

DÍA EUROPEO DE LA SOLIDARIDAD Y LA COOPERACIÓN ENTRE GENERACIONES

“TÚ ME APORTAS, YO TE APORTO”

Bajo el lema “Tú me aportas, yo te apporto” desde el Grupo de Trabajo de Psicología del Envejecimiento del Consejo General de la Psicología de España queremos aprovechar el Día Europeo de la Solidaridad y la Cooperación entre Generaciones para poner de manifiesto la importancia de que las generaciones lleven a cabo intercambios llenos de vida, es decir, que el hecho de compartir experiencias suponga un aporte de energía, de motivación y sobre todo de sabiduría y de enriquecimiento personal entre personas de diferentes generaciones. Se trata de experiencias que promuevan el envejecimiento activo y saludable, además de potenciar la participación y el compromiso social, tal y como recomienda la Unión Europea.

Estas experiencias permiten acercar a niños, jóvenes, estudiantes, voluntarios... a las personas mayores educando en valores, como el respeto y la tolerancia, y aprendiendo de la experiencia y de los conocimientos, aumentando así las relaciones entre ellos. De este modo, implica intercambios, dentro y fuera de la familia, permite aprovechar los eventos, comidas familiares con nietos, hijos... como oportunidades de convivencia intergeneracional.

Se comparten conocimientos, experiencias y emociones en programas intergeneracionales buscando sobre todo la relación, cooperación e intercambio través de charlas, talleres, cuentacuentos participativos, obras de teatro, parques de gerontogimnasia, servicios de guardería en los centros de personas mayores, campamentos intergeneracionales, manualidades, juegos de mesa, celebraciones e incluso través de las nuevas tecnologías. Por lo que estos programas tienen objetivos muy específicos buscando la interacción y el fomento de las relaciones interpersonales, es decir, van más allá de juntar a personas de distintas edades. De este modo, las personas mayores continúan siendo útiles para otras generaciones. Otro logro de este tipo de relaciones es que las personas mayores visibilicen la fortaleza y dignidad que en ocasiones se les niega. Así, compartir supone lo que las personas mayores aportan y lo que los demás les aportan. La persona mayor es la combinación de varios roles: padre, maestro y mejor amigo.

Para que estas relaciones tengan el máximo nivel de repercusiones posibles, tienen que cumplir con ciertos requisitos como: el hecho de que sean relaciones con alto grado de implicación e interacción y no solo una mera coexistencia en algún lugar; que estén suficientemente preparadas como para poder desarrollarlas, en lugar de ser improvisadas, sobre todo por el hecho de que puedan aparecer imprevistos para su correcto desarrollo.

Por ello, los psicólogos recomiendan fomentar los programas intergeneracionales que favorezcan la cooperación y la solidaridad creando espacios o puntos de encuentro para compartir experiencias sobre todo en personas mayores que se encuentran solas. De este modo la integración y la participación social previenen la soledad y el aislamiento de las personas mayores, mejorando su autoestima, aumentando su interés por aprender cosas nuevas, mejorando su estado de ánimo y su vitalidad. Por lo que queda justificada la necesidad de cuidar y proteger el bienestar de nuestros mayores, siendo las experiencias intergeneracionales una buena opción para ello.

En este sentido, los profesionales que trabajamos en envejecimiento a nivel nacional consideramos necesario potenciar las relaciones intergeneracionales a través de diferentes formas, por lo que es imprescindible aunar esfuerzos entre los distintos colectivos, entidades y asociaciones existentes desde un equipo interdisciplinar. Estos proyectos suponen espacios de convivencia social en los cuales se promueve la solidaridad y cooperación con las personas mayores lo que implica beneficios tanto para las personas mayores como para los más jóvenes. Los niños, adolescentes y jóvenes que desarrollan relaciones con personas mayores se benefician del aprendizaje sobre el pasado, cuentan con modelos positivos y fortalecen su identidad cultural, por lo que reciben positivamente el consejo de los mayores, su apoyo y establecen vínculos rápidamente.