

II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2010.

Tejiendo redes. Los adultos mayores y las redes sociales.

Vidal, Victoria Alejandra.

Cita:

Vidal, Victoria Alejandra (2010). *Tejiendo redes. Los adultos mayores y las redes sociales. II Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVII Jornadas de Investigación Sexto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-031/342>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/dwM>

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>.

entre: el juego del niño (con su nivel de desarrollo físico y psíquico), las propuestas de la madre (con su historia y fantasmas inconscientes), y la interacción inédita que van co-creando entre ellos. Nuevos resultados se encuentran en proceso y serán comunicados en próximos trabajos.

BIBLIOGRAFIA

- BLEICHMAR, S. (1993). *La fundación de lo inconsciente*, Buenos Aires: Amorrortu Editores.
- FINDJE, F. (1993). "Attentional Abilities and maternal scaffolding in the first year of life". *International Journal of Psychology*.
- FONAGY, Peter (1996). "Jugando con la realidad - I Teoría de la mente y el desarrollo normal de la realidad psíquica". *International Journal of Psycho-Analysis*.
- FREUD, S. (1895). "Proyecto de Psicología". Vol. 1. *Obras Completas*. Buenos Aires: Amorrortu Editores, 1996.
- KEREN, M., FELDMAN, R., NAMDARI-WEINBAUM, I., SPITZER, S., & TYANO, S. (2005). "Relations between parents' interactive style in dyadic and triadic play and toddlers' symbolic capacity". *American Journal of Orthopsychiatry*, 75(4), 599-607.
- LEBOVICI S. (1988). *El lactante, su madre y el psicoanalista. Las interacciones precoces*, Buenos Aires: Amorrortu Editores, 1988.
- LEONARDELLI, E.; VERNENGO, M. P.; WAINER, M.; DUHALDE, C. (2009). "Desarrollo de un modelo para la observación sistemática de situaciones interactivas lúdicas madre - niño". *Memorias de las XVI Jornada de investigación*. Tomo II. Facultad de Psicología. UBA
- LESLIE, A. M. (1987). "Pretense and representation: The origins of theory of mind". *Psychological Review*, American Psychological Association.
- RIVIÈRE, A. (1991). *Objetos con mente*. Madrid: Alianza.
- SCHEJTMAN, C. (2008). *Primera Infancia. Psicoanálisis e Investigación*, Buenos Aires: Akadia Editorial.
- TODA, S. & FOGEL, A. (1993). "Infant response to the still-face situation at 3 and 6 months", *Developmental Psychology*.
- TRONICK, E. Z. & WEINBERG, M. K. (2000). "ICEP - Infant & Caregiver Engagement Phases Scale", Boston: Children's Hospital and Harvard Medical School.
- VERNENGO, M. P.; ZUCCHI, A.; SILVER, R.; FELBERG, L.; MINDEZ, S.; MRAHAD, M. C.; WAINER, M. y RAZNOSZCZYK DE SCHEJTMAN, C. (2008). "Dimensiones del juego madre - bebé en el primer año de vida: Escala de Interacción Lúdica". *Memorias de las XV Jornada de investigación*. Tomo II. Facultad de Psicología. UBA
- WINNICOTT, D.W. (1965a). *Los procesos de maduración y el ambiente facilitador*, Buenos Aires: Paidós.
- WINNICOTT, D.W. (1971). *Realidad y juego*. Buenos Aires: Gedisa, 1972.

TEJIENDO REDES. LOS ADULTOS MAYORES Y LAS REDES SOCIALES

Vidal, Victoria Alejandra
Universidad Nacional de Quilmes. Argentina

RESUMEN

El propósito de este trabajo es desarrollar brevemente una experiencia clínica realizada con adultos mayores en relación a la construcción de nuevos vínculos en la red social personal y reactivación de vínculos perdidos. Se tomarán en cuenta las estrategias implementadas durante este momento evolutivo, haciendo énfasis en las potencialidades y las circunstancias favorecedoras de las mismas. Para este trabajo se analizarán fundamentalmente la promoción de habilidades relacionadas con la conservación y el desarrollo de las redes sociales y el apoyo social.

Palabras clave

Vejez Apoyo social Red social

ABSTRACT

WEAVING NETS. OLDER ADULTS AND SOCIAL NETWORKS

The intention of this work is to develop brief a clinical experience realized with older adults in relation to the construction of new links in the social personal network and reactivation of lost links. For this work there will be analyzed fundamentally the promotion of skills related to the conservation and the development of the social networks and the social support

Key words

oldage Social support Social network

INTRODUCCIÓN

Envejecer es un proceso que implica, como todo devenir, adaptarse a cambios en la estructura y el funcionamiento del cuerpo por un lado y a las modificaciones en la realidad social por el otro. Por este motivo, la apuesta de la intervención que se analiza está vinculada con conservar una participación activa en los roles sociales y comunitarios para mantener una calidad de vida satisfactoria, adaptándose a las transformaciones de manera que estos no sean percibidos como pérdidas sino como nuevas posibilidades.

La organización de la propia personalidad y los estilos de afrontamiento son factores muy significativos en este proceso de envejecimiento. Lazarus y Folkman (1986) definen el afrontamiento como un proceso que involucra procesos cognitivos y comportamentales frente a demandas específicas internas y/o externas de la persona ante los cambios. Esto tiene que ver con la manera en que el individuo se maneja en las diversas situaciones de su vida, cambios permanentes a medida que pasan los años, algunos de ellos sociales y otros biológicos. La actividad de intervención que se analiza en esta ponencia consiste en encuentros de carácter semanal, con grupos de adultos mayores (en su totalidad mujeres) donde se trabaja la necesidad de construir lazos significativos con pares y personas en otros momentos evolutivos, revitalizar algunos vínculos familiares y la posibilidad de construir algo en común con el fin de trascender.

De acuerdo con lo planteado por algunos autores en los seres humanos es primordial la pertenencia y el vínculo con nuestros semejantes (Baumeister y Leary, 1995) ya que es desde allí donde provienen los sentimientos de autoafirmación y confianza en si mismo. Ambas son fundamentales para la sensación de bienestar. En la tercera edad, se van perdiendo por distintas razones espacios de pertenencia, lo que lleva consecuencias en la plenitud emocional, el ajuste del pensamiento y la función cognitiva. Por este motivo, y desde la perspectiva planteada en varias investigaciones (Berkman y Syme, 1979, Lin et al 1979) que han demostrado que la participación en asociaciones o instituciones

sociales ejercen efecto positivo en la salud física y mental se propone un dispositivo de carácter grupal en rangos etáreos homogéneos.

LOS GRUPOS DE TRABAJO

La actividad se realizó en tres grupos, de adultas mayores, entre 65 y 82 años de edad, entre 9 y 13 personas cada uno. La actividad comenzó en marzo de 2009 y continúan en la actualidad, con los lógicos cambios que se presentan en el grupo.

El fin, en relación a este trabajo, fue ampliar y reactivar las redes sociales, promoviendo no solo estos encuentros sino otras actividades de carácter recreativo para potenciar los beneficios. Dos de los grupos funcionan en centros de jubilados del conurbano bonaerense y el tercero en mi consultorio particular.

LAS REDES Y EL APOYO SOCIAL A PARTIR DEL TRABAJO EN COMÚN

La red se refiere a conjuntos de relaciones entre miembros de sistemas sociales (Gracia y cols., 1989). La cantidad y estructura de los contactos sociales constituyen la red social. Es decir el conjunto de todas aquellas personas significativas con las que mantiene contacto el individuo, a las que recorta de la masa anónima de la sociedad y que constituyen una forma de cuerpo social. Los ejemplos más comunes son la familia, los amigos, los compañeros de trabajo, los vecinos, etc. La estructura de la red alude al tamaño y a la composición de la misma. Las personas expresan una mayor satisfacción con la misma cuando existe una congruencia entre el apoyo social percibido y recibido. Si pensamos en los cambios que afronta el adulto mayor en este sentido, vemos que la red va viéndose empobrecida por las mudanzas, los decesos, las distancias materiales (a los que se le suman las dificultades físicas) las jubilaciones, etc. Estos aspectos se trabajan en los grupos, incorporando nuevos miembros (los compañeros que escuchan, proponen, etc.) y pensando en estrategias que permitan reeditar nuevamente contactos perdidos (es interesante que los adultos mayores primero resisten, pero después asumen con entusiasmo el uso de las nuevas tecnologías como cámaras Web)

Aceptar participar y sostener la participación a lo largo de los meses de los grupos colabora a reducir la sensación de aislamiento, que aparece como la pérdida de relaciones importantes de la red social. La misma cambia su estructura y el nivel de relación y apoyo social. Los integrantes y la coordinadora entran a jugar como miembros nuevos de la red, con características de pares, con quien se comparte historia, recuerdos, situaciones. Reduce, en muchos casos los sentimientos de soledad desagradables, penosos e involuntarios y la experiencia de desprotección.

El apoyo social se relaciona con la presencia de recursos psicológicos y/o instrumentales provenientes de personas significativas en el contexto social (Veiel y Baumann 1996). Los recursos psicológicos se refieren a la respuesta a necesidades emocionales de los sujetos, en este caso los adultos mayores; mientras que los recursos instrumentales se corresponden con las necesidades utilitarias. Es necesario tener en cuenta tres aspectos del apoyo social, cantidad, estructura y función de las relaciones sociales, dado que están lógicamente y empíricamente relacionados.

En el comienzo del trabajo en los grupos, se observaba una cierta tendencia a tratar de mantener el trabajo centrado en sí mismo, cada uno desde su propia problemática, sin implicarse en la de los otros. Lentamente, a través de distintos recursos y dinámicas (juegos, recuerdos infantiles, compartir recetas, contar historias, etc.) se fue gestando la posibilidad de la integración de los participantes, y la constitución de un verdadero entramado, donde cada uno iba constituyendo un elemento de la red de los otros, con distintos grados de intimidad, a veces como una simple compañía social, otras como guía material y de servicios, o como apoyo emocional, según las características de cada uno de los miembros.

ALGUNAS CONCLUSIONES

Pensar este trabajo clínico con adultos mayores desde la perspectiva de la Psicología Comunitaria implica tomar conciencia de algo tan obvio, que en muchos casos queda en el olvido: que somos seres inevitablemente sociales, necesitando permanente-

mente de las relaciones con quienes nos rodean.

En este grupo etáreo, es muy evidente la tendencia al aislamiento por la pérdida de vínculos significativos con la sociedad, y es vital reconstruir y darle sentido a la red social.

Estos vínculos se establecen dentro de sistemas sociales en los que, el sujeto, mediante su autonomía y capacidad de construcción de la realidad está en permanente interjuego recreando y transformando los haces de relaciones. En este sentido, la Psicología Comunitaria pasa a ser una perspectiva global de consulta psicológica, más que una teoría una metateoría, que integra a todas las demás formas de intervención psicológica, capaz de promover cambios en los diferentes niveles y tipos de objetivos de los sistemas sociales. En definitiva, en la intervención con adultos mayores desde esta perspectiva el objetivo es potenciar su desarrollo y la calidad de vida psicosocial revalorizando su contexto ecológico dado que el desarrollo humano, a cualquier edad, ocurre en un contexto psicosocial.

El apoyo social, entre otras cosas, colabora en la reducción de estrés. Las redes de familia y amigos, a las que con el trabajo se suman nuevos conocidos; no sólo favorecen a que los adultos mayores conserven su identidad social, sino que también mejora el acceso a apoyo emocional, material, la información y los servicios.

Con esta experiencia, luego de un tiempo prolongado de trabajo, se observa de manera fehaciente la reorganización de la red, ya que es habitual, que los miembros del grupo se reúnan entre sí, independientemente de los grupos semanales, y se ocupen, sin ningún tipo de sugerencia de llamarse en casos de ausencias prolongadas, cumpleaños, nacimientos, etc. De hecho, aquellos miembros del grupo que presentan más afinidad entre sí, se incorporan a vínculos previos, realizando nuevas presentaciones, o afiliaciones a otros grupos que cada uno cuenta.

En este tipo de intervención el objetivo es transformar la realidad de los adultos mayores desde su propia participación para producir efectos, ya sea en el contacto cotidiano como compañía social, o en el nivel de conocimientos, de acceso a nuevos contactos o en el significado que los participantes atribuyen a la realidad. Los grupos son protagonistas de todo el proceso en curso en la medida en que cada uno de nosotros va adquiriendo la capacidad de gestionar y dirigir su propio destino, lo que exige garantizar el respeto por la propia cultura, normas y valores.

BIBLIOGRAFIA

- BARCA, R.; ODDONE, J.; SALVAREZZA, L. (2000) Actualización del debate internacional sobre la problemática del envejecimiento y la vejez. Buenos Aires. Secretaría de la Tercera Edad y Acción Social.
- BAUMEISTER, R.F. & LEARY, M.R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- BAZO, M.; GARCÍA SANZ, B. et al (2001) Envejecimiento y sociedad: una perspectiva internacional. Madrid. Médica Panamericana
- BERKMAN, LS y SYME, L (1979) Social Networks, host resistance and mortality: A nine year follow - up study of Alameda County residents. *American Journal of Epidemiology*, 109, 186-204
- GRACIA, E. et al. (1989); El apoyo social en los programas de intervención comunitaria: Una propuesta de evaluación, actas "Internacional Conference: Psychology and Psychologists Today", Lisboa
- HAUSER, S. (2000) Envejecimiento y género. Según pasan los años. Buenos Aires, UBA
- IACUB, R. (2001) Proyectar la vida. El desafío de los mayores. Buenos Aires. Manatíal
- IACUB, R. (2007) El cuerpo externalizado o la violencia de la vejez. *Revista Kairós en Psicogerontología* V. 10 N° 1. Núcleo de estudio e Pesquisa de envelhecimento. ISSN 1516. San Pablo
- LAZARUS, R.; FOLKMAN, S. (1986); Estrés y procesos cognitivos, Barcelona, Martínez Roca.
- LIN, N.; SIMEONE, R., ENTEL, W.; WALTER, M. y KUO, W. (1979) Social support, stressful life events, and illness: a model and empirical test. *Journal of Health and Social Behavior*, 20, 108- 119
- VEIEL, H. y BAUMANN, U. (1996). Comments on concepts and methods. En H. Veiel, y U. Baumann (Eds.), *The meaning and measurement of social support*. New York: Hemisphere
- VILLAR, F.; TRAIÓ TUR, C. et al (2004) Bienestar y envejecimiento: implicaciones de una definición más compleja del envejecimiento satisfactorio. *Rev de Psicogerontología: Tiempo*, N° 5