

## CAPÍTULO XII. TIEMPOS ENTRE GENERACIONES, FUENTE DE BIENESTAR

ROSA ANA ALONSO RUIZ, MARÍA ÁNGELES VALDEMOROS SAN  
EMETERIO, MAGDALENA SÁENZ DE JUBERA OCÓN, EVA SANZ ARAZURI  
Y ANA PONCE DE LEÓN ELIZONDO

*Universidad de La Rioja*

DOI: 10.14679/3068

### 1. RELACIONES INTERGENERACIONALES

#### 1.1. Concepto

Las relaciones intergeneracionales pueden entenderse como el encuentro de personas de dos o más generaciones en cualquier etapa de la vida. Un ejemplo claro, objeto de interés en las últimas décadas, son las relaciones existentes entre los abuelos y las abuelas, y sus nietas y nietos, si bien, estas relaciones también pueden darse entre personas que pertenecen a distintas generaciones entre las que no existe ningún parentesco.

Para Donati (1999) los términos relación e intergeneracional son coincidentes, y señala que referirse a las relaciones intergeneracionales es hablar de relaciones por partida doble, en tanto que “las generaciones implican relaciones sociales, o mejor, son relaciones sociales, y se necesita comprenderlas a través del tiempo de las relaciones” (p.32).

Höpflinger (2009) conceptualiza las relaciones intergeneracionales de un modo más amplio, con el término relaciones alude a la interacción entre dos o más personas y con intergeneracionalidad hace referencia a la relación entre personas de distinto grupo de edad independientemente de que entre ellas exista un vínculo familiar. Concretamente, define las relaciones intergeneracionales como “los procesos recíprocos de orientación, influencia, intercambio y aprendizaje entre los miembros de dos o más generaciones” (p.21).

Asimismo, este autor distingue cuatro categorías de generaciones que ponen de manifiesto las distintas dimensiones de éstas como agentes de la intergeneracionalidad: genealógicas, pedagógicas, sociohistóricas y del bienestar. Las primeras señalan a los miembros ascendentes y descendientes de la misma familia; las segundas distinguen a quiénes enseñan y transmiten, de las generaciones que aprenden y reciben; las terceras engloban a los grupos históricos o sociales que tienen el mismo contexto histórico y

social, y las últimas se corresponden con los distintos grupos de edad, entre quiénes los estados distribuyen los recursos, prestando especial atención a la vejez.

Diferentes estudios subrayan el potencial generativo de las relaciones entre las personas mayores y los jóvenes (Larrain, Zegers y Orellana, 2019; Triadó, 2018), favoreciendo en los mayores un envejecimiento activo y exitoso, que les ayuda a sentirse mejor consigo mismo, a su desarrollo personal, a adaptarse mejor a los cambios de la vida y a su satisfacción vital.

Como señala Walker (2006) un elemento significativo en un enfoque moderno del envejecimiento activo es la solidaridad intergeneracional que identifica unas relaciones basadas en la reciprocidad entre las personas mayores y los jóvenes, fundamentada en la idea de colaboración, unión y asistencia mutua, lo que establece los cimientos sobre los que establecer intercambios intergeneracionales sólidos, asentados en las fortalezas de ambas generaciones (Flores, Ortega y Vallejo, 2019; Rodríguez y Vidal, 2015). Si bien, en la juventud, cuando se pasa de la adolescencia a la adultez, se suelen establecer relaciones significativas con personas coetáneas e incrementarse la distancia con respecto a las personas mayores (Pinazo y Montoro, 2004).

En este sentido, las relaciones intergeneracionales pueden resultar beneficiadas por la existencia de una compatibilidad de necesidades entre las personas mayores y los jóvenes, concurriendo distintos ámbitos que tanto unos como otros pueden cubrir a través de los tiempos compartidos (Newman y Smith, 1997). Un ejemplo de ello es que, de manera conjunta, ambos pueden satisfacer la necesidad de enseñar y ser enseñados, ya que las experiencias compartidas favorecen el conocimiento y el aprendizaje mutuo (Alonso et al., 2020). Esta retroalimentación positiva en el desarrollo personal de las personas mayores y los jóvenes erige a ambas generaciones en mediadores activos en el intercambio cultural intergeneracional y les aporta beneficios psicológicos, sociales, educativos y culturales, además de convertir esas experiencias conjuntas en fuente de desarrollo humano para ambos colectivos (Caballo et al., 2020; Lyu et al., 2021; Martínez y Rodríguez, 2018; Sciplino y Kinshott, 2019).

En este contexto de corresponsabilidad se plantean los proyectos intergeneracionales que colocan el desarrollo de las relaciones intergeneracionales como tema imperativo, implicando a las dos generaciones en actividades dirigidas a lograr unos propósitos beneficiosos y positivos, tanto para las personas implicadas como para la comunidad en la que viven, estableciéndose entre los participantes de distintas edades relaciones de intercambio continuado y cooperación (Flores, Ortega y Vallejo, 2019; Newman y Sánchez, 2007; Sánchez, Kaplan y Sáez, 2010). Son numerosos los estudios que ponen de manifiesto que estos programas intergeneracionales favorecen la mejora de las habilidades y las relaciones sociales de las personas implicadas y posibilitan la configuración de nuevos roles que ayudan a compartir distintas acciones que potencian la adquisición de valores (García, 2011; García, 2022). Para Hopflinger (2009, p. 21), el modo y el desarrollo de las relaciones intergeneracionales “resultan de la experiencia subjetiva de las similitudes y las diferencias, así como de la realización de roles y funciones prescritos institucionalmente (incluida la ordenación de las propias

relaciones entre generaciones)”. Asimismo, señala cuatro formas ideales de relaciones intergeneracionales familiares y sociales: el conflicto, la solidaridad, la segregación y la ambivalencia.

## **1.2. Beneficios**

Como se ha puesto de manifiesto, la interacción entre diferentes generaciones ha sido ampliamente estudiada y se ha demostrado que ofrece múltiples beneficios tanto para jóvenes como para mayores, tales como el enriquecimiento social, el intercambio de conocimientos, el aprendizaje mutuo y la promoción de una mayor comprensión, empatía y tolerancia hacia las diferencias generacionales (Hsiao, 2022), así como el fortalecimiento de lazos comunitarios (Díaz et al., 2023, Gutiérrez y Hernández, 2013).

Desde la perspectiva de los jóvenes, las iniciativas intergeneracionales les aportan el poder aprender de la experiencia y sabiduría de las personas mayores, y una mayor comprensión de las diferentes etapas de la vida (Martínez y Rodríguez, 2018), al tiempo que los mayores pueden conocer y comprender mejor las perspectivas y preocupaciones de los jóvenes (Hilbrand et al., 2017).

Además, estos encuentros pueden contribuir al bienestar y la salud de ambas generaciones (Zhong et al., 2020). Por un lado, los mayores se sienten valorados y útiles al compartir sus conocimientos y experiencias con los jóvenes, lo que mejora su autoestima y sentido de propósito. Por otro lado, los jóvenes pueden recibir apoyo emocional y aprender habilidades prácticas de los mayores, lo que puede ayudarles a lidiar con los desafíos de la vida (Martínez y Rodríguez, 2018).

En términos de aprendizaje, estos encuentros intergeneracionales ofrecen oportunidades únicas para adquirir conocimientos y habilidades sociales y emocionales, como la escucha activa, la empatía y el trabajo en equipo, lo que puede ser gratificante para ambas partes (Aláez et al., 2022; Andreoletti y Howard, 2018). Los jóvenes pueden desarrollar una mayor sensibilidad hacia las necesidades de diferentes grupos de personas, además de aprender oficios tradicionales o actividades culturales de los de más edad; mientras que para las personas mayores el encuentro intergeneracional les puede proporcionar una mayor sensación de propósito y significado en la vida, incluso, ayudarles a reducir la soledad y el aislamiento social, además de beneficiarse de la tecnología y los conocimientos actuales de los jóvenes (Hsiao et al., 2022).

## **2. DOS GENERACIONES: JÓVENES ADULTOS Y PERSONAS MAYORES**

### **2.1. Perspectiva generacional de la gestión del tiempo**

Séneca, al tratar la percepción de la brevedad de la vida, concienciaba de que malgastamos el tiempo en demasiadas ocasiones, y de que la vida es suficientemente larga para realizar las cosas más importantes, si bien es necesario hacer un buen uso

del tiempo. Todas las personas disponemos del mismo tiempo, es un bien igualitario, en contra de lo que sucede con otros bienes personales y materiales, susceptibles de generar grandes diferencias entre los individuos (Ponce de León y Valdemoros, 2020). De ahí la importancia de apostar por el trabajo de la competencia temporal (Zalesky, 1994) pues lleva a que la persona sea capaz de afrontar tanto situaciones vitales hostiles como propicias, con menos coste emocional y más éxito.

Los diferentes ritmos de vida, las responsabilidades, así como variables personales y contextuales, como las experiencias previas, el estado de ánimo o la motivación, de jóvenes y personas mayores, puede influir en la percepción que tienen estos colectivos del paso del tiempo (Isaacowitz y Fung, 2016; Vásquez Echeverría, 2011; Zimbardo, 2009) y, por ende, en cómo organizan y llevan a cabo una actividad intergeneracional.

Diversos estudios han puesto de manifiesto que la percepción que se tiene del tiempo subjetivo, así como la capacidad de administrarlo eficazmente, tiene implicaciones en la salud, el bienestar emocional y físico, así como en un envejecimiento exitoso (Gabrian et al., 2017; Izal et al., 2018; Wiesmann et al., 2018), convirtiéndose la gestión del tiempo en un factor crítico en la vida cotidiana de los jóvenes adultos y las personas mayores (Plaza et al., 2015).

En esta línea, la literatura científica evidencia que la implementación de estrategias específicas y el aprendizaje de habilidades efectivas de planificación y priorización de tareas, genera que los individuos puedan mejorar su capacidad para administrar de manera eficaz las demandas de tiempo en su vida diaria (Lamote de Grignon, 2019; Schmidt-Lauff, 2023).

Cada colectivo, jóvenes y mayores, presenta desafíos diferentes en la gestión del tiempo. Los jóvenes se enfrentan a una gran cantidad de demandas en su tiempo, como el trabajo, los estudios, las relaciones sociales y las responsabilidades familiares, entre otras, por lo que deben aprender a establecer metas realistas, alcanzables, a dividir grandes tareas en pasos más pequeños y manejables, estableciendo prioridades según la importancia y la urgencia de las tareas (Lamote de Grignon, 2019).

Las personas mayores tienen que asumir la disminución de habilidades cognitivas, como la memoria y la capacidad de atención, la disminución de la energía y los cambios en sus patrones de sueño, lo que dificulta la planificación y la organización de las tareas diarias (Schmidt-Lauff, 2023). Sin embargo, estudios previos sugieren que las actividades de ocio desarrolladas por las personas mayores pueden mejorar la preservación de sus habilidades cognitivas, caso de la atención, fluidez lingüística, memoria de trabajo y memoria episódica (Requena y López, 2014), optimizando la gestión del tiempo al utilizar estrategias específicas, como crear rutinas diarias y semanales, establecer metas realistas y usar recordatorios y alarmas para ayudar a traer a la memoria las tareas importantes (Plaza et al., 2015, Willis et al., 2006).

Como se observa, se trata de realidades y perspectivas temporales que difieren entre generaciones y requieren de espacios para el encuentro que benefician a ambas.

## 2.2. Puntos de encuentro intergeneracional

A medida que la esperanza de vida aumenta, las personas mayores tienen un papel cada vez más importante en la sociedad (Hilbrand, 2017); al mismo tiempo, los jóvenes están buscando formas de conectarse y contribuir a la comunidad en la que viven (Caride y Varela, 2015).

La gestión del tiempo, así como la planificación y programación de los encuentros intergeneracionales entre jóvenes y mayores son cardinales para asegurar una experiencia enriquecedora y equilibrada para ambas partes (Curihual, 2022). Es fundamental encontrar momentos adecuados en los que ambas generaciones puedan participar y dedicar tiempo a la interacción, teniendo en cuenta sus necesidades y limitaciones. Además, la comunicación clara y efectiva juega un papel crucial en las relaciones intergeneracionales (Díaz et al., 2023).

Teniendo en cuenta estos condicionantes temporales y de comunicación, resulta esencial establecer expectativas claras sobre el horario, la duración y los compromisos de cada encuentro; también es recomendable establecer métodos de comunicación accesibles para ambos grupos, a través de correo electrónico, mensajes de texto o llamadas telefónicas, para facilitar la coordinación y resolver posibles problemas de planificación y programación (Aguilera et al., 2020). Siempre teniendo presente la flexibilidad y la adaptabilidad como cuestiones clave en los encuentros intergeneracionales, dado que a veces los planes pueden cambiar debido a circunstancias imprevistas o a preferencias individuales. Por lo tanto, es sustancial ser flexible y estar abierto a ajustar los horarios y las actividades, según sea necesario, para asegurar la participación y comodidad de ambos colectivos.

En cuanto a las experiencias que abarcan los encuentros intergeneracionales entre jóvenes y mayores se recogen aquellas iniciativas que van desde proyectos educativos, sociales y culturales en escuelas y universidades, hasta programas comunitarios y residenciales destinados a promover la participación activa de ambos grupos de edad, pasando por talleres, programas de mentoría o proyectos conjuntos, que pueden tener múltiples bondades tanto para los jóvenes como para los mayores (Aguilera et al., 2020; Dinkins, 2019; Newman et al., 2014).

Estos puntos de encuentro intergeneracional no están exentos de retos o barreras que pueden surgir al implementarlos, tales como posibles prejuicios, estereotipos y diferencias étnicas, culturales, familiares, etc. que podrían dificultar una interacción fluida y mutuamente beneficiosa (Officer y de la Fuente-Núñez, 2018; Ory et al., 2003).

En resumen, los encuentros intergeneracionales entre jóvenes y mayores son una herramienta efectiva para promover la conexión, el aprendizaje y el bienestar mutuo, teniendo en cuenta la comunicación clara, la flexibilidad y la adaptabilidad como aspectos esenciales para asegurar una experiencia exitosa y enriquecedora que fortalezca la conexión y la calidad de vida de diferentes generaciones (Androletti y Howard, 2018), al mismo tiempo que se fortalecen los lazos comunitarios (Schwartz, 2020).

Por lo tanto, resulta imprescindible fomentar y apoyar esta confluencia intergeneracional a través de programas y políticas que promuevan la participación y las oportunidades de encuentro en la comunidad para construir una sociedad más inclusiva y cohesionada (Levy, 2016).

En esta línea, se resalta la necesidad de continuar investigando y desarrollando intervenciones basadas en evidencias científicas que promuevan y potencien este tipo de interacciones y encuentros intergeneracionales, para aprovechar al máximo los beneficios que pueden ofrecer tanto a nivel individual como comunitario (Canedo y García, 2015).

### 3. RECOMENDACIONES PARA EL ENCUENTRO INTERGENERACIONAL

#### 3.1. Recomendaciones para las familias

En cada comienzo de etapa, en cada comienzo de año o curso escolar o académico, tendemos a planificar agendas y buenos propósitos. En las familias con hijos en edad escolar se llenan los calendarios de actividades (música, teatro, idiomas, actividad física, etc.) que nadie cuestiona qué provocan en el desarrollo personal en los jóvenes (Martínez-Vicente y Valiente-Barroso, 2020). Asimismo, en las épocas estivales en las que hay que conciliar vida laboral y familiar, son numerosas las familias que inscriben a sus hijos en campamentos urbanos o en otro enclave diferente al de residencia.

Tanto unas como otras actividades suelen estar organizadas con personas de la misma edad, con el mismo nivel madurativo y con semejantes inquietudes e intereses.

Paralelamente, los adolescentes y los universitarios y las personas mayores retiradas de las obligaciones laborales hacen lo propio. A comienzo de temporada, fundamentalmente, organizan su ocio en torno a sus iguales.

Los adultos jóvenes buscan encajar entre las obligaciones laborales y familiares actividades que les satisfacen, en muchas ocasiones, con grandes esfuerzos e incluso sin poder llegar a sensaciones de plenitud por tener que sacrificar tiempo familiar para conseguir este desarrollo personal (Ceballos-Vacas y Rodríguez-Hernández, 2014).

Todas estas actividades, por lo general, tanto en niños, como jóvenes, adultos jóvenes y adultos mayores, están bien alejadas de las experiencias intergeneracionales. Hay una tendencia a organizar las actividades de ocio con personas de la misma generación.

A través de este artículo, y fundamentándonos en las evidencias científicas descritas en los apartados anteriores, se pretende animar a las familias a dar un giro a las experiencias de ocio, añadir un plus para conseguir una vida familiar y personal plena y auténtica.

Se recomienda a las familias incluir en sus planificaciones anuales una programación de un ocio compartido entre las distintas generaciones de la familia (abuelos, padres, hijos y/o nietos). Para ello, se propone decidir en consenso, tras un periodo de dialogo, comu-

nicación y escucha a todos los miembros de la familia, tratando de identificar actividades de ocio que, a todos los familiares que vayan a compartirla, les aporte:

- o Sentirse mejor consigo mismos
- o Desarrollo personal y satisfacción vital
- o Conocimiento y aprendizaje mutuo

Se trata de que entre los miembros de la familia encuentren momentos para dedicar tiempo a la interacción entre generaciones.

A partir de ahí, ha de llegar el compromiso de gestionar un tiempo compartido con sus familiares de otras generaciones, crear rutinas compartidas diarias, semanales o mensuales, reservar un horario en su planificación anual para disfrutar en familia de esa actividad que conscientemente han elegido entre todos. No se debe olvidar que estos tiempos han de ser flexibles para poder atender a las necesidades y limitaciones de cada uno (Díaz et al., 2023 y Lamote de Grignon, 2019), de manera que se muestre la mejor de las actitudes y la apertura a los demás miembros de familiares participantes, así como relajarse y disfrutar.

### **3.2. Recomendaciones para los profesionales socioeducativos**

Por su parte, los profesionales socioeducativos tienen una gran capacidad para fomentar actividades intergeneracionales. El potencial generativo de las relaciones intergeneracionales fundamenta la necesidad de impulsar actividades abiertas a todas las edades, favoreciendo el co-aprendizaje y co-desarrollo de personas con mismos intereses. Las aulas multigrado, en la educación curricular, llevan muchos años demostrando el potencial convivir en un aula personas de distintos estadios madurativos, donde unos pueden reforzar y avanzar en sus aprendizajes siendo mentores de los que se encuentran en procesos más sencillos. Es el momento de revolucionar los programas socioeducativos y potenciar las actividades intergeneracionales en los que se estimule la solidaridad intergeneracional, con relaciones basadas en la reciprocidad entre las personas mayores y los jóvenes (Newman y Smith, 1997).

Ciertamente, la planificación de estas experiencias y sus tiempos resulta realmente complicada, ya que deben confluír las necesidades, obligaciones y limitaciones propias de cada generación (Díaz et al., 2023 y Lamote de Grignon, 2019). Sin embargo, el esfuerzo será exitoso para el desarrollo de una sociedad más interactiva, más conectada, más solidaria y, sobre todo, con mayor bienestar y satisfacción. En definitiva, una sociedad más desarrollada y humana.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

- Aguilera, A. P., Anderson, E.A. y Negrón, V. A. (2020). Intergenerational activities that promote engaging conversations are preferred among young and older adults.

- Journal of Intergenerational Relationships*, 18(1), 71-87. <https://doi.org/10.1080/15350770.2019.1608346>
- Aláez, M., Díaz-Iso, A., Eizaguirre, A. y García-Feijoo, M. (2022). Bridging generation gaps through service-learning in higher education: A systematic review. In *Frontiers in Education*, 7. <https://doi.org/10.3389/educ.2022.841482>
- Alonso Ruiz, R. A., Sáenz de Jubera Ocón, M. y Sanz Arazuri, E. (2020). Tiempos compartidos entre abuelos y nietos, tiempos de desarrollo personal | Shared time between grandparents and grandchildren: a time for personal development. *Revista Española de Pedagogía*, 78 (277), 415-433. doi: <https://doi.org/10.22550/REP78-3-2020-01>
- Andreoletti, C. y Howard, J. L. (2018). Bridging the generation gap: Intergenerational service-learning benefits young and old. *Gerontology & Geriatrics Education*, 39(1), 46-60. <https://doi.org/10.1080/02701960.2016.1152266>
- Caballo, M. B., Varela, L. y Martínez, R (2020). La educación familiar del ocio una responsabilidad compartida. En J. Caride, M.B. Caballo y R. Gradaille (Eds.), *Tiempos, educación y ocio en una sociedad de redes*, (pp. 123-138). Octaedro.
- Canedo, A. y García, J. N. (2015). Intervenciones intergeneracionales basadas científicamente. *Revista INFAD de Psicología. International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 399-404. <https://doi.org/10.17060/ijodaep.2015.n1.v2.74>
- Caride, J.A. y Varela, L. M. (2015). La Pedagogía Social en la vida cotidiana de los jóvenes: problemáticas específicas y alternativas de futuro en un mundo globalizado. *Perspectiva Educacional*, 54(2), 150-164. <https://doi.org/10.4151/07189729-Vol.54-Iss.2-Art.348>
- Ceballos-Vacas, E. y Rodríguez-Hernández, J. (2014). Usos del tiempo y conflicto familiar. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 6(1), 77-84.
- Curihual, P. (2022). Encuentros Intergeneracionales entre Personas Adolescentes y Personas Mayores como acción participativa hacia una sociedad sin edadismo. *Revista Chilena de Fonoaudiología*, 21(2), 1-16. <https://doi.org/10.5354/0719-4692.2022.68920>
- Díaz, A., Pérez, J. y Ortega, T. (2023). Relaciones intergeneracionales para un envejecimiento activo y satisfactorio. *Novedades en Población*, 16(Especial). Recuperado a partir de <https://revistas.uh.cu/novpob/article/view/494>
- Dinkins, C.S. (2019). Socrates Café for Older Adults Intergenerational Connectedness Through Facilitated Conversation. *Journal of Psychosociol Nursing and Mental Health Services* 57(1), 11-15. <https://doi.org/10.3928/02793695-20181212-04>
- Donati, P. (1999). Familia y generaciones. *Desacatos. Revista de Antropología Social*, 2, 27-49.
- Flores, M.J., Ortega, M. C. y Vallejo, S. (2019). Experiencias inclusivas intergeneracionales: ¿un nuevo Horizonte para la inclusión de Personas mayores y menores? *Miscelánea Comillas*, 77, 139-152.

- Gabrian, M., Dutt, A. J. y Wahl, H.W. (2017). Subjective Time Perceptions and Aging Well: A Review of Concepts and Empirical Research - A Mini-Review. *Gerontology*, 63(4), 350-358. <https://doi.org/10.1159/000470906>
- García, A. C. (2022). *Relaciones intergeneracionales: beneficios, satisfacción y limitaciones derivadas de la práctica de actividades presenciales y virtuales = Intergenerational relationships: benefits, satisfaction, and limitations derived from the practice of face-to-face and virtual activities*. Universidad de León. <https://doi.org/10.18002/10612/13271>
- García, A. J. (2011). *Variables Psicosociales que inciden en la Calidad de Vida del Alumnado Participante en Programas Universitarios de Mayores*. Sevilla: Servicio de Publicaciones.
- Gutiérrez, M. y Hernández, D. (2013). Las relaciones intergeneracionales en la sociedad actual: un imperativo necesario. *Educación Social. Revista de Intervención Socioeducativa*, 55, 135-145.
- Hilbrand, S., Coall, D. A., Meyer, A. H., Gerstorf, D. y Hertwig, R. (2017). A prospective study of associations among helping, health, and longevity. *Social science & medicine (1982)*, 187, 109-117. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2017.06.035>
- Höpflinger, F. (2009). Introduction: concepts, définitions et théories. En P. Perrig-Chiello, F. Höpflinger y Ch. Suter, *Génération - structures et relations, Rapport Génération sen Suisse* (pp. 18-41). Seismo.
- Hsiao, H., Tseng, J. T., Hsu, Y., Chen, T., Wang, Y. y Kuo, T. (2022). Effects of Design-Thinking Intergenerational Service-Learning Model on College Students: A Pilot Study in Taiwan. *Research on Social Work Practice*, 104973152211461. <https://doi.org/10.1177/10497315221146189>
- Isaacowitz, D. M. y Fung, H. H. (2016). The role of time and time perspective in age-related processes: Introduction to the special issue. *Psychology and Aging*, 31, 553- 557.
- Izal, M., Bellot, A. y Montorio, I. (2018). Positive perception of time and its association with successful ageing / Percepción positiva del tiempo y su relación con el envejecimiento exitoso. *Estudios de Psicología*, 39(2-3), 286-323. <http://dx.doi.org/10.1080/02109395.2018.1507095>
- Lamote de Grignon, J. (2019). Uso del tiempo y bienestar subjetivo de los más jóvenes en España. En L. del Moral-Espín y L. Gálvez Muñoz, *Infancia y bienestar: una apuesta política por las capacidades y los cuidados*(dir.), 267-316.
- Larrain, M. E., Zegers, B. y Orellana, Y. (2019). Generativity and Life Satisfaction in a sample of grandparents from Santiago, Chile. *Terapia psicológica*, 37(3), 271-285. <https://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082019000300271>
- Levy, S. R. (2016). Toward reducing ageism: PEACE (positive education about aging and contact experiences) model. *Gerontologist*, 58(2), 226-232 <https://doi.org/10.1093/geront/gnw116>
- Lyu, K., Xu, Y., Cheng, H. y Li, J. (2021). The implementation and effectiveness of intergenerational learning during the COVID-19 pandemic: Evidence from China. *Int. Rev. Educ*, 66(5), 833-855.

- Martínez, N. y Rodríguez, A. (2018). Educación intergeneracional: un nuevo reto para la formación del profesorado. *Revista de Estudios y Experiencias en Educación*, 17(33), 113-124. <https://doi.org/10.21703/rexe.20181733nmartinez7>
- Martínez Vicente, M. y Valiente Barroso, C. (2020). Actividades extraescolares y rendimiento académico: diferencias según el género y tipo de centro. *MLS Educational Research (MLSER)*, 4(1), 73-89. <https://doi.org/10.29314/mlser.v4i1.286>
- Newman, S. y Sánchez, M. (2007). Los programas intergeneracionales: concepto, historia y modelos. En M. Sánchez (Dtor.), *Programas intergeneracionales. Hacia una sociedad para todas las edades* (pp. 37-69). Barcelona: Fundación “la Caixa”.
- Newman, S. y Smith, T. (1997). Developmental Theories as the Basics for Intergenerational Programs. En S. Newman, C. Ward, T. Smith, J. Wilson y J. M. McCrea (Ed.), *Intergenerational Programs. Past, Present and Future* (pp. 3-19). Taylor & Francis.
- Newman, S., Ward, C., Smith, T., Wilson, J.O. y McCrea, J.M. (2014). *Intergenerational programs: past, present, and future*. Taylor & Francis.
- Officer, A. y de la Fuente-Núñez, V. (2018). A global campaign to combat ageism. *Bulletin World Health Organization*, 96(4), 295-296. <http://dx.doi.org/10.2471/BLT.17.202424>
- Ory, M.G., Hoffman, M. K., Hawkins, M., Sanner, B. y Mockenhaupt, R. (2003). Challenging aging stereotypes: Strategies for creating a more active society. *American Journal of Preventive Medicine*, 25, 164-171. [https://doi.org/10.1016/S0749-3797\(03\)00181-8](https://doi.org/10.1016/S0749-3797(03)00181-8)
- Pinazo, S. y Montoro, J. (2004). La relación abuelos y nietos. Factores que predicen la calidad de la relación intergeneracional. *Revista Internacional de Sociología*, 38, 147-168.
- Plaza, M., Requena, C., Rosario, I. y López, V. (2015). La relación entre el tiempo no estructurado, el ocio y las funciones cognitivas en personas mayores. *European Journal of Education and Psychology*, 8(2), 60-67. <https://doi.org/10.1016/j.ejeps.2015.05.001>
- Ponce de León, A. y Valdemoros, M. A. (2020). Presentación: Dominio del tiempo y desarrollo personal y social. *Revista Española de Pedagogía*, 276, 373-375.
- Requena, C. y López, V. (2014). Measurable benefits on brain activity from the practice of educational leisure. *Frontiers in Aging Neuroscience*, 6. <https://doi.org/10.3389/fnagi.2014.00040>
- Rodríguez, M. C. y Vidal, C. (2015). Solidaridad intergeneracional: jóvenes y adultos mayores en estrecha colaboración. *PROSPECTIVA. Revista de Trabajo Social e intervención social*, 20, 261-278.
- Sánchez, M., Kaplan, M. y Sáez, J. (2010). *Programas intergeneracionales. Guía introductoria. Colección Manuales y Guías. Serie Personas Mayores*, núm. 31009. Madrid: Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).
- Schmidt-Lauff, S. (2023). Time and Temporalities in (Adult) Education and Learning. *Sisyphus: Journal of Education*, 11(1), 6-9.

- Schwartz, E., Ayalon, L. y Huxhold, O. (2020). Exploring the Reciprocal Associations of Perceptions of Aging and Social Involvement. *The Journals of Gerontology: Series B*, gbaa008. <https://doi.org/10.1093/geronb/gbaa008>
- Sciplino, C. y Kinshott, M. (2019). Adult grandchildren's perspectives on the grandparent-grandchild relationship from childhood to adulthood. *Educational Gerontology*, 45(2), 134-145.
- Triadó, C. (2018). Envejecimiento activo, generatividad y aprendizaje. *Aula abierta*, 47(1), 63-66. <https://doi.org/10.17811/rifie.47.1.2018.63-66>
- Vásquez Echeverría, A. (2011). Experiencia Subjetiva del Tiempo y su Influencia en el Comportamiento: Revisión y Modelos. *Psicología: Teoría e Pesquisa*, 27(2), 215-223. <http://www.scielo.br/pdf/ptp/v27n2/a11v27n2.pdf>
- Walker, A. (2006). Active ageing in employment: its meaning and potential. *Asia Pacific Review*, 13(1), 78-93.
- Wiesmann, U., Ballas, I. y Hannich, H. (2018). Sense of coherence, time perspective and positive aging. *Journal of Happiness Studies*, 19, 817-839. <https://doi.org/10.1007/S10902-017-9850-5>
- Willis, S. L., Tennstedt, S. L., Marsiske, M., et al. (2006). Long-term Effects of Cognitive Training on Everyday Functional Outcomes in Older Adults. *JAMA*, 296(23), 2805-2814. <https://doi.org/10.1001/jama.296.23.2805>
- Zaleski, Z. (1994). *Psychology of future orientation*. Towarzystwo Naukowe KUL.
- Zhong, S., Lee, C., Foster, M. J. y Bian, J. (2020). Intergenerational communities: A systematic literature review of intergenerational interactions and older adults' health-related outcomes. *Social Science & Medicine*, 264, 113374. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2020.113374>
- Zimbardo, P. (2009). *La paradoja del tiempo*. Editorial Paidós.

