

V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología
XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en
Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos
Aires, Buenos Aires, 2013.

Taller de reminiscencias: resignificando recuerdos y experiencias con adultos mayores concurrentes a un hogar de día.

Scolni, Mirta.

Cita:

Scolni, Mirta (2013). *Taller de reminiscencias: resignificando recuerdos y experiencias con adultos mayores concurrentes a un hogar de día*. V Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XX Jornadas de Investigación Noveno Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-054/596>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/edbf/ktG>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

TALLER DE REMINISCENCIAS: RESIGNIFICANDO RECUERDOS Y EXPERIENCIAS CON ADULTOS MAYORES CONCURRENTES A UN HOGAR DE DÍA

Scolni, Mirta

Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

Resumen

Entendiendo a la Reminiscencia como “el acto o hábito de pensar sobre, relatar eventos o el recuento de experiencias pasadas, especialmente las más significativas de la vida personal” (Harwood, K. 1989 en Jaskilevich y Aizen, 2008), hemos diseñado un taller específico sobre esta actividad hace dos años con muy buenos resultados en prevención primaria con adultos mayores, (Scolni, M; Goris Walker, G; Bota, N. 2011) el mismo fue rediseñado para trabajar en prevención secundaria con adultos mayores concurrentes a un hogar de día que sufren diferentes patologías, sobre todo con síntomas depresivos. La fundamentación psicológica para la implementación de esta tarea radica en que a nivel psicológico asegura, redefine, fortalece y consolida la identidad frente a los cambios y discontinuidades que se producen en función del proceso de envejecimiento. La reminiscencia da significado a los recuerdos y a las propias experiencias. Las personas mayores con las que trabajamos tienen muchos recuerdos que van surgiendo a medida que las vamos conociendo, nuestra tarea como profesionales se basa en poder facilitar estímulos para activar estos recuerdos.

Palabras clave

Reminiscencias, Adulto mayor, Prevención, Depresión

Abstract

WORKSHOP OF REMINISCENCES: RESIGNIFYING MEMORIES AND EXPERIENCES WITH OLDER ADULTS COMPETING AT A DAY HOME
Understanding to the reminiscence as “the Act or habit of thinking about, recounting events or past experiences, especially the most significant personal life count” (Harwood, k. 1989 in Jaskilevich and Aizen, 2008), we have designed a specific workshop on this activity for two years with very good results in primary prevention with older adults (Scolni, M; Goris Walker, G; Boot, N. 2011) it was redesigned to work in secondary prevention with concurrent to a day home older adults suffering from different diseases, especially with depressive symptoms. The psychological Foundation for the implementation of this task lies in that psychologically ensures, redefines, strengthens and consolidates the identity against the changes and discontinuities that occur depending on the aging process. Reminiscence gives meaning to the memories and their own experiences. Older people with whom we work have many memories that arise as we are knowing them, our job as professionals is based on provide stimuli to activate these memories.

Key words

Reminiscences, Senior, Prevention, Depression

En las últimas décadas la población de más de 65 años viene en aumento en el mundo entero. También las consultas de personas mayores con diferentes patologías que los hacen dependientes en algún aspecto o simplemente por soledad haciendo necesario el ingreso a un hogar de día con el fin de mejorar y fortalecer su calidad de vida.

Es así que con este dispositivo se busca abordar los beneficios posibles del trabajo grupal psicoanalítico con personas en proceso de envejecimiento patológico sea este emocional, biológico o ambos. Se hace hincapié en los conflictos entre los proyectos trazados en función de los ideales y lo logrado o pasible de lograrse, y el redimensionamiento de las aspiraciones. Planteamos asimismo la situación de depresión y duelo por las pérdidas sobrevenidas así como por la disminución de funciones corporales y el menoscabo y pérdida de la imagen del cuerpo de la juventud.

Entendiendo a la *Reminiscencia* como “el acto o hábito de pensar sobre, relatar eventos o el recuento de experiencias pasadas, especialmente las más significativas de la vida personal” (Harwood, K. 1989 en **Jaskilevich y Aizen, 2008**), hemos diseñado un taller específico sobre esta actividad hace dos años con muy buenos resultados en prevención primaria con adultos mayores, (Scolni, M; Goris Walker, G; Bota, N. 2011) el mismo fue rediseñado para trabajar en prevención secundaria con adultos mayores concurrentes a un hogar de día que sufren diferentes patologías, sobre todo con síntomas depresivos.

La fundamentación psicológica para la implementación de esta tarea radica en que a nivel psicológico asegura, redefine, fortalece y consolida la identidad frente a los cambios y discontinuidades que se producen en función del proceso de envejecimiento.

La reminiscencia como función permite recordar pensando o relatando hechos, actos o vivencias del pasado, es una actividad psíquica universal que parece ser necesaria en el envejecimiento y en la vejez, en tanto favorece la integración del pasado al presente, brinda continuidad, refuerza la identidad, aumenta la autoestima y permite la resignificación (Butler, 2002; Merrill, 2002; Vásquez, 2001; Harrand & Bollstetter, 2000; Viguera, 1997; Bonilla & Rapso, 1997; Schacter, 1996; Micco & Masson, 1992; Barlett & Fulton, 1991; Waterman & Archer, 1990). Al respecto, Chaudhury (1999) añade que la reminiscencia sirve a múltiples propósitos para la identidad en los ancianos: a) contribuye al mantenimiento de la autoestima en un momento de declive físico y cognitivo; b) preserva la identidad como fundamento de la estabilidad psicológica y c) en contextos sociales, transmite conocimientos a generaciones futuras. Se plantea entonces que una característica del adulto mayor es su fuerte apego al pasado y a la narración de recuerdos, que responde a una característica psicológica sustentada orgánica y socialmente y que conlleva un potencial terapéutico positivo como actividades de reminiscencia que, desde 1960, son utilizadas por

gerontólogos (Viguera, 1997). La reminiscencia inclusive es recomendada para adultos mayores con demencia, como por ejemplo la enfermedad de Alzheimer, por su potencial terapéutico (Woods et al., 2005; Gibson, 2004; Butler, 2002; Haight & Webster, 2002; Birren & Cochran, 2001; Larkin, 1994).

Erikson propone (para el estadio psicosocial del desarrollo de la vejez) que la crisis básica por resolver se da entre el potencial sintónico de la integridad y su antítesis distónica que consiste en la desesperanza. Así, el autor plantea que en el proceso de construcción de la identidad personal, las fuerzas de la vejez son la sabiduría y la integridad a partir de las preguntas y reflexiones sobre el sí mismo. Fuerzas caracterizadas por sentimientos de totalidad y coherencia en dependencia de una facultad fundamental, a saber, la memoria (Erikson, 1982/1997).

La memoria posibilita lo que se define como la última tarea del desarrollo en una perspectiva psicosocial, la gerotrascendencia: construir por última vez sobre esa identidad existencial (Erikson, 1982/1997), el núcleo invariable que es una integración del pasado, del presente y del futuro a partir de ese sentimiento y experiencia de mismidad, de ser uno mismo en forma continua y coherente a pesar de los cambios internos y externos a lo largo de la vida, donde las cualidades del pasado asumen nuevos valores y se evita así el sentimiento de estancamiento, desesperanza o desdén. Esa tarea es la de conocerse y reconocer preparándose así para la última jornada antes de la propia muerte.

Se propone entonces en este dispositivo que la narración de recuerdos autobiográficos posibilite un momento para la gerotrascendencia, es decir, un momento de revisión y reflexión sobre aspectos significativos del propio pasado que, de presentar las características de cambio en la metaperspectiva y surgimiento de sentimientos de satisfacción vital, contribuiría a la tarea de desarrollo en la vejez. Una tarea que implica una autocomprensión, una operación subjetiva y autorreflexiva que permita la historización de la propia biografía con sentimientos de satisfacción (Salazar, 2003)

La reminiscencia es siempre un proceso dinámico en que las personas van construyendo a medida que van explicando o recordando; por lo tanto, es una cadena de hechos, narraciones, imágenes, referentes. Eso se traduce en el hecho de que unos acontecimientos evocan otros, y que se dan muchas conexiones entre las personas y sus recuerdos

La reminiscencia da significado a los recuerdos y a las propias experiencias. Las personas mayores con las que trabajamos tienen muchos recuerdos que van surgiendo a medida que las vamos conociendo, pero nuestra tarea como profesionales se basa en poder facilitar estímulos para activar estos recuerdos.

El objetivo de esta actividad fue generar un dispositivo en que el adulto mayor se reconozca como sujeto con identidad e historia, la tarea se realiza en grupos pequeños para romper el aislamiento e incentivando la participación y socialización

La modalidad de trabajo y las técnicas que se implementan

Previamente a la implementación de esta actividad se recaba información sobre los intereses, la historia y demás de los participantes buscando generar un espacio agradable, atractivo.

Hay que tener en cuenta algunos aspectos: ya que la reminiscencia ayuda a dar valor, sentido y hacer nuevas lecturas de realidades que quizás han sido distorsionadas.

- Pensar en actividades que tengan sentido para los participantes, adaptadas a sus capacidades y hacer referencia al entorno que han vivida.
- Utilizar material que no infantilice, recuerdos que hagan referen-

cia a cosas conocidas

- Facilitar las relaciones interpersonales, crear vínculos, escuchar y dar tiempo suficiente, observar.
- Evitar actividades que provoquen ansiedad, angustia o que dejen a las personas fuera del grupo.

Nuestros programas deben ser flexibles, adaptados y poder ser modificarlo en cualquier momento que sea necesario, el grupo de adultos mayores es quien marca el ritmo.

Utilizamos eventos del pasado como punto de Contacto e Interés para con el presente, mediante técnicas como:

- Preguntas sobre hechos anteriores
- Actividades de dibujo, pintura y collage
- Manipulación de objetos
- Música y películas de su juventud
- Fotografías, archivos de recuerdos, videos, diarios, libros con fotografías, suplementos con historia de otras épocas, álbum de familia, que actuarán como estímulos para cada encuentro de taller.

Hace un año que venimos implementando el taller y los beneficios alcanzados por los Adultos mayores del hogar son notables, todos quieren participar, además observamos que fortalece la adaptación al hogar, les refuerza los vínculos entre pares, desaparecen en algunos los síntomas depresivos. Mejoran la autoestima. Refuerzan el sentido de pertenencia a una historia colectiva a la que se añaden otras historias que les confiere un sentido de pertenencia a la realidad, sin quedar al margen.

“desde que estoy acá cambió mi vida, estoy contenta y me encanta poder hablar con mis compañeros , aunque a veces me olvido no?”

“Hoy traje este cuaderno de cuando era chica y dibujaba, les voy a contar algo, gracias por escuchar mi historia”

Conclusiones

Al participar en este tipo de dispositivo terapéutico junto a otros Adultos Mayores, se busca el logro de cambios a nivel cognitivo y conductual, especialmente en los indicadores de depresión. Esta técnica promueve el trabajo de la memoria biográfica.

La posibilidad de la rememoración en el proceso grupal analítico permite al sujeto el reencuentro con aspectos valorados de sí mismo que ahora son reconocidos por y ante el grupo, así como la posibilidad de la reparación y el duelo por lo que no fue posible. La rememoración se constituye en una forma de conservar, al tiempo que reconocer lo que ya no está ahí sino bajo la forma del recuerdo. Hay algo del ideal de sí jaqueado por la vejez que puede ser reencuentro en valores, viejos y vigentes aún, en el propio interior del sujeto, por no hablar del desarrollo de nuevos valores e ideales.

Cuando una persona mayor se deprime, a veces su depresión se considera erróneamente un aspecto normal de la vejez. La depresión, si no se diagnostica ni se trata, causa un sufrimiento innecesario para el anciano y para su familia. En general se tiende a buscar ayuda en el médico que muchas veces carece de los elementos suficientes para una evaluación del estado psicológico. Es frecuente la situación en la que la persona de edad va al médico y describe sólo síntomas físicos siendo reactivo a hablar de sus sentimientos de desesperanza y tristeza. La persona puede no querer o no poder hablar de su falta de interés en las actividades normalmente placenteras, sus temores a las pérdidas de seres queridos o de su pena después de la muerte de alguien significativo, incluso

cuando el duelo se ha prolongado por mucho tiempo. Sabemos que el pronóstico de la depresión varía debido a factores como los problemas físicos, psicológicos o la falta de apoyo del medio que puede afectar la evolución de esta dolencia.

Cuando la depresión domina, la persona puede ser vencida por la desesperación y la desesperanza. Se acentúan los temores a la muerte y, aunque se pueda expresar desprecio por la vida, se continúa anhelando la posibilidad de volver a vivirla, en un nuevo comienzo que posibilite "la recuperación del tiempo perdido". En cambio, cuando impera la integridad, la persona posee la fuerza propia de su edad que habilita a una vida digna. El adulto "normal" sabe aceptar las limitaciones; sabe cuándo aceptar el cambio y cuándo oponerse al mismo.

Es importante considerar en esta edad el concepto de bienestar subjetivo correlacionado con el estado psicosocial y físico del individuo. Se refiere a la sensación de bienestar y su capacidad para conservarla, que tenga o no el adulto mayor y se relaciona con qué tan satisfecho se siente consigo mismo y las metas alcanzadas en la vida.

Son muchos los autores que afirman que una tarea psicológica significativa de esta etapa consiste en el intento de contemplar la vida en su conjunto, con coherencia y aceptación. Si se tiene éxito culminará en la integridad del yo.

Si el proceso de resignificación es propio del trabajo analítico, y en la vejez se incrementa la interioridad como dijimos, debiera ser muy frecuente el trabajo con reminiscencias en personas que se encuentran "naturalmente" volviendo sobre la significación del pasado.

BIBLIOGRAFIA

Bartlett, J. & Fulton, A. (1991) Familiarity and recognition of faces in old age.

Birren, J. & Cochran, K. (2001) Telling Stories of Life through Guided Autobiography Groups. Baltimore: The Johns Hopkins University Press.

Bonilla, F. & Rapso, M. (1997) Sentido de vida en personas mayores de 50 años. Informe de Investigación. Instituto de Investigación para el Mejoramiento de la Educación Costarricense. Universidad de Costa Rica.

Butler, R. (2002) Butler reviews life review: Aging today. Recuperado el 3 de marzo de 2002, de <http://www.asaging.org/at/at-214/legacymem.htm>.

Chaudhury, H. (1999) Self and Reminiscence of Place: A Conceptual Study. *Journal of Aging and Identity*, 4, 231-253.

Erikson, E. (1982/1997) El ciclo vital completado (ed. rev.) España: Paidós.

Gibson, F. (2004) The Past in the Present. Using Reminiscence in Health and Social Care. Illinois: Health Professions Press.

Haight, B. & Webster, J. (Ed.) (2002) Critical Advances in Reminiscence Work. from Theory to Application. New York: Springer Publishing Company.

Harrand, A. & Bollstetter, J. (2000) Developing a Community-based Reminiscence Group for the Elderly. *Clinical Nurse Specialist* 14 (1), 17-22.

Larkin, M. (1994) Reminiscence technique. Techniques from Alzheimer's outreach. Recuperado el 3 de marzo de 2002, de <http://www.zarcrom.com/users/alzheimers/t1.html>.

Salazar, M. (2003) Identidad personal y memoria en adultos mayores sin diagnóstico de demencia y con enfermedad de Alzheimer: características subjetivas, evolutivas y mnemónicas de su recuerdo autobiográfico. Tesis para optar al grado licenciatura en psicología. Universidad de Costa Rica.

Scolni, M., Goris Walker, G., Botas, N. V congreso Marplatense de Psicología de alcance nacional e internacional. La psicología en el porvenir de la cultura. "Reminiscencias: Trabajando con los recuerdos, los aportes biográficos de los Adultos Mayores".

Viguera, V. (2000) Promoción de salud mental en los adultos mayores. I

Congreso Virtual de Psiquiatría 1 de Febrero - 15 de Marzo. Recuperado el 16 de enero de 2002, de http://www.psiquiatria.com/congreso/mesas/mesa13/conferencias/13_ci_a.htm.

Waterman, A. & Archer, S. (1990) A life-span perspective on identity formation: Developments in form, function, and process. En *Life-span Development and Behavior* (pp. 29-57) United States: Lawrence Erlbaum Associates.