

## PROYECTO 70 Y +: UNA EXPERIENCIA DE ALFABETIZACIÓN EN LAS TIC A MUJERES MAYORES

**Reina Giménez, Amalia. Departamento de Psicología. Universidad de Córdoba**

[ed1regia@uco.es](mailto:ed1regia@uco.es)

**Luque Salas, Bárbara. Departamento de Psicología. Universidad de Córdoba**

[ed1lusab@uco.es](mailto:ed1lusab@uco.es)

**Sánchez Raya, Araceli. Departamento Psicología. Universidad Córdoba**

[ed1saram@uco.es](mailto:ed1saram@uco.es)

**Freixas Farré, Anna. Departamento de Psicología. Universidad de Córdoba**

[afreixas@uco.es](mailto:afreixas@uco.es)

### Resumen:

El objetivo de este estudio ha sido analizar la experiencia de incorporación de un grupo de mujeres mayores a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC), como un medio para la promoción de la calidad de vida y el ‘envejecimiento satisfactorio’. A este colectivo le afecta una doble ‘brecha digital’: de género y de edad, por lo que nuestro planteamiento ha sido conocer las barreras y dificultades, así como los recursos, con que se encuentra esta población en el proceso de alfabetización digital. También nos preguntamos en qué medida la edad influye en el aprendizaje y los recursos de que disponen para superarlas. Todo ello, con el fin de analizar las motivaciones y los beneficios de esta instrucción, tanto en la adquisición de este conocimiento como en la promoción de la calidad de vida y el sentimiento de satisfacción vital, así como los beneficios constatados en la interacción y la participación social. Esta investigación se enmarca fundamentalmente dentro del modelo feminista de investigación cualitativa. Los datos proceden de cuestionarios de nivel de aprendizaje y diarios de autorreflexión en los que las participantes reflejan su evaluación del proceso de aprendizaje y los beneficios y dificultades detectadas.

**Palabras clave:** Mujeres mayores, TIC, envejecimiento satisfactorio y calidad de vida.

### Introducción

El envejecimiento de la población es un hecho demográfico mundial. La proporción de personas que tiene más de 65 años está creciendo con mayor rapidez que ningún otro grupo de edad. Nuestro país, como el resto de las sociedades avanzadas, no es una excepción.

De forma simultánea está teniendo lugar un fenómeno de dimensiones históricas que avanza en paralelo: la incorporación de las Tecnologías de la Información y la Comunicación (TIC) a la vida cotidiana de las personas. Las investigaciones más recientes (Villar, 2003 y Villar y Solé, 2006) ponen de manifiesto que las personas mayores utilizan la tecnología en menor grado que el resto de la población, de modo que van quedando rezagados de la nueva sociedad que se está configurando. Frente al 41,9% de la población española que utiliza un ordenador personal, las personas mayores lo hacen en un 3,6% (datos INE). Y lo mismo ocurre en el caso de Internet y el teléfono



móvil, con porcentajes de un 1,5% y un 15,4%, muy alejados de la media nacional del 34,7% y el 55,5% respectivamente (fuente: Fundación Auna).

Las personas mayores suponen actualmente un colectivo —uno de los grupos sociales relevantes, pero ausentes (Xie, 2003)— que casi globalmente se encuentra en estos momentos excluido del uso y dominio de un ámbito del conocimiento que resulta cada día más necesario tanto en la vida cotidiana como en el ejercicio de la ciudadanía. Esta realidad afecta a hombres y a mujeres mayores, sin embargo, en el caso de las mujeres la incidencia es claramente mayor, dadas las características de esta población en nuestro país: las mujeres que se encuentran en el tramo de edad superior a los 60 años pertenecen a una generación que ha sufrido las consecuencias de un sistema educativo, económico, político y social que, a muy temprana edad, las obligó a abandonar la escuela para incorporarse a la ejecución de los roles tradicionalmente femeninos.

La brecha digital de género que afecta a las mujeres de todas las edades, resulta especialmente preocupante y excluyente en las mujeres mayores, que suman a la exclusión de la edad la del acceso a la sociedad de la información y la comunicación que han terminado por constituir un cambio cualitativo en la forma de informarse, comunicarse, trabajar, producir y participar en una nueva sociedad. Quienes no acceden a este tipo de conocimiento quedan indefectiblemente excluidos de esta era tecnológica, pasando a convertirse en la nueva clase de analfabetos del siglo XXI. De ahí la imperiosa necesidad de democratizar el acceso a las nuevas tecnologías de los sectores más postergados de la sociedad (Bonder, 2002).

Pese al interés social —teórico y práctico— del tema que proponemos, éste ha merecido una atención casi nula como ámbito de estudio, hasta el punto que la presente investigación es una de la primeras y únicas propuestas que plantea unir el campo de investigación de la vejez y el de la incorporación de las mujeres mayores a las nuevas tecnologías y sus beneficios personales y sociales en el bienestar psicológico y la calidad de vida, como un elemento clave para un envejecimiento satisfactorio. Existen algunas investigaciones acerca de la incorporación de poblaciones mayores a las nuevas tecnologías, pero prácticamente ninguna se centra en la alfabetización tecnológica de las mujeres mayores como una estrategia para su inclusión social y ciudadana.

En una sociedad en que las nuevas tecnologías ocupan un lugar cada vez más significativo, su aprendizaje se convierte en un imperativo para las mujeres mayores, de manera que puedan beneficiarse de las ventajas y de las oportunidades y recursos que su uso proporciona. La investigación informa del impacto positivo de la utilización de los ordenadores en el sentimiento de crecimiento personal y el bienestar psicológico que se derivan de aprender cosas nuevas, abrirse a una nueva experiencia, afrontar nuevos retos y seguir desarrollando la capacidad personal de realizar cosas (Keyes, Shmotkin, y Ryff, 2002).

El ‘envejecimiento satisfactorio’ ha sido un tema frecuente de investigación (Duay y Bryan, 2006), entendido como un rasgo multidimensional. De entre sus componentes, en relación al estudio propuesto, destacamos —más allá de la ausencia de enfermedad y el mantenimiento de las capacidades funcionales (Rowe y Kahn, 1997)— la importancia que tiene el ‘aprendizaje a lo largo de toda la vida’, la implicación activa en relaciones interpersonales, el sentimiento de tener un objetivo en la vida y la capacidad estratégica para compensar las limitaciones que pueden tener su origen en el envejecimiento (Baltes y Baltes, 1990).

Los dos elementos clave son, sin embargo, el estado de salud y la actitud hacia el aprendizaje (Boulton-Lewis, Buys, y Lovie-Kitchin, 2006). Así pues, destacamos el papel del ‘aprendizaje a lo largo de toda la vida’ (Aspin y Chapman, 2000), en la medida en que ‘aprender nuevas cosas’ contribuye a la adaptación a los acontecimientos estresantes de la vida y a los cambios que pueden darse en la vejez; no sólo los que pueden referirse al cuerpo y la salud, las finanzas y los estilos de vida, sino también lo que suponen las nuevas tecnologías en la vida actual (Boulton-Lewis, Buys, y Lovie-Kitchin, 2006).

Necesitamos conocer más acerca del aprendizaje a toda edad, sobre cómo se produce, qué lo facilita, qué lo dificulta y qué ventajas de carácter individual y social se derivan del dominio de las nuevas tecnologías por parte de las mujeres en la edad mayor. Las dificultades para el aprendizaje, derivadas de la edad, en el procesamiento de información, el enlentecimiento de las funciones y la menor capacidad para la memoria a corto plazo, no impiden que las personas mayores puedan desarrollar un nuevo conocimiento, aunque éste requiera más tiempo y esfuerzo. Cuando se da una suficiente motivación y confianza en las posibilidades de aprendizaje, las nuevas tecnologías no suponen un impedimento *per se* para su dominio por parte de las mujeres mayores (Boulton-Lewis, Buys, Lovie-Kitchin, Barnett, y David, 2007; Purdie y Boulton-Lewis, 2003).

Es especialmente importante el estudio de las barreras y dificultades con que se encuentra en concreto esta población: dificultades del entorno, de la disposición de tiempo personal, dificultades académicas, otras de carácter psicológico y social, barreras físicas; siempre teniendo en cuenta la diversidad que caracteriza a las personas a lo largo del ciclo vital. Conocer su influencia en el aprendizaje y también los recursos de que disponen para superarlas; estudiar las motivaciones y beneficios de esta instrucción tanto en su faceta orientada al ‘producto’ —adquisición de un conocimiento concreto— como en la de promoción de las relaciones —aspecto expresivo de gran importancia en la edad mayor.

Las mujeres mayores poseen una excelente motivación para el aprendizaje que queda patente en su condición de alumnas prioritarias en las universidades de mayores, en los centros de educación de personas adultas y en su participación como audiencia fundamental de los actos culturales de todo tipo. Las mujeres mayores quieren y necesitan aprender lo que se les negó en su infancia y lo hacen habitualmente a través de su relación con las jóvenes generaciones en un interesante proceso de socialización inversa que se convierte en una fuente evidente de riqueza para ellas (Freixas, 2001). Desean mantener su mente activa. Algunos estudios muestran que el interés de las mujeres por el aprendizaje es uno de los elementos clave del éxito de los proyectos de enseñanza en las personas mayores. Margaret Cruikshank señala que una de las maneras más significativas por las que una persona puede reinventarse la vejez es a través de la educación, especialmente las mujeres que han dispuesto de menos proyectos personales en la primera edad adulta, dada su socialización como ‘seres para los otros’ (Cruikshank, 2003).

Las mujeres no han dispuesto de una preparación tecnológica mínima, necesitan aprender cómo utilizar las nuevas tecnologías, como fuente de comunicación, interacción y conocimiento. Este aprendizaje es, ciertamente, una fuente de bienestar.

En un momento de la vida en que algunos ámbitos tanto físicos como relacionales y comunicativos pueden estrecharse, las nuevas tecnologías permiten ampliar las redes de comunicación a través de los espacios virtuales. Por otra parte, el aprendizaje mantiene la mente de las personas mayores activa y les ayuda a la resolución de problemas, por lo tanto las hace menos dependientes y todo ello supone un claro ahorro para los presupuestos asistenciales de los gobiernos. La investigación llevada a cabo por Robert Campbell sobre el uso de Internet por parte de las mujeres mayores para la búsqueda de información y soluciones en el ámbito de la salud es un excelente ejemplo del amplio campo de posibilidades que esta investigación puede ofrecer (Campbell, 2004).

### **Objetivos de la investigación**

El **objetivo general** de este estudio ha sido analizar una experiencia en la que las mujeres se han incorporado a las nuevas tecnologías de la información y la comunicación (TIC), como un medio para la promoción de la calidad de vida y de lo que se entiende en la actualidad por *'envejecimiento satisfactorio'* (World Health Organization, 2002). Entendiendo el envejecimiento satisfactorio como una condición de salud, que en su sentido más amplio, permite a las personas mayores satisfacer sus expectativas personales y cubrir las exigencias que le impone el medio donde viven.

El carácter novedoso de nuestro trabajo radica en la necesidad de conocer más acerca del aprendizaje a toda edad, concretamente en el mundo de las mujeres, sobre cómo se produce, qué lo facilita, qué lo dificulta y qué ventajas de carácter individual y social se derivan del dominio de las TIC por parte de las mujeres mayores. Pretendemos mostrar cómo las dificultades para el aprendizaje, derivadas de la edad, en el procesamiento de información, el enlentecimiento de las funciones y la menor capacidad para la memoria a corto plazo, no impiden que las personas mayores puedan desarrollar un nuevo conocimiento, aunque éste requiera más tiempo y esfuerzo. (Boulton-Lewis, Buys, Lovie-Kitchin, Barnett, y David, 2007; Purdie y Boulton-Lewis, 2003).

Las siguientes **preguntas** intentan abordar los diferentes núcleos temáticos que se incluyen en el objetivo global:

#### **I.- Las mujeres mayores frente al aprendizaje**

I.1 ¿Es posible aprender a toda edad, aun partiendo de bajos niveles educativos formales y en mujeres que llevan muchos años alejadas de las experiencias de aprendizaje?

I.2 ¿Cómo evalúan las mujeres mayores sus habilidades y limitaciones para el aprendizaje?

I.2.1 ¿Con qué recursos y habilidades se cuenta para aprender en la edad mayor?

I.2.2 ¿Cuáles son los elementos individuales, sociales y situacionales que pueden dificultar el aprendizaje en la edad mayor?

#### **II.- Las mujeres mayores y las nuevas tecnologías**

II.1 ¿Cómo se concreta la brecha digital de género en relación a la edad, en términos culturales, económicos, sociales y situacionales?

II.2 ¿Qué actitudes tienen las mujeres mayores hacia las TIC y cómo afectan al aprendizaje? ¿Qué temores limitan el aprendizaje y qué fortalezas lo potencian?

II.2.1 ¿De qué apoyos disponen las mujeres mayores para incorporarse a las TIC?

II.2.2 ¿Qué limitaciones identifican en sí mismas y/o en su entorno para la efectividad del aprendizaje?

II.2.2 ¿Qué beneficios esperan obtener de tal aprendizaje? ¿Qué usos se prevén? ¿Qué necesidades cubre esta experiencia?

### **III- Nuevas tecnologías, calidad de vida y bienestar psicológico**

III.1 ¿Cómo se evalúa la experiencia de aprendizaje de las nuevas tecnologías?

III.1.1 ¿Se ha producido una modificación en las actitudes hacia las TIC? ¿Por qué razones?

III.1.2 ¿Qué dificultades han sido salvables y cuáles insalvables en este aprendizaje?

III.1.3 ¿Qué beneficios / dificultades se evalúan en los diferentes ámbitos?:

- uso del ordenador
- utilización de Internet
- percepción personal de la capacidad de aprendizaje
- cambios en las actitudes hacia las TIC
- procesos psicológicos individuales
- comunicación, interacción, participación social
- memoria y procesos cognitivos

III.1.4 ¿Qué estrategias se han llevado a cabo para minimizar las dificultades derivadas de la edad en términos de memoria a corto plazo? ¿Cuáles se han mostrado especialmente eficaces?

III.2.5 ¿Qué dificultades se mantienen? ¿Cómo se interpretan y evalúan?

III.2 ¿Qué uso se lleva a cabo en la práctica cotidiana y qué beneficios se obtiene?

III.2.1 Utilización del ordenador: tiempo, función, beneficios.

III.2.2 Utilización de Internet: tiempo, páginas, beneficios.

III.3 ¿La incorporación a las TIC favorece la calidad de vida y la satisfacción vital de las mujeres mayores?

III.3.1 ¿En qué medida los nuevos aprendizajes han contribuido a obtener un mejor sentimiento de satisfacción vital y bienestar?

III.3.2 ¿En qué ámbitos o qué experiencias concretas nos pueden mostrar que el dominio de las TIC contribuye o puede contribuir a la calidad de vida en la vejez? Buenas prácticas al respecto.

En este contexto, la diversidad que caracteriza a las personas a lo largo del ciclo vital es un referente a la hora de conocer las barreras y dificultades con que se encuentra en concreto esta población. Asimismo, estudiar las motivaciones y beneficios de esta instrucción nos permite entender que la adquisición de este conocimiento favorece la

calidad de vida y el sentimiento de satisfacción vital, por un lado, y la interacción y la participación social, por otro.

### **Metodología**

Este trabajo se ha llevado a cabo durante tres años y se enmarca dentro de la investigación cualitativa debido al carácter descriptivo, exploratorio y reflexivo de este proyecto. El hilo conductor, en todo caso, es siempre el género como categoría de análisis y reflexión, reconociendo la centralidad de éste para la experiencia femenina y su influencia en el proceso de investigación. Se propone un modelo feminista de investigación cualitativa, que parte de las teorías del punto de vista (*standpoint theories*), construidas desde y a partir de las experiencias de las mujeres, más centradas en el significado que en la medida, utilizando una estrategia de investigación inductiva en la que las ideas, los conceptos y los temas emergen de los datos obtenidos a partir de los discursos de las participantes. Este tipo de investigación permite una comunicación personal e interactiva y la validación de la visión del mundo de las participantes en sus propias palabras y narrativas. La técnica utilizada se apoyará en el trabajo etnográfico, que permite un contacto prolongado con las informantes, complementada con entrevistas en profundidad. La utilización de la narrativa personal como una forma fundamental de conocimiento, de acuerdo con las propuestas de Bruner (1986/1994), nos permite acercarnos a los aspectos específicamente constitutivos del aprendizaje en las mujeres mayores (Pamphilon, 2005). De todas maneras, nos planteamos una investigación que combina el diseño cualitativo con el cuantitativo en la medida en que determinadas variables puedan ser así medidas.

### **Participantes**

La estrategia de selección de las participantes se realizó a partir de diversos canales y también de la técnica de la “bola de nieve” (Taylor y Bogdan, 1984/1986): “*Conocer a algunas informantes y lograr que ellas nos presenten a otras*” p.109. Entre ellos se incluye el diseño de un cartel anunciador y la información presencial en espacios en los que asisten mujeres mayores: gimnasios, Universidad de Mayores, centros cívicos y Asociaciones de Mujeres.

En este contexto, nos gustaría resaltar que desde el inicio nuestro interés ha sido incorporar al estudio a un número de hombres en la edad mayor con la finalidad de observar si existían algunas diferencias entre ambos grupos, sin embargo tuvimos una gran dificultad, desde el inicio, para encontrar hombres que quisieran participar en esta experiencia. Además, una vez que contactamos con ellos, el número de ‘abandonos’ de esta experiencia fue significativamente masculina; lo que nos hace intuir la peor disposición de este colectivo masculino para hacer frente al aprendizaje del uso del ordenador y una mayor dificultad para afrontar los obstáculos con los que se fueron tropezando, fundamentalmente, en la etapa inicial del curso.

Durante el proceso de *negociación* se informó a cada participante de los requerimientos de la investigación, en cuanto a su participación y se procuró establecerlos detalladamente, de manera que se produjeran el mínimo de bajas posible, evitando así la distorsión de la investigación y garantizando la calidad y continuidad de los datos.

Dado que recibimos un número superior de solicitudes al que esperábamos, tuvimos que hacer una pequeña selección atendiendo a los siguientes criterios:

- 1.- Edad, inicialmente se intentó seleccionar personas con más de 70 años, aunque esto fue inviable y nos vimos en la necesidad de bajar el tramo de edad a personas con más de 60 años.
- 2.- Que no supieran “nada” sobre el manejo del ordenador
- 3.- Disponibilidad horaria
- 4.- Debían asumir que iban a participar en una investigación, con el compromiso que esto conlleva de continuidad y de aportación (a través de distintos instrumentos de recogida de datos) de su experiencia en el curso.

El curso de alfabetización informática lo realizaron 32 personas, de las cuales 23 eran mujeres y 9 eran hombres. Se distribuyeron en cuatro tramos de edad, tal y como aparece en la siguiente tabla:

	Edad				Total
	59-64	65-69	70-74	75-79	
Mujeres	13	4	2	4	23
Hombres	2	2	1	4	9
Total	15	6	3	8	32

Algunas de las características más importantes que nos gustaría resaltar de nuestro grupo de participantes a la hora de diseñar el curso son:

**Diferencias en años de escolarización:** La siguiente tabla recoge las diferencias en cuanto al grado de titulación, y como se puede apreciar la mayor parte posee una diplomatura.

	Grado de la Titulación						Total
	Primarios	Graduado Escolar	Bachiller	FP	Diplomatura	Licenciatura	
Mujeres	7	0	3	0	11	2	23
Hombres	2	1	0	1	1	4	9
	9	1	3	1	12	6	32

**Falta de apoyo contextual:** en muchos de los casos, las mujeres y hombres participantes en esta investigación, no recibieron apoyo a la hora de incorporarse a esta experiencia y en algunos casos sus familiares veían con cierta incertidumbre la posibilidad de acceder al mundo de las tecnologías de la información.

**Sentimientos de autoexclusión, al considerar este aprendizaje como un deseo inalcanzable:** la mayoría de nuestros participantes se adentró en la experiencia de aprendizaje con una serie de temores iniciales que los había excluido hasta el momento de la sociedad actual.

**Sentimientos de exclusión social y contextual:** De hecho alguno de los participantes afirmaba que ahora los mayores ‘se habían convertido en los verdaderos analfabetos de la era digital’, haciendo alusión a la brecha digital generacional que se da en nuestros mayores si les comparamos con las personas nacidas en plena explosión digital (a partir de 1990).

**Falta de medios:** tiempo, espacio, ordenador, conexión: el grupo de mujeres y hombres participantes en esta investigación, se caracterizaba por un desconocimiento total de informática. De hecho, la mayoría de ellos afirmaba no poseer un ordenador personal, y en caso de tener uno en casa, era de otro/s miembros de la familia por lo que era inaccesible para ellos y ellas.

**Falta de confianza en su capacidad de aprendizaje:** en un primer momento, se les preguntó acerca de experiencias de aprendizaje reciente. A pesar de tener algunas experiencias, la mayoría se embarcó en esta experiencia con un temor inicial y muchas dudas acerca de su capacidad de aprendizaje.

### **Recogida y análisis de datos**

La recogida de datos procede de diversos instrumentos y procedimientos:

1.- **Ficha personal** en la que recogimos los datos básicos de la participante, especialmente referidos a su uso y conocimiento de las nuevas tecnologías y de las personas con las que convivía.

2.- **Cuestionario inicial** donde se exploraron las expectativas acerca de la investigación y el aprendizaje de las nuevas tecnologías, los temores iniciales, los recursos con que contaban y las motivaciones para incorporarse a este conocimiento. Los datos que proporciona este instrumento resultan de gran valor para la inclusión o no de una participante en la investigación. Se incluye una escala de actitudes hacia las nuevas tecnologías (revisada por Villar (2003), a partir de las escalas de Selwin y de Morris).

3.- **Entrevistas grupales (focus group).** Esta técnica nos permitió conocer la opinión de las participantes sobre los aspectos que, en diversos momentos del estudio, las investigadoras consideraban más relevantes clarificar en grupo. Se realizaron dos entrevistas grupales (8 o 10 personas) por año y de acuerdo con los tres grupos de objetivos. Las transcripciones nos han permitido saber hasta qué punto el contacto grupal favoreció la modificación de ideas y creencias, además de los cambios derivados de la experiencia de aprendizaje y los éxitos y/o fracasos conseguidos.

4.- **Test de nivel:** nos permitió conocer el nivel de conocimientos y dominios de la participante en diversos momentos del proceso de aprendizaje. Se aplicó antes de iniciar la primera clase y también en otros momentos del curso para establecer de qué manera iban evolucionando.



5.- **Pruebas de aprendizaje** cuyo objetivo era evaluar el proceso de aprendizaje en diversos momentos del estudio y adecuar el ritmo de enseñanza a la efectividad mostrada.

6.- **Diseño del curso de enseñanza de ordenador e Internet.** Nuestro propósito fue diseñar un curso especialmente amigable, en el que la dificultad fuera progresiva y se adaptará a los avances de las participantes, así como a sus necesidades, que fueron detectadas a través de las hojas de registro y el autoinforme. En este contexto cobra importancia la figura del profesor y de las personas que apoyaban la docencia que procuraron en todo momento atender a las características de esta población teniendo en cuenta en su planificación los siguientes elementos:

A- Las diferencias individuales:

1. El colectivo de las mujeres mayores en situación de aprendizaje se caracteriza por su diversidad, dadas las trayectorias evolutivas que han seguido en el largo tramo de vida transcurrido.
2. Diversidad en la formación académica de la que parten. Hace años que abandonaron los estudios, aunque algunas de ellas puede haber seguido vinculadas a temas intelectuales, uno de los temores con que se enfrentan en el aprendizaje de las TIC se refiere a la falta de práctica de situaciones académicas. Los niveles formativos no son homogéneos, característica que tendrá que tenerse en cuenta en el diseño del curso.

B.- Los recursos materiales y temporales:

1. Esta población de mujeres mayores dispone de poco tiempo libre, tanto para asistir a clase como para practicar en casa, por lo que esta es una dificultad añadida.
2. Los recursos pueden ser limitados: muchas mujeres mayores no tienen ordenador en casa, o si disponen de él es de manera compartida en inferioridad de condiciones de tiempo y de espacio, por lo que cuando tienen tiempo para 'practicar' puede ocurrir que no esté el ordenador disponible.

C.- La motivación:

1. Esta población muestra un fuerte interés por el aprendizaje en general y en este caso concreto por el aprendizaje de las nuevas tecnologías.

7.- **Hoja de registro personal** en el que cada participante anotó cada una de las actividades llevadas a cabo en casa, tanto en relación al uso del ordenador como de Internet. De ellas se pretende también extraer el análisis de los diferentes usos que se hace de la red y su repercusión en la percepción de la calidad de vida de las mujeres mayores.

8.- **Hoja de autoinforme**, en el que cada participante, al final de cada sesión de clase presencial, evaluó su experiencia de aprendizaje, tanto en términos de las dificultades y los avances experimentados en la sesión, como los aspectos subjetivos y emocionales implicados en el proceso y su relación con la autopercepción de los sentimientos de control y felicidad que contribuyen al bienestar psicológico.

**9.- Construcción de una página Web (<http://www.mayoresenred.es/> )** que permitió al grupo participar de manera virtual, aplicar los conocimientos adquiridos, compartir intereses, etc.

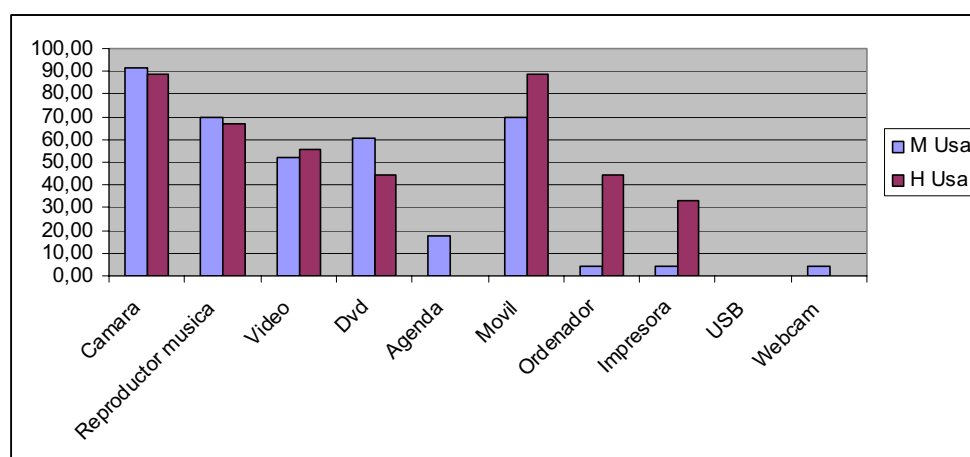
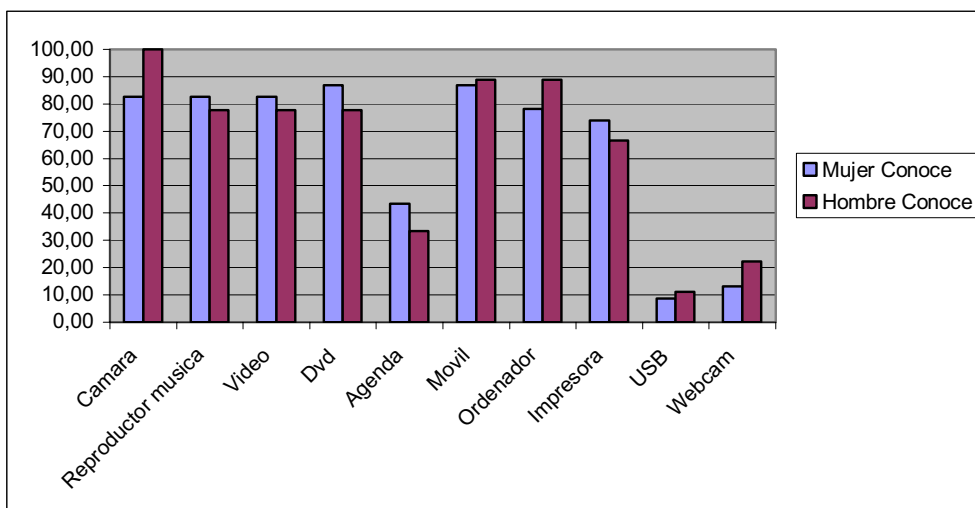
La investigación feminista ha llamado la atención sobre el hecho de que la investigación social tradicional no ha sabido incluir las experiencias y percepciones de las mujeres. Las narrativas producidas por las mujeres vinculan su experiencia con la vida y representan un esfuerzo por describir esta experiencia o por darle significado; traducen el conocimiento a palabras, siendo el análisis de la narrativa una importante estrategia para la investigación cualitativa. En nuestro trabajo nos aproximaremos al **análisis de las narrativas**, tanto las que se pueden considerar pensamiento colectivo de carácter sociocultural, extraídas de las entrevistas grupales, como las que se relacionan estrechamente con un pensamiento autobiográfico y experiencial.

En la medida en que los significados que tienen los acontecimientos suelen implicar el uso de géneros narrativos diversos, en nuestro estudio utilizaremos algunos documentos personales (autoinformes, cuestionarios), como fuente de datos para mejorar el conocimiento.

En el proceso de análisis hemos utilizado diferentes instrumentos para hacer un tratamiento de los datos. Por un lado, todos los datos obtenidos de las diferentes escalas y cuestionarios —así como las hojas de registro de actividad— han sido vaciados y tratados en el programa estadístico SPSS. Por otro, las informaciones de carácter cualitativo-narrativo que nos ofrecerán las hojas de autoinforme y sobre todo las entrevistas grupales, se analizaron cualitativamente, en función de las categorías elaboradas en el análisis de los contenidos de los discursos. Para ello, todas las entrevistas fueron grabadas en audio y debidamente transcritas para su posterior análisis.

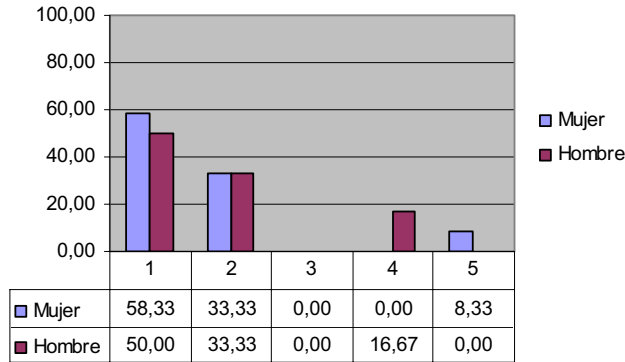
## **Resultados**

El proceso de análisis de los resultados de este estudio aún no ha finalizado, no obstante, podemos ofrecer algunos datos que pueden ser de gran ayuda para empezar a entender por qué la alfabetización en las TIC es un beneficio para el colectivo de las mujeres mayores y qué dificultades vamos a encontrarnos profundizando en este tema. El punto de partida es saber si las personas mayores tienen algún tipo de conocimiento sobre las diferentes herramientas y tecnologías del siglo XXI. Como vemos en el siguiente gráfico no existen muchas diferencias entre mujeres y hombres en este aspecto, sin embargo, cuando les preguntamos si utilizan estas tecnologías los hombres reconocen que las usan en un porcentaje un poco mayor, acusándose este hecho en el caso del ordenador o la impresora, esto supone una razón más para pensar que las mujeres son las más excluidas en el mundo de las TIC y, más concretamente, en el mundo de la informática.

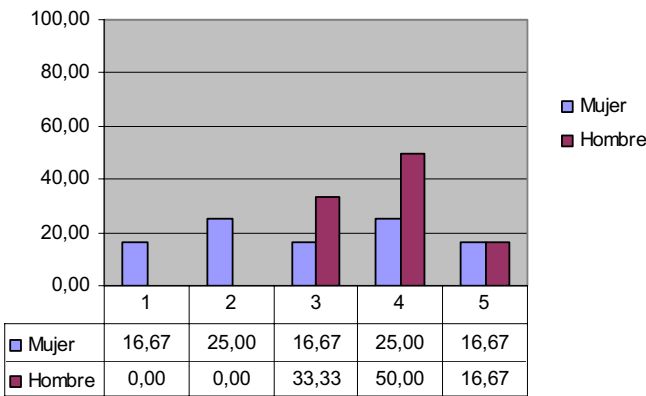


Otra fuente para seguir profundizando en el conocimiento inicial acerca de sus expectativas, temores, recursos y motivación para abordar este proceso de enseñanza aprendizaje fue el cuestionario inicial que incluía una escala de actitudes hacia las nuevas tecnologías (revisada por Villar (2003), a partir de las escalas de Selwin y de Morris). Entre los datos que nos parecen más relevantes hemos escogidos algunos gráficos que revelan cómo las personas mayores comienzan esta tarea desde una posición muy complicada ya que tienen que superar muchos temores, inseguridades y creencias que, a menudo, entorpecen el aprendizaje y dificultan la adquisición del manejo del ordenador, sobre todo en el caso de las mujeres. Para ello, se les exponía diversas afirmaciones referentes al uso de nuevas tecnologías y tenían que contestar su grado de ajuste con ese pensamiento. Las opciones de respuesta que podían elegir variaban de mayor a menor acuerdo: 1 “totalmente de acuerdo”, 2 “más bien de acuerdo”, 3 “más bien en desacuerdo”, 4 “totalmente en desacuerdo” y 5 “no contesta”.

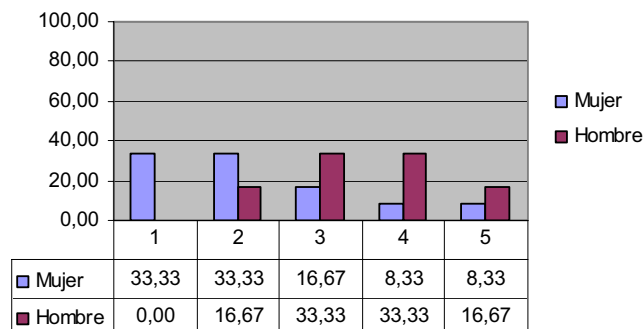
**Temo que al utilizar el ordenador cometa errores que sea incapaz de corregir por mi mismo**



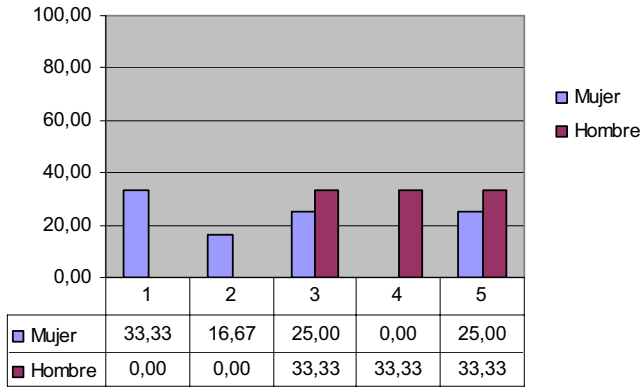
**Temo que al utilizar el ordenador me sienta como un tonto o una tonta**



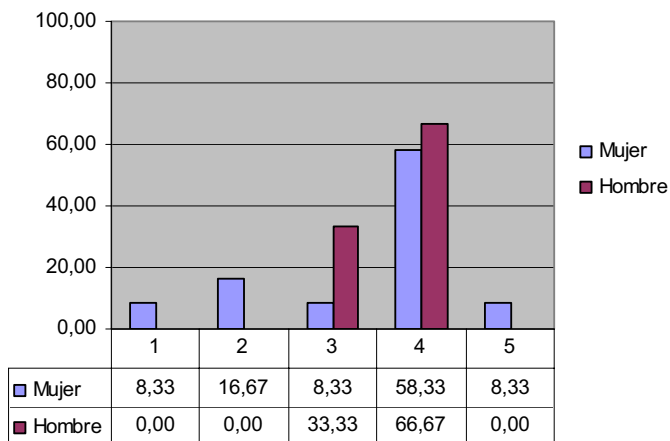
**Tengo miedo de que al usar el ordenador pueda estropearlo sin querer**



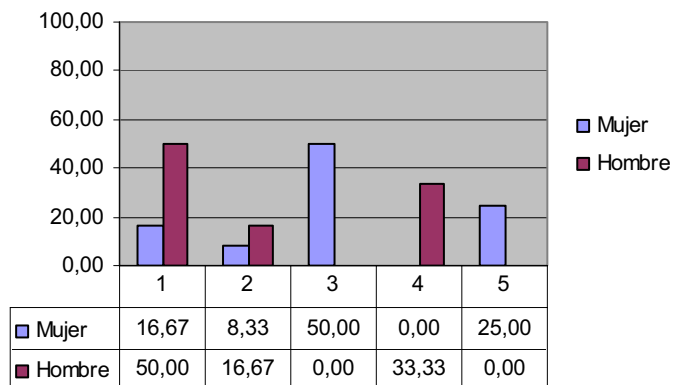
**Evitaría dedicarme a algo que tuviera como requisito saber utilizar un ordenador**



**Los ordenadores hacen que las personas dejen de pensar**



**Es fácil solucionar los problemas que surgen al utilizar los ordenadores**



Resulta evidente, tras los datos mostrados, que las mujeres que se enfrentan a la alfabetización digital lo hacen para poder superar algunos de los miedos que desde muy pequeñas poseen en torno a las nuevas tecnologías. A menudo, estos temores son reforzados por la cultura en la que viven que excluye a este colectivo de la alfabetización en las TIC subestimando su capacidad para poder incorporarse a este nuevo mundo tecnológico. Sin embargo, este tipo de proyectos supone para ellas un reto y, al mismo tiempo, la posibilidad de superar algunas de estas limitaciones.

### **A modo de reflexión**

Las personas mayores poseen una excelente motivación para el aprendizaje que queda patente en su condición de alumnado prioritario en las universidades de mayores, en los centros de educación de personas adultas y en su participación como audiencia fundamental de los actos culturales de todo tipo. Las personas mayores quieren y necesitan aprender lo que se les negó en su infancia y lo hacen habitualmente a través de su relación con las jóvenes generaciones en un interesante proceso de socialización inversa que se convierte en una fuente evidente de riqueza para ellas y ellos (Freixas, 2001). Desean mantener su mente activa. Algunos estudios muestran que el interés por el aprendizaje es uno de los elementos clave del éxito de los proyectos de enseñanza en las personas mayores. Margaret Cruikshank señala que una de las maneras más significativas por las que una persona puede reinventarse la vejez es a través de la educación (Cruikshank, 2003).

Las personas mayores no han dispuesto de una preparación tecnológica mínima, necesitan aprender cómo utilizar las TIC, como fuente de comunicación, interacción y conocimiento. Este aprendizaje es, ciertamente, una fuente de bienestar. En un momento de la vida en que algunos ámbitos tanto físicos como relacionales y comunicativos pueden estrecharse, las nuevas tecnologías permiten ampliar las redes de comunicación a través de los espacios virtuales. Por otra parte, el aprendizaje mantiene la mente de las personas mayores activa y les ayuda a la resolución de problemas, por lo tanto las hace menos dependientes y todo ello supone un claro ahorro para los presupuestos asistenciales de los gobiernos.

Las mujeres mayores son las grandes excluidas de la sociedad digital, hasta tal punto que ni siquiera se considera que éste sea un tema de su posible interés. Sin embargo, la incorporación al conocimiento y uso de las nuevas tecnologías supone para ellas la posibilidad de superar algunas de las limitaciones que arrastran en muchos casos desde la infancia. Si tenemos en cuenta los rasgos que definen a esta población veremos que las mujeres mayores parten de una realidad sociocultural que incluye determinadas características:

- Pocos años de escolarización
- Falta de apoyo contextual
- Sentimientos de autoexclusión, al considerar este aprendizaje como un deseo inalcanzable
- Sentimientos de exclusión social y contextual
- Falta de medios: tiempo, espacio, ordenador, conexión
- Falta de confianza en sí mismas en cuanto al aprendizaje

Con este proyecto hemos querido avanzar en el conocimiento que existe sobre el proceso de aprendizaje de las tecnologías de la información y la comunicación en

personas de más de 60 años y su repercusión sobre el envejecimiento positivo y la calidad de vida. Aún nos queda mucho camino por recorrer en el análisis e interpretación de los datos recogidos pero la experiencia llevada a cabo y los progresos que hemos conseguido en el aprendizaje de las TIC con este grupo de mujeres y hombres en la edad mayor nos ha llevado a pensar que es posible aprender a toda edad y que la implicación de las mujeres mayores en el aprendizaje de las TIC supone una oportunidad para la mejora de la calidad de su vida, en la medida en que:

- Activa la mente.
- Mejora la autoestima
- Permite la comunicación y la interacción social
- Disminuye la depresión y el aislamiento
- Eleva el nivel de conocimientos
- Fomenta cultura, la lectura, la atención, la precisión manual, la motricidad
- Evita la desimplicación social

La educación y el aprendizaje son factores centrales en la medida en que la capacidad para resolver problemas y adaptarse a los cambios son fuertes predictores de un envejecimiento activo y de longevidad (World Health Organization, 2002). Aprender en la edad mayor puede compensar posibles cambios negativos asociados al proceso de envejecimiento y ayudar a las mujeres mayores a mantenerse física, mental y socialmente activas, más allá de la coyuntura personal de aislamiento derivado de los roles femeninos (Purdie y Boulton-Lewis, 2003; Schneider, 2003), lo cual reduce los costos de la enfermedad física y emocional y contribuyen al desarrollo de las habilidades y la confianza que las mujeres necesitan para mantenerse como seres independientes a medida que se hacen mayores.

El dominio de las nuevas tecnologías por parte de las mujeres mayores puede ser un elemento clave en el desarrollo de las políticas de salud pública, en la medida en que aumentan su autoestima, disminuyen los sentimientos de soledad, favorecen la percepción de la autoeficacia, promocionan la independencia y fomentan la compañía ‘a distancia’, a la vez que permiten la búsqueda de información en términos de salud, la promoción de la salud individual, familiar y social y, a la vez satisfacen la necesidad de conocimiento y de aprender nuevas cosas que permiten a las mujeres mayores sentirse parte y miembros activos de la sociedad.

Aunque algunas investigaciones se centran en los aspectos negativos que pueden derivarse de las nuevas tecnologías (depresión o aislamiento) (White et al., 2002), hay numerosas evidencias de que su uso está asociado positivamente con el aprendizaje y las habilidades mentales, la autoestima y el sentimiento de control que es uno de los pilares del bienestar psicológico (Blit-Cohen y Litwin, 2004; McMellon y Schiffman, 2002).

En nuestro caso, pretendemos llamar la atención sobre la experiencia de las mujeres mayores, partiendo de su propia voz, al considerar que estamos ante una población completamente ignorada por la investigación, y que los beneficios posibles son de largo alcance, tanto en la vida particular de las mujeres mayores —en términos de salud y bienestar psicológico—, como para las políticas públicas.

Por último, a través de la implicación en este estudio, hemos podido comprobar los beneficios que supone el aprendizaje sabiendo que se participa en una investigación, en

la medida en que puede ser un interesante motor para la autorreflexión del proceso individual de aprendizaje, lo cual supone una contribución importante para el diseño de cursos para personas mayores.

## Referencias

- Aspin, David, y Chapman, Judith D. (2000). Life-long learning: Concepts and conceptions. *International Journal of Life-long Education*, 19(1), 2-19.
- Baltes, Paul B., y Baltes, Margret M. (1990). *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*. New York: Cambridge University Press.
- Blit-Cohen, Edith, y Litwin, Howard (2004). Elder participation in cyberspace: A qualitative analysis of Israeli retirees. *Journal of Aging Studies*, 18(4), 385-398.
- Bonder, Gloria. (2002). *Las nuevas tecnologías de información y las mujeres: reflexiones necesarias*. Santiago de Chile.
- Boulton-Lewis, Gillian M., Buys, Laurie, Lovie-Kitchin, Jan, Barnett, Karen, y David, L. Nikki (2007). Ageing, learning, and computer technology in Australia. *Educational Gerontology*, 33, 253-270.
- Boulton-Lewis, Gillian M., Buys, Laurie, y Lovie-Kitchin, Jan (2006). Learning and active aging. *Educational Gerontology*, 32, 271-282.
- Bruner, Jerome (1986/1994). *Realidad mental y mundos posibles. Los actos de la imaginación que dan sentido a la experiencia*. Barcelona: Gedisa.
- Campbell, Robert J. (2004). Older Women and the Internet. *Journal of Women & Aging*, 16(1/2), 161-174.
- Cruikshank, Margaret (2003). *Learning to Be Old. Gender, Culture, and Aging*. Lanham: Rowman & Littlefield.
- Duay, Deborah L., y Bryan, Valerie C. (2006). Senior adults' perceptions of successful aging. *Educational Gerontology*, 32, 423-445.
- Freixas, Anna (2001). Nos envejecen las ideas, no el cuerpo. *Revista Multidisciplinar de Gerontología*, 11(4), 164-168.
- Keyes, Corey L.M., Shmotkin, Dov, y Ryff, Carol D. (2002). Optimizing well-being: The empirical encounter of two traditions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 1007-1022.
- McMellon, Chales, y Schiffman, Leon G. (2002). Cybersenior empowerment: How some older individual are taking control of their lives. *Journal of Applied Gerontology*, 21, 157-175.
- Pamphilon, Barbara (2005). How aged women remember their life-long/life-wide learning: Making the best of life. *Educational Gerontology*, 31, 283-299.
- Purdie, Nola, y Boulton-Lewis, Gillian (2003). The learning needs of older adults. *Educational Gerontology*, 29, 129-149.
- Rowe, J.W., y Kahn, R.L. (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 37, 433-440.
- Schneider, Käthe (2003). The significance of learning for aging. *Educational Gerontology*, 29, 809-823.
- Taylor, S.J, y Bogdan, R. (1984/1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación. La búsqueda de significados*. Buenos Aires: Paidós.
- Villar, Feliciano (2003). Personas mayores y ordenadores: valoración de una experiencia de formación. *Revista española de geriatría y gerontología*, 38 (1), 000-000.
- Villar Feliciano y Solé, Carme (2006). Intervención psicoeducativa con personas mayores. En Triadó, Carme y Villar, Feliciano (comp.): *Psicología de la Vejez*. Madrid: Alianza editorial.



- White, Heidi, McConnell, Eleanor, Clipp, Elizabeth, Branch, L.G., Sloane, R., Pieper, C., et al. (2002). A randomized controlled trial of the psychosocial impact of providing Internet training and access to older adults. *Aging & Mental Health*, 6, 213-2
- World Health Organization (2002). *Active Ageing. A Policy Framework*. Geneva: World Health Organization.
- Xie, Bo (2003). Older adults, computers, and the Internet: Future directions. *www.gerontechjournal*, 2(4), 289-305.



