

PROYECTO DE INTERVENCIÓN PARA MAYORES: LA IMAGEN FOTOGRÁFICA COMO AGENTE PSICOEDUCATIVO

SENIOR PROJECT INTERVENTION: THE PHOTOGRAPHIC IMAGE AS AGENT PSYCHOEDUCATIONAL

Manuel Ortega Caballero
Universidad de Granada

RESUMEN

La esperanza de vida hace apenas 50 años a nivel mundial era de 46,4 años siendo hoy de 67,6 y del 77,1 años en los países más desarrollados¹. Como podemos apreciar el envejecimiento de la población es importante y un nuevo proceso a destacar. Las sociedades coetáneas tienen que responder a la demanda de una etapa realmente inexistente a principio del siglo pasado. Innumerables proyectos han comenzado a recorrer esta nueva fase vital, pero nosotros haremos hincapié en W2P ("Walk to Photo", fotografiar paseando), actividad que permitirá realizar un programa de entretenimiento para nuestros mayores aportando consecuencias psicoeducativas personales y sociales. También llevará a cabo inclusiones en el plano memorístico y vital de cada sénior.

Palabras Clave: envejecimiento activo, reminiscencia, fotografía, w2p

ABSTRACT

The life expectancy of just 50 years ago the world was 46.4 years as of today 67.6 and 77.1 years in the most developed countries. As we see the aging of the population and it is important to note a new process. The contemporary societies must respond to the demand for a truly non-existent stage early last century. Countless projects have begun to explore this new life phase, but we will emphasize W2P ("Walk to Photo" Shoot walking), activity to perform a program of entertainment for our seniors

¹Fuente recogida a partir de la División de la población de Naciones Unidas. http://www.desenvolupamentsostenible.org/index.php?option=com_content&view=article&id=59&Itemid=126&lang=es

but they provide psychoeducational personal and social consequences. He also held inclusions vital role and each senior level..

Keywords: active aging, reminiscence, photography, w2p

1. INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN MAYORES

“En el movimiento está la vida y en la actividad reside la felicidad”

Aristóteles

Es nuestro siglo un tiempo de reinventarnos. La esperanza de vida ha aniquilado cualquier previsión de siglos pasados y la demanda de nuevos estilos de vida y por lo tanto nuevos componentes de una sociedad progresivamente cambiante ha dado como fruto más oportunidades donde pensábamos que no se podía ya mejorar.

Los nuevos poderes políticos de los diferentes países tienen la necesidad de prever y acoger formas, proyectos y programas innovadores de intervención para hacer frente a una sociedad anciana nueva y cada vez más numerosa.

Aquí podemos apreciar la esperanza de vida en función de las regiones mundiales:

	1950-1955	2005-2010	MEDIA DE AUMENTO EN 50 AÑOS
AFRICA	38,5	54,1	15,6
PAISES MENOS DESARROLLADOS	40,8	65,6	24,8
MUNDO	46,4	67,6	21,2
EUROPA	65,6	75,1	9,5
PAISES MAS DESARROLLADOS	66,1	77,1	11

Tabla 1. Fuente Naciones Unidas. Esperanza de Vida al Nacer: 1950-55 y 2005-10.

El aumento considerable de una población más anciana nos hace reinventarnos y replantearnos el presente y futuro de nuestra sociedad. La teoría de la actividad (*activity theory*), propone que, las personas envejecen mejor cuando participan en muchas

actividades (Lemon, Bengtson, & Peterson, 1972, cit. Lima, 2012) y explica el aumento de activismo superior, iniciado en los años 60 y 70 del siglo XX en los Estados Unidos de América, y la aparición de los centros de día. Ekerdt (1986, cit. Lima, 2012) designa esta perspectiva de “busy ethic”, una ética que valora el estar ocupado.²

En esta línea destacar que se pasa a analizar e intervenir la etapa de nuestros mayores de forma pasiva para ellos y para la sociedad a una revolución y evolución permanente de nuevos retos y metas que hacen pensar y reestructurar las etapas vitales en una tercera y cuarta edad, distribuyendo estructuralmente las posibilidades de nuestros mayores en función de oferta y demanda. Al vivir más años no sólo aumenta la esperanza de vida sino que se ha expandido las necesidades personales, sociales y saludables de cada uno de nosotros y que los profesionales, entidades y los individuos en cuestión ha comenzado a descubrir e innovar para una mejor y mayor calidad de vida.

El *Envejecimiento Activo* es el proceso de optimización de las oportunidades de salud del adulto mayor, y comprende aspectos de participación y seguridad, con el fin de mejorar la calidad de vida de las personas a medida que envejecen.

Este concepto aplicado por la Organización Mundial de la Salud (OMS) con el lema “Active Again”, permite a las personas realizar su potencial de bienestar físico, social y mental a lo largo de todo su ciclo vital, para así tomar parte en la sociedad de acuerdo con sus necesidades, deseos y capacidades; a la vez que se les proporciona protección, seguridad y los cuidados adecuados cuando estos sean requeridos.³

En este estudio, abordaremos la importancia del envejecimiento activo como promotor de las posibilidades de los mayores, re-creando, sus intereses, sus ilusiones y

² Ortega Caballero, M., Lima, M. P., Costa, J., & Solano Galvis, C. (2013). Adultos mayores como agentes - El proyecto W2P [Temas en Psicología del Envejecimiento (Vol. 1)]. *Revista e-Psi*, 3 (1), 48-68.

³Molina, J. C.: Envejecimiento Activo”. Web Dr. Juan Carlos Molina. Disponible en: http://www.envejecimientoactivo.cl/envejecimiento_Activo/que_es.html

conocimientos. A través del Proyecto W2P.

2. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO W2P

El Proyecto W2P nace para hacer realidad la propuesta de *envejecimiento activo* que tanto preocupa a nivel psicoeducativo hoy día. El Departamento de Pedagogía de Melilla, en el año 2007, dentro del Programa de Formación Abierta y más concretamente en el marco de la Universidad de Mayores local, experimentó por primera vez un programa piloto denominado *Walk to Photo*, realizando rutas fotográficas con sus alumnos para su posterior exposición, punto de encuentro y escrutinio de las mismas⁴. Esta información que apoyaba a las imágenes sacadas con las instantáneas nos ayudaría a comprender la situación vital de nuestros mayores.

El objetivo del Proyecto W2P es el de contribuir para mejorar la calidad de vida de esas personas, dándoles la capacidad de tener un diario visual de sus memorias construido por ellos mismos. El uso de la fotografía puede ser una herramienta útil para los adultos y para las personas mayores porque les permite desarrollar no sólo su memoria del día a día, sino también crear y recrear visualmente planos de vida, enseñando, recordando y compartiendo experiencias pasadas, presentes y aspiraciones futuras. W2P es así una herramienta de desarrollo educacional y de innovación que se encuadra en las intervenciones promotoras de actividades y que da protagonismo a las personas a lo largo de su vida y cuando ellas sean mayores.²

Walk to Photo tuvo su referencia a gran escala con el famoso proyecto de Lyndsay Williams en 1999 Sense Cam, que se basaba inicialmente en la estimulación y rehabilitación de la memoria autobiográfica (Hodges, Berry & Wood, 2011), en las diferencias en el recuerdo de acontecimientos del día a día asociados al género (St

⁴ Ortega, M. (2014-01-17). Proyecto Internacional W2P. [vídeo]. Recuperado 2014-07-11, desde <http://www.youtube.com/watch?v=0xPmFjITEyo>

Jacques, Conway, & Cabeza, 2011) y una visión general de la utilización de cámaras en los estudios sobre la salud (Doherty, Hodges, King, Smeaton, Berry, Moulin, Lindley, Kelly, & Foster, 2013).

Recorrer la ciudad para crear nuevas historias, recordar y ejercitar nuestra salud, promueve la independencia y autonomía de nuestros mayores y hace para ellos una vida más participativa.

La Reminiscencia da sentido a nuestro presente, abordando el pasado y recordando las experiencias vividas. Este proceso de re-crear y recordar es un proceso activo y ensamblador de experiencias que construyen nuestro presente, es por ello que las imágenes y la actividad W2P, nos permite ayudar a valorar con sentido la interpretación vital de los sujetos, en su pasado, en el día a día y en la creación de un futuro inmediato de calidad.

En esta investigación nos ayudaremos de dicha experiencia para marcar como objetivos principales:

- Categorizar las Memorias autobiográficas relatadas por las personas en relación a las fotografías tomadas en la ruta.
- Evaluar el impacto de la metodología W2P sobre el rendimiento cognitivo, bienestar y calidad de vida.



*Fotografía 1. Cámara de del Proyecto Semsecam.
Microsoft en Cambridge.*



*Fotografía 2. Cámara Estandar. Proyecto W2P.
(Walk to Photo).*

3. METODOLOGÍA

3.1. Muestra

La muestra está constituida por 20 sujetos, 10 españoles y 10 marroquíes, con edades superiores a 50 años y con una distribución equitativa de género.

La submuestra española presenta una edad media para los hombres de 58.7 años (DP=6.5 años) y una edad media para las mujeres de 58.5 años (DP=8.4 años). Esta submuestra incluye 1 jubilado y 4 activos, para los hombres, y 5 activos para las mujeres.

La submuestra marroquí tiene una edad media de 62.3 años (DP=12 años) para los hombres y 63.9 años (DP=6.7 años) para las mujeres. Los hombres presentan estado profesional de activo, 3 sujetos, y desempleado y jubilado con 1 sujeto en cada condición. Las mujeres son activas, 5 sujetos.

3.2. Procedimiento

A un grupo de 10 sujetos marroquíes y 10 sujetos españoles con edad superior a 50 años se le pidió que escogiesen 10 lugares con especial relevancia y significado en su lugar de residencia.

Los Mayores fueron acompañados a la hora de fotografiar los lugares escogidos y las fotografías fueron enumeradas del 1 al 10. Para cada fotografía, en un momento posterior, se pidió la descripción de las razones de la elección. Este procedimiento fue grabado en video, en España, y fueron anotadas las razones de la elección, en Marruecos.

4. RESULTADOS

Las respuestas fueron analizadas en función de dos parámetros: franja temporal de la vida del sujeto para lo cual se refiere al lugar considerado relevante; y los tipos de proyectos personales dentro de las razones de la elección (Little, & Chambers, 2004). Estos parámetros fueron analizados en función del género y del país de los participantes.²

4.1. Franja Temporal en que se localizan los datos

Al igual que en el Proyecto Hispano – Luso W2P, el análisis de los datos en la franja temporal en que se sitúan las razones de la elección del lugar a fotografiar fue organizado en dos niveles. En el *primero* comparamos las dos submuestras de forma global. En cuanto al *segundo*, analizamos los datos en función del género de los sujetos y de su proveniencia de España o Marruecos.

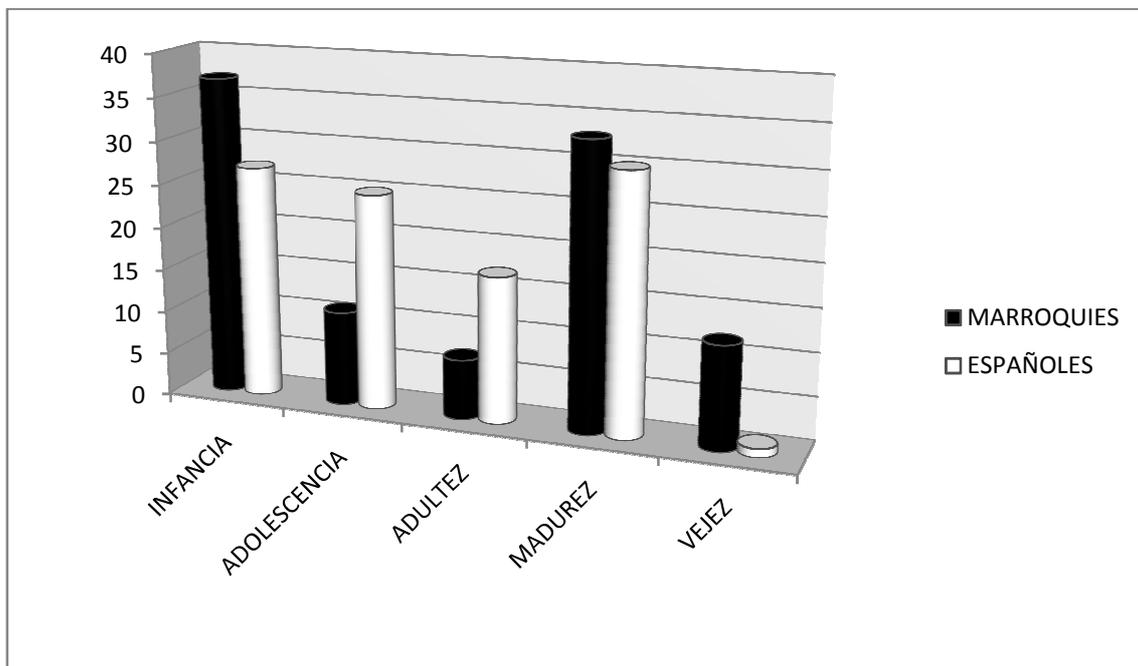


Gráfico 1. Localización temporal de los recuerdos en la submuestra marroquí y española

El gráfico 1 compara la localización temporal de los recuerdos, en función de las etapas de la vida. Los datos muestran perfiles entre las dos submuestras. Mientras que

en la submuestra española los mayores valores se sitúan en la madurez, infancia y adolescencia, la submuestra marroquí menciona sobre todo la infancia y la madurez con valores muy elevados. Globalmente los valores de la localización temporal de los recuerdos son más uniformes en la submuestra española que en la marroquí (ver Gráfico 1).

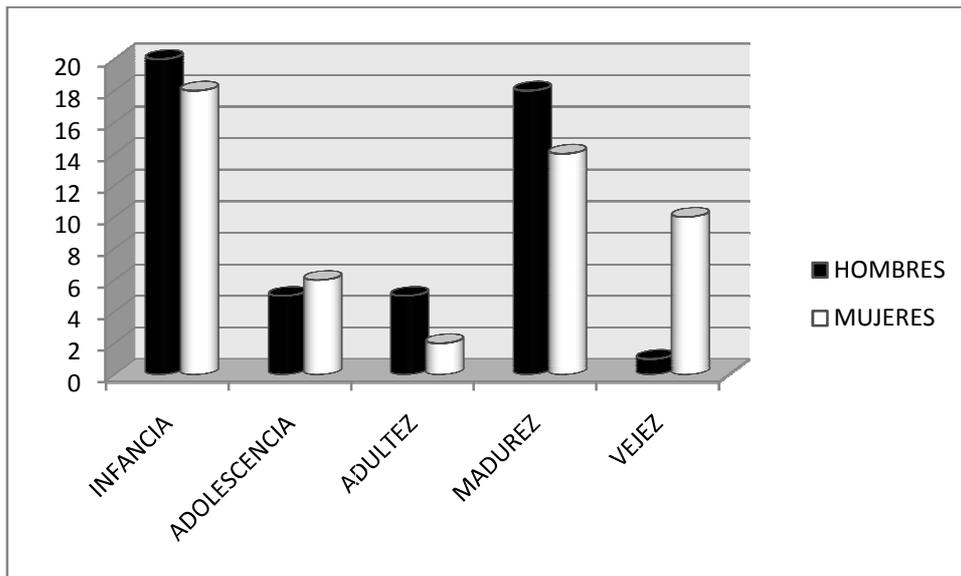


Gráfico 1.1 Localización temporal de los recuerdos de los hombres y las mujeres marroquíes

El análisis de la localización temporal de las razones de la elección de los lugares permite identificar numerosas semejanzas entre los hombres y las mujeres marroquíes. Asimismo, los valores más elevados, están para los hombres y las mujeres localizadas en la infancia y la madurez mientras que en los más bajos se encuentran la adolescencia y la adultez, para las mujeres, pero para los hombres se sitúan en la adolescencia y la vejez (ver Gráfico 1.1).

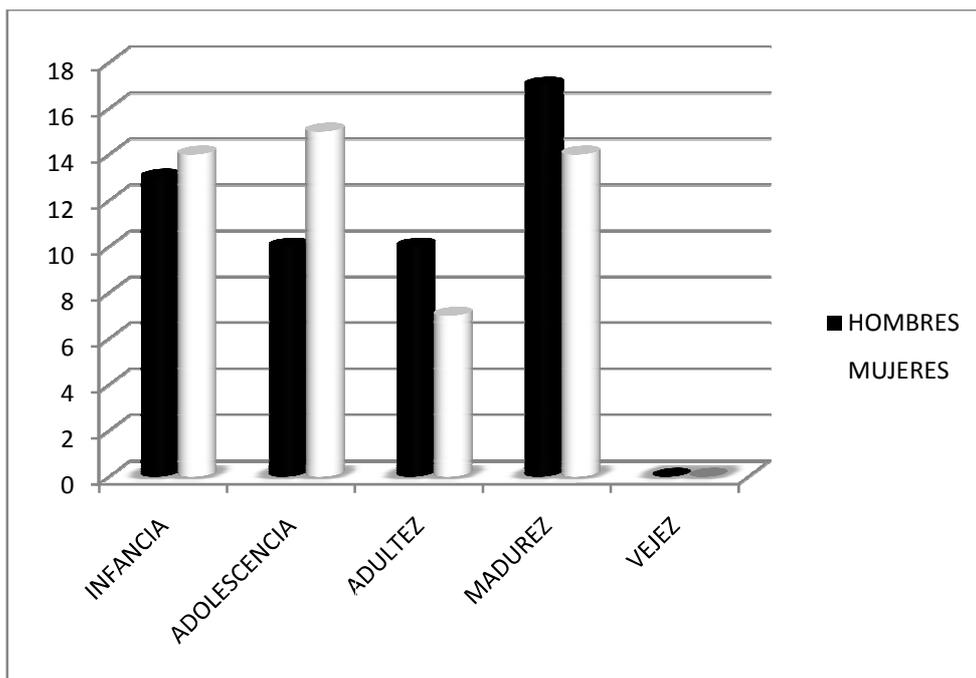


Gráfico 1.2 Localización temporal de los recuerdos de los hombres y las mujeres españolas.

La comparación de los datos relativamente por la franja temporal asociada a los recuerdos de los hombres y las mujeres españolas presenta un perfil con algunas diferencias. Así, los valores más elevados se sitúan, para los hombres, en la madurez y en la infancia mientras que para las mujeres se localizan en la adolescencia y en la madurez. Ambos grupos no mencionan la vejez. Se resalta no obstante que los porcentajes en la franja temporal están bastante próximos (ver Gráfico 1.2).

Analizando la localización temporal de la razón de la elección de los lugares en las dos submuestras consideradas en su conjunto y en función del género, pasamos a comparar los datos en función del género de los sujetos y de su proveniencia española o marroquí.

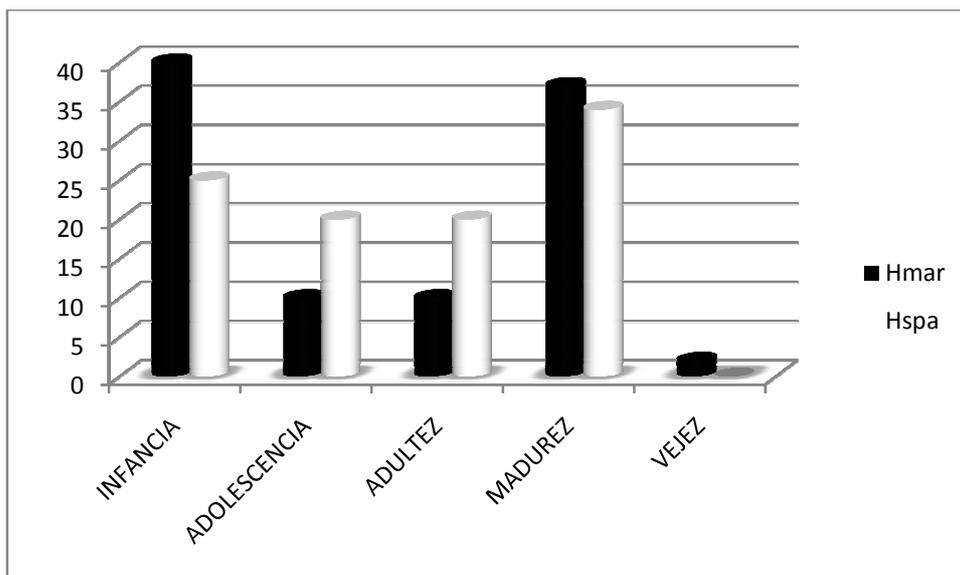


Gráfico 2. Localización temporal de los recuerdos de los hombres marroquíes y españoles.

En la submuestra española se localizan las razones de la elección de los lugares a fotografiar sobre todo en la madurez y en la infancia con valores entre el 38% y el 25%. Los hombres marroquíes optaron sobre todo por la infancia y la madurez con valores entre el 40% y el 37%. Como en el análisis anterior, los datos sugieren una mayor homogeneidad en los hombres españoles que en los marroquíes (ver Gráfico 2).

Veamos ahora cómo se organizan los datos cuando comparamos a las mujeres marroquíes y españolas en cuanto a la localización temporal de las razones de la elección de los lugares

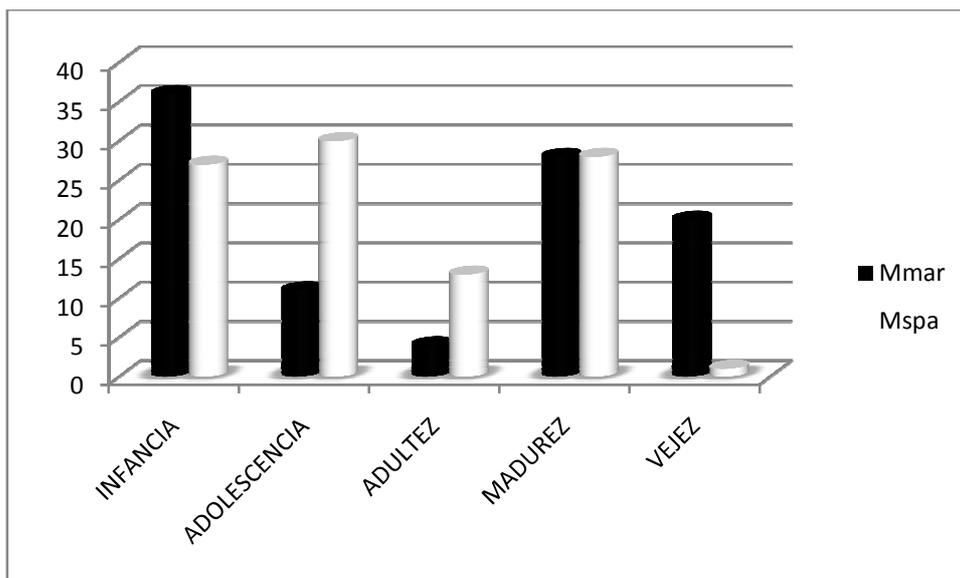


Gráfico 3. Localización temporal de los recuerdos de las mujeres marroquíes y españolas.

Los datos del gráfico 3 verifican que la localización temporal más frecuente para las mujeres españolas se localiza en la adolescencia, infancia y madurez con valores entre el 30% y el 20%. Mientras, para las mujeres marroquíes, la infancia y la madurez parecen ser los más indicados con valores entre el 36% y el 28%.

Como en los análisis anteriores, la homogeneidad de la distribución por las diferentes fases temporales es mayor en las mujeres españolas y se verifica mientras que es en los hombres marroquíes donde existen referencias localizadas en la vejez.

Escrutando los datos relativos a la localización en la ruta de la vida de las razones de la elección de los lugares considerados como más relevantes por los mayores, pasamos al análisis del tipo de razones en función del tipo de proyectos personales (Little, & Chambers, 2004; ver Cuadro 1).

Los autores consideran seis grandes dimensiones en la categorización/estiba de los proyectos personales definidos como conjuntos de acciones diferidas, personalmente relevantes, y contextualizadas (Little, 2006): académica, ocupacional, de salud, interpersonal, intrapersonal (subdividida en familiar y relativa o causal), diversión/ocio y manutención.

A continuación vamos a describir la categorización de los proyectos personales y sus subcategorías. Estas categorías nos ayudarán a ubicar las imágenes en tiempo y forma y a acentuar su importancia dentro de la selección natural de imágenes que cada sujeto marroquí o español haya podido llevar a cabo.

Principales categorías son:

- Ocupacionales /Académicos
- Salud/Cuerpo
- Interpersonales
- Intrapersonales
- Ocio
- Administración y Manutención
- Otros

Ocupacionales/ académicos	Salud/cuerpo	Interpersonales	Intrapersonales	Ocio	Administrativos / mantención	Otros
<p>Cursos relacionados con el trabajo; Actividades de trabajo/profesionales; Proyectos relacionados con la escuela, la universidad (aprendizaje escolar).</p> <p><u>Subcategorías</u> :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Proyectos académicos; 2. Proyectos relativos al empleo/trabajo/profesión; 3. Organizaciones profesionales. <p>Nota: no incluye lectura recreativa o cursos de aprendizaje de juegos (ocio).</p>	<p>Incluye actividades relativas a la apariencia, la salud o el ejercicio físico (p.ej. perder o ganar peso, dormir, hacer ejercicio con preocupaciones de ejercicio físico y no recreativos).</p> <p><u>Subcategorías</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Apariencia; 2. Salud. 	<p>Incluye proyectos de relación con los otros a un nivel personal.</p> <p><u>Subcategorías</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Familia (proyectos incluyendo padres, abuelos, pareja, hijos, hermanos, planes familiares (p. ej. visitar a los abuelos, tener hijos, organización de la vida escolar de los hijos...)). 2. Proyectos interpersonales íntimos (incluyendo otros íntimos como esposo/a, enamorados, sexualidad, relaciones íntimas...). 3. Interpersonales secundarios... 4. Proyectos comunitarios (ayuda, voluntariado, solidaridad...). 5. Meta de los proyectos 	<p>Proyectos relacionados con el <i>self</i> (aptitudes, aprendizaje).</p> <p><u>Subcategorías</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Proyectos espirituales y filosóficos (clasificación de creencias religiosas, cuestionamiento filosófico) 2. Proyectos de perfeccionamiento o del <i>self</i> (mudanzas psicológicas como oposición a las mudanzas físicas) 3. Meta-proyectos (p. ej. mantener algún sentido de orden en la vida; aumentar el alcance de mis conocimientos, ideas y expresiones; poner mi vida en orden) 4. Proyectos de <i>coping</i>/ajuste (ajustarme a mi nueva situación de vida, olvidar el abuso sufrido en la infancia) 5. Ocio intrapersonal (ver menos televisión, comprar menos) 6. Proyectos de transición (planear reformas, subida en la carrera) 	<p>Incluye actividades/proyectos recreativos individuales o con otros.</p> <p><u>Subcategorías</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Diversión (televisión, cine, museos, teatro, conciertos) 2. Fiestas/baile (actividades sociales, entretenimiento) 3. Hobbies/pasatiempos (coleccionar...) 4. Consumo (comprar por placer) 5. Beber/drogas (no se deja, pero por la salud) 6. Proyectos de ocio (leer, escribir...) 7. Proyectos de vacaciones (planear, organizar hacer) 8. Actividades recreativas (aprender a jugar un juego) 9. Deportes (con intención recreativa y no de salud exclusivamente) 10. Diversión con un animal de compañía (jugar con él y no darle comida-mantención) 11. Jardinería, fotografía, filmación... 	<p>Proyectos relacionados con la organización o la administración.</p> <p><u>Subcategorías</u>:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Actividades relacionadas con encontrar una casa para vivir, conseguir un empleo (registrarse en el Centro de Empleo) 2. Proyectos relacionados con la limpieza y preparación de una casa 3. Proyectos relacionados con el mantenimiento del coche 4. Proyectos relativos a la gestión económica y financiera de su vida 5. Actividades ligadas a la inscripción en cursos o programas o a la obtención de documentación 6. Tareas incluyendo el tratamiento de animales de compañía (ir al veterinario, darle comida, llevarlo a pasear) 7. Meta-proyectos 	<p>Incluye proyectos que no pueden ser categorizados en las anteriores debido a una inadecuada información. P. ej. las compras pueden ser de Ocio o de Mantención /Administración</p>

					(gestionar las propiedades y los bienes, organizar a los niños)	
--	--	--	--	--	---	--

Cuadro 1. *Categorización de los proyectos personales. Adaptado de Little y Chambers 2004; Little, 2006*

4.2. Tipos de Proyectos personales asociados al lugar fotografiado

Empezamos con una comparación general de las dos submuestras para después contrastar los datos en función del género y de la proveniencia de la muestra española o marroquí.

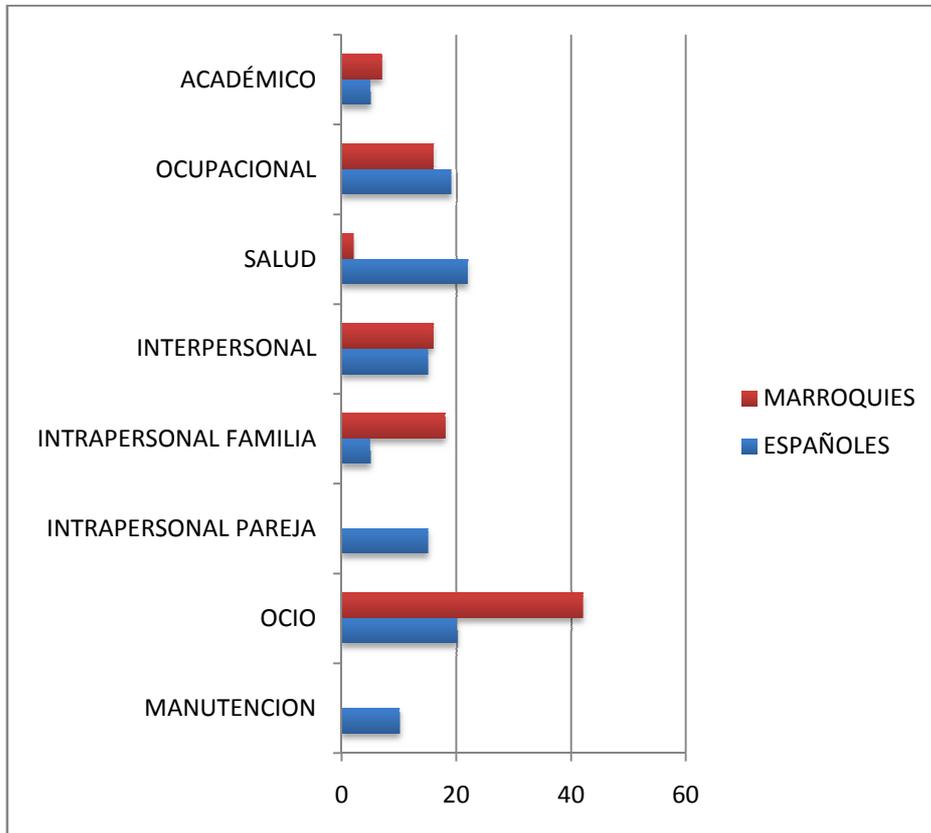


Gráfico 4. Recuerdos de los sujetos marroquíes y españoles en función de los proyectos de vida.

La comparación de los resultados de las submuestras española y marroquí en cuanto a las áreas de los proyectos de vida (proyectos personales) mencionadas en la justificación de la elección de los lugares fotografiados permite identificar algunas diferencias. Los elementos de la submuestra española indican como aspectos más relevantes la salud y el tiempo libre presentando valores entre el 26% y el 19%. Mientras los marroquíes atribuyen casi la mitad de sus recuerdos a aspectos relacionados con el tiempo libre (45%) siendo las áreas mencionadas con valores inmediatamente a seguir la intrapersonal familiar (16%) (ver Gráfico 4).

De forma global, se corrobora una mayor distribución de los valores en la submuestra española que en la marroquí encontrando que en ésta la manutención, los aspectos intrapersonales relacionados con la pareja y la salud no son mencionados o presentan valores muy bajos.

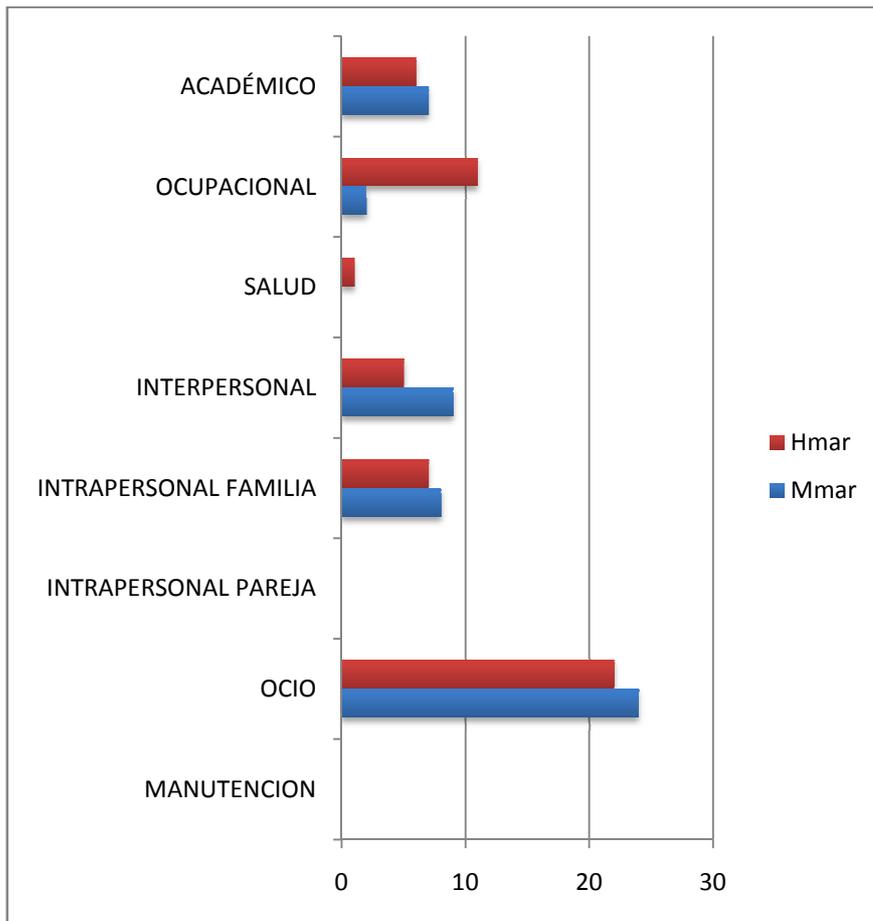


Gráfico 1.4 Recuerdos de los hombres y las mujeres marroquíes en función de los proyectos de vida.

El cotejo de los datos de los recuerdos de los hombres y las mujeres marroquíes en función de los proyectos de vida permite identificar algunas diferencias aunque los valores estén bastante próximos.

Asimismo la categoría del ocio es la más mencionada por los dos géneros, en segundo lugar el aspecto ocupacional es más importante para los hombres mientras que las mujeres mencionan el aspecto interpersonal.

En ambos grupos los aspectos intrapersonales relacionados con la pareja y la manutención no son mencionados (ver Gráfico 4.1).

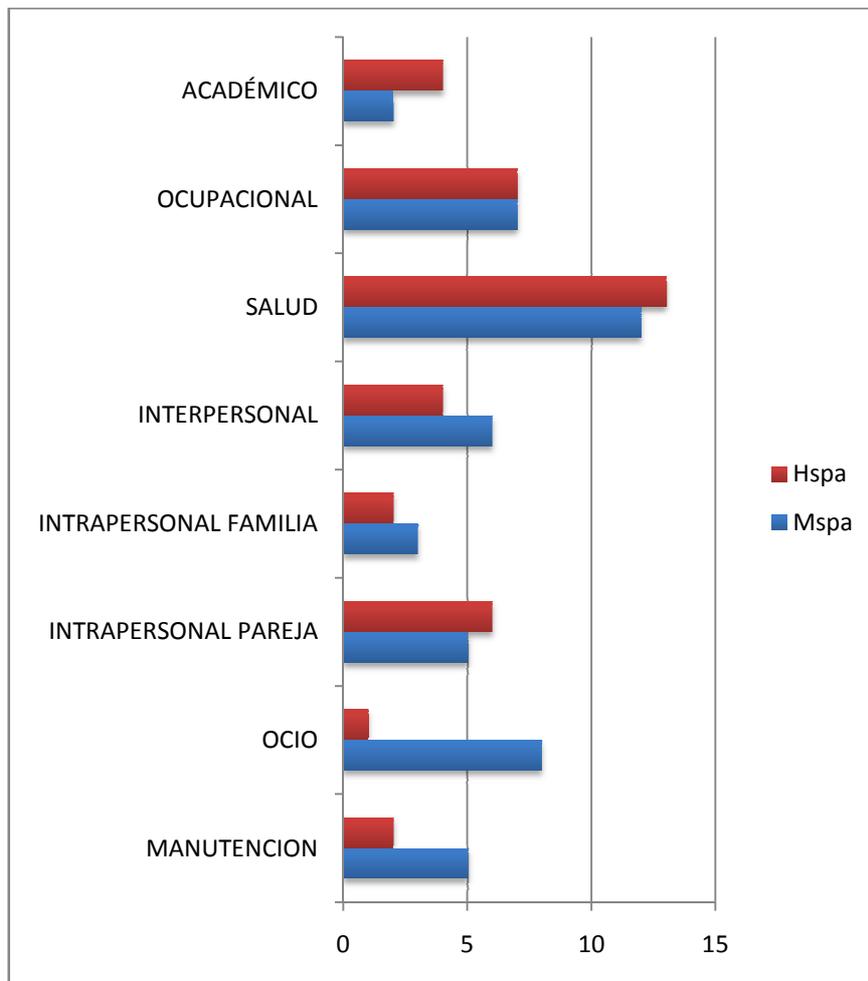


Gráfico 4.2 Recuerdos de los hombres y las mujeres españolas en función de los proyectos de vida.

Los hombres y las mujeres españolas presentan valores bastante similares en cuanto a organización de los recuerdos en función del proyecto de vida. Para ambos los valores más elevados son atribuidos a la salud (con un 14% para los hombres y un 13% para las mujeres) encontrándose en segundo lugar el tiempo libre (con un 10% para los hombres y un 8% para las mujeres). Los valores más bajos se sitúan, en los hombres, en los aspectos intrapersonales relacionados con la familia y en la manutención y en las mujeres en la vertiente académica y en los aspectos intrapersonales familiares (cf. Cuadro 4.2).

Determinada la distribución de los valores asumidos por las diferentes áreas de vida pasaremos a un análisis en el que contrastamos los sujetos en función del género en las dos submuestras.

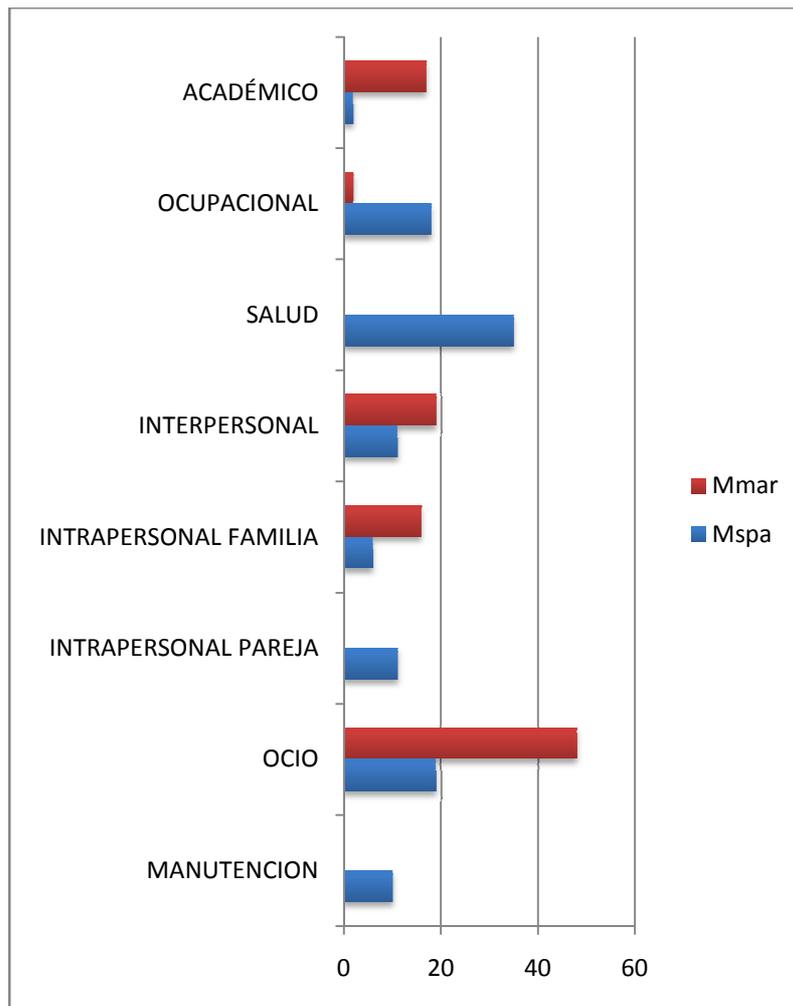


Gráfico 5. Recuerdos de las mujeres marroquíes y españolas en función de los proyectos de vida.

La comparación de los recuerdos de las mujeres en función de los proyectos de vida muestra, de nuevo, una menor amplitud en los valores para las españolas con valores mucho más elevados para las marroquíes. Es significativo que en las marroquíes el valor máximo se sitúa en el 49% para el tiempo libre con el valor que le sigue inmediatamente, situado en el 17% para los aspectos interpersonales. Ahora, para las españolas, el valor más elevado es de un 35% para la salud, seguido por un 17% para el tiempo libre y muy próximo al 15% del aspecto ocupacional (ver Gráfico 5).

Veremos, a continuación, cómo se presentan los datos cuando comparamos a los hombres marroquíes y españoles.

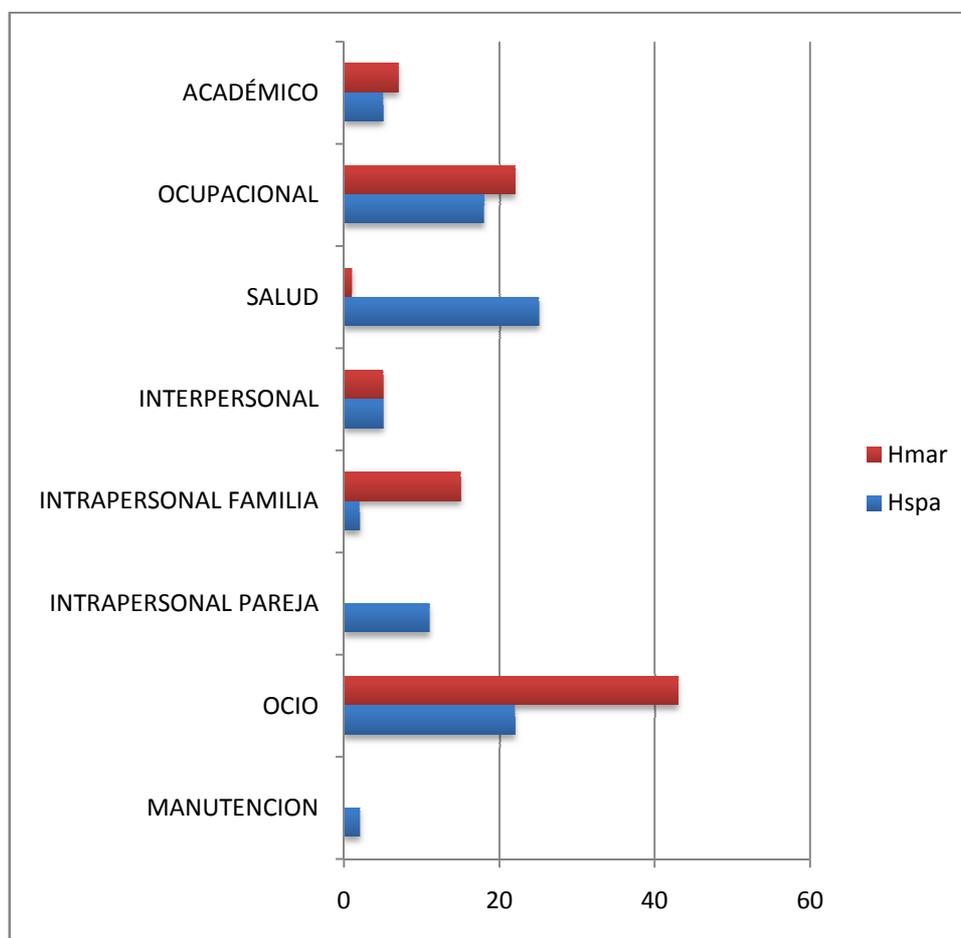


Gráfico 6. Recuerdos de los hombres marroquíes y españoles en función de los proyectos de vida.

Los datos del Gráfico 6 demuestran, de forma consistente con los dos últimos escrutinios, valores más uniformes distribuidos para los hombres españoles comparándolos con los marroquíes. Los valores más elevados de los hombres españoles se encuentran en la salud (28%) y en el tiempo libre (23%) con los aspectos menos mencionados la incluirían en la manutención y los aspectos intrapersonales familiares

(ambos con un 4%) seguido de los aspectos ocupacionales (23%) mientras que los aspectos menos mencionados incluyen la manutención y los aspectos intrapersonales relacionados con la pareja (con un 3%).

5. CONCLUSIÓN

Los datos, fueron escrutados y analizados en función de tres aspectos: franja temporal en que se sitúa el recuerdo, área de vida a la que se refiere y el género de los sujetos.

Así se organizaron los recuerdos de los sujetos de nuestra muestra, cuando les es solicitado que escojan 10 lugares importantes de su zona residencial y que justifiquen esa elección describiendo el lugar e indicando su importancia y el porqué.

Al analizar la información ratificamos la existencia de perfiles diferenciados en las dos submuestras consideradas globalmente y, cuando comparamos los resultados, en función del género.

Los resultados de las dos submuestras se centran en la madurez y en la infancia con ambas muestras y no mencionan la vejez. En cuanto al área de vida mencionada, la submuestra española resalta la salud y el tiempo libre mientras que los sujetos marroquíes mencionan el tiempo libre (con un 50% de los casos) y los aspectos intrapersonales y familiares.

La cuantificación de la muestra al ser pequeña y la dificultad en caracterizar las respuestas usando la propuesta de los proyectos personales de Little y Chambers (2004) aconsejan la validación con prudencia de los datos recogidos.

También la fácil adhesión a la metodología por parte de los sujetos de la investigación, como la gran diversidad de contenidos evidencia una prospectiva positiva. Esta acometida de los recuerdos de los adultos y de los mayores a partir de la

descripción de los lugares más significativos de su área residencial bien como las vivencias se les asocia y que dan para cada persona un significado especial y único.

Esta metodología se revela así prometedora para utilizar con adultos no sólo en la madurez, sino también en diferentes etapa evolutivas, aunque bien es cierto que toma una especial relevancia y cariz en las etapas de mayor edad.

Encajada en la perspectiva del *envejecimiento activo* interpretado como una forma de participación social, física y cognitiva a lo largo de toda la vida, este proyecto quiere dar voz a los adultos maduros y a los adultos mayores.

Se circunscribe en la línea de otros proyectos como las Tiendas de Saber o "Lojas de Saber"⁵. Concebidas como lugares de transmisión de conocimientos y experiencias entre generaciones en el que un conjunto de ciudadanos.

Son nuestros "mayores" lo que deciden compartir un importante conjunto de conocimientos, deciden ponerlos a disposición de quien intenta mejorar sus cualificaciones, o saber y aprender de la experiencia, favoreciendo en el desarrollo evolutivo de la sociedad. Una nueva etapa, más de 50 años, que por la gran esperanza de vida se ha hecho una realidad y la que tenemos que atender para bien de los componentes y sus posibilidades.

Estas ideas que aporta esta investigación (W2P), constituyen la base de este proyecto exploratorio. Pese a innumerables limitaciones de éste estudio exploratorio (tamaño de la muestra, edad de la muestra e instrumentos utilizados para medir las variables a tener en cuenta) consideramos que todas las actividades, eventos e iniciativas que vayan dirigidas a la participación y compromiso personal como innovación de una sociedad más justa para todas las edades, consecuentemente, del bienestar y de la calidad de vida de la población, no sólo de la "joven-productiva", sino

⁵"Lojas del Saber". Web Dr. José Pedroso de Lima. Disponible en: (<https://www.facebook.com/pages/Lojas-de-Saber/394119003940700>)

también la de personas “mayores – productivas, y con experiencia”, que ya se adentran en una etapa de la vida en que debemos de ayudar a re-crear y dejarnos enseñar por ellos también.

6. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Ander-Egg, E. (2004). *Metodología y práctica de la animación sociocultural*. Madrid: CCS.

Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, optimization, and compensation as foundation of developmental theory. *American Psychology*, 52, 366-380.

Baltes, P. B., & Kunzmann, U. (2003). Wisdom: The peak of human excellence in theorchestration of mind and virtue. *The Psychologist*, 16, 131-133.

Barnard, P. J., Murphy, F. C., Carthery-Goulart, M. T., Ramponi, C., & Clare, L. (2011). Exploring the basis and boundary conditions of Sense Cam-facilitate the collection. *Memory*, 19(7), 758-767. Doi: 10.1080/09658211.2010.516266.

Bueno, J. A., & Castanedo, C. (2001). *Psicología de la educación aplicada*. Madrid: CCS.

Butler, R. (1974). Successful aging. *Mental health*, 58, 6-12.

Casado, D. (2004). *Respuestas a la dependencia. La situación en España. Propuestas de Protección Social y Prevención*. Madrid: CCS.

Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (1997). The role of self-organization in the promotion of resilience in maltreated children. *Development and psychopathology*, 9 (4), 797-815.

Doherty, A. R., Hodges, S. E., King, A. C., Smeaton, A. F., Berry, E., Moulin, C. J., Lindley, A., Kelly, P., & C. Foster (2013). Wearable cameras in health: The state of the

art and future possibilities. *American Journal of Preventive Medicine*, 44 (3), 320-323.

Doi: 10.1016/j.amepre.2012.11.008.

Fallot, R. D. (1980). The impact of mood on verbal reminiscing in late adulthood.

International Journal of Aging and Human Development, 10, 385-400.

Fry, P. S. (1983). Structured and unstructured reminiscence training and depression among the elderly. *Clinical Gerontologist*, 1 (3), 15-37.

García Martínez, A. (2002). *Las personas mayores desde la perspectiva educativa para la salud*. Murcia: Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia.

García Minué, J. (2004). *La educación en personas mayores – Ensayos de nuevos caminos*. Madrid: Narcea.

Goldwasser, A. N., Auerbach, S. M., & Harkins, S. W. (1987). Cognitive, affective, and behavioral effects of reminiscence group therapy on demented elderly. *International Journal of Aging and Human Development*, 25 (3), 209-222.

Greve, W., & Staudinger, U. M. (2006). Resilience in later adulthood and old age: Resources and potential for successful aging. In D. Cicchetti, & A. Cohen (Eds.), *Developmental Psychopathology* (2nd ed., pp. 796-840). New York: Wiley.

Hodges, S., Berry, E., & Wood, K. (2011). Sense Cam: a wearable camera that simulates and rehabilitates autobiographical memory. *Memory*, 19 (7), 685-696. Doi: 10.1080/09658211.2011.605591.

Ley 39/2006, de 14 de diciembre (2006). *Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia*. Madrid. Consultado en 15/07/2013, <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2006-2-21990>.

Laín, C., & Moré, M. (2008). La reminiscencia un trabajo con personas mayores. Consultado en 15/07/2013, <http://www.eduso.net/res/?b=11&c=100&n=304>.

Lima, M. P. (2012). A arquitectura incompleta da personalidade en envelhecimento. In Ó. Ribeiro, & C. Paúl (Eds.), *Manual de gerontologia* (pp. 129-140). Porto: Lidel.

Little, B. R., & Chambers, N. C. (2004). Personal Project pursuit: On human doings and well beings, In M. Cox, & E. Klinger (Eds.), *Handbook of motivational counseling: Concepts, approaches and assessment* (pp. 65-82). Chichester: Wiley.

Little, B. R. (2006). Personality science and self-regulation: Personal projects as interactive units. *Applied Psychology: An International Review*, 55, 419-427.

Moragas, R. (1998). *Gerontología social – Envejecimiento y calidad de vida*. Barcelona: Herder.

Molina, J. C.: "Envejecimiento Activo". Web Dr. Juan Carlos Molina. Disponible en: http://www.envejecimientoactivo.cl/envejecimiento_Activo/que_es.html.

Ortega, M. (2014-01-17). Proyecto Internacional W2P. [vídeo]. Recuperado 2014-07-11, desde <http://www.youtube.com/watch?v=0xPmFjITEyo>.

Ortega Caballero, M., Lima, M. P., Costa, J., & Solano Galvis, C. (2013). Adultos mayores como agentes - El proyecto W2P [Temas en Psicología del Envejecimiento (Vol. 1)]. *Revista e-Psi*, 3 (1), 48-68.

Palacios, J., Marchesi, A., & Coll, C. (2004). *Desarrollo psicológico y educación: Psicología evolutiva*. Madrid: Alianza Editorial.

Pérez Serrano, G. (2004a). *¿Cómo intervenir en personas mayores?* Madrid: Dykinson.

Pérez Serrano, G. (2004b). *Calidad de vida en personas mayores*. Madrid: Dykinson.

Puig Rovira, J. M., & Trilla, J. (1996). *La pedagogía del ocio*. Barcelona: Laertes.

Saludie, O. : "Esperanza de vida al nacer". Web Cátedra de desarrollo sostenible Inversitat Rovira y Virgili. Disponible en: http://www.desenvolupamentsostenible.org/index.php?option=com_content&view=article&id=59&Itemid=126&lang=es

Secretaría de Estado de Servicios Sociales, Familias y Discapacidad (IMSERSO).
Informe 2004: Las personas mayores en España.

Sempere Navarro, A. V., et al. (2005). *Políticas sociolaborales*. Madrid: Tecnos (Grupo Anaya).

St Jacques, P. L., Conway, M. A., & Cabeza, R. (2011). Gender differences in autobiographical memory for everyday events: retrieval elicited by Sense Cam images versus Verbal Cues. *Memory*, 19 (7), 723-32. Doi: 10.1080/09658211.2010.516266.

World Health Organization (2002). *Active ageing: A contribution of the World Health Organization to the Second United Nations World Assembly on Ageing*.

Madrid: World Health Organization.