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.

Estudio comparativo de las experiencias de fluidez en adultos mayores de dos grupos etáreos.

Sabatini, María Belén y Zariello, María Florencia.

Cita:

Sabatini, María Belén y Zariello, María Florencia (2010). *Estudio comparativo de las experiencias de fluidez en adultos mayores de dos grupos etáreos. 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/000-031/57

ARK: https://n2t.net/ark:/13683/eWpa/hA6

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.*

ESTUDIO COMPARATIVO DE LAS EXPERIENCIAS DE FLUIDEZ EN ADULTOS MAYORES DE DOS GRUPOS ETÁREOS.

Sabatini, María Belén; Zariello, María Florencia
Facultad de Psicología. Universidad Nacional de Mar del Plata. Argentina

RESUMEN
El estudio de los aspectos positivos en la vejez constituye un campo de investigación reciente que complementa nuestro conocimiento sobre esta etapa vital. Dentro de estos aspectos, las Experiencias de fluidez consisten en un estado de disfrute, control y atención focalizada que logran las personas al emplear plenamente sus capacidades. Este trabajo presenta los resultados de una investigación en la que se exploraron y compararon dichas experiencias en dos grupos etáreos de adultos mayores, con la finalidad de responder a las siguientes preguntas ¿este tipo de Experiencias disminuye con la edad? ¿Existen diferencias en la intensidad y el tipo de actividad que las genera? Se administró el cuestionario de Experiencias de Fluidez (Csikszentmihalyi, 1998) a una muestra intencional de 160 adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata de dos grupos etáreos (60 a 69 años y 70 a 79 años) conformados en igual proporción por varones y mujeres. Los resultados indican que este tipo de experiencias óptimas siguen presentes a mayor edad y pueden ser vivenciadas de manera más profunda. Estos hallazgos constituyen un aporte que cuestiona los estereotipos en torno a la vejez, asentados en una imagen que distorsiona las posibilidades que brinda esta etapa vital.

Palabras clave
Psicología Positiva Fluidez Vejez

ABSTRACT
COMPARATIVE STUDY OF FLOW IN TWO GROUPS OF OLD ADULTS
The study of positive aspects in old people is a new field of research that complements our knowledge of this life stage. Among these aspects, Flow experiences are a mental state of enjoyment, control and focalized attention that can be reached when people make full use of their capabilities. The aim of this work is to present the results of an investigation in which we have explored and compared such experiences in two age groups of old people, in order to answer the following questions: do flow experiences decrease with the aging process? Are there any differences between the intensity and type of activity that causes Flow? The sample includes 160 participants divided into two age groups (60 to 69 years and 70 to 79 years) shaped equally by men and women. The flow experience was evaluated by means of the Questionnaire of Optimal Experience (Csikszentmihaly, 1998). The results indicate that such optimal experiences are still present in older age and can be experienced more deeply. These findings are a contribution that challenges stereotypes about old age, settled on an image that distorts possibilities of this life stage.

Key words
Flow Old Adults

INTRODUCCIÓN
La Psicología Positiva se centra en estudiar y comprender los procesos y mecanismos que subyacen a las fortalezas y virtudes del ser humano (González Zúñiga Godoy, 2004). Seligman y Csikszentmihalyi (2000) postulan que el énfasis en la enfermedad o la patología de la psicología clásica, la ha hecho descuidar los aspectos que por naturaleza propia tienen los seres humanos, tales como el bienestar, la satisfacción, la esperanza, el optimismo, el flujo y la felicidad; ignorándose así, los beneficios que estos presentan.
Con esta nueva mirada, se intenta comprender los fenómenos psicológicos de un modo global, considerando que en todas las etapas de la vida se encuentran fortalezas y debilidades y que todos los cambios generan tanto pérdidas como ganancias (Baltes & Freund, 2007). Desde este paradigma se apunta a complementar el abordaje psicológico tradicional, orientado hacia lo patológico y deficitario; con el de las capacidades y fortalezas que poseen todas las personas.
La psicología de la vejez no se encuentra ajena a este cambio de perspectiva: numerosos estudios han mostrado que la concepción de dicha etapa como un cúmulo de pérdidas y déficits no es más que una generalización que, como tal, no toma en cuenta diferencias individuales y sociales que pueden contribuir al bienestar y la felicidad en esta etapa vital.
La Experiencia de Fluidez se define como un estado de experiencia positiva, que ocurre cuando el actor de una tarea está totalmente implicado en la actividad que realiza, en una situación donde es necesario que las habilidades personales igualen los desafíos que se le presentan (Jackson y Marsh, 1996). La concentración es tan intensa que no se puede prestar atención a cosas irrelevantes. La conciencia de sí mismo desaparece, y el sentido del tiempo se distorsiona (Cskiszentmihalyi, 1998).
Las principales características del *Flow* son: la presencia de metas claras en todo momento, el feedback inmediato a las propias acciones, la concentración enfocada únicamente en la tarea, la exclusión de distracciones de la conciencia, la ausencia de miedo al fracaso, la disminución de la autoconciencia, la distorsión del sentido del tiempo y el equilibrio entre el desafío y las propias capacidades (Csikszentmihalyi, 1997).
El *Flow* se experimenta en actividades motivadas intrínsecamente: aquellas en las cuales importa menos la recompensa externa, que la sensación de bienestar que se genera al realizarla. La satisfacción no se encuentra en los resultados, sino en el proceso de la actividad en su conjunto (Salanova, 2005).
En estudios anteriores (Sabatini & Arias, 2009a) se ha otorgado importancia a la vivencia de estados psicológicos similares, que no pueden denominarse Experiencias de Fluidez en sentido estricto, en tanto no se cumplen en ellos todas las características propias del estado de *Flow*. En estos casos, la situación más común se presenta cuando los niveles de concentración son menores a los característicos en la experiencia óptima, o no se genera la sensación de distorsión del tiempo. Sin embargo, considerando que estas experiencias tienen también un alto impacto positivo, se consideran en este estudio bajo el nombre de experiencias de fluidez incompletas.
Csikszentmihalyi (1998), resalta la importancia de lograr Experiencias de Fluidez cotidianamente, en tanto contribuyen a una significativa mejora en la calidad de vida: quien ha atravesado una experiencia óptima se siente más hábil y capaz. Al mismo tiempo tiene una importante vivencia de integración, en tanto sus pensamientos, intenciones, sentimientos y sentidos se enfocan en un mismo objetivo. Después de un episodio de Flow, la persona se siente mejor consigo misma.
Estudios anteriores, han demostrado que aquellas personas que tienen Experiencias de Fluidez con regularidad, obtienen puntuaciones superiores en el puntaje global del Capital Psíquico y en tres de sus dimensiones: emocional, cognitiva y psíquica (Sabatini & Arias, 2009a). Asimismo, sus puntuaciones son también elevadas en todas las dimensiones del bienestar psicológico (Sabatini & Arias, 2009b) El *Flow* se constituye entonces como un fenómeno que contribuye a una vejez plena y satisfactoria, generando sensaciones positivas en quien lo experimenta.
El estudio de este tipo de vivencias altamente positivas en la ve-

jez contribuye a desnaturalizar una visión fuertemente arraigada a nivel social, que desconoce potencialidades, recursos y capacidades de los adultos mayores. El propósito de este trabajo es contribuir a la desnaturalización de dicha visión, logrando una mirada que reconozca las capacidades y potencialidades de los adultos mayores.

METODOLOGÍA

El presente estudio pretende explorar y comparar las características de las Experiencias de Fluidez en dos grupos etarios de adultos mayores. Para ello, se seleccionó una muestra de 160 adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata constituida por dos grupos de edad (60 a 69 años y 70 a 79 años) conformados en igual proporción por varones y mujeres.

A dicha muestra se le administró el cuestionario de Experiencias de Fluidez (Csikszentmihalyi & Csikszentmihalyi, 1998). La aplicación de dicho instrumento consiste en la lectura de tres citas que describen la sensación mental y corporal de una persona en el momento en que experimenta un estado de *Flow*. A continuación, mediante una serie de preguntas se indaga acerca de si ha tenido ese tipo de experiencias que se describen, qué se encontraba haciendo en ese momento y qué dio origen, mantenimiento y finalización a las mismas. Por último, incluye una lista de afirmaciones que describen el estado de fluidez y una escala que permite indicar el acuerdo o desacuerdo con tales afirmaciones. El cuestionario fue administrado de forma oral e individual.

RESULTADOS

Del análisis de los datos se observa que los adultos mayores entrevistados tenían experiencias de fluidez en un elevado porcentaje. El 73,2 % del total de la muestra manifestó vivenciar esta experiencia en forma completa o incompleta. Al comparar estos resultados por edad, encontramos que ambos grupos presentan proporciones similares en cuanto a tener o no la experiencia, sin embargo en el grupo de mayor edad las experiencias de fluidez completas superan a las incompletas mientras que en los adultos mayores más jóvenes las experiencias incompletas fueron mencionadas en mayor medida (Ver Tabla 1).

Tabla Nº 1 Presencia de Experiencias de fluidez según grupo de edad en adultos mayores entrevistados.

Edad	Presencia de experiencias de fluidez:							
	No		Si - Incompleta		Si - Completa		Total	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
60 a 69 años	21	26,2	35	43,8	24	30,0	80	100,0
70 a 79 años	22	27,4	31	38,8	27	33,8	80	100,0
Total	43	26,8	66	41,3	51	31,9	160	100,0

Como puede observarse en la tabla 2, entre los motivos que dieron origen a la experiencia de fluidez fue mencionado prioritariamente el gusto por la actividad. Le sigue la concentración aunque con frecuencias muy inferiores al primero. La libre elección, el manejo de la actividad y la creatividad aparecieron muy escasamente. El análisis de los datos muestra que no existen diferencias entre los adultos mayores de distintos grupos etários al considerar los motivos que permiten y facilitan este tipo de experiencias.

Tabla Nº 2: Motivos que dieron origen a la experiencia de fluidez en cada grupo de edad.

Origen de la experiencia de fluidez	60 a 69 años				70 a 79 años			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Gusto por la actividad	46	79,3	12	20,7	44	77,2	13	22,7
Libre elección	2	3,4	56	96,6	1	1,8	56	98,2
Manejo de la actividad	2	3,4	56	96,6	2	3,5	55	96,5
Creatividad	3	5,2	55	94,8	0	0,0	57	100,0
Concentración	12	20,7	46	79,3	12	21,1	45	78,9

Con respecto al motivo de finalización de la experiencia de fluidez, los entrevistados manifestaron mayoritariamente que fue consecuencia de culminar la actividad que la originaba. Sin embargo, efectuando una comparación por grupos de edad, se encontró que los adultos de 70 a 79 años refieren en mayor medida éste motivo. El comienzo de una actividad obligatoria como fin de la experiencia fue superior en el grupo de 60 a 69 años. La distracción apareció muy escasamente en ambos grupos y no se hallaron diferencias entre ambos grupos (Ver Tabla 3).

Tabla Nº 3: Motivos que dieron finalización a la experiencia de fluidez en cada grupo de edad.

Motivo de finalización de la experiencia de fluidez	60 a 69 años				70 a 79 años			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
El fin de la actividad	33	56,9	25	43,1	38	66,7	19	33,3
El comienzo de otra actividad obligatoria	22	37,9	36	62,1	14	24,6	43	75,4
La distracción	4	6,9	54	93.1	5	8,8	52	91,2

Las experiencias de fluidez informadas por los entrevistados se originaban fundamentalmente a partir de actividades recreativas (n=45), físicas (n=35), artísticas (n=31) Sin embargo, aunque con menos frecuencia, también aparecen originadas por tareas laborales (n=12), deportivas (n=9), domésticas (n=8), sociales (n=6), de estudio (n=5) y religiosas (n=4).

Las actividades físicas, recreativas, sociales y de estudio fueron referidas en mayor medida por el grupo de más edad. El grupo de adultos mayores más jóvenes refirió a las actividades artísticas, laborales, deportivas y domésticas más frecuentemente que el grupo de adultos de mayor edad (Ver Tabla 4).

Tabla Nº 4: Tipo de actividad que origina experiencia de fluidez en cada grupo de edad.

Tipo de actividades que originan fluidez	60 a 69 años.				70 a 79 años.			
	SI		NO		SI		NO	
	Nº	%	Nº	%	Nº	%	Nº	%
Físicas	15	25,4	44	74,6	20	34,5	38	65,5
Recreativas	22	37.3	37	62,7	23	39,7	35	60,6
Artísticas	17	28,8	42	71,2	14	24,1	44	75,9
Laborales	8	13,6	51	86,4	4	6,9	54	93,1
Deportivas	9	15,3	50	84,7	0	0,0	58	100,0
Domésticas	5	8,5	54	91,5	3	5,2	55	94,8
Sociales	1	1,7	58	98,3	5	8,6	53	91,4
Estudio	1	1,7	58	98,3	4	6,9	54	93,1
Religiosas	2	3,4	57	96,6	2	3,4	56	96,6

Conclusiones

En primer lugar interesa destacar la elevada presencia de experiencias de fluidez en el grupo de adultos mayores entrevistados. Esta experiencia se presenta en proporciones similares en adultos jóvenes, de acuerdo a resultados hallados en trabajos anteriores (Sabatini & Arias, 2009).

En relación a las diferencias por grupos de edad, pudo observarse que, teniendo en cuenta ambos tipos de experiencia (completa e incompleta), la cantidad de personas que refieren tener esta vivencia no varía significativamente. Sin embargo, el grupo de 70 a 79 años refirió en mayor medida el tipo de experiencia completa. Esto podría indicar que el Flow no solo sigue siendo frecuente conforme avanza la edad sino que alcanza mayor profundidad. Este resultado contradice el estereotipo social y los prejuicios acerca de la vejez que señalan a esta etapa vital como un momento de la vida caracterizado por la pasividad y la falta de recursos físicos, cognitivos o sociales ofertando y proponiendo actividades infantilizantes y poco motivantes.

En el mismo sentido, ambos grupos han expresado como motivo principal de finalización de la experiencia el fin de la actividad. Esta respuesta se ha presentado con más frecuencia en el grupo de mayor edad. Siendo el comienzo de una actividad obligatoria más frecuente en el grupo de 60 a 69 años. La distracción ha sido un motivo escasamente mencionado en ambos grupos. Si bien se hace necesaria la exploración cualitativa de estos resultados, podría inferirse que las personas de mayor edad disponen más de su tiempo y eligen realizar actividades intrínsecamente motivadas.

En cuanto al tipo de actividad generadora de dichas experiencias en la vejez, puede observarse una amplia variedad de ellas, siendo predominantes las actividades recreativas, físicas y artísticas.

Las actividades físicas, recreativas, sociales y de estudio fueron referidas en mayor medida por el grupo de más edad. El grupo de adultos mayores más jóvenes refirió a las actividades artísticas, laborales, deportivas y domésticas más frecuentemente. La menor frecuencia de actividades laborales en el grupo de mayor edad puede tener correspondencia con el hecho de que la mayoría de las personas que conforman este grupo se encontraban jubiladas. Asimismo, la mayor frecuencia de actividades sociales como generadoras de Flow representa un dato relevante, teniendo en cuenta la asociación que suele establecerse entre vejez y soledad.
Las Experiencias de Fluidez brindan una importante sensación de bienestar e integración en quien las vivencia. Tener presente esta situación debe contribuir a la creación de espacios en los cuales los adultos mayores puedan explotar sus potencialidades, con actividades que propicien la utilización de sus recursos, lo que en definitiva redundará en una mejor calidad de vida. Considerar las habilidades y posibilidades que se presentan en la vejez, contribuye a desterrar el estereotipo asociado a esta etapa de la vida.

BIBLIOGRAFIA

BALTES, P.B. & FREUND, A.M. (2007). El potencial humano como orquestacion de la sabiduria y la optimizacion selectiva con compensaciones. En Aspinwall L. G. & Staudinger, U. M. (eds.) Psicología del Potencial Humano. Cuestiones fundamentales y normas para un Psicología Positiva. (p.45-62). Barcelona: Gedisa.

CARR, A. (2007). Psicología Positiva. La Ciencia de la Felicidad. Barcelona: Paidós Ibérica.

CSIKSZENTMIHALYI, M. (1997). Felicidad y creatividad. The Futurist, 8-12.

CSIKSZENTMIHALYI, M. (1998). Fluir (Flow). Una psicología de la felicidad. Barcelona: Editorial Kairós.

CSIKSZENTMIHALYI, M & CSIKSZENTMIHALYI, I (1998). Experiencia óptima: Estudios psicológicos del Flujo en la Conciencia. Bilbao: Descleé de Brouwer.

GONZÁLEZ ZÚÑIGA GODOY, C. (2004). La psicología positiva: un cambio en nuestro enfoque patológico clásico. Liberabit. Revista de Psicología, 10, 82-88. Extraído el 23 Junio, 2010, de http://redalyc.uaemex.mx/pdf/686/68601009.pdf

JACKSON, S. A., y MARSH, H. W. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The flow state scale. Journal of Sport & Exircive Psychology, 18, 17-35. Extraído el 20 Junio, 2010 de http://www.getcited.org/pub/103340323

SABATINI M.B. & ARIAS, C.J. (2009a). Relación entre capital psíquico y experiencias de fluidez. Un estudio con adultos mayores. I Congreso de la Cátedra de Psicología de la Tercera Edad y Vejez "Envejecimiento y Vida cotidiana". Buenos Aires, Argentina.

SABATINI, M.B. & ARIAS, C.J. (2009b). Experiencias de fluidez y bienestar psicológico. Un estudio con adultos mayores. 2° Congreso Internacional de Investigación de la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de La Plata. La Plata, Argentina.

SABATINI, M.B. & ARIAS, C.J. (2009c). Experiencias de fluidez. Un estudio comparativo en adultos jóvenes y adultos mayores de la ciudad de Mar del Plata. Ponencia presentada en el Primer Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología y XVI Jornadas de Investigación y Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. Buenos Aires, Argentina.

SALANOVA, M., MARTÍNEZ, M., CIFRE, E. & SCHAUFELI, W. (2005). ¿Se pueden vivir experiencias óptimas en el trabajo? Analizando el flow en contextos laborales. Revista de Psicología General y Aplicada, 58 (1), 89-100 Extraído el 20 Junio, 2010, de http://bscw.uji.es/pub/bscw.cgi/d313179/

SELIGMAN, M. & CSIKSZENTMIHALYI, M. (2000). Positive Psychology: An Introduction. American Psychologyst, 55, 5-14. Extraído el 16 Junio, 2010 de http://www.ppc.sas.upenn.edu/apintro.htm

ÉTICA Y DEONTOLOGÍA FRENTE A LOS DERECHOS DE LA INFANCIA Y LA ADOLESCENCIA

Salomone, Gabriela Z.
Universidad de Buenos Aires

RESUMEN
El presente trabajo se propone una sucinta reflexión acerca de la nueva concepción jurídica de la niñez, proclamada por la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño, y sus implicancias para nuestra práctica profesional. En especial, el interés se centra en algunos aspectos del campo deontológico de la Psicología, que permiten analizar la cuestión de los derechos humanos de la infancia y la adolescencia en articulación con la responsabilidad profesional.

Palabras clave
Infancia Ética Derechos Humanos

ABSTRACT
ETHICS AND DEONTOLOGY FACING THE RIGHTS OF THE CHILDHOOD AND THE ADOLESCENCE
This paper proposes a brief analysis of the new juridical conception of the childhood, proclaimed by the Convention on the Rights of the Child, and its implications for our professional practice. Especially, the interest focuses in various aspects of the deontological field of Psychology, which allow some considerations around the human rights of the childhood and the adolescence combined with the professional responsibility.

Key words
Childhood Ethics Human Rights

INTRODUCCIÓN
El presente trabajo se propone una sucinta reflexión acerca de la nueva concepción jurídica de la niñez, proclamada por la Convención Internacional sobre los Derechos del Niño (1989), y sus incidencias en el campo deontológico de la Psicología.
Como es sabido, el nuevo paradigma de la protección integral de los derechos del niño, iniciado con la CIDN, vino a subvertir jurídicamente el antiguo paradigma tutelar, fundamento de la legislación de menores. Mientras el paradigma tutelar se centra en la idea de *niño como objeto* de protección, el nuevo paradigma supone la *protección de los derechos* de los menores de edad, que la Convención enlaza a la responsabilidad del Estado, de la sociedad y de la familia.
En concordancia con la CIDN, la nueva legislación nacional[i] se asienta y promueve una nueva concepción respecto de la infancia y la adolescencia, basada en el reconocimiento explícito del niño y el adolescente como sujeto de derecho[ii]. Esta nueva concepción se erige en oposición a la idea de "menor", asociada al modelo tutelar instaurado por la Ley de Patronato de Menores[iii] que, en base a las nociones de minusvalía e inmadurez, sostiene el argumento de la incapacidad jurídica.
Debemos destacar que el modelo tutelar respecto de la niñez sigue aún en vigencia, impregnando las concepciones jurídicas pero también sociales sobre la niñez.
La persistencia de los vicios tutelaristas impide el afianzamiento de nuevas representaciones referidas a la niñez, no sólo en las prácticas jurídicas sino también en otras prácticas sociales, como por ejemplo la Escuela o la Salud Mental. Es importante identificar la vigencia de las prácticas tutelares y relevar así los puntos en los que la permanencia de la concepción tutelar respecto de la infancia aún se mantiene.