficticias que ellos puedan unir a sus experiencias, son pasos recomendables para motivar una discusión acerca de distintas situaciones.

En nuestra vida diaria y en la vida escolar, aún quedan elementos que estigmatizan la figura de los ancianos y los presentan en forma negativa.

Últimamente se han revisados los textos de estudio escolares con el objeto identificar situaciones de la vida cotidiana, ilustradas o no, que presentan actitudes tradicionales con respecto al rol femenino, la cual favorecería, sin proponérselo, el refuerzo de conductas de discriminación o auto discriminación social de la mujer, en lugar de mostrar situaciones que

generen renovados contenidos de roles para ambos sexos. Quizás, la mismo debería hacerse con respecto a las formas que las lecturas escolares representan la ancianidad y su relación con las generaciones más jóvenes.

Por otra parte, en la educación formal pueden usarse algunos contenidos de los programas regulares de asignatura para sensibilizar acerca de la relación entre jóvenes y mayores y generar una reflexión a respecto.

Por ejemplo, en Ciencias Sociales, es posible referirse al tema de la familia en distintos períodos históricos y las características de la relación entre generaciones, lo cual da pie para generar un intercambio de opiniones entre los alumnos que se proyecte a la situación presente.

En el área de Ciencias Naturales se puede hacer referencia al envejecimiento biológico o en Lenguaje , Comunicación, entre otros, incluir ejemplos de la Literatura que involucren a ancianos, contenidos que también pueden motivar discusiones de grupo con participación de los alumnos.

Asimismo, las actividades generales, tales como Consejos de Curso, orientación de grupo, talleres, grupo de discusión, proyectos y otros constituyen instancias en que es posible no sólo discutir estos temas, sin sistematizar algunos de los aprendizajes logrados a través de la discusión de las experiencias señaladas anteriormente.

Dentro del contexto presentado es deseable esperar que los estudiantes logren percibir el envejecimiento como parte de un proceso de vida que incluye diversas etapas o ciclos de vida, de modo que los Adultos Mayores no constituyen individuos desechables sino que pueden y deben integrarse a la sociedad. Comprender que la ancianidad implica el deterioro de algunas capacidades, principalmente físicas, pero que éstas se compensan, en parte, por la experiencia de vida acumulada en forma enriquecedora, y por último, que la forma en que se viven las últimas etapas de la vida está relacionadas con la forma en que han vivido etapas anteriores.

LA GERONTOLOGÍA SOCIALY LOS NUEVOS ENFOQUES DE LA EDUCACIÓN.

En 1972, la UNESCO publicó un importante documento conocido como el Informe Fauré que llevaba el nombre de "Aprender a Ser". Este documento reorientó los sistemas educativos considerando la influencia del Cambio y ampliando el significado del concepto de democratización de la educación.

Este trabajo fue realizado por una comisión de personalidades que representaban distintas culturas presididas por Edgar Fauré, las que contaron con el apoyo de especialistas que reunieron la información.

Es así como considerando experiencias de las más distintas culturas y regiones del globo el informe reinterpretó principios y puntualizó nuevas necesidades. Este es el documento que actualizó la relación cambio con la educación y describió el concepto de Educación Permanente, hoy ampliamente conocido y citado. Como respuesta metodológica al Cambio acuñó el término y describió el concepto de "aprender a aprender", la cual cambió la óptica

de los sistemas educativos, modificó la esencia del contenido aprendizaje escolar y amplió las situaciones en que son posibles los aprendizajes más allá de la educación formal.

Recientemente, en 1996, la UNESCO ha dado a conocer un nuevo informe en el cual se usó metodología semejante a la del documento de 1972.

Este nuevo texto fue realizado por una comisión presidida por Jacques Delors y lleva el nombre de "La Educación encierra un Tesoro", El documento recrea y actualiza las ideas del Informe Faure, pensando en el siglo XXI y define más claramente los "APRENDIZAJES". Plantea cuatro pilares orientadores de la educación: Aprender a Conocer, Aprender a Hacer y Aprender a Ser, los cuales estaban implícitos en el Informe de 1972, pero agrega uno que se refiere a la convivencia armónica entre los seres humanos, Aprender a Vivir Juntos o Aprender a Vivir con los demás. Si bien es cierto este último objetivo ha estado implícitamente incluido en las corrientes de pensamiento pedagógico con anterioridad, en este documento se lo destaca y conceptualiza, teniendo en cuenta un objetivo mayor, la educación para la paz.

En parte, el Informe Delors dice:

"Para cumplir el conjunto de las misiones que le son propias, la educación debe estructurarse en torno a cuatro aprendizajes fundamentales que, en el transcurso de la vida serán para cada persona, en cierto sentido, los pilares del conocimiento: Aprender a Conocer, es decir, adquirir los instrumentos para la comprensión; Aprender a Hacer, para poder influir sobre el propio entorno; Aprender a Vivir Juntos, para participar y cooperar con los demás en todas las actividades humanas; por último, Aprender a Ser, un proceso fundamental que recoge elementos de los tres anteriores. Por supuesto, estas cuatro vías del saber convergen en una sola, ya que hay entre ellas múltiples puntos de contacto, coincidencias e intercambio."

Como ya lo hemos expresado, plantea cuatro pilares de la Educación: Aprender a Conocer, Aprender a Hacer, Aprender a vivir juntos y Aprender a Ser.

A mi juicio estos cuatro pilares están atravesados por la idea de Aprender a Aprender, lo cual deriva de la aceleración del Cambio, que enfrenta constantemente al ser humano con situaciones nuevas en distintos ámbitos de la vida

La superación de estas situaciones nuevas requiere que el individuo posea los instrumentos de análisis y aprendizajes en el Conocer, Hacer, Vivir Juntos y Ser.

Si bien es cierto estos pilares se refieren principalmente a la educación formal ya otros aprendizajes de épocas más tempranas de la vida, es posible aplicarlas a la Gerontología Social para sistematizar las áreas de aprendizaje en la etapa de la ancianidad

Aprender a CONOCER, es decir, adquirir los conocimientos para comprende el mundo que lo rodea, lo cual significa para el Adulto Mayor conocer las características del envejecimiento, las naturales limitaciones que se presentan y las formas de superarlas, si ello es posible, y de lo contrario, asumirlas.

Aprender a HACER incluye el aplicar los conocimientos para influir en el propio entorno adquiriendo competencias nuevas. En el caso del Adulto Mayor significa realizar algunas actividades en forma diferente a la acostumbrada para compensar las limitaciones físicas, ya sea usando elementos de ayuda, como los lentes u otros; reconociendo nuevas necesidades que requieren, por ejemplo, el desplazamiento más lento y cuidadoso en la marcha, o la adquisición de otras competencias para compensar los deterioros biológicos y así conservar el mayor tiempo posible la auto valencia.

Aprender a VIVIR JUNTOS o Aprender A VIVIR CON LOS DEMAS. En este sentido, el Informe Delors anota dos orientaciones complementarias: el descubrimiento gradual del otro, de lo que siente y piensa; y la capacidad de trabajar juntos, superando obstáculos de interacción interna de un grupo para trabajar en proyectos comunes. Para el Adulto Mayor significa analizar y proyectar su experiencia para lograr una comprensión más amplia de los otros, ya que deberá, seguramente, adaptarse a una nueva composición de los grupos habituales, como la familia por ejemplo, y reconocer los cambios de roles que asumen sus integrantes. Por otra parte, los Adultos Mayores, al ampliar sus experiencias de aprendizaje participando en las actividades planificadas para ellos, seguramente harán nuevas amistades e integrarán nuevos grupos que compensarán, en parte, las pérdidas personales, el aislamiento y la soledad, proporcionándoles renovadas perspectivas de vida.

Aprender a SER, deriva del concepto de que la educación debe contribuir al desarrollo global de cada persona para que florezca su propia personalidad y esté en condiciones de desempeñarse con creciente autonomía de juicio y de responsabilidad personal. Para el Adulto Mayor, significa descubrir y desarrollar intereses y habilidades dormidas, ampliar su mundo a través de nuevos conocimientos la que le permitirá reinterpretar su experiencia de vida y proyectarla en roles significativos para esa etapa de su vida y en un proyecto personalmente satisfactorio que le permita autonomía.

En cada uno de estos ámbitos pilares de la educación está presente el Aprender a APRENDER, porque esta también presente la influencia del cambio, aún en esta etapa de la vida

Es así como, el Adulto Mayor hoy debe tomar conciencia de que vivimos en una sociedad de transición con respecto a la imagen cultural del Anciano y en ese sentido, ellos tienen un papel en el cambio de la imagen social tradicional, es decir, con su ejemplo, pueden ser agentes de cambio cultural y social.

BIBLIOGRAFIA

Jacques Delors y otros: "*La Educación encierra un Tesoro*", Ediciones UNESCO, Méjico, 1996.

Edgar Fauré y otros: "*Aprender a SER*", UNESCO, Edit Universitaria, Santiago, 1972

Law Nolte y Rachel Harris: "*Como Inculcar Valores a sus Hijos*", Plaza Janes, Barcelona, 1999

Ministerio de Educación de Chile: "*Objetivos Fundamentales y Contenidos Mínimos Obligatorios de la Educación Media*", Santiago de Chile, 1997

Papalia y Wendkods Olds: "*Desarrollo Humano*", Mac Graw Hill, Bogotá, 1992.-Cap. XVI y XVII.

Emma Salas: "*Reflexiones acerca de una nueva problemática a incluir en la agenda escolar*", el Adulto Mayor.- Revista "Perspectiva Educacional," Universidad Católica de Valparaíso, Valparaíso, 1998

Santiago de Chile, junio,1999