

Manifiesto en el Día Europeo de la Solidaridad y Cooperación entre Generaciones

El 29 de abril, se celebra el Día Europeo de la Solidaridad y Cooperación entre Generaciones, que se instauró a propuesta de la presidencia eslovena de la Unión Europea en la conferencia celebrada en Brno (Eslovenia) los días 28 y 29 de abril del 2008. En esta conferencia se acordó que el 29 de abril del 2009 sería el primer Día Europeo de la Solidaridad y Cooperación entre Generaciones para así, repitiendo esta celebración anualmente, sensibilizar y dar impulso a las relaciones intergeneracionales como factor potenciador del envejecimiento activo y positivo. Este es un objetivo prioritario para la sociedad española, cuya esperanza de vida destaca entre las más altas del mundo, tan sólo por debajo de Japón, Suiza o Singapur.

En este sentido, la disciplina de la Psicología demuestra que las personas mayores que participan en programas y actividades intergeneracionales experimentan multitud de beneficios, como son la disminución del sentimiento de soledad y aislamiento, el mayor interés por aprender y estimular las propias capacidades de aprendizaje, la optimización de sus habilidades y recursos personales, un modo más positivo de percibirse y valorarse a sí mismos, mayor tolerancia a la frustración o mejor afrontamiento de situaciones estresantes. Todos estos beneficios de las prácticas intergeneracionales en los mayores repercuten de una manera clara en una mayor satisfacción vital, así como en mejores niveles de bienestar físico, cognitivo, emocional y social.

Además, las generaciones previas también reciben beneficios de la participación de estos programas y actividades intergeneracionales. En concreto, niños, niñas y jóvenes implicados en estas actividades tienen la oportunidad de tener relación con personas de una edad diferente a la suya, de la que pueden recibir guía, consejo, sabiduría, apoyo y amistad. Además, en esta relación reciben valores de convivencia y tolerancia hacia otras culturas generacionales, se promueve su solidaridad y el aprendizaje intercultural e intergeneracional, aumentando su responsabilidad y participación social. Estas generaciones tienen así la oportunidad de mejorar el conocimiento, aprecio y respeto por la vejez, a la vez que disminuyen el rechazo, la indiferencia y el temor por la misma.

Ahora bien, lo que encontramos en las prácticas intergeneracionales actuales es que no todas comparten el mismo nivel de interacción entre las generaciones. Según Judith MacCallum y colegas (en el informe “Community building through intergenerational exchange programs”) existirían cuatro tipos de prácticas intergeneracionales, que se ordenan de menor a mayor nivel de interacción entre las generaciones:

- nivel 1 o yuxtaposición, en el que los diferentes grupos generacionales comparten un local y mantienen contactos esporádicos;
- nivel 2 o intersección, en el que los participantes realizan alguna actividad conjuntamente, aunque el nivel de interacción es bajo y cada participante sigue teniendo como referente a su propio grupo generacional (por ejemplo, las visitas de jóvenes a residencias de personas mayores);

- nivel 3 o agrupamiento, donde jóvenes y mayores se integran en grupos o en parejas de nueva creación para trabajar conjuntamente durante el período de tiempo que dura el programa (por ejemplo, los programas donde las personas mayores acuden a un centro escolar, durante todo el curso académico, para actuar de mentores y tutores con niños en fase de aprendizaje de la lectura); y

- nivel 4 o convivencia, que va más allá de las actividades conjuntas organizadas durante un tiempo, ya que representa una situación cotidiana de convivencia intergeneracional en la que las personas deciden y planean, sobre la marcha, sus relaciones, objetivos y tareas comunes (por ejemplo, los centros intergeneracionales que se proponen desde el paradigma de la construcción de una sociedad para todas las edades).

Además de la importancia de fomentar prácticas intergeneracionales que impliquen un nivel de interacción máximo, es decir, que impliquen relación real entre las generaciones, no solo que se reúnan o estén juntos, Sally Newman y Mariano Sánchez en el documento “Programas intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades” añaden algunas características más que deben cumplir los programas intergeneracionales para que realmente consigan beneficios. Entre dichas características de los buenos programas intergeneracionales consideramos importante destacar las siguientes: que los programas intergeneracionales respondan a necesidades reales que existen allí donde se realizan, contar con la colaboración de diversas entidades de la zona (trabajar en red), que cada persona participante tenga un rol que desempeñar en el programa, por tanto, habrá que realizar una buena preparación de las personas que vayan a participar y, por supuesto, que los programas tengan una financiación suficiente para llevarlos a cabo con los criterios de calidad que se conocen.

En definitiva, actualmente sabemos que las prácticas intergeneracionales promueven en generaciones de jóvenes y mayores diversos beneficios psicológicos, reduciendo los estereotipos que los más jóvenes tienen de los mayores y éstos últimos de los jóvenes. Por ello, desde el Consejo General de la Psicología creemos necesario:

- Promover actividades que sirvan para luchar contra la discriminación por razón de edad, superar los estereotipos relacionados con la edad y eliminar barreras debidas a esta causa.

- Sensibilizar a la sociedad en general sobre la importancia de envejecer activamente, así como destacar la valiosa contribución que las personas de más edad hacen a los más jóvenes y a la sociedad en general.

- Otorgar reconocimiento a la labor que desempeñan los abuelos y las abuelas con su contribución, muchas veces invisible, al bienestar social y económico de nuestro país. De hecho, las relaciones entre abuelos/as y nietos/as supone una de las formas de envejecimiento activo y de relación intergeneracional más efectiva al permitir a padres y madres mantener sus puestos de trabajo, creando entornos favorables y facilitadores para el desarrollo de los niños y las niñas.

- Promover el envejecimiento activo y la solidaridad entre generaciones, desarrollando el potencial de las personas mayores, independientemente de su origen, posibilitando que lleven una vida con autonomía durante el mayor tiempo posible.
- Apoyar programas y actividades intergeneracionales, en las que participen personas mayores en situación de dependencia física y/o psíquica, ya que han demostrado ser de utilidad en la motivación para participar, disminuyendo la apatía, estimulando sus capacidades y ayudando a modelar y reducir las alteraciones de comportamiento.

Consejo General de la Psicología. Grupo de Trabajo de Psicología del Envejecimiento

Madrid 29 de abril de 2017