

PROPUESTA LÚDICA

Para la educación del Adulto mayor

AUTORA: Prof. Estela Guadalupe Moro

- **Docente del Programa Universitario para Adultos Mayores de la Facultad de Ciencias Médicas de la Universidad Nacional de Córdoba.**
- **Docente del Instituto CREDEHUM.**

Área Salud.

Octubre 2004

Fundamentación

“Observar el rostro de un niño mientras juega, puede convertirse en un momento excelso para quien comprende el lenguaje de los gestos y las expresiones; en él pueden leerse significados que surgen de lo más profundo de la esencia humana y que en ese acto simple, transparente y cotidiano se resumen en forma totalizadora”.

Gomez-Incarbone

Las palabras antes mencionadas, nos llevan al interior de una de las facetas culturales que con el tiempo los adultos hemos ido perdiendo, el juego como lo define Huizinga "Es una acción libre o una actividad voluntaria, realizada en ciertos límites fijados de tiempo y lugar, según una regla libremente aceptada, pero totalmente imperiosa y provista de un fin en sí, acompañada de un sentimiento de tensión y de alegría y de una conciencia de ser de otra manera que en la vida ordinaria".

Este trabajo encuentra su fundamento en la necesidad del adulto mayor de poder expresarse libremente y sin ataduras, de autoexpresarse; sin darnos cuenta los seres humanos vamos desarrollando diferentes capacidades de comunicación, quedando algunas tan olvidadas como latentes. El área lúdica no es sino un fragmento del espacio sociocultural y el lugar en que se encuentran fuerzas de diverso origen para generar ese centro de fusión creadora que es la personalidad.

El adulto mayor necesita jugar, liberarse y divertirse.....es hombre; hombre íntegro que muchas veces se encuentra ligado a prejuicios banales y normas absurdas del deber ser.

Propongo un ensayo, que basado en una propuesta lúdica nos permite reconocer al adulto mayor como hacedor cultural y al juego, como una herramienta sana, eficaz y propiciadora de experiencias enriquecedoras para él.-

Objetivos y metodología

Como objetivo principal, este trabajo, apunta a promover en el AM un espacio de expresión total, que refiere a la autonomía la que debe lograr y mantener; el juego facilita ésta autonomía y por ende se lo emplea con objetivos desde las formas jugadas.

Para lograr un adulto autónomo, es necesario proyectarle la posibilidad de una tregua personal, objetivo difícil si se tiene en cuenta que el juego de éste reside en el autopermisio; es necesario entonces, emplear estrategias adecuadas al desarrollo psicofísico de esta etapa.

Las estrategias empleadas, surgen desde un seguimiento continuo de los destinatarios de las actividades. Se pueden utilizar juegos grupales, cooperativos, de inteligencia, expresión, creatividad, destrezas, generando un abanico de posibilidades que promueva en él un trabajo integrador, que lo lleven a aceptar los límites y a descubrir nuevas potencialidades y posibilidades, propias y características de esta edad. Las formas jugadas, son acciones que empleadas con un sentido didáctico de juego, retoman elementos que el ser humano adquiere durante su desarrollo; al plantearlas, ponemos al jugador en un dilema que debe resolver mediante una elaboración interior, apelando a la participación creadora y activa del AM.

El trabajo se puede realizar, en pequeños grupos, individualmente o con todos los participantes pero requiere por parte del animador, una adecuada preparación, que permita una dinámica activa facilitando consignas claras y precisas para el desarrollo de las tareas.

Para llevar a cabo este trabajo, hay que tener presente el factor competencia, tan enquistado en nuestros quehaceres cotidianos y que conlleva mal empleado, a la pérdida del sentido de la actividad y por ende al fracaso en el alcance de los objetivos; se puede tomar la competencia como un factor motivador, pero tomando los recaudos necesarios para evitar la aparición de cierta violencia y rivalidad que no genera en el adulto mayor más que alegría por un lado, hasta una represión de sí mismo por el otro.

Esta metodología de trabajo es utilizada desde hace ocho años, con una creciente evolución en las actividades propuestas, siguiendo los puntos antes mencionados.

Propuesta Lúdica: alcances

El trabajo realizado con AM desde esta propuesta, a dado como fruto, sensaciones por parte de los participantes que ellos mismos se encargaron de descifrar como de libertad, gozo, rabia, alegría, tristeza, orgullo y por sobre todas las cosas superación personal. El adulto mayor esta precedido de prejuicios, límites, normas y hasta autoencierro, elementos estos que generan en él una especie de celda que no les permite moverse más allá del...”... dejá vos no podes, te vas a golpear...”...” no que vas a ir solo, mira si te caes o te perdés...” expresiones muy comunes en el ámbito que lo rodea y que impiden avanzar en la conquista de la total autonomía.

Los adultos participantes descubrieron, que muy dentro de ellos había necesidad de expresión y comunicación que estaban como dormidas y en otros, esa sensación se transformó en acción pura, evidenciándose en la participación entusiasta de las actividades; se observó también como la competencia y la trampa se hacían presentes dentro del juego mismo y como generaba en algunas personas, actitudes o expresiones violentas hacia los demás participantes, hasta que vivificaron y comprendieron que se disfruta cuando se juega con y no-contra.

Por ende se hace necesario trabajar junto con el AM sobre el respeto a la regla y su conveniencia para alcanzar los objetivos; este aspecto ha sido trabajado con muy buenos resultados a tal punto que la trampa no es sinónimo de maldad sino de llevar el juego de la transgresión a su máxima expresión, pero al cabo del tiempo logramos se tome conciencia de lo saludable que es estar dentro de las normas, aceptándolas y en consecuencia alcanzar un mejor convivir.-

Dentro de lo desarrollado se pudo observar como el logro de una autonomía personal va generando en el mayor, confianza y libertad que no tenían al comenzó y que los muestra con cambios estructurales de pensamiento sobre sí mismo y los pares, realmente asombrosos; la didáctica del juego generó en ellos un espacio de confianza para que cada uno se permitiese una tregua entre lo que es y lo que quiere ser, que motivó más de un conflicto en aquellos en que el juego estaba gobernado por mitos tales como: ...”....el juego quita seriedad” “...Los hombre no juega..” “...yo ya pasé esa etapa..”, reprimiendo así la necesidad, las ganas de divertirse, de expresarse, de exteriorizar la alegría, de gritar de determinada forma.

Se pudo notar desde las formas jugadas empleadas, como la mayor vivencia, lo que a los 6 años adormeció dentro de el y que lo motivaba a crear y como jugando se revivían esos recuerdos que partían hacia el exterior en forma de creación y expresión únicas de cada uno de ellos.

Este trabajo les abrió el horizonte a aquellas personas que vivían dentro de su propia visión tan recortada de sus posibilidades de desarrollarse en la vida.

No se pretende cambiar al AM, sino que éste encuentre mediante un simple juego potencialidades que se hallan latentes en él y que las desarrolle de la mejor manera para generar una autonomía real.

Contribuciones a la práctica Educativa

El ensayo presentado, nos muestra elementos que permiten observar y desarrollar nuestras prácticas educativas con mayores desde un campo diferente como lo son los juegos; tomando en cuenta que el hombre crece y va perdiendo o negando al juego a medida que toma responsabilidades y que su capacidad natural de expresión se va con él, el docente tiene en este trabajo elementos que le servirán de apoyo para su tarea. El jugar nos pone no en ridículos, sino en presencia del acto más natural del hombre, entonces, si comenzamos a emplear lo lúdico en nuestras actividades, estaremos trabajando la esencia de nuestros educandos.

Todos los mitos sobre el juego, no hacen más que alimentar la cultura antilúdica y coartar a nuestros mayores de un placer inmenso cercenando sus riquezas y las posibilidades de disfrutar plenamente de esta etapa de la vida, cuantas veces hemos visto a nuestros abuelos remontar junto al nieto un barrilete observando que él es quien se divierte plenamente. Esto es porque los mitos hacen mella en nuestra cultura.

Lo presentado aquí nos pone ante un desafío que será resuelto en la medida en que el educador conozca, comprenda, acepte y promueva el jugar como una instancia de aprendizaje y construcción de la autonomía por parte del AM.

BIBLIOGRAFÍA

1. - **BRIGHT RUTH.** La musicoterapia en el tratamiento geriátrico. Ed. Bonum 1993.
2. - **BUYTENDIJK, F.J.J.** El juego y su significado. Madrid España. 1998.
3. - **ERIKSON, ERIK H.** y otros. Juego y desarrollo. Grupo Editorial Grijalbo Barcelona España 1972. -
4. - **GOMEZ J.R.** y **INCARBONE O.** Juegos y movimientos en el jardín de infantes. Impreco gráfica. Bs. As. 1989. -
5. - **HUIZANGA, J.** Homo Ludens. Peoeve tener bepaling van het apel-element der cultuur. Haarlen. Holanda. 1938. Traducido al español con el título Homo Ludens por E. Inaz. Ed. Emece Bs. As. 1957.-
6. - **IDLA E.** Movimiento y ritmo. Juego y recreación. Ed. Paidos Barcelona - Bs.As. México. 2000.-
7. - **KARZ de ARMOZA MARCELA.** Tecnicas corporales para la tercera edad. Ed. Paidos Barcelona- Bs. As. México. 1994
8. - **LAMPIERRE, ANDRE** y **AUCOUNTURIER, BERNARDO.** Los contrastes. Educación vivenciada. Ed. Científica Medica. Barcelona. España. 1977
9. - **LEIF, JOSEPH** y **BRUNELLE, LUCIEN.** La verdadera naturaleza del juego Ed. Kapelusz Bs. , As 1978.
10. - **YUNI JOSÉ ALBERTO, URBANO CALUDIO ARIEL, ARCE MARÍA DEL CARMEN.** Discurso Sociales sobre el cuerpo, la estética y el envejecimiento. Ed. Brujas. 2003.-
11. - **YUNI JOSÉ ALBERTO, URBANO CLAUDIO ARIEL.** Mirarme otra vez: madurescencia femenina. Córdoba Ed. Mi Facu UNC.-2001
12. - **YUNI JOSÉ ALBERTO.** El mito del eterno retorno: Educación, subjetividad y adultos mayores. Paidos Bs. As. 2000.-
13. - **ZAREBSKI GRACIELA.** Hacia un buen envejecer. Ed. Emecé Editores S.A. 1999. -
14. - **ZHUROVSKAIA, R.I.** El juego y su importancia pedagógica. Ed. Pueblo y Educación. La Habana. Cuba. 1982.-

