

Bienestar psicológico en adultos mayores divorciados y/o separados.

González Verheust, María Cristina y Luque, Leticia E.

Cita:

González Verheust, María Cristina y Luque, Leticia E. (2005). *Bienestar psicológico en adultos mayores divorciados y/o separados. XII Jornadas de Investigación y Primer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-051/150>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ewYf/S1F>

BIENESTAR PSICOLOGICO EN ADULTOS MAYORES DIVORCIADOS Y/O SEPARADOS

González Verheust, María Cristina; Luque, Leticia E
PUAM, Maestría en Gerontología, Facultad de Ciencias Médicas, UNC

Resumen

Nuestra investigación se centra en cómo enfrentan psicológicamente las personas mayores la disolución de su relación, después de más de veinte años de convivencia. Objetivos: - Conocer los motivos de la disolución del vínculo de pareja. - Interpretar sus necesidades personales psicosociales y las dimensiones del "bienestar psicológico" alcanzadas. Se trabajó con un diseño interpretativo, paradigma cualitativo-cuantitativo, muestra intencional de cien adultos de más de 55 años, ambos sexos, que finalizaron su relación después de 20 o más años de convivencia. La recolección de datos tuvo dos etapas: entrevista semiestructurada y aplicación de "Escala de Bienestar Psicológico". El análisis de los datos se basó en la teoría sistémica. Del análisis de las entrevistas podemos interpretar que las causas predominantes de la disolución del vínculo se debió a: sentirse en ese entorno incapaz de alcanzar la plenitud, necesidad de creatividad personal(grupo femenino), poca atención del otro en la relación cotidiana, una inadecuada distribución en las tareas del hogar (hombre jubilados con mayor disposición horaria) y por infidelidad. En la escala los varones obtuvieron puntajes más altos en autonomía, dominio del ambiente, relaciones con los otros; la mujeres, en autonomía y autopercepción. Un tema confuso para ambos sexos: propósito de vida.

Palabras Clave

Divorcio Bienestar Psicológico Adultosmayores

Abstract

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN DIVORCED OR SEPARATED ELDER ADULTS

Our investigation focuses on how elder people psychologically face the dissolution of their relations, after more than twenty years of living together. Objectives: -To Know the reasons of couple's bounds dissolution. - To interpret their personal psychosocial needs, and the dimensions of achieved psychological well-being. We worked with an interpretative design, qualitative-quantitative paradigm, intentional sample of a hundred adults of more than 55 years, both sexes, that ended their relations after twenty or more years of living together. Data collection had two stages: semi-structures interview, and the application of Psychological Well-Being Scale. Data analysis was based in systemic theory. According to interview analysis, we can conclude that the main reasons of bound dissolution were due to: feeling incapable of achieve plenitude in that environment, necessity of personal creativeness (female group), little attention from the other in everyday relation, an inadequate distribution of home duties (retired men with bigger time disposition), and infidelity. Male had in the scale higher scores in autonomy, environment handle, relations with others; female, in autonomy an self-perception. A confuse subject for both of them: life aim.

Key words

Divorce Psychological well-being Elderadults

Nuestra investigación se centra en la pregunta: ¿Cómo enfrentan psicológicamente las personas mayores la disolución de su relación, después de más de veinte años de convivencia?. Esta pregunta nos llevó en primer lugar a reconsiderar el concepto de matrimonio o relación de pareja, ya que en épocas anteriores se la consideraba una Institución y por tanto de carácter indisoluble, actualmente la concepción del término se analiza como una "relación" entre dos personas, por tanto no es necesariamente considerada como indisoluble, si hay acuerdo entre las partes. El divorcio y/o separación es una de las crisis más difíciles de transitar, debido a las múltiples consecuencias que trae aparejado a la pareja y a su entorno. Los cambios se manifiestan en las esferas sociales, físicas y psíquicas de la pareja y por tratarse de un proceso dinámico se dan diferentes maneras de resolución.

Es importante considerar, en primer lugar los estadios del ciclo de vida propuesto por Erikson, quien al respecto explicita lo siguiente: los ciclos vitales, no se dan en línea recta y paralelamente al desarrollo físico, sino que se manifiestan aspectos de cambios constantes y ningún período mantiene primacía, el autor mencionado, inicialmente psicoanalista, se inclina a una postura psicosocial y determina distintos estadios en el ciclo vital, partiendo desde la confianza versus desconfianza, autonomía versus duda, iniciativa versus culpa, laboriosidad versus inferioridad, identidad versus confusión, intimidad versus aislamiento, generatividad versus estancamiento, integridad versus desesperación, cada etapa tiene sus limitaciones y el logro de cada una permitirá el logro de las demás, así las últimas etapas de intimidad, generatividad e integridad se consideran relevantes al bienestar psicológico de los sujetos adultos. En esta etapa de transición (55 a 65 años), se realiza un replanteo de lo vivido, se manifiesta una mayor capacidad de reflexión en el proceso de desarrollo, se llega a la intimidad (si alcanzó la identidad personal) consigo mismo y con el otro, con la relación de pareja primero y con el medio, posteriormente se inicia la etapa de generatividad que tiene connotaciones personales y sociales muy particulares, así hablamos del retiro o jubilación, de la abuelidad, del nido vacío (los hijos se casan o se independizan y se van del hogar), estos cambios son afrontados de diferente manera por las personas, tanto hombres como mujeres. Así también desde el punto de vista antropológico debemos considerar que la sociedad postmoderna reconoce la diversidad sociocultural, es decir que los fenómenos sociales que conforman el proceso de integración personal determinan una realidad particular, propia y diferente. Desde esta perspectiva aceptar la relatividad histórica de esta nueva realidad, implica preguntarse que significa ser adulto mayor, geronte o viejo, como se redefine el concepto de identidad en esta etapa de la vida y que marca un punto de inflexión entre el adulto y el adulto mayor o viejo, además y desde el punto de vista sociológico se trabaja el tema de la soledad de los adultos por viudez, pero no por la separación y/o divorcio de los mismos. Si nos centramos en las parejas casadas en su juventud o en la adultez temprana, conforman una familia nuclear (padre, madre, hijo/s), constituyen un arquetipo de intimidad, pero, el modelo familiar que se origina en el matrimonio ha sido objeto de cambios y modificaciones, desestructurando en determinados casos esa organización que

se pensaba como estable y permanente. Los motivos por lo que las personas se casan, según estudios realizados por Kellerhals, son por razones carismáticas, pragmáticas, de status, de conformidad, determinados tipos de organización familiar diferentes: jerárquico, sinárquico o compartimentado, estos tipos de organización familiar pueden o no estimular la satisfacción de la vida matrimonial, determinando la adaptabilidad de los cónyuges. Según Sapanier y Lewis, con el correr de los años de vida matrimonial sus miembros van alcanzando la mutua adaptación: las mujeres se sienten más aliviadas porque disminuye el trabajo en la casa, los hijos se independizan, se renueva el interés por los temas sexuales y eso incide positivamente en la intimidad de la pareja, si han trabajado, dedicando tiempo y energía para apuntalar sus relaciones, llegan a considerar ese logro muy valioso y eso fortalece su relación, pero si no han alcanzado ese nivel de adaptabilidad y satisfacción las parejas terminan separándose y/o divorciándose. Para Askman, la tolerancia entre los integrantes de la pareja es de fundamental importancia para afrontar los altibajos que provoca el aumento de la edad en los cónyuges, eso agrega el conocimiento que cada uno tiene de la personalidad del otro y el disfrutar o no de su compañía, de hecho con el aumento de la edad y el cambio de obligaciones, la pareja suele estar más tiempo junta. A veces ese replanteo o cambios de vida no es aceptado por sus miembros y comienzan los problemas y dificultades de convivencia que pueden desencadenar en la separación y/o posterior divorcio, el divorcio que es en general considerado como un tema privado y que sólo pertenece a quienes firmaron oportunamente el acuerdo matrimonial, de hecho involucra a otros (hijos, parientes, amigos) que de una u otra forma interfieren en esta nueva situación. Roussel considera que las causas desencadenantes del divorcio son falta de comprensión y comunicación, desinteligencias en las funciones y en el reparto de las actividades, falta de afecto, incompatibilidad de intereses, valores y objetivos, privación sexual. Esta revisión de la vida matrimonial, nos permite considerarla como un sistema vivo en permanente interacción con otros sistemas y es desde este aspecto que intentamos, mediante la teoría sistémica analizar el proceso de divorcio y sus implicancias psicológicas. Bertalanffy afirma que un sistema se define como un conjunto de elementos en interacción, que por su misma naturaleza consiste en una interacción y ello significa que debe tener lugar un proceso secuencial de acción y reacción para que podamos analizar cualquier cambio y/o modificaciones del mismo. Un sistema es estable cuando las variables que la componen permanecen dentro de límites definidos, se pueden considerar relaciones estables las que son importantes para los integrantes, las que son duraderas y entre ellas el ejemplo más clásico son las relaciones maritales, las familiares; así el sistema sigue funcionando para mantener el equilibrio a lo largo del tiempo, sin embargo si ese sistema sufre una fisura o un quiebre, el sistema se rompe y la circularidad y retroalimentación desaparece, eso sucede en la pareja que decide romper el vínculo matrimonial y entonces su sistema se desestructura. Desde estos principios y como abordaje de interpretación, observamos lo explicitado por Isaacs, quien considera que el divorcio plantea exigencias extremas para la pareja, quienes deben, al separarse, reorganizar sus relaciones, deben encontrar la intimidad, de la que hablábamos anteriormente, debe recuperar la confianza en sí mismo y modificar las redes sociales en la que estaban integrados. Glasserman, plantea dos modalidades de conducta después de la disolución del vínculo: divorcio como etapa vital o como divorcio destructivo, con actitudes totalmente diferentes por parte de los integrantes de la pareja tanto a nivel personal como social. Ahrons, después de un estudio con un grupo de casi cien familias, describe al divorcio como una experiencia extremadamente dolorosa que invade el espacio vital completamente, determinando distintos tipos de interacción y comunicación de la pareja antes y después de decidir la separación, siguiendo a Hercovici, diremos que el

vínculo o unión conyugal se desestructura cuando alguno de sus miembros, o ambos deciden, finalizar la interacción funcional de su estado marital. Ahrons destaca otro tema que es importante considerar con los adultos mayores y es, la imagen social negativa del divorcio y los efectos que esta situación provoca en la pareja y su entorno, pudiendo determinar efectos emocionales, tristeza, por su parte Domenech plantea una serie de trastornos, por parte de los ex-cónyuges, como nerviosismo, depresión, abandono, trastornos psicósomáticos y hasta intentos de suicidio. Kaslow, por su parte establece etapas del divorcio que manifiestan sentimientos diferentes en los ex-cónyuges, así reconocemos sentimientos de desilusión, desesperación, baja autoestima, confusión, incertidumbre, resignación, optimismo, tristeza, dudas. Desde esta situación, nos preguntamos como se da o se expresa el bienestar subjetivo, son estas situaciones emocionalmente positivas o no para el desarrollo personal, Ryff y Waterman han aportado estudios sobre la relación entre la madurez y el bienestar subjetivo, así la línea de trabajo por ellos planteada intenta relacionar el grado de madurez psicológica con el nivel de bienestar, sin embargo la relación implica no sólo la interacción del sujeto maduro y su estado, sino el entorno social y su desarrollo psicofísico interactuando funcionalmente. Para Ryff, los criterios de bienestar subjetivo se desprende de una autoaceptación positiva, relaciones positivas con los otros, dominio del ambiente, adecuada autonomía, propósito de vida y crecimiento personal. Los *objetivos* han sido conocer los motivos o causas que determinaron la disolución del vínculo de pareja, interpretar las necesidades personales psicosociales de los entrevistados, y analizar las dimensiones del "bienestar psicológico" alcanzado por los AM.

Se trabajó con un diseño descriptivo interpretativo, basado en paradigma cualicuantitativo, la muestra de carácter intencional, está compuesta por cien adultos de más de 55 años de edad, de ambos sexos que hubieran finalizado su relación de pareja, después de 20 o más años de convivencia. Los sujetos: 65 mujeres y 35 varones, las edades oscilaron entre 55 y 75 años, estudios secundarios cursados, con o sin hijos, jubilados o no. Las técnicas de recolección de datos tuvo dos etapas: entrevista semiestructurada y posteriormente aplicación de la "Escala de Bienestar Psicológico" (Ryff, 1989). La característica del instrumento es un cuestionario de 4 escalas con 60 ítems en total, los mismos tratan distintos temas: nivel de autonomía percibida, propósito de vida, relaciones con los otros, dominio del ambiente, autopercepción; como objetivo tiende a evaluar cuatro dimensiones de personalidad en la población adulta: complejidad, generatividad, integridad e interioridad, los datos psicométricos nos permiten determinar una consistencia interna (coeficiente alfa entre .70 y .82) y la validez (convergencia en la dirección esperada con cuestionarios tradicionales sobre rasgos de personalidad). El análisis de los datos se basó, en un primer momento desde la teoría sistémica y posteriormente en un análisis porcentual de las respuestas de la escala y la comparación entre ambos sexos.

La muestra se conformó por decisión de los entrevistados, dentro de las características antes mencionadas. En la entrevista se abordaron temas sobre: Tiempo de dedicación a la pareja, problemas económicos, infidelidad, relación con los hijos, distribución de las tareas domésticas, distribución del tiempo libre, relación con familias de origen y con amigos, maltrato, decisión de la disolución del vínculo, acuerdos o no, tiempo de vivir solo o con otro/a, situación actual. La escala se administró posteriormente y en líneas generales las respuestas de los entrevistados coincidió con los datos aportados en la misma. El análisis de las entrevistas se basó en la teoría sistémica, partiendo del concepto desarrollado por Doltó. Asimismo se consideraron las tipologías sobre el divorcio de Ahrons (1994) y Glasserman (1995) y los aportes de Maslow (1991) sobre la autorrealización como motivación y necesidad, alcanzada en

la madurez y desde esa perspectiva, considerando la persona como una unidad sistémica, define dimensiones a alcanzar y desarrollar en el proceso de madurez. El análisis de la escala, se basó en las áreas: autonomía, dominio del ambiente, crecimiento personal, relaciones positivas con los otros, propósito en la vida y autoaceptación.

Desde el análisis de las entrevistas podemos interpretar que las causas predominantes de la disolución del vínculo se debió: por el sentirse en ese entorno incapaz de alcanzar la plenitud, como necesidad de creatividad personal (este aspecto se expresó sobremedida en el grupo femenino), por poca atención del otro en la relación cotidiana, por una inadecuada distribución en las tareas del hogar (esta situación se perfila en hombre jubilados con mayor disposición horaria) y por infidelidad. Coincidiendo con lo expresado por Ahrons, las personas divorciadas y/o separadas, tanto varones como mujeres coincidieron en la imagen social, se preocuparon y aún se preocupan: "por el que dirán", sobre la opinión de amigos y familiares y en algunos casos se han sentido discriminados ante esta nueva vida. En cuanto a los sentimientos que surgen a posteriori de la separación y siguiendo a Kaslow, encontramos que en las mujeres expresan sentimientos de desilusión, confusión y baja autoestima, los hombres por lo general se manifestaron con sentimientos de confusión e incertidumbre. Respecto a las necesidades psicosociales los entrevistados manifestaron respuestas como: "me siento bien solo y tengo confianza en esta nueva etapa de mi vida"; "me siento bien con mis amigos y disfruto de su compañía"; "aprovecho adecuadamente mi tiempo, mi nuevo tiempo". En cuanto los datos aportados del análisis de la escala, la comparación de respuestas de los grupos de varones y mujeres fue la siguiente: el grupo de varones obtuvo puntajes más altos en autonomía, dominio del ambiente y relaciones positivas con los otros, las mujeres obtuvieron puntuaciones más altas en autonomía y autoaceptación, respecto al tema: propósito de vida, las respuestas fueron en general no muy claras, lo que se relacionó a los datos aportados en la entrevista. El planteo, en líneas generales, es un "no saber como enfrentar esta nueva realidad, todos los días me cuestiono que hacer", decía una entrevistada, mientras que un varón dijo: "a pesar de estar bien con mi nuevo estado, me cuesta enfrentar la realidad, es diferente a lo que yo pensé".

Si bien el trabajo se realizó con una muestra accidental, vemos que en general, los adultos mayores integrantes de la muestra plantean su decisión como adecuada, por diversos motivos, predominado la falta de comunicación entre ambos antes de tomar la decisión de separarse; sin embargo, las mujeres presentan más rasgos de dependencia, con el ex-cónyuge, con la familia y con los otros, mientras los varones expresan una más rápida aceptación a su nuevo estado; además consideran que a posteriori encuentran desestructuración en algunos aspectos de su hacer cotidiano ("son muchos años de vivir juntos, uno se acostumbra"). Por ello sería recomendable que, las personas que se separan, especialmente después de tantos años de convivencia, se acerquen a psicólogos adecuadamente formados que pudieran aconsejar y/o guiar en ese nuevo camino a recorrer; el profesional debe ayudar, por un lado, a la mujer quien debe rever varias actividades que estaban en manos de su pareja, y al hombre a iniciar actividades que eran prioridad femenina, mostrando a la vez que en tanto todos somos parte de un sistema, necesitamos continuar interrelacionándonos de la manera más adecuada a las partes y al todo.

BIBLIOGRAFIA

- Buendía, J. (1990) *Psicología y salud*, Madrid: Pirámide.
Cornachione Larrinaga, M., (1999) *Psicología evolutiva de la vejez*, Córdoba: Brujas
De la Cruz, A. & González Verheust, M., (2001) *El proceso del divorcio*, Córdoba: Brujas.
Domenech Almedros, A. (1994), *Mujer y divorcio, de la crisis a la independencia*, Valencia: Promolibro.
Erikson, E. (2000) *El ciclo vital completo*, Barcelona: Paidós.
Hayflick, L., (1999) *Como y porque envejecemos*, Barcelona: Herder
Hercovici, P., (1991), *El divorcio y las nuevas organizaciones familiares*, Bs.As.: Nadir
Isaacs y otros, (1998), *Divorcio difícil*, Bs.As.: Amorrotu.
Lago Martínez, S. & Otras. (2003). *En torno a las metodologías: abordajes cualitativos y cuantitativos*. Bs.As.: Proa XXI
Ortemberg, O., (1995), *La mujer y la ley*, Bs.As. Biblos
Salvareza, L., (1999) *La vejez*, Bs.As.: Paidós.
Sánchez Salgado, C. (2000), *Gerontología social*, Bs.As.: Espacio.
Von Bertalanffy, L., (1995), *Teoría general de los sistemas*, México: Fondo de la cultura económica
Zacarés, J., & Serra, E., (2000), *La madurez personal: perspectivas desde la psicología*, Valencia: Pirámide