

IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES

CIUUMM - 2011

Aprendizaje a lo largo de la vida,
envejecimiento activo y cooperación internacional
en los programas universitarios para mayores

Volumen I



Alicante,
Del 27 al 30 de junio de 2011



Asociación Estatal
de Programas
Universitarios para
Personas Mayores

**IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE
UNIVERSIDADES PARA MAYORES
CIUUMM 2011**

**Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y
cooperación internacional en los programas universitarios
para mayores**

**Alicante
Del 27 al 30 de junio de 2011**

Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)

Los trabajos incluidos en estos dos volúmenes forman parte de los trabajos seleccionados por el comité científico para su presentación en el IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES CIUUMM 2011. “Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y cooperación internacional en los programas universitarios para mayores”. Alicante, 27 al 30 de junio de 2011.

Comité Científico

Concepción Argente del Castillo - Universidad de Granada
Concepción Bru Ronda - Universidad de Alicante
Salvador Cabedo Manuel - Universitat Jaume I de Castellón
Pilar García de la Torre - Universidad de A Coruña
Adoración Holgado Sánchez - Universidad Pontificia de Salamanca
Xavier Lorente Guerrero - Universitat Ramón Llull de Barcelona
Carmen Palmero Cámara - Universidad de Burgos
Marcos Roca Sierra - Universidad Complutense de Madrid
Antonio Rodríguez Martínez - Universidad de Santiago de Compostela
Josep Maria Sabaté i Bosch - Universitat Rovira i Virgili de Tarragona
Josep Torrellas Vendrell - Universitat de Girona
Neus Vila Rubio - Universitat de Lleida

Coordina la obra: Concepción Bru Ronda
Maqueta: Víctor V. Sarrión Cano

© de esta edición: Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM)

© de los textos: los propios responsables de cada artículo y comunicación

Depósito Legal: MU 759-2011

I.S.B.N.: 978-84-615-1408-3

Impresión: COMPOBELL, S.L.

PRESENTACIÓN

En nombre de la Asociación Estatal de Programas para Mayores, es un honor presentar esta obra que recoge los trabajos y aportaciones presentadas al IV CONGRESO IBEROAMERICANO DE UNIVERSIDADES PARA MAYORES - CIUUMM 2011, que bajo el título de *“Aprendizaje a lo largo de la vida, envejecimiento activo y cooperación internacional en los Programas Universitarios para Mayores”*, tiene lugar en Alicante (España) los días 27 al 30 de junio de 2011.

Organizado por la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y la Asociación Estatal de Programas Universitarios para Mayores (AEPUM) que preside la Universidad de Alicante, este congreso se inscribe en el marco de la cooperación nacional e internacional entre grupos de investigadores y universidades con programas universitarios y/o experiencias educativas con adultos mayores.

CIUUMM 2011 se suma a anteriores iniciativas que buscan subrayar, en el siglo XXI, la necesidad de profundizar en los análisis de las enseñanzas específicas para mayores en las universidades, entendidas como formación permanente y a lo largo de la vida, necesarias en una sociedad democrática e igualitaria, dispuesta a responder al reto del envejecimiento de la población, con vistas a consolidar una sociedad abierta a todas las edades capaz de reducir la pobreza y fomentar la inclusión de grupos marginados y la participación social, además de promover una ciudadanía activa.

El Congreso que incorpora las diversas perspectivas de las universidades e instituciones responsables de las políticas educativas y sociales que afectan a la formación para mayores, así como los trabajos y análisis realizados por investigadores de las áreas de conocimiento de Ciencias de la Educación, Gerontología, Sociología del Envejecimiento, Trabajo Social, Psicología Evolutiva y Social, y otras materias pertenecientes al ámbito de las Ciencias Sociales, Humanidades, Salud y Nuevas Tecnologías que puedan aportar investigaciones básicas y aplicadas, estudios, resultados y propuestas pertinentes a las necesidades y realidades de las enseñanzas específicas para mayores en el ámbito universitario. La interdisciplinariedad y la transnacionalidad, con la componente multicultural que suponen, constituyen otros aspectos destacables de la obra que en conjunto recoge las Conferencias, Ponencias, Aportaciones de Paneles de Expertos y Comunicaciones que se han presentado y seleccionado para su exposición en el Congreso. Todos ellos responden a una tipología variada de artículos, y aportaciones que contienen estas actas del CIUUMM 2011, y se refieren a reflexiones, informes, recensiones de tesis doctorales y trabajos de investigación, en metodología, innovación educativa, evaluación y calidad, buenas prácticas, extensión universitaria y participación, cooperación internacional y en general constituyen aportaciones de relevancia en el campo de la Educación de Personas mayores en las instituciones universitarias.

La obra se estructura en Conferencias Plenarias, que enmarcan las grandes secciones de exposición y debate y abren las secciones de Ponencias generales, las cuales a su vez introducen los espacios de desarrollo de las Comunicaciones que abordan los análisis de casos sobre temas específicos presentadas por los participantes y asistentes al CIUUMM 2011 y seleccionadas para su presentación en el Congreso. Por último cierran la obra las aportaciones de Paneles de Expertos que contribuyen a ampliar la visión de los Programas Universitarios para Mayores y Experiencias Educativas con adultos mayores en el marco europeo e iberoamericano. Un total de ocho aportaciones de Expertos en la sección de Paneles, cuatro Conferencias, once Ponencias y setenta y siete comunicaciones, son el cúmulo de trabajos que recogen estas actas. Pero además el Congreso ha contado con intervenciones institucionales de representantes de los ministerios de Educación, Asuntos Exteriores, y Sanidad Política Social e Igualdad que han contribuido de modo eficaz a compartir experiencias y enriquecer la participación amplia y plural, pero sobre todo a la transferencia de resultados producto tanto de las investigaciones ya consolidadas, como de los ensayos y progresos sobre investigaciones en marcha, y al tiempo poder dialogar y compartir sobre directrices políticas y propuestas de futuro.

Agradecemos desde la Asociación Estatal de Programas para Mayores el esfuerzo realizado con sus contribuciones al mismo a todos los conferenciantes, ponentes, expertos, investigadores que han presentado sus trabajos de comunicaciones y posters y que lo han enriquecido de forma notoria, y en especial a la Universidad Internacional Menéndez Pelayo y a la Universidad de Alicante por propiciar su desarrollo en las mejores condiciones y con los mejores resultados.

Concepción Bru Ronda. Presidenta AEPUM
Alicante junio de 2011

UN EJEMPLO DE INNOVACIÓN UNIVERSITARIA: LAS EXPERIENCIAS DE OCIO FORMATIVAS DE LOS PROGRAMAS DE ADULTOS DE LA UNIVERSIDAD DE DEUSTO

Yolanda Lázaro Fernández (*) y Eduardo Aguilar Gutiérrez¹
Instituto de Estudios de Ocio
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Universidad de Deusto (Bilbao)

Resumen: Esta comunicación pretende reflexionar sobre el papel y significado de las experiencias de ocio formativas de adultos como espacios generadores de procesos de innovación social, desarrollo personal y mejora comunitaria. Comienza desgranando el concepto y reto del envejecimiento activo en la sociedad actual para posteriormente centrarse en el aprendizaje permanente.

Se pretende analizar el papel de los programas para adultos en la actualidad, con especial hincapié en los programas ofertados por Estudios de Ocio (Universidad de Deusto) dentro del *Proyecto OcioBide. La Formación como Ocio*.

Estos programas resultan de especial interés por el propio objetivo de aprendizaje, el ocio, su novedosa propuesta organizativa y su papel como dinamizador del progreso personal y comunitario de los participantes y en su toma de conciencia como agentes para la solidaridad, el cambio y la innovación social.

Palabras clave: Adultos, Ocio, Aprendizaje, Disfrute, Universidad

INTRODUCCIÓN

Diversas investigaciones (Withnall, A. 2002) ponen de manifiesto que la participación en espacios de aprendizaje para las personas adultas mayores tiene consecuencias positivas como la satisfacción con uno mismo, mantener la mente activa, estimulación intelectual, placer y disfrute. Las experiencias de ocio formativas se configuran como elementos muy valiosos para la mejora de la calidad de vida, tanto desde una perspectiva individual como colectiva. Su enorme significado vital, al estar basadas en la libertad y la motivación intrínseca es clave para comprender su enorme potencial transformador.

Esta comunicación pretende reflexionar sobre el papel y significado de las experiencias de ocio formativas de adultos como espacios generadores de procesos de innovación social, desarrollo personal y mejora comunitaria. Se pretende analizar el papel de los programas para adultos en la sociedad actual, con especial hincapié en los programas ofertados por Estudios de Ocio dentro del Proyecto OcioBide. Estos programas resultan de especial interés por el propio objetivo de aprendizaje, el ocio, su novedosa propuesta organizativa y su papel como dinamizador del progreso personal y comunitario de los participantes y en su toma de conciencia como agentes para la solidaridad, el cambio y la innovación social.

¹ yolanda.lazaro@deusto.es o eaguilar@deusto.es

Estos programas universitarios de adultos deben verse como oportunidades y espacios de mejora individual y social ya que en ellos se producen encuentros intergeneracionales y se comparten valores de tolerancia, convivencia y solidaridad, determinantes en las relaciones comunitarias. Su estructura y organización debe impulsar la promoción de la autonomía personal, el envejecimiento activo y la calidad de vida de quienes los cursan. Desde el punto de vista del Instituto de Estudios de Ocio han de integrar, además, un importante compromiso en la construcción de una sociedad para todas las edades, creativa, innovadora y solidaria. Deben impulsar y facilitar a los participantes convertirse en agentes dinamizadores del desarrollo de las comunidades en las que se insertan, promoviendo la innovación y cambio social.

El reto del envejecimiento activo

Nadie duda del importante cambio social, económico e incluso cultural que supone el incremento de la esperanza de vida en las sociedades de finales del siglo XX y principios del XXI. El envejecimiento progresivo de la población y el aumento de la población mayor se convierten en dos de las características definitorias para todas las sociedades desarrolladas.

Reconociendo que las diferencias culturales y sociales pueden crear diversos significados al concepto de “persona mayor”, desde un punto de vista teórico se define a una persona mayor como aquella con 65 años o más. Esta afirmación supone, en el contexto europeo, que las personas tienen una media de esperanza de vida de entre 15-20 años tras la jubilación, lo que requiere de un cambio de actuación de los estados y otros agentes sociales en relación al concepto de ancianidad.

Actualmente las personas que en España se incorporan al colectivo de personas mayores aportan nuevas actitudes ante su vida que conllevan comportamientos más activos puesto que quieren ser protagonistas y no espectadores de su vida. Nos encontramos ante un nuevo modelo que debate sobre los estereotipos tradicionales e incorpora aspectos positivos creando así una nueva cultura de envejecimiento satisfactorio.

El contexto donde se inscriben estos adultos, también se encuentra en un momento de gran transformación. Los ciudadanos de las sociedades desarrolladas están pasando de percibir el trabajo, el dinero y el consumo como valores dominantes, a otro modelo, donde la realización personal, el ocio y el ser uno mismo se van consolidando como valores emergentes. Y en este contexto, los mayores no se quedan de lado sino todo lo contrario. Es en esta nueva realidad que se está abriendo paso donde es posible que los mayores vuelvan a recuperar los status y roles de prestigio social que tuvieron en el pasado, no solamente como consecuencia de su peso social específico (número, poder adquisitivo, etc.) sino también a la capacidad que pueden mostrar como agentes de cohesión, cambio e innovación social.

Tal y como señala Berzosa (2009), estamos ante una nueva cultura que entiende que envejecer es un proceso individual, pero que envejecer bien es un proceso social porque somos seres en relación. El envejecimiento satisfactorio se consigue por tanto a través de proyectos pero también a través de vínculos, relaciones, encuentros y acompañamientos mutuos. Así, el entorno en el que vivimos y envejecemos es determinante para la realización de proyectos personales y para consolidar relaciones estables. La sociedad y quienes nos rodean son quienes constituyen el contexto en el que tiene sentido la vejez.

En este siglo XXI el entorno que envuelve la vida cotidiana de las personas mayores se define por los conceptos cambio y autonomía. *Cambio* entendido en relación a las transformaciones y dinamismo de la sociedad que exige una adaptación continua para estar al día y *autonomía* referida a la independencia personal necesaria que hay que mantener cuando las personas se hacen mayores.

El envejecimiento activo significa ser activo para conservar la vitalidad, activo para sentirse útil, activo para participar en la vida social (Diputación Foral de Bizkaia, 2007).

Berzosa (2009) también apunta que este colectivo está construyendo un nuevo modelo de ser mayor en el que el desarrollo de actividades personas y sociales es el aspecto que diferencia a otros modelos de envejecer en épocas anteriores. Es un modelo donde envejecer con vitalidad es un objetivo para experimentar que siguen siendo personas útiles y participativas. Es decir, útiles como personas y activos como grupo de ciudadanos mayores, que desempeñan un rol activo y socialmente valorado.

Ser mayor activo requiere ser protagonista de la propia vida y estar presentes en todo lo que sucede a su alrededor. Es decir, activo sabiendo que participar es vivir.

La nueva cultura del envejecimiento se puede sintetizar en tres ideas básicas. La primera es entender que la vida es desarrollo, que envejecer es cambiar. En segundo lugar, las personas mayores deben ser protagonistas de su vida y deben querer participar en la vida social. Y por último supone reconocer la participación como elemento fundamental del buen envejecer, ya que participar es vivir.

Este reto exige a las sociedades implementar políticas, acciones y programas, que sean capaces de responder al mismo con nuevas ideas, y propuestas que deben impulsar a este colectivo para convertirse en agentes de cambio e innovación social. Por ello, las propuestas deben atender no solo a sostener y estimular los elementos cognitivos de los mayores e incrementar su nivel relacional, sino también convertirlos en actores sociales, en un colectivo con un importante peso transformador e impulsores de la mejora comunitaria.

Dos conceptos emergentes en la sociedad actual: el ocio y el aprendizaje permanente

El cambio en la valoración del concepto “ocio” es innegable en las sociedades desarrolladas actuales. Ha pasado de ser un concepto cargado de significado negativo o de poco valor social, a convertirse en elemento fundamental de estas sociedades, tal y como afirmaba Puig (1990) al hablar de la “*sociedad del ocio*”.

El ocio, entendido como experiencia con valor en sí misma, en palabras de Cuenca, (2004) se distingue por su capacidad de sentido y su potencial para crear encuentros creativos que originan desarrollo personal. Iso Ahola (1980) habla de la influencia que tienen, tanto las situaciones sociales como las experiencias personales en la definición subjetiva de la experiencia de ocio. Martínez y Gómez (2005) apuntan que la educación para el ocio es una herramienta que debe favorecer que la persona llegue a ser autónoma para acceder a experiencias de ocio satisfactorias. Se trata de favorecer que la persona sea autónoma para elegir su ocio, sepa juzgar por sí misma lo que desea y le conviene, relativizando las influencias externas que pueden condicionar sus opciones, así como buscar los recursos que pueda necesitar para su disfrute. Cuando se estudia el ocio en adultos, se ha de tener en cuenta no sólo las cuestiones de edad, sino también las dimensiones culturales y de otro tipo de identidad personal y social. La interacción de la cultura, la edad, el género y la participación en el ocio deriva en una serie de vivencias (Henderson, 2002). Diversas investigaciones permiten relacionar las prácticas de ocio

en personas mayores que demandan un posicionamiento activo con un mayor bienestar psicológico y menores índices de depresión (Dupuis, y Smale, 1995).

El aprendizaje y el desarrollo a través del ocio se encuentran en muchos sentidos relacionados con el concepto de “*experiencia óptima*” acuñado por M. Csikszentmihalyi (1996). Uno de los rasgos que caracterizan a las experiencias óptimas o de disfrute es que dicha experiencia plantee al sujeto, algún reto para cuya solución debe contar con las habilidades necesarias. Así, en la decisión de realizar o participar en una actividad o iniciativa de ocio, parece ser necesaria cierta “percepción de capacidad personal”.

El ocio, según apunta Cuenca (2010), juega un importante papel en la vida de las personas mayores porque les ayuda a afrontar con optimismo la nueva situación social en la que se encuentran. Pero en ocasiones el problema está en que muchas personas no saben cómo desarrollar las destrezas que les permitan utilizar el tiempo libre de forma satisfactoria. Los datos que se conocen indican que, en el grupo de mayores, prevalece una concepción específica del ocio entendido sólo como diversión, premio o, simplemente, no hacer nada. Pero podemos afirmar que el ocio, en cuanto ámbito positivo de desarrollo humano, es otra cosa.

Igualmente, no podemos dejar de pensar en nuestras sociedades desarrolladas como sociedades del conocimiento. En este contexto, los ciudadanos tienen que convertirse en agentes fundamentales para el desarrollo y la innovación social. Los ciudadanos deben considerarse a sí mismos como agentes activos, para lo cual la formación y la educación a lo largo de la vida se convierten en herramientas fundamentales. La sociedad actual, en palabras de Cabedo (2008), ha dejado muy claro el mensaje de que para vivir dignamente ya no basta con recibir una formación inicial en los años de la adolescencia y de la juventud sino que es necesaria la formación permanente a lo largo de toda la vida. García Fernández-Abascal (1995) añade que el dinamismo propio del ser humano y su tendencia natural al desarrollo a lo largo de la vida es lo que ha dado lugar a una concepción sobre las personas mayores como momento para la maduración y el aprendizaje.

Por otro lado, UNESCO afirmaba en 1997 que la educación de adultos, más que un derecho, debía verse como un elemento básico del siglo XXI consecuencia evidente de la ciudadanía activa. La educación de adultos debe percibirse como un elemento básico para facilitar una participación plena en la sociedad. En esta línea, el famoso Informe Delors (1996, 125) apuntaba que “*la educación sin límites temporales ni espaciales, se convierte entonces en una dimensión de la vida misma*”. La formación permanente es, según Cabedo (2008), indicador seguro del desarrollo humano. Ante la complejidad de nuestras sociedades y el constante cambio en su desarrollo y evolución, a cualquier edad se pueden aprender nuevos conocimientos y acceder a propuestas de aprendizaje que nos permitan comprender nuestro entorno.

En palabras de Longworth (2003), el aprendizaje más puro se centra en dar a los aprendices las herramientas con las que puedan aprender según sus propios estilos y sus propias necesidades de aprendizaje. Además ha de ser para todos, sin excluir a nadie, facilitando las condiciones para que el aprendizaje permita el desarrollo de la creatividad, la confianza y el disfrute en todas las etapas de la vida. En este contexto cabe destacar que un aprendizaje útil y placentero puede producirse y se produce en distintos contextos y entornos: en la familia, en el ocio, en la vida comunitaria y en el trabajo cotidiano.

La universidad ante la formación permanente y los mayores

No es descabellado pensar que las universidades deben reflexionar sobre cuál es su papel como agentes de formación en las sociedades del conocimiento, percibiendo nuevos objetivos y responsabilidades. En cierto sentido, su futuro pasa por la apertura a la sociedad además de añadir más objetivos que el de la mera preparación para el trabajo. La Universidad de hoy debe ser un lugar y espacio de encuentro, donde todos los ciudadanos puedan entrar para recibir una educación, sea cual sea su edad. Y no debe de renunciar a su papel como elemento tractor de la mejora individual y colectiva y su papel de desarrollo y cambio social.

Las universidades, responden al reto que les plantea el aprendizaje permanente a través de los Programas Universitarios para Mayores (PUM). El primero de estos programas nace en Francia en 1973 y poco tiempo después se crea la Asociación Internacional de Universidades de la Tercera Edad (AIUTA) con la misión de facilitar la creación y desarrollo de estos programas.

Desde la creación de los mismos, es perceptible su claro papel para el desarrollo de una conciencia social de cambio e innovación en las comunidades en las que se insertan sus participantes. Los resultados de los programas universitarios para adultos mayores no se miden sólo por la cantidad o calidad de aprendizajes realizados, sino también por los vínculos sociales establecidos, ya que estos programas suponen un espacio para la cultura, la convivencia y el aprendizaje. El interés de los adultos por estudiar, según Cabedo (2010), tiene relación con su voluntad de mejorar la calidad de vida a través de los conocimientos que se adquieren en el ámbito universitario y dotarse de una formación universitaria que posibilite el compromiso social responsable.

En general, las personas que participan de estos programas se encuentran en buen estado de salud y manifiestan querer aprender, conocer o reconocer la Universidad, sentirse útiles y “dentro” de la sociedad, a través de un proceso formativo que no tiene un carácter instrumental, ni una formulación ligada a las necesidades del sistema productivo o el mercado laboral, sino que se convierte en un fin en sí mismo. Como ya se ha apuntado, las personas mayores son cada vez más conscientes de su lugar en la sociedad. Con una población cada vez más envejecida y con más años y mejor salud para encarar esos años con optimismo, la educación es una de las metas de esos “nuevos jóvenes estudiantes” que demandan mejores recursos para ellos y la cultura es sin duda uno de ellos. El auge de estos programas es la consecuencia de la existencia de una ciudadanía activa que encuentra en la educación universitaria la mejor herramienta para hacer efectiva su participación plena en la sociedad, además de la sensibilización cada vez más evidente de las Universidades ante este horizonte social.

En palabras de Cordero del Castillo (2010), lo propio y específico de la formación universitaria de adultos es el formarse para saber, para disfrutar, en definitiva para ser, lo que lleva a una alta calidad de vida. La formación de adultos debe ser un derecho que ayude a estas personas a conseguir su autorrealización y su afianzamiento.

La democratización de la cultura debe facilitar el acceso a la formación, también a la universitaria a sectores de la población, que como señalábamos ni desean, ni necesitan obtener un título sino que desean aprender por la significación que tiene la formación para su satisfacción personal en sentido amplio, incluyendo elementos de autorrealización y autoestima (Arnay, 2006).

Tal y como afirma la profesora Helena Matute, en la apertura del curso 2004-2005 en la Universidad de Deusto, *“el aprendizaje, como proceso mental, es un invento*

absolutamente genial, perfecto, una herramienta única para la supervivencia del individuo y la especie”.

Es evidente que la educación es, por naturaleza y en sí misma, una actividad humanizadora que ayuda a reforzar los vínculos dialógicos e interpersonales. Es la mejor posibilidad, según Del Valle y otros (2008), que el ser humano se ha dado para cultivar su disposición a la sociabilidad y al diálogo; su disposición al mantenimiento de la individualidad con conciencia de lo colectivo.

OcioBide. Programas Universitarios para Mayores como experiencias de ocio formativo en la Universidad de Deusto

Es evidente la importancia que están adquiriendo los procesos de formación permanente en la sociedad actual. En este contexto, surgen iniciativas con objetivos claramente vinculados a fomentar la relación entre disfrute y el aprendizaje. Estas iniciativas pretenden ayudar a las personas en sus procesos de autorrealización mediante programas que integran el aprendizaje y el disfrute a través de un mejor conocimiento de sí mismos y del entorno que les rodea, para progresar como individuos y convertirse en agentes sociales activos.

Bajo este prima, se sitúan las propuestas de “OcioBide. La formación como ocio” que por su trayectoria, historia e importancia social se configuran como uno de los proyectos emblemáticos de Estudios de Ocio y de la propia Universidad de Deusto. Los programas surgen desde la visión de la persona como un ser no acabado y en constante evolución “*que posee la potencialidad para aprender y superarse en todo momento de su vida, la necesidad percibida de diversificar y enriquecer la oferta de la formación de adultos y la seguridad de que la formación puede ser concebida como una experiencia de ocio*” tal y como expresan Gómez y Martínez (2002: 116). Tras más de 15 años, la idea de OcioBide se constituye a través de varios proyectos que mantienen la idea original: Ocio Cultural Universitario, Titulado Universitario en Cultura y Solidaridad; Curso Monográfico de Formación Permanente, Disfrutar las Artes y Aprender Viajando. Cada uno de ellos, con sus características específicas para adaptarse a las posibilidades de los alumnos, tiene una misma finalidad; “aprender disfrutando, disfrutar aprendiendo”.

El programa con el que se inicia el proyecto OcioBide es *Ocio Cultural Universitario (OCU)*, que comienza en el curso 1993-1994. Este programa está compuesto por una selección de cursos de 15 horas de duración que se distribuyen en 10 sesiones de 1 hora y media cada una. Ocio Cultural Universitario es un programa formativo orientado a las personas que están interesadas en ampliar su horizonte cultural, descubrir los valores del ser humano, buscar nuevos cauces para su desarrollo personal y enriquecer su tiempo con nuevos ocios. Las temáticas ofrecidas son muy variadas (arte, música, relaciones humanas, salud, literatura, arte, problemas sociales, solidaridad...) siempre con el objetivo de facilitar el disfrute de una experiencia de ocio ligada al aprendizaje de estos temas. Durante los primeros años, el programa se desarrolló únicamente en la Universidad de Deusto, para en años posteriores ofrecerse en otros lugares. Esta extensión geográfica pretende acercar la formación a los ciudadanos aproximándose a su contexto geográfico, con el objetivo de facilitar su acceso a la misma. Este proceso ha sido posible gracias a la colaboración de varios ayuntamientos de Bizkaia que a lo largo de los años se han sumado a esta iniciativa promoviendo el OCU en sus municipios, tales como Amorebieta-Etxano, Orduña, Basauri, Getxo, la Mancomunidad de Durangaldea, Arrigorriaga, Eibar y Galdakao

El éxito de este programa junto con las peticiones de numerosos de sus participantes, presenta un nuevo reto a Estudios de Ocio. Se trata de poner en marcha un nuevo programa, que manteniendo las premisas fundamentales del OCU, se estructure de una forma más larga en el tiempo y de forma más sistemática. Tras varios meses de reflexión y gracias al apoyo ofrecido por la propia Universidad, nace en el curso 1999-2000, el *Graduado Universitario en Cultura y Solidaridad*, denominado desde 2010, *Titulado Universitario en Cultura y Solidaridad*. El objetivo fundamental del programa es “*facilitar el acceso al disfrute de conocimientos culturales, sociales y científicos y a la comprensión de la sociedad en su conjunto*”. Este programa tiene como elemento diferenciador ser una titulación propia de la Universidad de Deusto. El programa consta de tres cursos académicos e incorpora, desde su concepción, el modelo de créditos ECTS que potencia el aprendizaje auto dirigido y el papel protagonista del alumno. Este programa se define por ser una titulación universitaria de rango propio, dirigida a todas aquellas personas que deseen llevar a cabo un proceso formativo. Esto supone la no exigencia de ningún requisito de acceso en función de una titulación previa o una edad concreta, lo que diferencia al programa de los tradicionalmente ofrecidos por las universidades. El programa ofrece a los participantes una experiencia de ocio basada en la formación, en base a las inquietudes culturales y sociales de la ciudadanía. Asimismo, por su concepto multigeneracional, flexible y abierto tiene también por objetivo comprender y actuar sobre el entorno social a través del aprendizaje y el asociacionismo. El programa, a pesar de la necesidad de organización y estructuración que requiere cualquier proceso formativo de rango universitario, ha logrado mantener intactas las ideas que configuran el acercamiento al disfrute del ocio a través de la formación propuestos por Estudios de Ocio. Esto ha sido posible gracias a la configuración de un amplio programa que se basa en la optatividad, la amplitud de posibilidades de elección, la diversidad y la adecuación a los gustos y posibilidades personales.

Como complemento formativo a estos dos programas y de nuevo como consecuencia de la petición por parte de los propios alumnos de la puesta en marcha de iniciativas formativas con las mismas características que sirvan de continuación al Graduado, nace en el curso 2002-2003 los denominados *Cursos Monográficos de Formación Permanente* que se configuran como un espacio intermedio entre los cursos semestrales y de pequeña duración del OCU y los tres años de compromiso que supone el Titulado. Estos cursos, dirigidos fundamentalmente a los alumnos que ya han finalizado el Titulado, se han realizado en colaboración con el profesorado de diversas Facultades de la Universidad. Es un programa de un curso académico de duración que permite profundizar en una temática concreta desde una orientación multidisciplinar orientada al conocimiento y al disfrute personal y no a la intervención profesional.

A estos proyectos hay que añadir dos que comienzan su andadura en el curso 2008-2009 como son *Disfrutar las Artes y Aprender Viajando*. Ambos se sustentan en la idea de que la calidad de las experiencias depende de la intencionalidad de la persona que las vivencia y de su interacción con la realidad, sabiendo que es posible favorecerla con el conocimiento.

Disfrutar las Artes se lleva a cabo junto con las principales instituciones artísticas de Bilbao y está orientado al encuentro con la manifestación estética. Como apunta la profesora M.L. Amigo (2007, 207) “*El disfrute de la obra de arte es en sí mismo valioso porque genera estados de satisfacción y armonía, pero además enriquece nuestra experiencia personal y ensancha nuestro yo*”. Amigo continúa diciendo, “*el*

arte nos ayuda a desarrollar la intuición perceptiva y supone un entrenamiento para la comprensión simbólica del mundo” (p. 212) y *“las emociones estéticas nos hacen sentir la obra, pero también comprender y juzgar”* (p. 220). El gran incremento de la oferta artística que rodea nuestra sociedad ha puesto de relieve su enorme poder de seducción así como el interés por conocer las distintas obras propuestas. Es por ello que el programa Disfrutar las Artes desea priorizar el conocimiento directo y profundo de determinadas programaciones ofertadas en nuestro entorno geográfico. El marco de comprensión teórica que se desarrolla en el Instituto encauza la orientación de este programa, para realzar su dimensión humanista. Se pretende favorecer experiencias culturales de ocio que proporcionen emoción, gozo, disfrute y conocimiento. Por ello, se propone un programa de formación que posibilite su realización óptima, a través del pensamiento y del fomento de puntos de encuentro tanto con las obras como con los creadores.

Por otro lado, *Aprender viajando* está orientado al encuentro con la cultura en su contexto geográfico, histórico, social y artístico. El gran incremento de los viajes en nuestra sociedad ha puesto de relieve el interés por conocer la riqueza de las diferentes tradiciones culturales en su lugar de origen y asentamiento. Este programa desea favorecer el conocimiento directo, teórico y práctico, de ámbitos y lugares culturales de reconocido prestigio en la historia.

Ocio como idea de partida de los programas

Los programas de formación universitaria para adultos desarrollados por Estudios de Ocio, podrían incluirse dentro de lo que Stebbins (2004) ha denominado ocio serio, puesto que en estos programas se dan las seis características señaladas por este autor: necesidad de perseverar, encontrar una ocupación basada en el esfuerzo, esfuerzo personal significativo basado en los conocimientos, la formación y/o las habilidades adquiridas, beneficios duraderos, un ethos único que crece en torno a sí mismo, un componente central de un mundo social extraordinario en que los participantes pueden alimentar sus intereses de ocio y tiempo libre y los participantes en ocio serio tienden a identificarse profundamente con las actividades elegidas. El fundamento de la búsqueda de todo ocio serio es el deseo de alcanzar una autorrealización profunda. La autorrealización engloba el acto y el proceso de desarrollo hasta la capacidad máxima de cada uno, sobre todo, el desarrollo del talento y la forma de ser de cada uno.

Es evidente el importante papel del ocio en el proceso de ajuste óptimo a los cambios que se producen en la vejez y la prevención de trastornos asociados al proceso de envejecimiento, aunque no por ello el ocio deja de proporcionar las ventajas que reporta a cualquier persona adulta, como señala McPherson (en Martínez, 2002). Atendiendo a la educación del ocio, autores como Cuenca (2002) y Kleiber (2002), la identifican como un proceso relacionado con el aprendizaje de habilidades y conocimientos, unido al desarrollo de actitudes y conductas que implican un mundo de valores y una capacidad de elección. La educación del ocio tiene que ver con el desarrollo de conocimientos desinteresados, acciones gratificantes, con la revalorización de lo cotidiano y lo extraordinario, con la vivencia creativa del tiempo, la libertad, la participación, la solidaridad y la comunicación. La vivencia del ocio debe evolucionar con nosotros mismos, con nuestras necesidades, capacidades y experiencias.

Aprender como medio para disfrutar del ocio no sólo se produce con el objetivo de dominar las destrezas de una actividad de ocio y optimizar la experiencia de ocio. El aprendizaje de una actividad de ocio se produce también debido a la apreciación del

potencial de desarrollo personal, al desarrollo de la creatividad, al deseo de vivir una vida de ocio saludable, para facilitar las interacciones sociales, etc. El aprendizaje de una nueva actividad de ocio puede ser también un recurso valioso para el desarrollo de las identidades personales y sociales.

Uno de los aspectos innovadores que suponen la puesta en marcha de todos estos programas formativos que configuran el programa OcioBide es la atención al ocio como objeto de aprendizaje. Esta es la innovación más importante que proponen estos programas, que siempre miran el contenido de los mismos desde el ocio. Esta translación del ocio de ser entendido como instrumento o mediador de otros aprendizajes, para ser el eje central del proceso de aprendizaje es de vital importancia ya que aboga porque la participación en estas experiencias formativas se convierta en una verdadera experiencia de ocio. Otros programas formativos han tomado el ocio como una estrategia o un mediador para promover aprendizajes o habilidades, como los programas de formación en valores propuestos a través de actividades deportivas o la formación en el conocimiento y uso de las Tecnologías de la Información y la Comunicación. A su valor de intermediación, hay que añadir que el ocio en su posibilidad de expresión personal, libremente elegida y motivante por sí mismo, ofrece unas grandes posibilidades como motor de cambio y transformación. Sin embargo, en los programas de OcioBide, el ocio adquiere papel protagonista, es el objeto de aprendizaje y el que facilita y promueve en los alumnos el desarrollo de verdaderas experiencias de ocio, transformadoras y sustanciales. Esta formación en ocio, permite la vivencia de las experiencias de ocio y asimismo, fomenta un mayor conocimiento de sí mismo y su entorno, facilitando una más adecuada formación para el ocio venidero.

Para que esta experiencia de ocio se pueda producir, al igual que en cualquier otro contexto, es necesario que la misma cumpla con los requisitos necesarios descritos para que se produzcan estas experiencias que son la percepción de libertad y motivación intrínseca. Ambos conceptos están singularmente unidos y deben de cumplirse desde las dinámicas de formación propuestas. La primera, referida a la libertad, es uno de los aspectos más difíciles de conseguir en las experiencias de tipo formativo que se plantean en la vida universitaria actual ya que estas se basan en la preparación para el futuro. Sin embargo, el público al que se dirigen los programas de OcioBide, los adultos, y el objetivo y finalidad de los mismos, promover la transformación personal y social, así como su nula vinculación con la preparación para el trabajo, permiten hablar sin problemas de libertad a la hora de afrontar estos estudios por parte de los alumnos. Gómez y Martínez (2002: 114) comentan como *“es necesario no olvidar que el acceso voluntario del adulto a la formación..... es una de las condiciones para que la formación pueda llegar a ser vivida como experiencia satisfactoria”*.

Junto con la percepción de libertad en la acción, aparece otro aspecto de vital importancia, referido a la motivación intrínseca. Esta explica que el motor para la realización de una actividad es el puro interés y placer de llevarla a cabo. OcioBide parte con la idea clara de ser un programa formativo para disfrutar y aprender y que se aleja claramente del objetivo actual de la educación universitaria, “el preparar para el futuro, para el trabajo que vendrá” promoviendo que los alumnos se encuentren en una actividad intrínsecamente motivada, ya que la misma está cerca de sus intereses, aficiones o necesidades. Cuando estos dos ingredientes, la percepción de libertad y la conducta motivada intrínsecamente se conjugan con el ocio como motivo principal de aprendizaje, se promueve un tipo de formación totalmente innovadora que cumple claramente con su objetivo de formación como ocio.

Asimismo, desde estos programas se pretende promover la transformación personal del adulto, pero también la transformación grupal y el cambio social. Estos programas responden a la exigencia de las experiencias personales, que nos proponen movilizarnos, desarrollarnos y promover un avance hacia el futuro. “*La formación como experiencia de ocio puede ayudar a sobreponernos a la ansiedad y la depresión, asociada a un importante porcentaje de la población adulta, a independizarnos de un entorno social que condiciona y una realidad histórica personal que asfixia, con el objetivo de que recuperemos y desarrollemos un mayor grado de autonomía y control de nuestras vidas*” (Gómez y Martínez, 2002: 110). Por ello, ofrece a los alumnos aprendizajes que posibiliten una mejor comprensión del propio individuo y su entorno así como otros que facilitan la comprensión del otro y la comunicación interpersonal. Además de la transformación, se trata de promover el aprendizaje. Pero no un aprendizaje cualquiera, sino un verdadero aprendizaje autodirigido. Un aprendizaje en el que el propio alumno, siendo consciente de sus necesidades de formación, es capaz de embarcarse en un proyecto de estas características definiendo objetivos, metas, procedimientos, recursos...

A los elementos anteriores, se añade otro de gran importancia, el del valor del grupo. La heterogeneidad de los grupos es un valor fundamental y altamente formativo. Las diferentes historias de vida de los participantes, que en algunos casos incluye la cultura de otros países y zonas, junto con el carácter intergeneracional que permite aunar en el aula a personas de dos e incluso tres generaciones es un elemento vital en el proceso de aprendizaje y transformación de los alumnos. La heterogeneidad del grupo basado no solo en los tradicionales criterios de edad y origen, sino también en los referidos a lo rural y lo urbano, lo laboral y no laboral o la formación previa o no, es un valor muy significativo para la comprensión del mundo que les rodea y los procesos de relación interpersonal.

Por ello, desde el inicio todos los programas que componen OcioBide debían ser flexibles, transformadores, gustosos e inclusivos, posibilitando el contraste y la convivencia sin perder la esencia del Proyecto Universitario. Por ello, Gómez y Martínez (2002) afirman que estos programas y especialmente el Titulado Universitario en Cultura y Solidaridad como el ejemplo más completo y sistematizado, se define en base a varias características. *Es aprendizaje*, ya que se produce un aprendizaje continuo que tiene por objetivo la mejora de capacidades y conocimientos de las personas, ayudándoles a los alumnos a resolver sus problemas cotidianos y comprender su entorno. Así se cubre, lo que Habermas (1984, en Mezirow 2000) denomina el *campo instrumental* del aprendizaje. Igualmente en el programa se trabaja el *campo comunicativo del aprendizaje* a través de materias que ayudan a comprender al otro cuando se comunica. Todo ello teniendo presente que junto con el aprendizaje (resultado) es esencial el sentimiento, placer y disfrute (proceso). Pero además, es *un proceso de aprendizaje autodirigido*, en el que el protagonista del mismo es el propio alumno. Esto supone la presencia en el Titulado de ciertas posibilidades que promueven esta autodirección como son el currículo flexible, la gran carga de optatividad que integra, así como la evaluación procesual y con finalidad de mejora continua que tiene por objetivo animar a los alumnos a profundizar en los temas, a rectificar y a valorar los elementos destacables. También, es *una experiencia personal*, basada en este aprendizaje auto dirigido, en el que el alumno es capaz de darse recompensas y refuerzos, percibe sus propios avances de forma clara y visibiliza caminos de desarrollo. Pero además de este carácter individual, es también *una experiencia grupal e*

intergeneracional basada en la propia heterogeneidad de un grupo, que comparte una gran motivación así como unas enormes ganas de aprender y un evidente interés por la cultura y la solidaridad. Y por supuesto, es una gran *ventana al mundo*. Lo que ofrece no es simple entretenimiento sino conocimiento y capacidad de análisis crítico. Pero sobre todo, es *una vivencia de ocio*, entendida como aquella que se desarrolla con una percepción de libertad más la suma de la motivación intrínseca. La necesidad de aprender tiene una estructura motivacional dominada por el puro deseo de conocer y aprender (aprender por el puro placer de aprender), por conseguir una meta social, al mismo tiempo que por la búsqueda de su desarrollo personal. Es decir, no es utilitaria y pragmática como en otros tramos de edad. Estos programas propician que la persona se implique sin la necesidad de recompensas, logros tangibles o reconocimiento social, por tanto puede vivirse como una experiencia de ocio en su dimensión formativa.

CONCLUSIÓN

El principal objetivo de la educación, según Ruskin (2002), es desarrollar los valores y actividades de las personas y aportarles los conocimientos y habilidades con las que podrán sentirse más seguros, llegar a un disfrute pleno y estar más satisfechos de su vida. El auge de la educación permanente es consecuencia de una ciudadanía activa que encuentra en la educación universitaria una buena herramienta para hacer efectiva su plena participación en la sociedad.

En el marco de la orientación humanística del Instituto de Estudios de Ocio, no debemos olvidar que el principio educativo que inspira el Proyecto *La formación como Ocio* es la formación integral de la persona, cuidando especialmente que el desarrollo procesual sea satisfactorio y formativo. Para llevarlo a cabo se propone un modelo vivencial que posibilite el desarrollo personal a partir de experiencias culturales de ocio. Los cinco programas que constituyen este Proyecto de la Universidad de Deusto son Programas universitarios que propician a las personas que los cursan una rica actividad en lo psicológico, lo físico y la social. No solamente se trata de aprender, ni siquiera de aprender disfrutando, sino más bien de ser capaces de desarrollarse y convertirse en agentes de cambio y solidaridad a través de disfrutar aprendiendo.

Los programas que conforman el proyecto OcioBide se convierten en programas abiertos, flexibles y diversificados. Las materias abarcan temas muy amplios y complejos relacionados con el ser y el sentir de las personas y pretenden ser capaces de formar en contenidos y metodologías que mejoren la propia comprensión del mundo y del otro. Es aprender sobre saberes humanísticos pero también “humanos”. Es aprender cine, pintura, música, poesía pero también sobre el entorno, la comunicación humana, la solidaridad, la sociedad actual, la ética, el otro.

Además de su doble objetivo de disfrute y aprendizaje, no debemos olvidar que estos programas suponen una profunda reestructuración y modificación de las estructuras y hábitos universitarios. Significan en resumen, una profunda reflexión sobre cuál debe ser el papel social de la Universidad. La existencia de estos programas no solamente supone la entrada de un nuevo colectivo en las aulas, sino que ofrece a las universidades, y concretamente a la Universidad de Deusto, un espacio para fomentar el espíritu crítico, la cultura y la solidaridad en esa ciudadanía activa que se encuentra en nuestras ciudades y pueblos. La Universidad de Deusto, a través de Estudios de Ocio ha respondido a este reto desde estos programas dando *“lugar a una formación universitaria nueva que complementa y amplía la existente hasta el momento, en la que,*

teniendo como referente al colectivo adulto, el ocio juega un papel fundamental como objetivo, momento, entorno y metodología” (Gómez y Martínez 2002: 115).

Desde Estudios de Ocio entendemos que invertir en la educación de las personas adultas/mayores no es sólo una cuestión de justicia social, entendida ésta en términos de derechos (como una forma de acceder a la participación democrática o como una forma de hacer posible el derecho de ciudadanía); invertir en la educación de las personas adultas/mayores es una necesidad puesto que la educación es un elemento principal de la calidad de vida y un elemento que influye sobre la misma de forma significativa así como un espacio de desarrollo individual y colectivo.

A lo largo de cada curso académico, más de medio millar de personas adultas/mayores pasan por las aulas de la Universidad de Deusto bajo el lema “disfrutar aprendiendo”, sin olvidarse tanto de su desarrollo como individuos, como su papel en la sociedad y el desarrollo de la misma. Un proyecto universitario innovador que trata de facilitar a sus participantes una vida más plena en sociedad y a través de ellos una sociedad mejor donde vivir.

BIBLIOGRAFÍA

- AMIGO, M^a L. (2007). *Bilbao, un encuentro con el arte*. Bilbao: Ediciones Beta.
- ARNAY PUERTA, J.A. (2006). Las necesidades socioeducativas de las personas mayores en la sociedad actual. En C. ORTE. (coord.). *El aprendizaje a lo largo de la vida. Los programas universitarios de mayores* (pp. 153-173). Madrid: Dykinson.
- BERZOSA ZABALLOS, G. (2009). Hacia una cultura del envejecimiento: ser persona mayor activa, relacionada y comprometida socialmente. En A. MARTÍNEZ MAROTO; L. GIL ROMERO; P. SERRANO MARZO y J.M. RAMOS MIGUEL. (coords.). *Nuevas miradas sobre el envejecimiento* (pp. 253-269). Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).
- CABEDO MANUEL, S. (2008). Las personas mayores y las nuevas tecnologías. En S. CABEDO MANUEL. (dir.). *Jornadas de mayores y nuevas tecnologías* (pp. 11-30). Castelló de la Plana: Universitat Jaume I.
- CORDERO DEL CASTILLO, P. (2010). Mayores, educación y calidad de vida. En A. CABEDO MAS, *La educación permanente: la Universidad y las personas mayores*. (pp. 171-194). Castelló de la Plana: Universitar Jaume I.
- CSIKSZENTMIHALYI, M. (1996). *Flow. Una psicología de la felicidad*. Barcelona: Kairós.
- CUENCA CABEZA, M. (coord.). (1997). *Legislación y política social sobre ocio y discapacidad. Actas de las II Jornadas de la Cátedra de Ocio y Minusvalías*. Documentos de Estudios de Ocio, 5. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA, M. (2002). La educación del ocio: el modelo de intervención UD. En C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Educación el Ocio. Propuestas internacionales* (pp. 25-56). Documentos de Estudios de Ocio, 23. Bilbao: Universidad de Deusto.
- CUENCA, M. (2004). Las experiencias de ocio. *Boletín ADOZ. Revista de Estudios de Ocio*, 28, 15-18.
- CUENCA, M. (2010). La fuerza transformadora del ocio. En M. CUENCA; E. AGUILAR y C. ORTEGA. (2010). *Ocio para innovar* (pp. 17-82). Documentos de Estudios de Ocio, 42. Bilbao: Universidad de Deusto.
- DELORS, J. (coord.). (1996). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: UNESCO-Anaya.

- DEL VALLE, C.; TEJEDOR, M.; CARBONERO, A. y DE PRADO, R. (2008). Aproximación al marco teórico de los programas universitarios para mayores en la Universidad de Valladolid. En M^a C. PALMERO CÁMARA. (coord.). *Formación universitaria de personas mayores y promoción de la autonomía personal. Políticas socioeducativas, metodologías e innovaciones* (pp. 115-125). Burgos: Universidad de Burgos.
- DIPUTACIÓN FORAL DE BIZKAIA. (2007). *Manifiesto. Bizkaia por el envejecimiento activo*.
- DUPUIS, S.L. y SMALE, B.J.A. (1995). An examination of relationship between psychological well-being and depression and leisure activity participation among older adults. *Loisir et Spécité*, 18(1), 67-92.
- GARCÍA FERNÁNDEZ-ABASCAL, E. (1995). Psicología de la motivación y emoción. En E. GARCÍA FERNÁNDEZ-ABASCAL. (coord.). *Manual de motivación y emoción* (pp. 23-55). Madrid: Ramón Areces.
- GÓMEZ, I. y MARTÍNEZ, S. (2002). Educación del ocio en la edad adulta: El Graduado Universitario. En DE LA CRUZ AYUSO, C. (ed.). *Educación el Ocio. Propuestas internacionales* (pp. 103-118). Documentos de Estudios de Ocio, 23. Bilbao: Universidad de Deusto.
- HENDERSON, K.A. (2002). La vivencia del ocio durante la tercera edad desde la perspectiva de género. *ADOZ Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, 24, 15-21.
- ISO-AHOLA, S.E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque: W.C. Brown.
- ISO-AHOLA, S.E.; JACKSON, E. y DUNN, E. (1994). Starting, ceasing and replacing leisure activities over the life-span. *Journal of Leisure Research*, 26(3), 227-249.
- KATZ, S. (2000). Busy bodies: activity, aging and the management of everyday life. *Journal of Aging Studies*, 14(2), 135-153.
- KLEIBER, D.A. (2002). Intervención en el desarrollo y educación del ocio: una visión a lo largo de la vida. En C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Educación el Ocio. Propuestas internacionales* (pp. 69-83). Documentos de Estudios de Ocio, 23. Bilbao: Universidad de Deusto.
- LONGWORTH, N. (2003). *El aprendizaje a lo largo de la vida. Ciudades centradas en el aprendizaje para un siglo orientado hacia el aprendizaje*. Barcelona: Paidós.
- MARTÍNEZ RODRÍGUEZ, S. (2002). Ocio y desarrollo personal en la vejez. *ADOZ Boletín del Centro de Documentación en Ocio*, 24, 9-15.
- MARTÍNEZ RODRÍGUEZ, S. y GÓMEZ MARROQUÍN, I. (2005). El ocio y la intervención con personas mayores. En S. PINAZO HENANDIS y M. SÁNCHEZ MARTÍNEZ. (dirs.). *Gerontología. Actualización, innovación y propuestas* (pp. 433- 454). Madrid: Pearson Educación.
- MEZIROU, J. y associates (2000). *Learning as transformation*. San Francisco: Josey-Bass.
- PUIG, T. (1990). El ocio como proceso natural y su transformación ante la evaluación social. En VV.AA. *III Jornadas Minusvalías: ocio y tiempo libre* (pp. 29-34). Valencia: Generalitat de Valencia.
- RUSKIN, H. (2002). Desarrollo humano y educación del ocio. En C. DE LA CRUZ AYUSO. (ed.). *Educación el Ocio. Propuestas internacionales* (pp. 19-24). Documentos de Estudios de Ocio, 23. Bilbao: Universidad de Deusto.

- SCHOOLER, C. y MULATU, M.S. (2001). The reciprocal effects of leisure time activities and intellectual functioning in older people: a longitudinal analysis. *Psychology and Aging*, 16(3), 466-482.
- STEBBINS, R.A. (2004). Ocio serio: ¿debemos fomentarlo? *Boletín ADOZ. Revista de Estudios de Ocio*, 28, 47-50.
- WITHNALL, A, (2002). Three decades of educational gerontology: achievements and challenges. *Education an Ageing*, 17(1), 87-102.

ISBN 978-84-615-1408-3



9 788461 514083

IV
Congreso
Iberoamericano
de
Universidades
para
Mayores
CIUUMM
2011



ORGANIZAN



COLABORAN

