

279
29:



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTONOMA
DE MEXICO

FACULTAD DE PSICOLOGIA

ESTRATEGIAS DE TRABAJO EN GRUPOS DE
ANCIANOS PARA DISMINUIR LOS NIVELES DE
ANSIEDAD

T E S I S
Q U E P R E S E N T A :
ALBERTO BRAVO HERNANDEZ
PARA OBTENER EL TITULO DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGIA

ASESOR: MTA. MAGDALENA VARELA MACEDO



TESIS CON
FALLA DE ORIGEN



UNAM – Dirección General de Bibliotecas Tesis Digitales Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS © PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis está protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

DIRECTOR DE TESIS: MTRA. MAGDALENA VARELA MACEDO

A MI ESPOSA Y A MIS HIJOS
BERTHA, CESAR ALBERTO Y
VICTOR HUGO.

INDICE

	PAG.
INTRODUCCION	6
CAPITULO 1: PRINCIPALES CARACTERISTICAS DEL ANCIANO	
1.1 VEJEZ	9
1.2 ENVEJECIMIENTO	11
1.3 LA INACTIVIDAD EN EL SENECTO	13
1.4 ANALISIS DE LA SITUACION DEL ANCIANO	18
1.5 LAS ACTIVIDADES Y COMUNICACION EN EL ANCIANO RETIRADO	27
1.6 EL TRABAJO COMO UN FIN EN SI MISMO, COMO CAUSA DE LA DESESTRUCTURACION FAMILIAR Y DE LA PROBLEMATICA DEL ANCIANO	30
1.7 COMO SE GENERA LA INACTIVIDAD EN EL ANCIANO	34
1.8 EL CONCEPTO DE ACTIVIDAD A TRAVES DE LA HISTORIA	38
1.9 PROGRAMAS DE ASISTENCIA SOCIAL (INSEN)	42
CAPITULO 2: LA DINAMICA DE GRUPO	
2.1 FUNDAMENTOS TEORICOS DE LA DINAMICA DE GRUPOC	46
2.2 DEFINICION DE DINAMICA DE LOS GRUPOS	56
2.3 PROCESOS DE COMUNICACION EN GRUPOS	58
2.4 CAMBIOS QUE SE INSTAURAN CON LA DINAMICA GRUPAL EN ANCIANOS	62
CAPITULO 3: LA ANSIEDAD	
3.1 CONCEPTOS DE ANSIEDAD	68
3.2 LA ANSIEDAD EN EL PROCESO GRUPAL	71

CAPITULO 4: METODOLOGIA

4.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	78
4.2 PLANTEAMIENTO DE HIPOTESIS	78
4.3 VARIABLES	78
4.4 SUJETOS	80
4.5 DISEÑO DE INVESTIGACION	80
4.6 INSTRUMENTO	81
4.7 PROCEDIMIENTO	86
4.8 CALIFICACION	87
4.9 DISEÑO DE LAS DINAMICAS GRUPALES	87
4.10 DESCRIPCION DEL PROCEDIMIENTO	88
4.11 ORDEN DE APLICACION, ANALISIS, SINTESIS Y OBSERVACIONES DE LAS DINAMICAS GRUPALES	89

CAPITULO 5: ANALISIS Y CONCLUSIONES

5.1 ANALISIS ESTADISTICO	122
5.2 RESULTADOS	124
5.3 CONCLUSIONES	128
ALCANCES	132
LIMITACIONES	134
SUGERENCIAS	135
ANEXOS	136
BIBLIOGRAFIA	144

"Es verdad que la psicología individual se ciñe al ser humano singular y estudia los caminos por los cuales busca alcanzar la satisfacción de sus emociones pulsionales. Pero sólo rara vez, bajo determinadas condiciones de excepción, puede prescindir de los vínculos de este individuo con otros. En la vida anímica de el individuo, el otro cuenta, con total regularidad, como modelo, como objeto, como auxiliar y como enemigo, y por eso desde el comienzo mismo de la psicología individual es simultáneamente psicología social..." (S: Freud, psicología de las masas y análisis del yo, 1976).

Introducción:

Debido a las características de la población anciana, es una creencia común por la mayoría de las personas del medio urbano, que estos sujetos ya no son de interés social. Tanto la familia como la sociedad los margina, mostrándose indiferentes ante la situación de la mayoría de ellos. Actualmente el incremento de esta población plantea un reto para la sociedad. Por lo cual es necesario encontrar estrategias de trabajo que permitan un mejor nivel de vida para este grupo social.

Los aspectos más sobresalientes a exponer en el capítulo 1, permite dar una descripción de la situación actual de los ancianos, se analiza también el papel que juega el trabajo como un fin en sí mismo en la sociedad industrial, así como los efectos que tiene sobre la estructura familiar. El trabajo en la actualidad, demanda mayor participación de los integrantes de la familia, esto los aleja del ambiente familiar y aísla a las personas y en mayor grado a los ancianos, el trabajo cada vez demanda mayor especialización y habilidad lo que genera que los ancianos se conviertan en personas inactivas dentro de la sociedad.

El análisis de como se genera la inactividad en el anciano nos conduce a encontrar la causa principal que hace que el sujeto se encuentre emocionalmente inválido, debido a la pérdida que siente de su capacidad creativa y productiva. Ello hace que la persona deje de realizar una actividad consciente, "la actividad que realiza la persona en sentido moderno se refiere sólo a la conducta, y no a la persona que hay detrás de la conducta" (Fromm, E., 1978, pp.94). A la larga, esto trae como consecuencia la limitación de los procesos mentales de una actividad consciente, que permita un aprendizaje de lo realizado.

instaurándose sólo un reflejo de habituación compensación.

Las estrategias de trabajo deben ser adecuadas para la resocialización, además de permitir a los ancianos disminuir sus niveles de ansiedad, los cuales se elevan por los problemas que enfrentan en la vida cotidiana, y que limitan su inserción tanto en la familia como en la comunidad. Estas estrategias permitirán ubicarlos dentro de su realidad presente, armándolos de herramientas suficientes que les permitan superar el lugar que los estereotipos sociales les han impuesto.

En el capítulo 2 se hace mención de la importancia de la dinámica grupal como la estrategia a utilizar, se expone la definición, los fundamentos teóricos y algunos procesos de comunicación dentro del grupo, así como los cambios que se generan en los ancianos con la utilización de la dinámica grupal. Esta utilizada correctamente posee la capacidad suficiente para poder lograr que los senectos respondan como personas activas en la sociedad, además de disminuir los niveles de ansiedad, les permite lograr un cambio con base en la actividad a la que se ven sometidos a lo largo de la dinámica, que los hace reflexionar, y con ello tomar conciencia de la realidad presente.

El capítulo tercero hace mención de la ansiedad, lo expuesto por diferentes autores respecto al concepto, así como su incidencia en el proceso grupal.

El aspecto más sobresaliente del capítulo 4 de la presente investigación es demostrar que la dinámica grupal permite lograr la disminución en los niveles de ansiedad de los ancianos. Esta estrategia de trabajo desarrollada por Lewin (1944), nos condujo a estructurar un "tratamiento" para reducir el nivel de ansiedad. El procedimiento está

constituido por doce dinámicas, las cuales, secuenciadas de la manera como se presentaron, nos llevo a obtener el objetivo propuesto; disminuir el nivel de ansiedad en los participantes de la muestra tomada.

En lo que respecta al capítulo 5 de análisis y conclusiones se describen los resultados que se obtuvieron y en general se refieren a que los ancianos pueden seguir siendo personas productivas concientes, y con base en esta estrategia de trabajo, reducir sus niveles de -- ansiedad e incrementar el concepto de sí mismos.

CAPITULO 1.

PRINCIPALES CARACTERISTICAS DEL ANCIANO

1.1 Vejez.

La vejez, expresa Simone de Beauvoir "acarrea consecuencias psicológicas, modifica la relación del individuo con el tiempo, por lo tanto su relación con el mundo y su propia historia. En la vejez del hombre como en cualquier edad, su condición le es impuesta por la sociedad a la que pertenece, y la sociedad asigna al anciano su lugar y su papel en la sociedad actual" (Simone, B. La Vejez, 1980. pp. 15)

Ni el individuo, ni la familia, ni la sociedad aceptan la vejez, por que es una etapa del ser humano que crea muchos problemas, se le podría definir como la edad trágica en la que se encuentran unos y hacia la que caminamos todos.

Geist (1977) nos dice, "Como índice de vejez, la edad cronológica es inadecuada, toda vez que no se tienen en cuenta la serie de diferencias individuales que existen entre las personas. No obstante, los años que con más frecuencia se mencionan como de iniciación de la vejez oscilan entre los 60 y 65 años". (citado en G.G: Nacach. M. M. Carvajal Tesis, 1979, pp, 17-18).

Guillermo, Martínez (1977), nos menciona "se ha considerado vieja a una persona a raíz de una serie de síntomas superficiales como la aparición de arrugas en la cara, el llamado arco senil, alrededor de la córnea del ojo, la pérdida de la postura recta de la columna vertebral, etc." (Idem).

Zenil et. al. 1976), hablaron de la vejez en el primer Congreso Nacional de Geriátría celebrado en México, como "una etapa de cambios sumamente significativos caracterizados por los procesos irreversibles del envejecimiento y especialmente por la angustia existencial que la idea de muerte provoca en estas personas". (García, M. Laura, Tesis, 1989. pp. 6).

Havighurst (1968), asume que "El éxito en la vejez consiste en una adaptación exitosa. cuando hay un ajuste apropiado entre la personalidad, el ambiente social y el organismo físico, la adaptación será relativamente fácil y la vejez exitosa". (Idem)

El actual estadígrafo social considera que se entra a la vejez hasta los 75 años de edad. Por lo tanto se debe concientizar al anciano que no se gufe únicamente por su "edad cronológica y comprenda que se requieren otros conceptos como son; edad biológica, edad psicológica y edad social. La relevancia de estos es obvia, la observación empírica de las diferencias que existen entre los grupos de la misma edad aumenta entre más años tengan las personas, no encontrando igual las condiciones biológicas, psicológicas o sociales". (Kastenbaun, R. Vejez 1979, pp.12)

"La vejez sin embargo es un estado mental, se le define según normas exteriores como en el caso de la edad cronológica según el propio criterio de cada quien, se puede situar a la vejez en etapas relativamente tardías de la vida" (Idem, pp. 15)

1.2 ENVEJECIMIENTO.

El envejecimiento, es considerado como un proceso o un conjunto de procesos. Se envejece a través de los años, se va envejeciendo desde que se nace, la vida es un largo proceso de envejecimiento, en el que se van desgastando y acabando poco a poco órganos, aparatos y sistemas del organismos; es un proceso irreversible por el cual todos los seres humanos tenemos que pasar. "El envejecimiento es una serie de cambios naturales y lentos que afectan a los seres vivos desde su nacimiento hasta su muerte estos cambios son secuenciales, acumulativos e irreversibles" (Jiménez, R. A. Tesis, Lic. 1990, pp. 30)

Envejecimiento cronológico, es el transcurso del tiempo en una evolución progresiva e irreversible, cuyos rasgos esenciales son el dar forma al organismo y, luego, destruir, lo formado.

Lasing (1959), gerontólogo norteamericano propone la siguiente definición, "el envejecimiento es un proceso progresivo desfavorable de cambio, ordinariamente ligado al paso del tiempo, que se vuelve perceptible después de la madurez y concluye invariablemente en la muerte" (Idem pp. 28)

Todos los seres tienen programado genéticamente cada una de sus características o modalidades de crecimiento y envejecimiento, aunque el medio ambiente contribuye a retardar o acelerar el ritmo que deberá seguir el programa de este desarrollo sin olvidar que estos procesos siguen lineamientos propios de desenvolvimiento.

"El envejecimiento del individuo, fenómeno continuo e irreversible sin duda, pero según un proceso que es propio de cada uno. El envejecimiento de la sociedad, fenómeno fluctuante pero no irreversible y que se manifiesta según el ritmo lento de las generaciones". (op. cit. 1990, pp. 30).

Para el doctor Manuel Díaz García:

"La ancianidad es fundamentalmente la disminución de requerimientos, el descenso en la elaboración, el aumento y la transformación de las necesidades físicas, psíquicas y sociales de la personalidad" (citado por Gerardo, A.I. Tesis 1982, pp. 10)

Por consiguiente no hay edad límite para poder decir cuándo empieza a envejecer el hombre si no que este envejecimiento es gradual, progresivo y sobre todo individual.

La definición desde el punto de vista psicológico para el envejecimiento es la siguiente "se le puede considerar como el proceso irreversible, caracterizado por la pérdida de repertorios conductuales, funciones y habilidades: correlativos casi siempre a un proceso de deterioro de las funciones biológicas, que repercuten en la vida social del sujeto en diferentes áreas". (García, M. Laura, op. cot. pp. 10)

Nengarten considera que "las respuestas al envejecimiento son expresiones de patrones de personalidad ya establecidos desde mucho tiempo atrás. Se produce una coherencia creciente, sugiere que la personalidad se "acentúa con la edad bajo la tensión física y social propia de la edad avanzada, los atributos superficiales desaparecen y tienden a destacarse las tendencias básicas de reacción se descubre la

esencia de sus personalidades permitiéndoles, envejecer con dignidad y aceptar objetivamente el paso del tiempo". (Idem, pp. 11)

Desde este mismo punto de vista se ha demostrado que las personas de edad que envejecen en forma óptima son aquellas que permanecen activas y que logran resistir la reducción progresiva de su medio social, manteniendo las actividades de la edad madura, mientras les es posible y encontrando sustitutos para las actividades que se ven forzados a abandonar y para las relaciones que han perdido. (Idem)

1.3 LA INACTIVIDAD EN EL SENECTO

Los problemas surgidos con el retiro de la actividad laboral están en relación con la cultura. Este retiro ha provocado una serie de fenómenos cuyos efectos no han sido estudiados en su totalidad.

La cultura por lo común obliga a jubilarse a determinada edad a las personas entradas en años, cualquiera que sea su estado físico o emocional, esto repercute en ellos con una marcada inactividad.

Para N.E. Zinberg, existen tres tipos de condiciones que acompañan al anciano en el retiro de la actividad laboral.

a) El que necesita trabajar para garantizar su vida y que siempre ha visto en las vacaciones e incluso en los días domingos, un elemento perturbador, esta persona siente el retiro como una constante "neurosis dominical" le parece desquiciadora la amenaza a su capacidad de acción, y queda pasivo y se va debilitando a si mismo.

b) En cuanto a las personas que han puesto una emoción y una libido excesiva a su ocupación. Encuentran que su alejamiento se traduce en el mismo tipo de depresión que produce la pérdida de un ser querido. Es decir, que el trabajo se había convertido en una satisfacción en si y no en un medio para alcanzar ese fin.

c) Este lo constituye la persona que solía trabajar para sentir que era útil y que tenía algo de valor que ofrecer. A este le obsesionan los sentimientos de inutilidad y de vacío que durante toda su vida trato de dominar. (N.E. Zinberg, C.L. Kaufman, 1980, pp. 44-47) (García, M. Laura op. cit. pp. 15-16)

"Los ancianos que se abandonan cuando son retirados de la actividad laboral que se encierran en sí mismos o dan la espalda al crecimiento y al cambio son los que se hacen más pronto seniles. Aún cuando no se han hecho muchos estudios psicológicos sobre ancianos, parece ser que las personas mayores son mucho más capaces de hacer casi todas las cosas que las que se les asigna. Un acierto que debiera ser tomado en cuenta cuando se piensa en el anciano es que, una cuidadosa planificación de sus actividades contribuiría a hacer agradable y grata la vida de estas personas.

En una serie de estudios realizados en la década de 1968, por Robert J. Habighurst, y Col. en la Universidad de Chicago, descubrieron que: "Los ancianos que seguían participando activamente en la vida eran en general más felices y estaban más sanos que las personas que se retiraban de sus actividades" (Sánchez, Vera, Tesis 1983, pp. 43)

Los hallazgos de Avila Obscura en su investigación de 1982, estudio, realizado con el propósito de utilizar la experiencia laboral de los jubilados del Distrito Federal. Las sugerencias de esta investigación fueron:

"En un futuro mediano se deberá implantar al momento de la jubilación, una educación médico- laboral para cada individuo, en la que se determine su estado de salud, sus deseos, su disponibilidad para seguir laborando y además sugerir que puede ser capacitado como instructor para que realice funciones de asesoría y enseñanza a las nuevas generaciones. De esta manera se aprovecharía la experiencia de trabajo de los jubilados, con lo cual se ayudaría a incrementar la expectativa promedio de vida, proporcionándoles actividades y así permitirles llevar una existencia más digna que los haga sentirse útiles así mismos y a la sociedad" (García, M.L. op. cit. pp. 20-21)

En el policlínico "Diego Tamayo", Apodaca y Zulueta (1979-1980), en el municipio de la Habana vieja, llevaron a cabo un estudio para conocer las causas que originaron el abandono de los ancianos.

Las conclusiones fueron las siguientes: 1.- El 9,4%, de la población anciana, en esta área de la salud, carece de apoyo familiar, lo cual genera una creciente demanda de ingreso a hogares de ancianos.

2.- Las agrupaciones de ancianos para la realización de actividades constituyen para los mismos un medio eficaz de apoyo emocional". (Idem, pp. 22-23)

Los trabajos siguientes son de tesis que se han hecho sobre el tema de los ancianos; en la facultad de psicología de la Universidad Nacional Autónoma de México, algunas conclusiones obtenidas son:

"El jubilado logrará un punto de equilibrio al desarrollar actividades que le permiten dar nuevas aportaciones a la sociedad" (Sara, Belmon, G. Tesis, 1988, pp. 56)

"Las personas ancianas que mantienen un ritmo de vida activa, tanto física como intelectual y que permanecen en continuo contacto con la sociedad, son los que logran un mejor equilibrio, psicológico, manteniendo sus facultades casi en óptimas condiciones" (Jiménez, Reyes Tesis, 1989, pp. 99)

"Las personas estudiadas sostienen patrones de conductas ocupacionales de acuerdo a sus capacidades presentes que les han ayudado a permanecer insertos dentro de las estructuras familiares y sociales de su contexto, ayudando en mucho si no a detener cuando menos a disminuir todo aquellos riesgos considerados como intrínsecos al proceso de envejecimiento" (G.M.C., Vázquez, Rodríguez, Tesis, 1980, pp. 129)

"El deterioro progresivo de las facultades físicas y mentales, y especialmente las limitaciones en relación a las actividades, el aislamiento, la marginación y la vivencia del proceso del envejecimiento; todos son aspectos importantes en la dinámica existencial del anciano. Las limitaciones de sus actividades, llevan a que su realización interpersonal esté caracterizada por patrones específicos, posiblemente esto se debe a lo limitado de sus relaciones, el temor al rechazo de que son objeto en la sociedad en la que se siente extraño y no perteneciente". (García M. Laura, op. cit. pp. 24-25)

En la investigación bibliográfica llevada a cabo solo se encontró un estudio el cual menciona como propósito esencial el dar respuesta a la demanda de asistencia psicológica necesaria en grupos de ancianos.

Los resultados obtenidos durante las 15 sesiones de trabajo fueron:

En el 70% de los ancianos se promueve una renovación constante de sus sentimientos, pensamientos y percepciones.

El 15% de la población estudiada maneja sus propias habilidades y experiencias ante situaciones conflictivas.

Y en el 15%, de la población restante, se evaluó que los ancianos renovaron sus sentimientos, pensamientos y percepciones, reconocieron propias habilidades como también experiencias y anulaban sentimientos y pensamientos de minusvalía al poder ponerlos en palabras y en práctica positiva (IV, congreso Nacional de Geriátrica y Gerontología, memoria, 1988, pp. 37):

Por lo tanto podemos concluir: Que las conductas antisociales en los ancianos son originadas por el aumento de la ansiedad que experimentan en el proceso de envejecimiento, es decir por las situaciones conflictivas que provocan las limitaciones de su actividad regular, las relaciones de dependencia familiar, la angustia ante la muerte cercana, los sentimientos de soledad, el aislamiento, todos estos factores contribuyen para que se dé el concepto en los ancianos de persona inactivas, los factores mencionados podrían dejar de ser causa importante en la etapa de la vejez si el anciano logra encontrar vivificante la reflexión y el aprendizaje al que se enfrenta en la actividad que se logra con base en su participación en la dinámica grupal.

1.4 ANALISIS DE LA SITUACIÓN DEL ANCIANO.

No existe ninguna prueba científica para poder designar a los 60 años, o a cualquier otra edad, como la edad indicada para la jubilación.

"Las razones políticas y económicas han sido las responsables de que la jubilación basada en la edad haya dominado durante la mayor parte de este siglo". (Robert, Kastenbaum, op. cit. pp. 8)

En la actualidad un buen número de personas llegan a la edad de jubilación e incluso la superan, la jubilación es un momento muy delicado en la vida del individuo, frecuente punto de partida de problemas y desequilibrios físicos y psíquicos.

El anciano debe hacer frente, no obstante, a problemas psicológicos que son tanto más graves cuando más precaria sea la situación económica; debe enfrentar múltiples problemas y dificultades. Sus deseos afectivos son ignorados o subvalorados, la sociedad los aliena y con frecuencia sus propios hijos y familiares les soportan de mala gana; el problema de la soledad adquiere límites desbordantes.

El anciano se siente marginado, falto de amor; la salud puede ser precaria en la mayor parte de los casos y puede crear ciertas dificultades e incluso producirle una invalidez con grave perjuicio personal y social.

Los problemas psicológicos derivados de esta nueva situación, pueden generarle sentimientos de inseguridad en sí mismos y de miedo a enfrentarse con una vida que comprometa seriamente sus relaciones con la sociedad y la familia; a ello contribuyen numerosos factores, como son:

La dinámica del rendimiento personal tras la jubilación, la pérdida del status social (no hay que olvidar que el individuo es juzgado muchas veces por el papel que desempeña en la sociedad), el debilitamiento de los contactos humanos o de las amistades creadas en el ambiente laboral, y finalmente el cambio de la rutina laboral que, aunque molesta, representa una seguridad económica y social.

Todos estos cambios que sufren son: "Debido a las transformaciones sociales por las cuales se ve despedido del círculo de la familia y del estado, una de las características de la vejez o de la edad avanzada es que gran parte de su existencia se ubica fuera del círculo de la producción, en este sentido se le puede considerar como un grupo marginal, aunque socialmente se le defina como un sector positivo, muchos de los conflictos psicológicos que aparecen en la vejez se relacionan con la marginación y la muerte involucrada en esta marginación, muerte social". (Marchiori, H: Trabajo ISSEMYN, pp. 9)

El mundo que rodea al anciano desaparece al ser marginado, y esto le significa el dejar de pertenecer a éste, volviéndose una persona aislada, callada y poco participativa, su actividad es nula y con su indiferencia lo único que logra es que la sociedad lo afse aún más.

Para hablar de la situación que vive el anciano, es necesario describir las situaciones a las que se va enfrentando:

- a) En el núcleo familiar.
- b) A nivel Social e
- c) Institucionalizado.

Núcleo familiar.

Se nos menciona que: "No es raro encontrar ancianos que viven a disgusto y se sienten solos dentro de su propia familia que les es en cierta forma hostil".

El núcleo familiar, la mayoría de las veces relega al anciano a una vida de confinamiento, la cual es rota sólo cuando se le necesita para algún encargo o trabajo doméstico, que los demás miembros de la familia no desean hacer.

Una proporción pequeña recibe una suma por concepto de pensión o jubilación, habitualmente insuficiente para su subsistencia. Esta situación es otra fuente de desventura y dolor permanente en la persona. El hombre en edad productiva entrega todo su esfuerzo para cumplir de la mejor manera posible con la educación, alimentación y preparación de sus hijos buscando darles todas las facilidades para que más tarde puedan valerse por sí mismos. Pero cuando este mismo hombre llega a la senectud ya coexisten tres generaciones; sus hijos ya han formado otra familia y encaminan todos sus esfuerzos en la formación de esta tercera generación.

"El viejo ya no es sujeto de interés para proporcionarle lo que sus mismas necesidades requieren, si está enfermo es un achacoso por su edad, si le falta ropa puede mandar a arreglar la que tiene en último término. Son tantos los gastos que hay que hacer que no alcanza el dinero para atender a esa otra persona más". (Laguna, H.D. La Moral Social y La Vejez, 1976)

El medio familiar puede verse totalmente alterado por la presencia del anciano, en ocasiones las familias no ven otra posibilidad que el deshacerse del viejo y su

hospitalización es urgente pues permite también al anciano el tener un sentimiento de acentuación más positivo en el medio hospitalario que dentro de la familia, en ocasiones los verdaderos problemas del anciano son acentuados de tal forma por los familiares que la situación se vuelve insoportable para ambas partes.

"Hay que tener en cuenta para esto que la mayoría de las gentes que se ocupan de los ancianos, dentro de la familia son gente también ya de cierta edad y por esto los problemas de deterioro son más tolerados pues para ellos significa algo que también les va a suceder en más o menos un corto plazo. (Bally, Salín, 1971. pp. 15-16)

A nivel social.

El anciano a través de la vida ha representado diferentes roles sociales desde el rol de niño, joven, adulto, esposo, padre y el último el cual no ha logrado asumir realmente el de anciano, en esta etapa de la vida muestra un descontrol total ya que no logra adaptarse a su realidad presente, y esto le crea momentos de frustración, la sociedad lo relega a un papel de sujeto sin beneficio mostrándolo como una persona sin capacidad, dependiente y sin futuro.

El estereotipo de la vejez se ha difundido y enraizado tanto en nuestra sociedad que los mismos ancianos lo han aceptado. Ellos son responsables en gran parte del lugar que ocupan en la sociedad, ya que lo que para una persona puede ser rechazo o exclusión para otra puede ser una agradable oportunidad para evitar responsabilidades: "El estilo de vida de un individuo puede conservarlo unido extremadamente con la sociedad mientras que el otro puede llevarlo a una rápida separación" (Kastemaum, R. op. cit. pp. 64)

Elaine, C., y Williams, H. (1979), en la teoría de la separación nos mencionan que "es natural que al avanzar en edad vaya aumentando la distancia entre la sociedad y el individuo". Sin embargo, este proceso puede ser experimentado con diversos grados de dolor o satisfacción, la persona que sea expulsada por la sociedad antes que se le prepare seguramente sentirá ansiedad y quizá tratará de resistirse a abandonarla, los ancianos que asisten a los grupos son personas que luchan por permanecer dentro de la sociedad la cual lo conduce o empuja obligándolos a permanecer al margen aunque se de la separación para ellos no constituye un proceso natural en lugar de esto representa la solución de la sociedad a una serie de problemas económicos, sociales y políticos. (Idem, pp. 56)

"Hay una tendencia cada vez mayor para la segregación de los ancianos, la discriminación económica se manifiesta no sólo en el empleo, sino también en los impedimentos para obtener crédito, en el manejo negligente y hasta criminal de los planes de pensión". (Idem. pp. 56)

Las relaciones mercantiles dentro de la sociedad no dan oportunidad para que los ancianos produzcan medios adecuados para su manutención relegándolos a situaciones de miseria donde sólo se le procura una raquítica pensión que apenas les alcanza para medio vivir, creando con esto una baja en la autoestima de la persona además de desvalorización y pocas expectativas a un futuro halagador, debido a esto la mayoría pasa de ser un sujeto activo a uno inactivo, que sólo espera el momento de la muerte.

"Una investigación realizada por un grupo internacional encargado del estudio de la salud mental encontró que se diagnosticaba a muchos pacientes ancianos como

afectados por una enfermedad orgánica del cerebro, cuando en realidad sus problemas eran de naturaleza funcional" (Cooper, J.E. 1972) (Idem pp. 95)

De acuerdo a lo mencionado los trastornos funcionales se presentan por la falta de actividad e interacción en los ancianos, la importancia de la actividad mental, así como la física permiten mantener alejados los espectros de la marginación y la inutilidad, la falta de actividad mental reduce la conciencia del ser humano a un estado anterior lo cual limita la interacción de los individuos con el medio ambiente aislándose mentalmente, se nos menciona que:

"La actividad se convierte en objeto de la conciencia; se toma conciencia de las acciones de otras personas y a través de ellas, de las propias acciones del sujeto y se comunican con ayuda de gestos y lenguaje sonoro. Esto constituye la premisa para la generación de acciones y operaciones internas que transcurren mentalmente en el plano de la conciencia". (Guippenreiter y El Proceso de Formación 1989, pp. 281)

Cuando las personas ancianas se aíslan mentalmente, en esos momentos lo que están haciendo es hacer uso de una de las estrategias que le quedan para hacer frente a la situación la capacidad de separarse de la presión y de la realidad desagradable, negándose a responder a medida que le pedimos algo:

"El anciano en un ambiente ajeno y desagradable puede hacer que su mente se convierta en una especie de cometa, suelta un poco de la cuerda, aprovecha la brisa de los recuerdos de un pasado más feliz y permite que sus pensamientos revoloteen, alejándose de la monótona realidad, de la situación inmediata". (Kastebaum, R. op. cit. pp. 98)

Continúa mencionando el autor : "La mente que así divaga puede hacerse cada vez menos capaz de satisfacer sus propias necesidades básicas de supervivencia. Cuando el retraimiento social se origina por una preocupación protectora, el individuo se retira del estímulo e integración social por miedo a ser dañado física y emocionalmente, a ser humillado o a mostrarse incompetente de tal forma que asume una actitud de prevención, hacia el menor riesgo; esta actitud puede contribuir a un verdadero deterioro mental por la pérdida de estímulos, experiencias y ejercicios". (Idem)

Con base en esta descripción nos damos cuenta que los ancianos generan diferentes reacciones negativas en el intento por salvaguardar su integridad, la marginación social les hace incrementar las enfermedades, la inactividad mental y física contribuyen a una rápida instauración de éstas.

La institucionalización.

Una estadística preparada por el doctor Pequinot (1971), establece que entre los ancianos sanos admitidos en un asilo se dieron las siguientes cifras:

8% mueren en los primeros ocho días.

27.7% en el primer mes

45% en los primeros seis meses

54.4% en el primer año

65.4% en los primeros dos años.

(Pequinot, H. 1971, pp. 31-34).

Es decir que más de la mitad de los ancianos mueren al primer año de su admisión, las condiciones de vida en el asilo no son las únicas responsables, se

agregan, el abandono familiar, segregación social, decadencia y demencia. Los familiares del anciano lo internan por creer que allí, está más seguro, pero todos estos factores válidos o no, representan para éste tener que enfrentar nuevas situaciones y se produce entonces el stress que por lo general le produce la muerte" (Marchiori, H. op. cit. pp. 38)

De acuerdo a estudios realizados (Miyerson 1939), (Miller y Lieberman, 1965), "el anciano al ser confinado en ambientes institucionales, llámese estos asilos, albergues o casa de ancianos, en lugar de volverlo un sujeto activo con un manejo adecuado de las relaciones interpersonales, favorecen el deterioro y el aislamiento generando la depresión".

Goffman (1961), hizo una descripción amplia sobre las conductas que se podrían presentar con la institucionalización. El autor ha observado que el individuo al internarse en un asilo, se encuentra viviendo con un grupo de personas que no escogió y que desconoce; el número de población por lo general excede la capacidad y el añoso se encuentra y enfrenta a situaciones físicas y de trato diferente al que estaba acostumbrado. Así los ancianos llegan al establecimiento con una "cultura de presentación" derivada de un mundo habitual hasta el momento del ingreso al asilo. Este tipo de institución no reemplaza la peculiar cultura propia del que ingresa, por algo ya formado. (citado por Torres, F. Ma. Angeles, Ensayo 1992, pp. 40-41)

Si la estadía del enfermo es larga, puede ocurrir lo que se ha denominado "desculturización" o sea un "desentrenamiento" que lo incapacita temporalmente para encarar ciertos aspectos de la vida en el exterior. (Idem)

Bailer y Gruenberg (1967) describen: "La vida institucional provoca una pérdida de la personalidad que se suma a la colectividad; hay una constante crítica entre compañeros y una actitud persistente de reivindicación a los cuadros directivos, donde el viejo se resigna a su situación, y ve el asilo como la antesala de la muerte" (Idem pp. 43-44), debemos de concientizarnos que la solución para las personas de la tercera edad no es el confinarlas en ambientes institucionales, ya que siguen presentando conductas y actitudes como son el aislamiento, soledad, evasión y un sentimiento de inutilidad y minusvalía que conlleva a una negación a participar y convivir en grupos.

En el asilo los ancianos presentan problemas aún más graves que cuando fueron separados del núcleo familiar, lo cual trae como consecuencia una rápida instauración de deterioro a nivel tanto físico como psicológico. Fromm menciona que "el ser humano puede adaptarse a una cultura saturada de desconfianza y hostilidades mutuas, pero reacciona a esta adaptación transformándose en un ente débil y estéril" (Fromm, *Ética y Psicoanálisis*, 1963, pp. 34), nos damos cuenta que el confinar a los ancianos no es la solución ya que no se está logrando ningún mejoramiento en su nivel de vida ni un rendimiento adecuado de su capacidad productiva con base en la experiencia que las personas poseen.

Con base en lo anterior podemos decir que la institución sólo se ha dedicado a jugar un papel de protector de sus necesidades fisiológicas, si bien cubre aspectos como son: el cuidado, la alimentación y los servicios médicos, no logra satisfacer la necesidad afectiva la cual sólo puede ser cubierta por otras instituciones como son la familia y la comunidad, este aislamiento social tiene como causa la poca motivación que recibió el senecto en el núcleo familiar cuando fue retirado de su actividad regular.

1.5 LAS ACTIVIDADES Y COMUNICACION EN EL ANCIANO RETIRADO.

Los factores que alteran la vivencia del anciano, son el producto de los procesos sociales de producción que se desarrollan en la sociedad mercantilista en la que vive, mientras las personas poseen capacidad productiva laboral, son consideradas personas sociales activas no importando la edad que se tenga, por lo tanto sus actividades y comunicación estarán determinadas por factores económicos los cuales le permitirán tener representación a nivel social, estos factores permiten comprender, el por qué el anciano cuando es marginado, comienza a mostrar cambios que repercuten en su estado emocional, ya que este retiro de su actividad regular, significa el perder amistades creadas en este ambiente laboral; el romper con la rutina establecida por años significa que tiene que cambiar sus actividades y su modo de vida encontrándose ahora en una situación nueva para él a la cual no logra adaptarse.

"Dado que el hombre puede sentirse perdido; sin un trabajo al cual ir por las mañanas, y sin mucha habilidad ni sensibilidad para desarrollar relaciones interpersonales u otras actividades sentimentales". (Kastebaum, op. cit. pp. 58)

El ser jubilado o despedido de un trabajo, rompe con lo que el sujeto llama seguridad económica y social, y por lo tanto sus actividades y comunicación pierden su valor y representatividad a nivel social, desvalorisándolo como persona y ser humano su conducta cambia se vuelve poco participativo y comienza a perder interés por establecer comunicación con aquellos que le rodean, realiza pocas actividades y las que realiza las lleva a cabo sin entusiasmo. A continuación se describirán las actividades que realizan la mayoría de ancianos y el tipo de comunicación que establece en su medio ambiente que le rodea.

Actividades que desarrolla.

La pérdida del trabajo significa para los ancianos el ser reemplazados como la autoridad familiar, lo cual les crea un sentimiento de frustración, que repercute en una falta de interés por realizar actividades las cuales disminuye debido a que nunca se preocupó por interactuar con la familia en las actividades del hogar, su rutina de ocho horas de trabajo no encuentra remplazo en las actividades que se desarrollan en el ambiente familiar.

En la mayoría de ancianos observamos una completa inactividad lo que genera ansiedad, el exceso de tiempo libre se convierte en un peligro ya que se sienten menos capaces de ocuparlo en algo.

"Una constatación hecha es que el anciano crea su medio ambiente y éste a su vez influye sobre él, en la actualidad el anciano tiene más libertad en su comportamiento, pero también más inseguridad y ambivalencia". (Marchiori, H. op. cit. pp. 42)

Por lo tanto se nos menciona que las actividades que desarrollan los ancianos están muy limitadas, se reducen al área de su casa, o habitación donde viven, este es realmente su hábitat allí transcurre gran parte de su tiempo.

"Las actividades que desarrollan en este medio son en su totalidad domésticas, arreglar la casa, coser o tejer (mujeres), leer, ver televisión, cuidar o llevar a los nietos a la escuela, realizar encargos, pagos de servicios, cortar el pasto (hombres). Algunos hombres realizan más, por ejemplo; van a misa todas las mañanas, realizan compras de alimentos y por las tardes visitan a sus familiares (hijos, vecinos), las salidas como

paseos, vacaciones y viajes son muy raros, prefieren quedarse en casa (por seguridad), no concurren al cine, tampoco al teatro y las visitas a sus amigos e inclusive parientes también son reducidas, los jubilados que tienen un nivel intelectual alto profesionales o docentes, continúan con lecturas". (Idem. pp. 62-63)

Se advierte una disminución en las actividades que repercuten en sus relaciones sociales y en su propia autonomía para realizar ciertas conductas, pero también es evidente la limitación que le impone la misma familia esto hace que el anciano se sienta aún más inútil e incapaz para desempeñar ciertas tareas.

Comunicación.

La comunicación que estableció el anciano en el núcleo familiar durante casi toda la vida giró entorno al trabajo que desarrolló, esto no le permite encontrar temas adecuados para establecer comunicación y que le permitan interactuar libremente con los participantes de la familia.

"El panorama se le torna sombrío mostrándose irritado y molesto con los integrantes de la familia, comienza por abandonar por períodos largos el hogar tratando de reemplazar con esto las horas en que no estaba en la casa, pero al no desarrollar ninguna actividad o el realizar actividades que no le motivan lo hacen sentirse mal volcando su enojo hacia los integrantes del núcleo familiar". (Idem. pp. 67)

Estas actitudes que asume hace que la comunicación con los que le rodean se vea limitada por las agresiones verbales que hace el sujeto, generando esto que tanto los familiares como las demás personas poco a poco corten toda comunicación con éste, por temor a terminar discutiendo, se nos menciona.

"Que si una persona anteriormente ha tenido problemas de comunicación y de relación (agresividad, evasividad, aislamiento, etc.), también los tendrán en la vejez".
(Idem)

Una de las características más sobresalientes en los ancianos, es la completa falta de comunicación oral en la familia, los cuales sólo muestran actitudes de rechazo hacia las personas, es común ver a un anciano gesticulando o realizando movimientos cuando se encuentra sólo.

De acuerdo a lo expuesto tanto las actividades como la comunicación en los ancianos en el ambiente familiar y social se verá reducida dado el poco interés que muestra por participar con los que le rodean volviéndose una persona poco participativa e insegura.

1.6 EL TRABAJO COMO UN FIN EN SI MISMO, COMO CAUSA DE LA DESESTRUCTURACION FAMILIAR, Y DE LA PROBLEMÁTICA DEL ANCIANO.

"La jubilación provoca en el individuo una situación conyugal nueva, al encontrarse los esposos en una convivencia permanente para lo cual no están preparados, lo que suele originar conflictos, la perspectiva de la muerte y la conciencia de estar viviendo el final de su existencia infructuosa, impregna la vida cotidiana. No es raro ver surgir en este momento dificultades financieras que pueden obligar al interesado a cambiar de hábitos, de domicilio y de ritmo de vida lo que acentúa los

sentimientos de inseguridad y de minusvalía social". (Calderón, M.G. Depresión, causas. 1985, pp. 174)

Las causas mencionadas son la manifestación final de un problema que la sociedad industrial produce, y que generan en el anciano, el abandono, la soledad y el aislamiento en estas personas de la llamada tercera edad, y que tiene como antecedente.

"Que la vida en común dentro de la familia fue casi nula; todos almuerzan y comen a horas distintas y muchos fuera de casa, la familia ha perdido la antigua cohesión y unidad, ya sea porque la mayoría de sus funciones son ahora funciones sociales fuera de ella o por que la familia urbana dentro del capitalismo que es donde aparece, es absorbida por las relaciones económicas existentes, debido a esto no sólo se desarticula la familia, el trabajo se convierte en un fin en sí mismo, se rompen las tradiciones y todo se reduce a una acción de compra-venta, donde cualquier objeto se compara y se mide respecto al dinero". (Gomez, Jara, F. Sociología. 1985. pp. 284)

La necesidad generada por la obtención de dinero orilla a las personas a establecer relaciones de intereses económicos, en los cuales las relaciones sociales se ven deformadas y las necesidades afectivas, son reprimidas.

La mayoría de veces las personas se adhieren a los grupos por el interés que representan las relaciones económicas que se establecerán entre los miembros, dándose como resultado relaciones en base a intereses económicos, lo cual trae como consecuencia que las relaciones sociales, se vean supeditadas a relaciones mercantiles.

Si bien se comprende que el trabajo es la base para el desarrollo de relaciones sociales, en este el hombre objetiva su existencia, es decir la materializa en forma de objetos.

"En una sociedad mercantil el objeto producido por el hombre se enajena, es decir, en el sentido estrictamente jurídico y económico, "entra en el circuito de los cambios", existe una posibilidad, para el comerciante o para el propietario de los medios de producción, de acumular productos del trabajo de los demás, no son ya solamente las mercancías las que son enajenadas, es el trabajo "el trabajo social salido de la enajenación universal de los trabajos individuales" (Garandy, R, Lecciones, 1966. pp. 198-200)

"La clásica sociedad productora de mercancías transformó todo en mercancías, en cosas. En semejante sociedad, el obrero vende su fuerza de trabajo en la misma forma en que todas las demás personas venden cualquier cosa que esté a su alcance: una mercancía, su mente, sus ideas, un oficio, su cuerpo, o su talento. Es evidente que si el conjunto de la sociedad equivale a una relación de compra y venta, si el hombre se ha transformado en una cifra estadística, y si enfoca al hombre como si fuera una pieza de un mecanismo, las relaciones han sido despojadas de las características fundamentales de la humanidad". (Fromm, E. Humanismo Socialista, 1980, pp. 329-330)

Por lo tanto: "El hombre se convence de que la posesión de ciertos bienes de consumo altera sus cualidades humanas, y de que la riqueza en términos de bienes de consumo se puede identificar con su enriquecimiento como ser humano. el hombre se orienta totalmente hacia este plano exterior y así se empobrece, la cosificación del hombre, que es una de las formas esenciales de la enajenación en la sociedad, también deshumaniza muchas de sus otras relaciones". (Idem)

"Las formas extremas y drásticas de deshumanización que han aflorado en los últimos treinta años no son sino las consecuencias de una constelación más fundamental la "polivalencia" del ser humano en el seno de esta relación extremadamente "Cosificada" y fraccionada, llega a un punto tal de distorsión que el mismo proceso del trabajo se hace insoportable". (Idem. pp. 331)

La causa principal que ha generado la situación actual de los ancianos es que la sociedad industrial ha modificado la forma de vida familiar de los seres humanos y en especial el trabajo, el cual las personas lo han convertido en una satisfacción en sí y no en un medio para alcanzar un fin, por medio del cual las personas lograban anteriormente establecer relaciones interpersonales reales, ahora en cambio en los grupos de trabajo que se forman se siguen normas establecidas las cuales ya no permiten que las relaciones sociales se generen, y sólo se muestren o den relaciones de intereses individuales propios, si bien el trabajo es importante en la vida de los seres humanos éste pierde su función real cuando es determinado por intereses económicos que se han originado a través del tiempo y que le hacen estar en función de estos, modificando los intereses de los grupos de trabajo, y los beneficios que se obtienen, por lo tanto las personas se verán obligadas a establecer relaciones en base a los rendimientos económicos, que les producen estos, antes de interactuar con las demás personas, establecerán los beneficios a obtener y si le son productivos, y de acuerdo a esto establecerán relaciones en los grupos.

También se menciona que: "Los hombres que sólo se dedicaron a su trabajo y no saben hacer otra cosa repercutiendo esto en la integración o desintegración dentro del grupo familiar en virtud de que una persona que no es "productiva" en la situación actual no puede ser tolerada por períodos largos de

tiempo y esto se agudiza más si aparte de no producir algo es vieja; todos estos malestares nos los ha legado la sociedad capitalista industrializada". (García, J: Tesis, 1977. pp. 99)

La despersonalización del hombre moderno, lo convierte en el hombre más sólo de la historia; el hombre que a pesar de estar en las ciudades, replegado uno con otro en su persona íntima, se encuentra vacío solitario, incomprendido.

1.7 Cómo se genera la inactividad en el anciano.

Los cambios que presentan los ancianos cuando son retirados del ambiente laboral tienen como consecuencia el que éstos dejen de realizar actividades volviéndose una persona inactiva, estos se generan al ser retirados de la actividad laboral (su motivo), en otras palabras cuando la actividad laboral es lo más importante en sentido personal en la vida del anciano y choca (el ser retirado del trabajo), en el curso de su realización, este retiro se vuelve una estimulación negativa que le provoca una aguda vivencia emocional, la cual no logra superar y aún que realice otras actividades estas no le producen el satisfactor económico al cual estaba acostumbrado a recibir y que le procuraban su seguridad social.

El motivo por el cual el trabajo era lo más importante para él ha perdido su significancia ya que la satisfacción de sus necesidades giraban entorno a lo obtenido por el trabajo realizado, al cual le da el carácter de motivo, y sucede a saber el peculiar desprestigio psicológico, este se instaura rápidamente volviendo al sujeto una persona inactiva.

Se menciona que: "Se llama motivos a la vivencia de las emociones intereses y deseos, a nivel psicológico las necesidades están mediatizadas por el reflejo psíquico, la necesidad no conoce su objeto, debe todavía descubrirlo, sólo como resultado de este descubrimiento la necesidad adquiere su carácter objetivo y el objeto es percibido (representado, concebido), su función estimuladora y orientadora de la actividad, se convierte en motivo". (Guippenreiter, Y. op. cit. pp. 304)

Cuando los ancianos son retirados de la actividad refleja motora se les identifica como personas inactivas, debido a que el trabajo es un parámetro por el cual la sociedad define a sus participantes como personas activas, creando con esto en el senecto un incremento de la ansiedad lo cual hará que poco a poco todo lo que le rodea pierda interés para él.

"Algunas personas han organizado su sensación básica de seguridad entorno a su esfera de trabajo y actividades; para ellos la falta de empleo es una amenaza, por que impide la expresión de sí mismo y de la energía constructiva, la persona ya no puede definirse así misma en términos de su ocupación "yo era", parece una débil de uno mismo comparada con "yo soy", aún el temor de perder un empleo o cualquier otra actividad capaz de definir nuestro "sí mismo", puede ser suficiente para precipitarlos a una crisis interna". (Berman, G. R. Reflexiones 1977)

Repercutiendo también en su estado de ánimo: "Lo cual trae como consecuencia que se deprima y que se limite a los confines de una cama o una silla tornándose así cada vez menos activo y por lo tanto más vulnerable a los procesos degenerativos y a las infecciones". (Kastomebaum, R. op. cit. pp. 75)

"El comportamiento poco sociable con frecuencia característico de la depresión puede alejar a las personas del anciano, la soledad, el aislamiento social, y el pesado tedio que le produce el no hacer nada vuelve al anciano inactivo". (Idem)

Con base en esto nos damos cuenta que los ancianos no encuentran motivos para llevar a cabo actividades que les permitan un restablecimiento emocional, dedicándose a realizar las actividades sólo por distraerse, sin encontrarles un sentido productivo, lo único que busca es entretenerse, por lo tanto parecería que los ancianos son personas activas, pero para poder hablar de un senecto que es activo es necesario que éste posea un lugar en la sociedad, pero la mayoría son personas marginadas por la misma sociedad, no ocupan un lugar dado que ya no son considerados como sujetos productivos (en aspectos económicos).

Esta marginación lo obliga a separarse del contexto social, por que la nueva actividad que realiza no es productiva en sentido económico y por lo tanto se dice que "con toda especificidad la actividad del individuo humano representa un sistema incluido en el sistema de relaciones de la sociedad fuera de estas relaciones la actividad humana no existe en absoluto". (Guippenreiter, Y, 1989, op. cit. pp. 266)

García Reinoso (1967), expresa que "La sociedad no toma en cuenta la creatividad de todo hombre y sólo le interesa la productividad, o sea su trabajo productivo de bienes. De esta manera un hombre que ya no produce, que ha ingresado en la clase "pasiva" cree, por que no lo sabe que se ha transformado en alguien inútil y que a lo sumo tiene derecho a recibir una remuneración, generalmente exigua por lo que ha hecho".

De acuerdo con lo anterior nos damos cuenta que; la sociedad genera las necesidades de las personas y por lo tanto dirige sus motivos convirtiendo al trabajo en su motivo existencial, el cual vuelve a las personas dependientes, de lo que el mismo sujeto produce, y su actividad mediatizada se vuelve una necesidad la cual sólo es satisfecha con la obtención de objetos, esta actividad laboral lo mantiene ocupado la mayor parte del tiempo, limitando las relaciones a nivel familiar como social, al ser retirado su pensamiento, comienza a ser consciente de esta separación que lo ubica en una dolorosa realidad, y se presenta un incremento de la ansiedad.

Pero en lugar de aceptar la realidad comienza a evadirla y la inactividad motora a la que se ve sometido le produce una aguda vivencia emocional, que lo hace sentirse desvalorizado por la inactividad a que lo somete la sociedad, su pensamiento al estar sin la actividad motora lo lleva a la reflexión.

"El hombre no puede evadirse de reflexionar, a causa de la actividad de sus facultades mentales; las impresiones e imágenes pasadas surgen, de nuevo distintamente, sin cesar, en su imaginación". (C. Darwin, El Origen del Hombre. pp. 50)

La inactividad se instaura en los ancianos y comienza a hacer estragos en esta población, se menciona que la causa principal tiene como base el despido de la actividad laboral, pero esto sólo es el reflejo externo que estamos acostumbrados a observar en nuestra sociedad y que encubre el problema real, el cual se encuentra detrás de esta actividad que el ser humano ha convertido en un reflejo motor de habituación compensación, que se da como resultado de la enajenación laboral.

"Cuando el trabajo pierde su capacidad creativa de generador de relaciones sociales, hace que el sujeto se encuentre emocionalmente inválido" (op. cit. pp. 94)

La sociedad llama inactivo a la persona que deja de realizar movimientos reflejos motores que tengan como efecto algo observable y concreto, productivo de bienes, las personas le dan al trabajo por lo tanto un fin de carácter de asegurador social lo cual les permite sentirse seguros y parte de la sociedad.

1.8 EL CONCEPTO DE ACTIVIDAD A TRAVÉS DE LA HISTORIA.

Para poder describir el concepto de actividad consciente se tomó como base lo que Fromm, expone y desarrolla de los cambios que ha sufrido este concepto, a través de la historia.

"Para Aristóteles la forma más elevada de praxis, o sea de actividad era la vida contemplativa, dedicada a la busca de la verdad, en su sistema ético, se puede determinar la virtud, estableciendo cuál es la función del hombre, tal función es una actividad del alma que es consecuencia o implica un principio, racional, para Aristóteles es el hombre que por su actividad, guiado por su razón, de nacimiento a las potencialidades específicas del hombre". (citado en Fromm, 1963, pp. 99)

Para Santo Tomas de Aquino citado por Fromm (1978). "La vida dedicada a la quietud interior y al conocimiento espiritual, la vida contemplativa, también era la forma más elevada de actividad humana. Reconocía que la vida diaria, la vida activa, de la persona común, también era valiosa y productiva, bienestar (beatitud), siempre que la meta de la actividad fuese el bienestar, y que el individuo fuese capaz de dominar sus pasiones, y su cuerpo".

Espinoza define la actividad y pasividad como "(obrar y padecer), como los dos aspectos fundamentales del proceso mental. El primer criterio para actuar es que la acción provenga de la naturaleza humana; "Digo que obramos cuando en nosotros o fuera de nosotros sucede algo de que somos causa adecuada, esto es, cuando de nuestra naturaleza se sigue en nosotros o fuera de nosotros algo que puede entenderse clara y distintamente por ella sola. Por el contrario, digo que padecemos (o sea en el sentido de Espinoza, que somos pasivos), cuando en nosotros sucede algo o de nuestra naturaleza se sigue algo de lo que no somos sino causa parcial". (Idem. pp. 96)

El concepto de actividad productiva fue hermosamente expresada en forma poética por Goethe.

"Fausto es un símbolo de la búsqueda eterna del hombre por el sentido de la vida, ni la ciencia ni el placer, ni el poder, ni aún la belleza responde a la pregunta de Fausto. Geothe propone que la única respuesta a la pregunta de el hombre es la actividad productiva, que se identifica con la virtud". (op. cit. 1963, pp. 100)

"De los pensadores contemporáneos ninguno ha percibido el carácter pasivo de la actividad moderna tan profundamente como Alber Schweitzer quien, en su estudio sobre la decadencia y la restauración de la civilización, consideró al hombre moderno como un ser sometido, incompleto, disperso, patológicamente dependiente y absolutamente pasivo". (op. cit. 1978. pp. 99)

Díaz Guerrero (1981), menciona que "Los norteamericanos consideran que la vida se vive óptimamente en actividad constante. Esta es una cultura en la que la propia estima decae si se esta ocioso. El norteamericano siempre esta pensando en su

carrera, en su éxito personal, en su éxito económico; promueve la independencia personal, un igualitarismo competitivo, la sociocultura norteamericana hace a el individuo el centro de lo más importante, el centro del poder y el interés social (haciendo al individuo una persona cada vez más aislada de los demás)". (citado en curso de prácticas del cuarto nivel, 1982, pp. 97)

Fromm, menciona que la "actividad en el sentido moderno se refiere sólo a la conducta, y no a la persona que hay detrás de la conducta, no tiene importancia si la gente esta activa por que es impulsada por una fuerza externa como un esclavo, o por una compulsión interna, como una persona movida por la angustia, no importa si las personas no tienen una relación interna (y una satisfacción), con lo que hacen, el moderno sentido de actividad no distingue entre estar activo y estar ocupado". (Op. cit. 1978, pp. 93)

Continúa diciendo : "Otro aspecto es que la persona siente o hace lo que supone que debe sentir o hacer, su actividad carece de espontaneidad en el sentido de que no se origina en la propia experiencia mental o emocional, sino en una fuente exterior, sus acciones no son libres ni racionales, sino opuestas a la razón y a sus intereses como ser humano". (op. cit. 1963, pp. 94-95)

Pero que: "Aunque la fuente de esta actividad es irracional y las personas actuantes no son libres ni racionales, pueden, no obstante, producir importantes resultados prácticos que con frecuencia conducen al éxito material por lo tanto actividad en el uso moderno indica frecuentemente lo opuesto a productividad". (Idem. pp. 95) Además agrega : "La actividad se define comúnmente como la conducta que origina un cambio en una situación existente por medio de un gasto de energía, en contraste suele describirse a una persona como "pasiva", si es incapaz de cambiar o

de influir en una situación dada, siendo en cambio, influenciada o manejada por fuerzas externas. Este concepto de actividad sólo toma en cuenta el gasto de energía y el cambio ocasionado por el mismo. No establece distinción entre las condiciones psíquicas subyacentes que gobiernan las actividades". (Idem. pp. 93);

"Actividad y pasividad pueden tener dos significados diferentes, la actividad alienada en el sentido, de estar ocupado en realidad es "pasiva" en el sentido de la productividad.

En cambio la pasividad, como el no estar ocupado, puede ser una actividad no enajenada. Esto es muy difícil de comprender hoy día, porque la mayor parte de la actividad es "pasividad", alienada, y la pasividad productiva rara vez se práctica". (Op. cit. 1978, pp. 95)

De acuerdo a lo expuesto el concepto actividad se ha transformado conforme el desarrollo de la sociedad industrial, perdiéndose en esta el sentido real de estar activo, ya que lo que menos permite es el seguir realizando una actividad consciente, exigiéndole a las personas sólo una mayor destreza manual, que repercute en su desarrollo como ser humano ya que se pierde el llevar acabo una relación pensamiento-acción conciencia.

Cuando la actividad es consciente se da una relación recíproca entre la actividad mental y la acción motora la cual lleva acabo la realización material objetiva de la actividad.

Lo que permite un desarrollo emocional, intelectual y afectivo en el ser humano, esta relación de armonía entre lo que se piensa (creación mental), y la acción motora permiten la transformación del medio ambiente, en el que se desenvuelven los seres humanos, la actividad productiva permite a los individuos el identificar sus necesidades reales (concientes), y al identificarlas las convierte y transforma en motivos.

1.9 PROGRAMAS DE ASISTENCIA SOCIAL INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD (INSEN).

Considerando que dentro de los grupos sociales más indefensos se encuentran los ancianos, y aunado a que la esperanza de vida ha presentado un aumento considerable en los últimos años, se crea por decreto presidencial, el 22 de agosto de 1979, el INSTITUTO NACIONAL DE LA SENECTUD, como organismo público descentralizado, con personalidad jurídica y patrimonio propio, teniendo como objetivos; ayudar, proteger, orientar y atender a personas de edad avanzada, estudiando su problemática y buscando soluciones adecuadas.

Con base en sus finalidades, el Instituto Nacional de la Senectud ha establecido diversos programas encaminados a satisfacer las necesidades e intereses primordiales de los senectos:

Programas de apoyo a la economía del senecto.

Tarjeta INSEN: la tarjeta de afiliación INSEN tiene dos objetivos: primero, otorgar al anciano una identificación, ya que en muchos casos no cuenta con un documento que lo acredita; y el otro, aumentar el poder adquisitivo de los senectos, ya que en general las posibilidades económicas de las personas mayores se ven disminuidas por diferentes causas, las pensiones y jubilaciones son insuficientes, hay pocas oportunidades laborales y la situación económica del país no les favorece.

Programas Sociales.

Unidades gerontológicas: se crearon para atender a personas mayores de 60 años, cuya situación afectiva o laboral los coloca en estados de abandono, es decir, presentan carencias y rechazo familiar, maltrato físico o mental y falta de recursos económicos.

Los servicios que se ofrecen en la Unidades Gerontológicas son:

- Alojamiento: instalaciones y mobiliarios.
- Alimentación: dieta balanceada, según su estado de salud.
- Vestido.
- Atención médica: preventiva, curativa y de rehabilitación.
- Actividades ocupacionales y recreativas.
- Trabajo social.
- Odontología (Unidad Móvil).

En las Unidades Gerontológicas se ofrece atención integral al anciano por parte de un equipo interdisciplinario. Los Albergues son de estancia permanente para el senecto cuando carece de familia y/o recursos económicos. Las Residencias de Día los senectos se relacionan socialmente a través de actividades grupales, recreativas y de terapia ocupacional.

Programas Socioculturales y Recreativas.

Las actividades recreativas y culturales son aspectos de la vida del hombre que generalmente se han asociado al tiempo libre, sin que por ello dejen de ser relevantes para su desarrollo y formación. Representan la expresión de sus capacidades e intereses y el fortalecimiento de la interacción con el mundo que les rodea.

En la tercera edad, debido a la mayor disponibilidad de tiempo libre, es necesario ampliar y diversificar el panorama recreativo y cultural, pues no sólo es indispensable olvidarse de los problemas por medio del entretenimiento, también es importante preocuparse por aprovechar y aumentar los conocimientos, de tal manera que, aunado a las experiencias que ya se tienen, se obtengan mejores elementos para manejar las diversas situaciones que se presentan.

El Centro Cultural de la Tercera Edad concebido en un marco de flexibilidad y libertad, permite organizar un nuevo plan de vida, basado en la elección de las actividades que ofrece, que van desde las manuales como macramé, carpintería, cocina, corte y confección, trabajo en papel, chaquiras, etc., hasta las culturales y recreativas, dentro de las que destacan la organización de grupos teatrales, musicales, de baile regional y de poesía, así como visitas a museos y lugares históricos, asistencia a conciertos y paquetes turísticos al interior de la República promovidos por TURINSEN.

Bajo la misma concepción, los Clubes de la Tercera Edad, distribuidos en el área metropolitana y algunos en el interior de la República, hacen posible que una mayor proporción de la población tenga acceso a las opciones que presenta el Centro Cultural. para gozar de esos servicios, el afiliado debe acudir a las oficinas del Centro

Cultural de la Tercera Edad o Club más cercano a su domicilio presentando su tarjeta INSEN.

Por otro lado, la convivencia de los ancianos con otros sectores de la población es una experiencia que los renueva y enriquece, pues permite no sólo el intercambio de ideas que acorta la brecha generacional, también se aprovechan los recursos intelectuales y la preparación cultural o científica de los senectos en el área educativa, actuando como maestros o instructores en temas y actividades de interés general. Como apoyo a estas actividades se ha creado una biblioteca de consulta general. (Memorias INSEN, 1992, pp, 9-12).

CAPITULO 2.

2.1 FUNDAMENTOS TEORICOS DE LA DINAMICA DE GRUPOS.

Kurt Lewin:

Lewin es el creador de lo que se llama dinámica de grupos expresión que aparece por primera vez en un artículo que publicó en 1944.

"Alumno de Max Wertheimer en Berlín y colaborador durante una década de Wolfgang Kohler, Lewin se introdujo en la teoría de la Gestalt, en la cual los principios de organización, a la vez, determinan la forma y el como las partes se integran a la totalidad" (citado en Curso de prácticas del cuarto nivel, 1982, pp. 32)

La preocupación por proporcionar explicaciones a nuevos fenómenos, conduce a Lewin a crear su teoría del campo, la cual tuvo importantes implicaciones para la comprensión del funcionamiento de los grupos sociales.

La concepción general que guió todo el trabajo de K. Lewin en la teoría del campo está basada en los siguientes aspectos.

- a) Una aproximación psicológica.
- b) Énfasis en la situación total
- c) Uso de conceptos sistemáticos contra el uso de conceptos históricos
- d) Aproximación constructiva contra una aproximación.

clasificatoria.

e) Aproximación dinámica

f) Representación matemática. (Idem)

Con estas bases, Lewin desarrolla su teoría del campo, con un uso extensivo en la psicología tanto social como individual, los conceptos fundamentales en los que se basa esta teoría son:

Conceptos teóricos fundamentales: De acuerdo con Deutsch (1968), éstos pueden clasificarse en tres rubros:

Espacio vital, conceptos estructurales y conceptos dinámicos.

Espacio Vital: Lewin (1974), resume en una fórmula lo que es el espacio vital (también llamado campo psicológico o situación total), en los siguientes términos; "La conducta (c) es una función (f) de la persona (p) y de su ambiente (A), $c=f(P.A)$ " (Lewin, 1974, pp, 135). (Idem. pp. 35).

Es decir, el espacio vital está constituido de tres elementos interrelacionados: El ambiente objetivo o situación estímulo que es percibido por el individuo y que de alguna manera lo induce a la acción.

El segundo componente es la persona, que se encuentra en interacción con el medio ambiente, usando sus características individuales.

El último componente es la conducta, entendida como cualquier cambio en el espacio vital, que puede ser entendida por leyes psicológicas.

Así podemos decir; "...Para entender o predecir la conducta, la persona y su ambiente tienen que ser considerados como una constelación de factores interdependientes. Llamamos totalidad a estos factores del espacio vital...del individuo" (Idem).

CONCEPTOS ESTRUCTURALES. El espacio vital, se encuentra caracterizado por ciertas propiedades estructurales que para explicarlas, Lewin recurre a la topología.

En primer lugar el espacio vital está diferenciado en regiones, entendiéndose por éstas cualquier parte distinguible del espacio vital, la diferenciación de regiones no es la misma en las distintas etapas de la vida de una persona o de un grupo.

Lewin (1974), señala que el desarrollo de la diferenciación se caracteriza por: "(1), un incremento en el alcance del espacio de vida respecto a; (a) lo que es parte del presente psicológico; (b) la perspectiva del tiempo en la dirección del pasado psicológico y del futuro psicológico; (c) la dimensión racional e irracional: (2) un incremento en la diferenciación de cada nivel del espacio de vida dentro de una multitud de relaciones sociales y áreas de actividades; (3) un incremento en la organización; (4) un cambio en la fluidez o rigidez general del espacio de vida" (Idem. pp. 35-36).

La fluidez del espacio vital, indica el grado en el que las regiones son distinguibles, para la fácil locomoción o movimiento entre ellas.

Cuando los límites se amplían, existe mayor distinción de la región; cuando se cierra hay menor fluidez del sistema.

La locomoción desde el punto de ~~vista~~ topológico es un movimiento de una región a otra en un espacio determinado, y, esta misma desde un punto de vista psicológico es una conducta dirigida a un fin que resulta de la totalidad de los hechos coexistentes. (Idem pp. 37)

En ambos casos, para que se presente la locomoción se necesita que las regiones interpersonales se encuentren en comunicación.

Tenemos entonces que las conexiones entre diferentes regiones, se realizan a través de la locomoción, lo que permite un amplio desplazamiento hacia el interior de las diversas regiones. Por su parte, las acciones son consideradas como locomociones psicológicas y son identificadas como vías dentro del espacio vital" (Idem, pp. 37)

CONCEPTOS DINAMICOS. Los conceptos dinámicos propuestos por Lewin son el sistema de tensiones, las fuerzas producidas por éste y las correspondientes al campo de fuerzas.

Se ha considerado que siempre que exista una necesidad psicológica o una intención en una persona o grupo, se presenta un estado de tensión. Cuando éste aparece, la región en cuestión tratará de automodificarse hasta alcanzar el mismo equilibrio que otras regiones vecinas, involucrándose una serie de fuerzas para este fin. El cambio que ocurra en el espacio de vida, dependerá de las fuerzas psicológicas que se presentan, siendo que la combinación de esas fuerzas en un punto dado, es llamada fuerza resultante.

De acuerdo con Lewin; "Las relación entre fuerza y conducta, puede ser resumida de la siguiente forma; si una fuerza resultante... existe, se presentará una locomoción en la dirección de esa fuerza o un cambio en la estructura cognoscitiva, equivalente a esta locomoción" (Idem, pp. 39).

En forma particular la tensión puede relacionarse con una valencia positiva que es percibida como reductora de tensión en donde el acercamiento está determinado por la posibilidad que se ve de reducción. En los casos en que la persona no sabe como reducir su tensión ya que no alcanza discernir la región meta, estará guiada en su locomoción hacia otras regiones sólo por la valencia negativa de su meta actual.

Lewin (citado por Shaw y Constan, 1970), identifica varios tipos de fuerza: a) fuerzas de impulso, b) fuerzas restrictivas, c) fuerzas inducidas, d) fuerzas de las propias necesidades e) por último, fuerzas de la situación social o impersonal.

Por último, la locomoción también se produce como resultado de tensiones que indican la falta de equilibrio entre dos sistemas o regiones.

La locomoción tiende a buscar el equilibrio, esto es, cuando se presenta una secuencia de tensión-locomoción-equilibrio, se obtiene paralelamente una secuencia de necesidad-actividad-calma, la locomoción se encamina a valencias positivas para liberar tensiones, cabe aclarar que éstas sólo se encuentran en el organismo y la valencia del ambiente. (Idem. pp. 40)

Wilfred Bion.

Wilfred Bion, este es uno de los autores que han hecho aportaciones fundamentales para la comprensión del fenómeno grupal "Bion considera al grupo desde el punto de vista terapéutico, apoyándose también aunque a través de la interpretación de Klein (1945) en el concepto freudiano en que se basan las escuelas de psicoterapia grupal" (Sbandi, Psicología de grupos, 1980, pp, 79).

Bion nos dice que en la situación grupal se actualizan fantasías primarias en las que el grupo es el objeto frente al cual los miembros actúan bajo dominio de ansiedades de dependencia, emparejamiento o ataque-huida (grupos de suposición básica), a la vez que el grupo se esfuerza para cumplir con su objetivo conscientemente acordado (grupo de trabajo).

El grupo de trabajo depende de la cooperación; en cambio el grupo de suposición básica no necesita ni organización, ni capacidad de cooperación, sino de una "valencia". Valencia se usa para designar la disposición en que se encuentra el individuo para entrar en combinación con el grupo, en definir y llevar a cabo las suposiciones básicas." (curso de practicas, op. cit. pp. 216).

Se supone que cada miembro del grupo posee una valencia "que^{lo}capacita para encontrarse con los otros de forma espontánea e inmediata y colaborar con ellos de acuerdo con los tres supuestos básicos.

El primer supuesto básico es el de dependencia de los miembros del grupo respecto a determinadas personas en ciertas situaciones emocionales; los miembros del grupo buscan protección en ellas. (Idem. pp. 80)

El segundo es el de formación de parejas o emparejamiento. Bion habla de apareamiento. La formación de una pareja corresponde al intento de dar al grupo una dirección; es un indicio de esperanza es lo característico del grupo de emparejamiento, para conservarla es de suma importancia que en el grupo no nazca el líder; se trata de una especulación mesiánica, de la que el grupo vive. (Idem)

El tercer supuesto consiste en que el grupo se reúna para luchar contra algo o para tratar de rehuirlo, el grupo busca o bien descargar sus agresiones, o bien huir del peligro.

Mientras que para Freud las angustias en el grupo son de índole neurótica, es decir, tiene su origen en experiencias traumáticas reiteradas en el seno de la familia, a la que él considera como modelo de todo grupo, para Bion son anteriores a la situación familiar y tiene un carácter psicótico, opinión ésta que proviene de Klein. (Idem. pp. 81)

"...El motivo que puede mantener unido al grupo así entendido...es la defensa contra esas angustias; defensa que es posible por la valencia propia de cada uno, a través de las suposiciones básicas. (Idem. pp. 82)

Pichón, Riviére.

Pichón-Riviére, menciona que la psicología social, "Tiene como objeto de estudio, el desarrollo y transformación de una relación dialéctica, la que se da entre la estructura social y la fantasía inconsciente del sujeto, asentada sobre

sus relaciones de necesidad. No hay nada en él que no sea la resultante de la interacción entre individuo, grupos y clases, su campo privilegiado es el grupo, que permite la indagación del interjuego entre lo psicosocial (grupo interno) y lo sociodinámico (grupo externo)" (P. Riviére el proceso grupal, 1980)

Grupo es para Pichón-Riviére "el conjunto de personas ligadas entre sí por constantes de tiempo, espacio y articuladas por su mutua representación interna que se propone en forma explícita o implícita una tarea que constituye su finalidad, "interactuando a través de complejos mecanismos de adjudicación y asunción de roles" (Idem. pp, 152)

La parte más importante de la definición dice que para esas personas "se propone, en forma explícita o implícita una tarea que constituye su finalidad. el proponerse algo alude a una proposición, a un proyecto como objeto o meta que se alcanza con una tarea. Operación que relaciona un elemento con otro; un conjunto es una serie de elementos que tienen una propiedad común, tiene un "por qué estar juntos". Grupo es un conjunto en operación con un para qué que le de sentido y que se realiza en múltiples síntesis de su "hacer".

Ese "hacer y por qué" tiene aspectos conscientes que se explicitan y otros inconscientes que deben ser develados.

El grupo operativo sería el espacio privilegiado para ese develamiento, en tanto el coordinador del grupo posee los instrumentos, señalamientos e interpretaciones, que permite esa operación, y a partir de ella, la posibilidad de aprender de esas nuevas

vivencias que modifiquen hasta cierto grado, los fantasmas arcaicos y las representaciones imaginarias, lo que vendría a transformar articulaciones inmóviles o poco móviles en otras con mayor movimiento, y por lo tanto, mayor funcionalidad.

El campo en el que se va a llevar a cabo el accionar del grupo operativo sería como un campo de batalla en que se van a enfrentar lo viejo y lo nuevo; una historia que insiste en repetirse y un deseo de cambio.

Pichón-Riviére introdujo en la psicología social un esquema, conceptual para la caracterización de un grupo al que llamó Cono invertido.

En el cono invertido podemos representar una serie de vectores cuya resultante, es una línea de fuerza en forma de espiral que, convergiendo a través de la tarea, se dirige al cambio, vence una fuerza de valencia contraria que opera desde la pretarea y se opone como una resistencia a este cambio.

Si la resultante es una línea espiralada es justamente por que, en tanto lleva una dirección hacia el cambio y hay una fuerza opuesta que hay que superar, habrá movimiento que hay que superar, habrá movimiento de avance y retroceso que configuran la espiral.

El aprendizaje es un concepto central de la teoría pichoniana, más particularmente el de aprendizaje grupal. "El aprendizaje en grupos se ha convertido en una nueva forma de enseñar y aprender nos dice Bauleo, en una nueva didáctica" (Bauleo, (1982), pp. 17)

Uno de los vectores se refiere a un fenómeno básico, el del aprendizaje en el cual "se logra por sumación de información de los integrantes del grupo, cumpliéndose en un momento dado la Ley de la dialéctica de transformación de cantidad en calidad. Se produce un cambio en el grupo, que se traduce en términos de resolución de ansiedades, adaptación a la realidad, creatividad, proyectos, etc." (Riviére, op. cit. pp. 154)

"Como situación del grupo operativo la actitud ante el cambio que se modifica en términos de incremento o resolución de ansiedades depresivas o paranoides, de pérdida y ataque, coexistentes y cooperantes en tiempo y espacio" (Idem. pp. 155)

Estos elementos universales que caracterizan a un grupo no se presentan siempre igual. El cono invertido es un movimiento en espiral, propio de un proceso de los grupos, de la pretarea a la tarea y de ésta al proyecto.

De un momento de indiscriminación a otro de discriminación y síntesis Pichón Riviére hace referencia a la apertura, desarrollo y cierre que se presentan como tres momentos de una sesión grupal, pero que también nos pueden ser útiles para el análisis de un tema, unidad o del curso completo. Al respecto dice; "Los emergentes de apertura deben ser cuidadosamente registrados, ya que todo ese material va a ser retrabajado durante la sesión y es dable observar cómo reaparece ya modificados en el momento del cierre". (Idem. pp. 159)

Estas modificaciones son el producto del trabajo grupal el cual no se desarrolla tampoco siempre igual.

A fin de alcanzar momentos de alta productividad el grupo ha de tomarse en cuenta como tal, como tema central de reflexión y como el recurso básico de su trabajo.

2.2 DEFINICION DE DINAMICA DE LOS GRUPOS.

Lewin (1948), define al grupo de la siguiente forma:

"Un grupo puede ser caracterizado como un todo dinámico; esto significa que un cambio en el estado de una de las partes, modifica el estado de cualquier otra parte. El grado de interdependencia de las partes o miembros del grupo, varía en todos los casos, entre una masa sin cohesión alguna... y una unidad compacta". (curso de prácticas del cuarto nivel, 1982, pp. 43)

La dinámica es una característica fundamental del grupo que se refiere básicamente al movimiento constante del grupo, a sus transformaciones y cambios de cualquier tipo que sea el grupo, siempre acciona y reacciona con otros grupos y así mismo con los individuos que lo integran dentro de la dinámica, los factores que intervienen en la formación del grupo son: la ecología, el tamaño, el tiempo y la homogeneidad.

La aparición de las normas grupales, es una cierta uniformidad en las opiniones y conductas, son el resultado de las funciones del grupo, ya sea que surjan de la conducta normativa llevada al grupo desde el exterior o de la situación del grupo ya establecida, acrecienta el poder del grupo como motivador de cohesión y regulador sobre los individuos, reafirma las funciones externas del grupo". (Scott. A. Greer, 1966, pp. 55)

En todo grupo humano existen relaciones emocionales de agrado y desagrado, lo cual acciona la formación de una jerarquía de prestigio, que describe el grado en que cada uno de sus miembros participan en las actividades propias del grupo. Su aportación y sobre todo, un factor tan importante como es la personalidad de cada uno de sus integrantes, sus capacidades individuales, y su habilidad constituyen la dinámica del grupo.

Generalmente pensamos en la participación de los miembros como algo verdaderamente evidente y por lo tanto observable por medio de la conducta o de sus acciones, pero existen factores externos que actúan sobre el grupo y que dependen del contorno ambiental, y factores internos que son la satisfacción de las necesidades biológicas y espirituales, se observa que los factores externos actúan más sobre el grupo que sobre de cada individuo". (Gregorio, F.,1982, pp. 18)

"El factor primordial dentro del grupo, es la cohesión debido a la atracción que ejerce el grupo sobre sus miembros, el valor que reviste a sus ojos y también los dominios de actividad que estos creen que surgen del grupo" (Jean, M. 1990, pp. 112)

La cohesión se mide por la fuerza de las tendencias que lleva la mayor cantidad posible de miembros a cooperar y conjugar sus esfuerzos en beneficio de la finalidad común que es la razón de ser del grupo, se convierte en algo más que la suma de las personalidades de sus miembros. Desarrolla su propia manera de pensar, normas de conducta, sus reconocimientos y sanciones.

Por lo tanto la cohesión de grupo se refiere al grado en que los miembros de un grupo desean permanecer en él.

Así, los miembros de un grupo sumamente cohesivo, se preocupan más de su membresía, y, por consiguiente, están más motivados para contribuir al bienestar del grupo, a lograr los objetivos de este y participar en las actividades del mismo. La cohesión contribuye a la significación de la membresía para quienes pertenecen a él". (Cartwright, Zander, Dinámica de grupos, 1990. pp. 108)

Con esto podemos mencionar que todo grupo se caracteriza por poseer una dinámica específica, creada a través del tiempo con base en sus necesidades y fines que persiguen.

2.3 PROCESO DE COMUNICACION EN GRUPOS.

La comunicación humana es un conjunto sutil de procesos cuyos significados por más simples que sean dan un mensaje. Siempre que la gente interactúa, se comunica, cuando las personas se estimulan recíprocamente lo hacen en primer lugar mediante la comunicación.

La comunicación es la transmisión de información, ideas, emociones y habilidades, mediante símbolos, palabras, imágenes, cifras, gráficas; el acto o proceso de transmisión de ideas, emociones, es lo que habitualmente se llama comunicación.

El proceso de comunicación es la base de todo lo que llamamos social, en el hombre resulta decisivo para el desarrollo del individuo, para la formación y existencia ininterrumpida de grupos así como para su interrelación.

En base a las proposiciones teóricas hechas por Lewin en torno a la dinámica de grupos, el proceso de la comunicación es otra de las propiedades estructurales de un grupo, ya que constituye un factor primordial pues sin la comunicación el grupo no existiría como tal.

"La comunicación consiste en el hecho de que un emisor o fuente transmite un mensaje a un receptor por medio de un canal; sin embargo, el proceso posee cierta complejidad, en realidad tanto el emisor como el receptor han de realizar cuatro operaciones que se correspondan entre sí, de esta forma el emisor debe:

- a).- Experimentar la necesidad de comunicar algo.
- b).- Elaborar un mensaje.
- c).- Codificar el mensaje.
- d).- Remitir la información.

Por su parte el receptor deberá:

- a).- Recibir la información
- b).- Descodificar la información.
- c).- Reconstruir el mensaje.
- d).- Interpretar la necesidad del emisor.

(curso de práctica del cuarto nivel, 1982, pp. 72)

La comunicación es según E. Hartley, y R.Hartley (1969).

"El auténtico vehículo del acontecer social y por tanto uno de los conceptos esenciales de la psicología social, y de

la dinámica de grupos en contraste con la mera información; para llevar a cabo una comunicación eficiente son necesarios dos interlocutores.

El comunicador (emisor), del que parte la información y el receptor, el comunicando que la recibe;

Si este a su vez reacciona en la misma dirección que el comunicador original se convierte en comunicador y así sucesivamente. Hablamos entonces de relación mutua, e interacción o más específicamente de Feed Back (realimentación sobre el comunicador), el contenido y la forma de comunicar.

La comunicación por lo tanto se puede definir como un proceso que consta de emisión de información de un contenido (comunicado), por medio de un comunicador y respuesta del comunicando a lo comunicado, según su manera de percibir el contenido" (Antons, K.Práctica de la dinámica de grupos, 1986, pp. 107).

También tenemos que: "En el grupo se da la comunicación a través del intercambio de señales (palabras o gestos), entre un emisor y un receptor (el miembro A y el miembro B del grupo), con un proceso de codificación (las palabras o gestos se ordenan para precisar lo que se quiere decir), y decodificación (la interpretación de la señal o mensaje). Asimismo, en este proceso se encuentra presente

el factor "ruido" (lo que interrumpe la comunicación). Dentro de este proceso se toma en cuenta no sólo el contenido del mensaje (lo manifiesto), sino el cómo de éste contenido (lo latente)" Idem, pp. 221).

El interés por explicar los procesos de cambios implícitos en la dinámica grupal llevó a Bennis y Shepar, a proponer que:

"Si un grupo (y por lo tanto cada uno de los individuos que lo integran), logra comprender las situaciones que operan durante las relaciones interpersonales, obtienen un nivel de comunicación válida; esto significa que cada miembro del grupo será capaz de comunicar adecuada y libremente sus propios sentimientos motivaciones e intenciones. Por consiguiente cuando un grupo logra una comunicación valida este se reconoce por:

- a).- La percepción que tiene cada miembro del grupo acerca de la posición que ocupan los demás.
- b).- La congruencia entre los objetivos propuestos por el grupo y los esfuerzos de este.
- c).- La capacidad de establecer diversos niveles de comunicación. (op. cit. 1982. pp. 228).

2.4 CAMBIOS QUE SE INSTAURAN CON LA DINAMICA GRUPAL EN ANCIANOS.

En la actualidad es posible el poder encontrar grupos de ancianos en los clubes de la tercera edad, estos grupos en México fueron creados por el Instituto Nacional de la SENECTUD, su finalidad es "que personas mayores de 60 años, cuenten con lugares para la recreación, donde ocupen el tiempo libre en actividades socioculturales y de terapia ocupacional; que eviten el aislamiento familiar, y puedan ofrecer una dinámica grupal" (Memorias, INSEN, 1992, pp, 47).

Para poder captar a esta población el Instituto Nacional de la Senectud (INSEN) motivó a los senectos utilizando el truco de ofrecer reforzadores, al principio los ancianos acuden por el interés que representa el reforzador (esto genera en las personas motivos que tienen como finalidad una recompensa a nivel económico).

Creando con esto un ambiente de desajuste en los grupos (el motivo por el cual acude, es con base en su necesidad de seguir estableciendo relaciones económicas, y todas sus acciones tienen como finalidad el obtener objetos los cuales mide con respecto a el dinero que ahorra al obtenerlos). Pero conforme los reforzadores económicos pierden su representatividad y poder ante el anciano éste sigue asistiendo a los grupos.

El motivo por el cual continúa es por que percibe o siente que el interés por acudir le brinda la oportunidad de satisfacer sus necesidades de afecto, descubre que el grupo logra satisfacer esta necesidad, la cual ya no es cubierta por las otras instituciones como son la familia y la comunidad, la interacción en el contexto grupal permite que su necesidad se convierta en motivo:

"Se sabe que tras el motivo siempre se encuentra la necesidad, este encuentro con la necesidad con el objeto es un acto extraordinario; el de la objetivación de la necesidad su "llenado" con el contenido que se extrae del mundo circundante esto lleva a la necesidad al nivel propiamente psicológico" (Guippenreiter, Y. op. cit. pp. 269)

Permitiendo un cambio en el estado de ánimo que se ve reflejado por un entusiasmo naciente al participar en la dinámica grupal, se dice que:

"El entusiasmo no sólo deriva de la comunicación, sino de esa atmósfera psicológica en medio de la cual transcurren las acciones grupales; es una manifestación de la plena interpretación, de los intereses del grupo y de la personalidad de la certeza y la convicción en el elevado valor de las acciones del grupo y del individuo". (G.P. Predvechni, y otros, Psicología Social, 1983, pp. 67-68)

El anciano reinicia con esto un proceso que fue detenido por sus necesidades inmediatas económicas, cuando era joven, el procesos de las relaciones interpersonales, en este momento las necesidades dirigen la actividad del sujeto pero pueden hacerlo sólo si son objétales:

"El carácter objetual de la actividad genera no sólo el carácter objetual de las imágenes, sino también de las necesidades, emociones y sentimientos". (Guippenreiter, Y. op. cit. pp. 270)

Con esto el anciano da inicio a su reincorporación al grupo y pasa a formar parte activa del proceso de formación, integrándose como una célula social, en este proceso dinámico de cambio encontramos un factor que es determinante y que le permitirá al anciano percibirse como un todo con los demás:

La actividad que desarrolla en la dinámica grupal, y que le permitirá concientizar su realidad y establecer redes de comunicación con los participantes del contexto grupal, y en base a las necesidades establecerá relaciones interpersonales reales, descubre que la actividad que desarrolla en la dinámica grupal, le permite disminuir la ansiedad y percibirse ya no como un ente aislado del grupo y de la colectividad, si no como parte de esta:

"El objeto de la actividad se pone al descubierto como capaz de satisfacer una u otra necesidad, así las necesidades estimulan la actividad del sujeto y las dirigen, pero sólo si son objetales". (Idem. pp. 270)

El punto importante de este cambio es que los ancianos comienzan a concientizar el rompimiento con un factor que les creó el desajuste a nivel social cuando fueron retirados de su actividad regular, las relaciones económicas individuales de intereses, por un lado las relaciones a este nivel, son aquellas en donde.

"El individuo particular es aquel que persigue egoístamente su propio interés en la jungla del capital en la que el hombre es un lobo para el hombre y por otro lado, es

un ciudadano abstracto que goza ilusoriamente de una libertad tan abstracta como él mismo". (Garandy, R. y otros, Lecciones de Filosofía, 1969. pp. 209)

El anciano comienza a experimentar cambios, en base a la actividad que ha comenzado a desarrollar en el grupo, la cual ya no estará mediada por una recompensa económica sino por una a nivel afectivo que le devolverá la confianza en sí mismo y le permitirá elevar su autoestima, en estos momentos la necesidad encuentra su objetivación y se convierte en motivo lo que genera la actividad grupal, que le permitirá:

"Dominar los conocimientos, habilidades y hábitos necesarios para la actividad grupal, consolidados en la experiencia, así como los medios para mantener y expresar la unidad del grupo, 'en este' existe necesariamente una relación psicológica mediante la cual se hacen posibles las decisiones, valoraciones opiniones y 'el lenguaje común' entre los miembros del grupo, y surge una unidad emocional y volitiva". (Predurchrl, y otros, op. cit. 1983, pp. 54)

Esta actividad que desarrolla en la dinámica, tiene como finalidad el permitirle una comunicación válida (Benis y Shepard, 1979), que le permite interactuar con los miembros del grupo, estableciendo relaciones interpersonales, con base a que la finalidad generada por la acción en esta etapa no va a ser en aspectos económicos (dinero), sino una recompensa a nivel afectivo, sus relaciones trascienden de una relación mercantilista a relaciones humanas de afecto que le permiten realizarse como

ser humano y estar en función del grupo o grupos en los que interactúe. Los principales componentes de las actividades humanas son las acciones que las realizan:

"Llamamos acción al proceso subordinado a la representación del resultado que debe lograrse, es decir, el proceso subordinado a una finalidad consciente". (Gulpoenreiteg, op. cit. pp. 271)

Así: "La unidad de acción indica la presencia de un objetivo común y la concordancia de los esfuerzos que conducirán al resultado común que se busca con la acción conjunta. En otras palabras decimos que la acción es unida cuando existen comunidad de interés, comunidad de objetivos, un objeto común que concita la acción y se obtiene el resultado buscando que satisfice a los participantes del grupo". (Preduechni, y otros, op. cit. pp. 62)

"De igual manera que el concepto motivo se correlaciona con el de actividad, el concepto finalidad se correlaciona con el de acción, el surgimiento en la actividad de procesos orientados a una finalidad, o sea las acciones, constituyó históricamente la consecuencia del pasaje del hombre a la vida en la sociedad". (Guippenreiter, Y. op. cit. pp. 271)

"El hecho de que en la acción de grupo se unan personalidades que posean capacidades individuales y rasgos de carácter diferentes lleva a una mutua complementación, de esas capacidades y rasgos en un sujeto grupal único. La presencia en el grupo de un hombre decidido puede otorgar decisión a las acciones conjuntas, la presencia de personas tenaces y consecuentes puede darles tenacidad y consecuencia". (Preduechni, y otros. op. cit. pp. 63)

En estos momentos su individualidad se ha colocado como necesidad de grupo ya que las situaciones sociales que le perjudican y perjudicaron como sujetos individuales son las mismas por las que pasan los integrantes del grupo, rompe con esto la conciencia individual y se instaura una conciencia de grupo social, ya no se percibe como un sujeto aislado sino como parte de un grupo que pertenece a "la colectividad es un grupo donde las relaciones interpersonales son mediatizadas por el contenido socialmente valioso y personalmente significativo de la actividad conjunta". (Idem, pp. 29)

La actividad de los participantes en la dinámica grupal, es estimulada por el aprendizaje que se adquiere, en esta fase se han instaurado las relaciones de grupo a nivel colectividad pero no como una masa amorfa sino como una masa consciente de su valor como sujeto social, establece nuevas relaciones de actividad grupal en este proceso dinámico de cambio generados por la actividad-motivo, en la dinámica grupal:

"Solamente cuando el hombre comienza a realizar una actividad como sujeto de la misma, sus capacidades potenciales se convierten en reales y, en el proceso de esa actividad empiezan no sólo a manifestarse, sino también a formarse" (Idem, pp. 47)

Para Leontiev: "El mecanismo fundamental del desarrollo de la psique y la conciencia en la actividad es la exteriorización de los (correspondientes), procesos psíquicos y capacidades en las formas intersubjetivas de actividad conjunta. La organización de formas especiales de actividad conjunta, por una parte, representa el momento del desarrollo de la propia actividad y por otra, permite obtener las formas intersubjetivas genéticamente iniciales de la actividad conjunta que en su posterior implantación (interiorización), pueden dar comienzo a los procesos psíquicos a las capacidades correspondientes del individuo". (Guippenreiter, Y. op. cit. pp. 28)

Volviéndolo un sujeto consciente de la actividad naciente que le permitirá seguir siendo una persona activa con base en la dinámica grupal.

CAPITULO 3: LA ANSIEDAD.

3.1 CONCEPTOS DE ANSIEDAD

"Para mitigar la ansiedad, el hombre del siglo XVII, empleaba la racionalidad y la creencia en las instituciones existentes. Con el advenimiento de la revolución industrial, el mundo físico se tornó menos seguro y, la religión ofrecía menos amparo" (R.H. Dana, La Psicología Clínica. 1966, pp. 196)

"En el siglo XIX, comenzó a percibirse que la racionalidad y la regresión de las emociones no eran respuestas satisfactorias. el concepto de miedo, de temor a lo desconocido, la incertidumbre ante una diversidad variable de condiciones externas, fue el tema de investigación para los filósofos" (Idem)

Una definición de ansiedad extraída del diccionario señala que es "un estado de inquietud o preocupación respecto de lo que puede suceder". Webster (1956)

Elizur (1941), denomina ansiedad a "un estado interno de inseguridad que puede adoptar una o más de las siguientes formas: miedos, fobias, falta de confianza en sí mismo, timidez extrema alucinaciones y sensibilidad acentuada".

Coleman (1976), ha hecho notar que "ciertas situaciones de tensión psicológica y debilidad de la personalidad pueden intervenir en la precipitación de reacciones de ansiedad".

Cuatro son especialmente comunes; 1) modelos progenitores defectuosos (condicionamiento), 2) Incapacidad para determinar impulsos peligrosos, 3) decisiones que sueltan ansiedad y 4) reactivación de un traumatismo anterior" (Textos de psicología, tomo II, pp. 109)

Pavlov, consideraba que "la ansiedad era un choque neurológico, una convergencia de procesos excitativos e inhibitorios producida por la respuesta a un estímulo sorpresivo, fuerte o novedoso" (Dana H.R. op. cit. pp. 197)

Buss, Wiener, Durkee y Baer (1955), proporcionaron una definición aún más específica y confiable de ansiedad, que consta de "tres tipos de conducta observada (falta de atención, inquietud y concomitantes fisiológicos), y cinco tipos de conducta expresada (sentimientos subjetivos de tensión, preocupación, problemas orgánicos, concomitantes fisiológicos y tensión muscular)".

E. Brissaud (1890), la ansiedad es distinguida por la escuela francesa como "una tensión previa que ^{se} expresa de una manera fisiológica o imaginada, sino a través de una sensibilidad molesta experimentada por el paciente, se expresa de una manera intelectual, traducida subjetivamente por una sensación de malestar indefinible, de inquietud permanente, de penosa espera, de inseguridad fundamental, sin razón aparente o suficiente secundariamente. Esta ansiedad puede aún traducirse con ayuda de diversos temas eldéticos aislados, múltiples y variables, según la personalidad anterior del paciente" (P. Marchais Procesos P. 1985, pp. 101-102)

En textos de psicología, tomo II, encontramos que "definimos ansiedad como, una emoción que se caracteriza por presentar sentimientos de peligro, tensión y

sufrimiento por algo que supuestamente habrá de suceder y por una activación del sistema nervioso simpático" (Textos de Psicología op. cit. pp. 68)

Freud consideró la ansiedad como un estímulo y clasificó tres fuentes distintas de ansiedad "cuando se producía como resultado de algún hecho de la realidad externa, la denominaba ansiedad objetual. En el momento que era ocasionada por impulsos internos o de ello, independientemente de las condiciones externas, hablaba de ansiedad neurótica, y la ansiedad producida por un conflicto superyoico, la denominaba ansiedad moral". (Dana, H.R. op. cit. pp. 196)

También enumeró los disparadores de la ansiedad "peligro del mundo real, la causa son situaciones reales que traen consigo dolor físico. Anticipar un castigo por expresar impulsos sexuales, de agresividad u otros prohibidos; o una conducta inmoral, en ésta las causas son las cogniciones". (Textos de Psicología Tomo II, op. cit. pp. 67)

El psicólogo John Mueller encontró que "los sujetos experimentales con mucha ansiedad, parecen codificar menor número de dimensiones del material por aprender, que los menos ansiosos. En vista de estos descubrimientos es de suponer que las personas altamente ansiosas rendirán más pobremente en la escuela que las menos ansiosas". (Idem. pp. 70)

3.2 LA ANSIEDAD EN EL PROCESO GRUPAL

De acuerdo a lo mencionado por Antons, "la aplicación de un ejercicio depende de los respectivos objetivos del grupo, de la correspondencia del proceso y del fin y la intención con que se implanten". (Klaus Antons op. cit. pp. 15)

Esto nos llevó a elegir ejercicios que muestran la realidad social de la población de la tercera edad, tomando como base problemáticas que vive la mayoría de los senectos del medio urbano mexicano y que les generan un incremento en sus niveles de ansiedad y que tienen como causa que: el aislamiento social, así como la soledad en el núcleo familiar por la falta de autoridad y representatividad perdida al ser retirado de su actividad regular provocan en el anciano un incremento en los niveles de ansiedad, la cual se eleva conforme los problemas cotidianos se presentan causando esto una aguda crisis emocional que repercute en sus capacidades de aprendizaje.

Al ser retirado de su actividad regular se rompen los vínculos con el grupo laboral, el familiar y el social. Esta marginación social en todos los niveles lo limita para enfrentar los problemas diarios, aumentando sus niveles de ansiedad al no sentirse perteneciente a algún grupo, y junto con el aumento del tiempo libre hacen que su conciencia lo someta a una dolorosa reflexión que lo hacen presa fácil de la ansiedad, la cual con el tiempo lo convierte en una persona incapaz de enfrentarse a la vida diaria. La pérdida de la seguridad por el incremento de la ansiedad, lo convierte en una persona demandante de sus necesidades afectivas, las cuales son menos cubiertas en el núcleo familiar por los cambios de conducta a los que se ve sometido por el

incremento de ésta, desvalorizándolo y frustrándolo aún más en este grupo de referencia; "La frustración de las necesidades provoca también ansiedad, esta ansiedad se puede explicar entre otras cosas por que un acceso de energía estimula una descarga que no llega a producirse, el individuo entonces tiene que enfrentarse con esta afluencia por así decirlo inesperada; los mecanismos de defensa son pues eficaces precisamente en el sentido de una reducción de la ansiedad, ayudan al individuo a canalizar las energías impedidas en otra dirección y de esa manera hacer frente a un aumento de la ansiedad". (Idem. pp. 235)

Antons afirma que: "Si la conducta de un individuo esta constantemente determinada por fuertes mecanismos de defensa significa que está dominado por una ansiedad constante, para ese individuo la convivencia con otros le suele resultar difícil, ya que apenas puede comportarse correctamente". (Idem)

Con base en lo anterior se busca aplicar una metodología de trabajo apoyada en el proceso grupal, que va a consistir en una serie de ejercicios que tienen que ver con problemáticas que viven los senectos y que les generan un incremento en sus niveles de ansiedad. Esta metodología de trabajo cubre tres etapas dentro del proceso grupal.

La primera de las etapas es la instauración que consiste en la organización en subgrupos, lectura del ejercicio y el inicio de la discusión al interior de los diferentes subgrupos, la instauración es tomada por los ancianos como un juego; "el carácter de juego y simulación es común a todos los ejercicios gracias a ellos adquieren un valor específico de diversión que no sólo estimula a la creatividad sino también, en ocasiones simultáneamente, introducen tensión y dinamismo en los grupos, el carácter del juego encierra además un doble aspecto, por una parte implica el hecho de desligarse de la serie situación del momento y por otra la identificación profunda con

los problemas de los diversos papeles de identificación imposible de obtener de otro modo" (op. cit. pp. 13).

Este ambiente permite la disminución de la ansiedad y que los participantes se involucren en una dinámica grupal, el manejo del ejercicio les permite experimentar un cambio y lo que comienza como diversión poco a poco los involucra hasta identificarse con la situación, en este momento puede haber un incremento de la ansiedad, pero el manejo del ejercicio asociado con la identificación del problema van generando la reflexión acerca de la situación expuesta, por lo tanto el haber tomado el inicio del proceso como juego predispone a las personas a ser sensibles a la reflexión. "Si se le brinda un medio conducente, el individuo puede arriesgarse a dejar caer sus defensas y puede comenzar a explorar áreas que normalmente le resultan amenazadoras" (James C. Hansen, 1981, pp. 8).

La segunda se caracteriza por la retroalimentación que se da mediante la exposición de las respuestas de los subgrupos, intervención de las personas que se identificaron con la situación planteada por el ejercicio y el enriquecimiento del proceso de retroalimentación por parte del psicólogo. La atención generada durante el proceso va a permitir el manejo de la ansiedad, ya que en estos momentos no hay nada que perturbe a la persona al sentirse relajado y dispuesto a asimilar lo que el ambiente grupal le brinda; este ambiente permite que los participantes logren un efecto de transferencia a la situación real de sus conflictos. Los ejercicios pueden eventualmente servir para resolver conflictos existentes, "puede tal vez solucionarse paradigmáticamente un conflicto y conseguirse un efecto de transferencia a la situación real del conflicto" (Antons K., op. cit., pp. 14)

Un momento importante en el proceso grupal es la retroalimentación que se da a la hora de las aportaciones del trabajo subgrupal, el cual va dirigido a la solución del problema y exposición de alternativas que permiten la disminución de la ansiedad, lo que ayuda a cambiar el estado anímico de las personas que manifestaron haber pasado o estar viviendo este tipo de situación. "Es una comunicación a una persona durante la cual se le facilita información sobre cómo son percibidos, entendidos y vividos sus modos de comportamiento también se dice que el posible alcance y eficacia del feedback, viene determinado en gran parte por la medida de confianza dentro del grupo y entre las personas interesadas" (Idem, pp. 130)

El papel del psicólogo es importante y decisivo, ya que la estructura del ejercicio permite que "la problemática final apetecida puede realmente ser aclarada y hecha accesible a la reflexión, depende por otra parte en gran medida de las actitudes y recursos del grupo, así como también del estilo de intervención del director del ejercicio" (Idem, pp. 15)

En esta fase el grupo muestra aptitudes y recursos demostrándolos con las conclusiones a las que llegaron motivados por el ejercicio. La responsabilidad de que el proceso continúe y permita pasar a la siguiente etapa en gran medida se deberá a la capacidad del psicólogo al momento del análisis, lo cual le permite la comprensión que le genera a los ancianos cambiar sus niveles de ansiedad y empezar un proceso de aprendizaje para lograr enfrentar sus problemas cotidianos. También podemos mencionar que los participantes mediante el proceso de reflexión concientizan que los otros han enfrentado problemas similares a los que ellos tienen o han tenido. "Al compartir los problemas y sentimientos comunes pueden analizar las alternativas y fomularse métodos para cambiar la situación de tal manera que permita al individuo confrontarlos en forma efectiva, esto quiere decir que no existen problemas singulares

sino todo lo contrario, sin embargo, aún entonces se les puede analizar y elaborar dentro del grupo cuando el clima grupal transmite un sentimiento de comprensión, sensibilidad y ayuda (Hansen, op. cit., pp. 8)

En esta segunda etapa con base en la retroalimentación, tanto grupal como del psicólogo, por medio del ejercicio y la dinámica grupal generada, se guía a los participantes hacia la interacción con la finalidad de reflexionar y asimilar. De igual forma se instauraran relaciones interpersonales que permiten la disminución de la ansiedad lo que dan como resultado la cohesión del grupo; lo que permite generalizar un objetivo común entre los integrantes del mismo, y los lleva a orientarse a la realidad de la problemática que están vivenciando. Esto entonces permite que el grupo identifique los problemas y genere alternativas de solución. "Los grupos sumamente cohesivos proporcionan una fuente de seguridad a los miembros, ello sirve para reducir la ansiedad y elevar la autoestima", (Cartwright, D., Zander, A., op. cit. pp. 123). Con esto se espera que "cada miembro del grupo asuma un cierto grado de responsabilidad al establecer las metas, dirección del grupo, y la confrontación que son también responsabilidad de ellos". (Hansen, op. cit. pp. 160)

Con base en lo anterior los cambios instaurados en el proceso de juego, así como en el de la reflexión generada por la retroalimentación subgrupos-grupo y psicólogo-grupo, permiten iniciar la tercera etapa; que es la de síntesis y análisis del trabajo grupal, que consiste en los comentarios de los participantes con respecto a las emociones que se dieron durante el proceso grupal, conclusiones subgrupos-psicólogo-grupo teniendo como base la discusión creadora y el cierre.

En este momento los participantes han logrado ya establecer una ambiente de interacción en el que se han instaurado las relaciones interpersonales y la cohesión

grupal, por consiguiente se puede decir "los ejercicios interpersonales estructurados pueden ser usados para favorecer el aprendizaje de nuevos comportamientos que faciliten el desarrollo del grupo y por ende de los ancianos" (Idem, pp. 373)

Como se sabe, el estilo de vida de una persona, su preparación y sus relaciones interpersonales determinan en gran parte su disposición y disponibilidad para su aprendizaje, este "se facilita cuando se establecen auténticas interrelaciones personales, éstas tienden a aumentar la autoestima y a disminuir las defensas, las personas logran una mayor comunicación entre sí cuando no están a la defensiva" (Seashore, 1970).

En esta etapa los participantes equipados con el aprendizaje logrado durante el proceso grupal pueden orientarse hacia la realidad de su problemática cotidiana, y así actuar ante ella con una visión que le llevará a reconocer errores propios y ajenos. El diálogo controlado en esta etapa enriquece a los participantes ya que en éste se manejan alternativas de solución, "el diálogo controlado es idóneo para hacer sentir barreras en la percepción y la comunicación con claridad y a veces dolorosa" (Antons K, op. cit., pp. 18)

Los participantes pasan por un proceso reflexivo doloroso, pero su necesidad de encontrar alternativas de solución a su problemática se ve enriquecida por la retroalimentación, generada en el ambiente grupal, el cual es de cooperación, participación y de apoyo real en la solución del problema, al hacerlo de interés grupal. Lo que se logra en realidad en esta etapa es el poder mencionar y expresar abiertamente sus necesidades, también la cohesión lograda en el grupo permite la disminución en los niveles de ansiedad haciendo al sujeto capaz de adquirir seguridad y de demandar y aceptar la ayuda del grupo. Los participantes logran por medio del análisis del ejercicio conceptualizar los cambios de conducta a que los somete el

incremento de la ansiedad y que limita sus procesos de aprendizaje, "una persona aparentemente senil puede estar atormentada por el dolor y la ansiedad, su comportamiento demente puede haber sido producido por el dolor emocional, la ansiedad puede hacer que personas inteligentes parezcan estúpidas". (R. Kastebaum, op. cit. pp. 97)

Por lo tanto el cambio en el comportamiento del anciano tiene como base la disminución de los niveles de ansiedad el adquirir seguridad mediante el proceso de la dinámica grupal, el poder disponer de capacidad para enfrentar los problemas de la vida diaria y manejarlos en su nivel real; "la enfermedad mental se aprovecha de la desorganización y de la espera ansiosa que precede a los conflictos para hacer su cosecha entre los sujetos más vulnerables por su fragilidad nerviosa". (M.R. de Groote, *La Locura*, 1972. pp. 292)

Para resumir diremos que esta tercera etapa permite a las personas lograr cambiar sus niveles de ansiedad. por medio del ejercicio y el proceso instaurado con la dinámica grupal se logra un conocimiento de qué conductas afectan su vida sociofamiliar.

CAPITULO 4: METODOLOGIA.

4.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA:

¿La dinámica grupal disminuye la ansiedad en los grupos de ancianos?

4.2 PLANTEAMIENTO DE HIPOTESIS.

Hipótesis conceptual: La dinámica grupal genera un cambio en los niveles de ansiedad en los ancianos, a demás de permitir a los mismos trasladarse de una situación ficicia a una vivencia real de la vida cotidiana.

Hipótesis de trabajo: Habrá una disminución de la ansiedad en los ancianos de los clubes de la tercera edad del Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), al participar en dinámicas grupales creadas para ese fin.

4.3 VARIABLES.

Definición de Variables.

Definición conceptual Variable dependiente:

Ansiedad: Es conceptualizada por C. D. Spielberger (1964), "como una condición o estado emocional transitorio del organismo humano que se caracteriza por

sentimientos de tensión y aprehensión subjetivos conscientemente percibidos y por un aumento de la actividad del sistema nervioso autónomo.

Definición operacional de la variable dependiente:

Puntaje obtenido a través de un inventario que mide la ansiedad como rasgo y la ansiedad estado. (IDARE)

Definición conceptual de la Variable Independiente:

Dinámica de grupo: Actividad al interior del grupo con una tarea libremente orientada por los individuos, en relación a objetivos propuestos, en donde el grupo mismo es considerado como objeto por sus integrantes. (Diccionario Enciclopédico de Educación Especial, Vol. II D-G., Ed. Santillana, México, 1990, pp. 659).

Definición operacional de la variable independiente:

Dinámica Grupal: Técnica basada en ejercicios grupales, situaciones modelo que impulsan a los participantes a observarse así mismos y sus modos de comportamiento recíprocos gracias a lo cual llegan a conocerse tanto así mismos como a los demás en nuevas formas de comportamiento y en donde la elaboración y la reflexión de la vivencia son los objetivos centrales (Antons, 1986).

ESTA TESIS NO DEBE
SALIR DE LA BIBLIOTECA

4.4 SUJETOS.

Grupo Experimental.

40 socios del club de la tercera edad del Instituto Nacional de la Senectud (INSEN), llamado Luces del Porvenir; compuesto por 34 mujeres y 6 hombres con un promedio de edad de 68 años.

Grupo Control:

Este grupo está compuesto por sujetos con características socioeconómicas similares al grupo experimental, es un club de la tercera edad del INSEN llamado Hermoso Vergel y lo integran 37 mujeres y 3 hombres, la edad promedio es de 65 años.

4.5 DISEÑO DE INVESTIGACION:

El diseño utilizado para ésta investigación es el diseño cuasiexperimental de grupo control no equivalente, Campbell y Stanley (1973), en donde se incluye a un grupo experimental y a uno control, los cuales no poseen equivalencia preexperimental de muestreo, ya que son grupos naturales. Se toman tal como están y se les aplica el pretest, introduciendo en un grupo la VI, (se asigna el tratamiento al azar, ya sea en un grupo o en otro) y se observa después del tratamiento. Los resultados obtenidos para ver si se dio un cambio

en el grupo que fue elegido para recibir el tratamiento. (Curso de practicas, op. cit. 1982, pp, 261).

4.6 INSTRUMENTO:

Se utilizará el IDARE, elaborado por C.D. Spielberg, A. Martínez Urrutia, F. González Reigosa, II. Natalasio y Ramón Díaz Guerrero. Este instrumento está constituido por dos escalas separadas de autoevaluación que se utilizan para medir dos dimensiones distintas de la ansiedad: una llamada Ansiedad Rasgo (A-Rasgo) y la llamada ansiedad Estado (A-Estado).

Cada escala consiste de 20 afirmaciones. Ambas escalas se encuentran impresas en una sola hoja, de un lado la escala (S.K.E. (numerada del 1 al 20) y la escala (S.K.R del otro (numerada del 21 al 40). Las puntuaciones que se pueden obtener varían en cada una de las escalas desde un mínimo de 20, hasta una máxima de 80. En las dos escalas del IDARE los sujetos responden a cada uno de los reactivos valorándose ellos mismos en una escala de cuatro puntos. Las cuatro categorías para la escala A-Estado son: 1) no en lo absoluto, 2) un poco, 3) bastante y 4) mucho. Las categorías de la escala A-Rasgo son: 1) casi nunca, 2) algunas veces, 3) frecuentemente y 4) casi siempre.

Algunos de los reactivos del IDARE se formularon de tal manera que una valoración (4) indica un alto nivel de ansiedad, mientras

que otros reactivos se formularon de tal manera, que una valoración alta (4) indica muy poca ansiedad. Los reactivos en los cuales una valoración alta indica poca ansiedad son:

Escala S.X.E: 1, 2, 5, 8, 10, 11, 16, 19 y 20.

Escala E.X.R.: 21, 26, 27, 30, 33, 36 y 39.

Los reactivos en los cuales una valoración alta indica alto nivel de ansiedad son:

Escala S.X.E: 3, 4, 6, 7, 9, 12, 13, 14, 17 y 18

Escala S.X.R.: 22, 23, 24, 25, 28, 29, 31, 32, 34, 35, 37, 38 y 40

CONFIABILIDAD Y VALIDEZ.

La confiabilidad del IDARE se consiguió por medio de un TEST-RETEST en 5 subgrupos de sujetos que se incluyeron en una muestra normativa, la aplicación se realizó en condiciones experimentales. Se sacaron correlaciones del test-retest para la escala A-Rasgo y A-Estado.

Dada la naturaleza transitoria de los estados de ansiedad, las medidas de consistencia interna, tales como el coeficiente alfa, proveen un índice más adecuado de la confiabilidad de las escalas A-Estado que las correlaciones de test-retest. Los coeficientes

alfa para las escalas del IDARE fueron calculadas a partir de la fórmula K-R 20 con la modificación introducida por Cronbach (1951) utilizando las muestras normativas. La confiabilidad test-retest (estabilidad) de la escala A-rasgo del IDARE es relativamente alta pero los coeficientes de estabilidad para la escala A-estado del IDARE tienden a ser bajos, como era de anticiparse en una medida que ha sido diseñada para ser influenciada por factores situacionales. Tanto la escala A-rasgo como la A-estado tienen un alto grado de consistencia interna.

VALIDEZ.

En la construcción del IDARE se requirió que los reactivos individuales llenaran los criterios de validez prescritos, para la ansiedad-rasgo, en cada una de las etapas del proceso de construcción del inventario a fin de ser conservados para la evaluación y validación; las cuales se llevaron a cabo por medio de correlaciones con la Escala de Ansiedad IPAT (Catell and Scheider 1963), la Escala de Ansiedad Manifiesta (TMA) de Taylor (1963) y la lista de Adjetivos Afectivos de Zuckerman (1960).

Las investigaciones en el campo de las disciplinas sociales han permitido estructurar sistemas teóricos, diseñar métodos y

técnicas para el análisis de los problemas, pero estarán orientadas según a la corriente teórica a la cual pertenezcan.

"En términos de las medidas y los experimentos, tal como se usan en Psicología, nosotros vemos el Justificacionismo operar a través de su concepto de validación"

"en el caso de las medidas, nosotros encontramos que validar un instrumento es establecer una regla de correspondencia entre éste y un concepto teórico y la realidad a través de una operación de medida. Puesto en otras palabras, 'un instrumento de medición es válido si éste cumple satisfactoriamente el propósito para el cual fue construido' (Nunnally,1987)". (para más información acerca del tema de la validación de instrumentos ver el artículo: Mercado, S. J., 1991. Acerca de la Validez y sus Vicisitudes, Revista Mexicana de Psicología Social y Personalidad 2,31-34).

4.7 PROCEDIMIENTO.

Se acudió a trabajar a los dos clubes de la tercera edad para aplicar el instrumento (pretest) que mide los niveles de ansiedad. Una vez obtenidos estos datos se llevaron a cabo las sesiones con los grupos. en el grupo experimental las sesiones se realizaron por medio de dinámicas grupales, en cambio las sesiones con el grupo

control consistirán solamente en la exposición de temas como: vejez demencia senil, aislamiento, neurosis, depresión, problemas en grupo, etc.

Una vez cubierta esta etapa se procederá a la reaplicación del instrumento (retest) para comparar ambos resultados.

4.8 CALIFICACION.

Hay plantillas para la calificación manual de las escalas A-Rasgo A-Estado del IDARE. Para calificar cada escala, simplemente se coloca la plantilla sobre el protocolo y se dan los valores numéricos de la respuesta que aparecen impresos en la clave de cada reactivo.

4.9 DISEÑO DE LAS DINAMICAS GRUPALES.

Origen de los ejercicios:

Los ejercicios utilizados para esta investigación son fruto del trabajo cotidiano y el contacto directo con el anciano. Este trato directo, por espacio de 4 años me permitió, por medio del trabajo individual y grupal, clasificar y elegir 12 situaciones representativas de la problemática que repercuten en la interrelación Social de estas personas, ya que de una u otra manera, estas vivencias son cotidianas en la mayoría de ésta población, en su ambiente social.

Para comprobar que las dinámicas grupales disminuyen el nivel de ansiedad en los grupos de ancianos se hará la comparación de dos muestras (grupo experimental y grupo control). Utilizando un diseño experimental test-postest, en el que antes y

después del tratamiento (dinámicas grupales). Se hacen mediciones (inventarios de Ansiedad Rasgo-Estado), para observar el efecto del tratamiento, en el grupo experimental el cual se efectuará en una situación natural de campo.

4.10 DESCRIPCIONES DEL PROCEDIMIENTO:

Indicaciones: Se les pide a los participantes que formen un círculo y que se numeren del uno al ocho, al término de esto se forman subgrupos de acuerdo al número que le correspondió a cada sujeto:

Primera etapa: Se les pide que nombren un representante en cada uno de los subgrupos, el cual se encargará de exponer las conclusiones a las que lleguen, después de haber nombrado a la persona, se les explica que se leerá un problema que sucede en la vida diaria, y que dispondrán de diez minutos para discutir y poder proponer una solución al problema expuesto por la persona designada en cada subgrupo; se lee el problema y se inicia el diálogo. (Instauración).

Segunda etapa: En ésta los representantes de los subgrupos inician el proceso de retroalimentación con base en las conclusiones a que se llegó en el diálogo establecido, posteriormente el psicólogo retoma lo expuesto por los participantes, así como el ejercicio y continúa con el proceso de retroalimentación-interacción psicólogo-subgrupo-grupo, analizando las circunstancias que causan estos problemas y explicando como se van generando y se dan alternativas de solución, tanto de él como las propuestas por los subgrupos, instaurándose con esto un ambiente grupal de reflexión por parte de los participantes. (retroalimentación).

Tercera etapa: En esta se le pide a los participantes que establezcan una discusión creadora, con base en los elementos ya manejados, en las dos etapas anteriores, en esta etapa los participantes cuentan ya con elementos aportados por la retroalimentación generada, con base en las conclusiones de los subgrupos, (subgrupos-grupo), y la aportada por el análisis, la retroalimentación e interacción (subgrupos-psicólogo-grupo), lo que permite que los participantes entren en un proceso de aprendizaje para modificar conductas que les generan este tipo de problemas, la discusión se da en un ambiente de cooperación, participación y apoyo por parte de los integrantes del grupo, que se genera por la dinámica establecida y la ausencia de ansiedad que les produce tensión. (síntesis y análisis).

4.11 ORDEN DE APLICACION, ANALISIS, SINTESIS Y OBSERVACIONES DE LAS DINAMICAS GRUPALES.

Ejercicio # 1.

Material: La imagen de la mujer joven-anciana, hoja de evaluación.

Objetivo: Demostrar por medio de una imagen de la mujer joven -anciana, (Ver anexo, pag. 41), que la mayoría de las veces la atención y pensamientos de los ancianos están en el núcleo familiar y sólo están físicamente en el lugar, lo cual limita la percepción de las relaciones interpersonales con los que les rodean en el club.

Preguntas:

- # 1.- ¿Hay esmero en el arreglo de la figura o es descuidada?,
- # 2.- ¿Se muestra triste o contenta la persona?,
- # 3.- ¿ La persona es delgada u obesa?.
- # 4.- ¿ Qué edad cree que tiene la persona de la foto?.

Síntesis del ejercicio # 1.

Las respuestas más frecuentes de los subgrupos son las siguientes:

- 1.- Está triste. (para los cinco subgrupos).
- 2.- A tres subgrupos les parece descuidada, y a dos arreglada.
- 3.- A tres de los subgrupos les parece que es obesa y a dos que es delgada.

4.- Esta última que hace mención a la edad de la persona de la imagen, les fue hecha después de dar por terminada la segunda etapa del ejercicio, por lo cual no se anotó la respuesta dada por los participantes en su hoja.

Análisis del desarrollo de la dinámica.

Al inicio hubo resistencia por parte de algunas personas para formar el círculo, cuando se les mencionó que se numeraran del 1 al 8 se notó el descontrol de las personas, el cual aumentó cuando se les pidió que formaran los subgrupos, algunas de ellas no querían integrarse al grupo que les correspondía por lo que se les pidió que lo hicieran para poder continuar con el desarrollo de la dinámica, se les indicó el subgrupo que les correspondía, la mayoría se mostró indecisa para cerrar el círculo en los subgrupos, "Cualquiera que sea el círculo de participantes en la situación inicial, se producen siempre problemas de toma de conocimiento, de confianza, sentimientos de alienación, medios y expectativas de desengaños, esperanzas y temores de las más diversas índoles. Es por consiguiente, toda una escala de reacciones emocionales" (Antons, op. cit. pp, 27). Después de que todos habían observado la imagen y contestaron las preguntas, en las cuales se dieron diferencias, por lo que se originó una discusión grupal en la que los participantes mostraron conductas de enfado y enojo por no ponerse de acuerdo, lo que nos indica un incremento de la ansiedad debido a que las personas conforme se extendía la discusión se mostraron inflexibles en aceptar y cambiar de opinión, "En toda situación de dinámica de grupos, suele aparecer muy pronto el problema de la falta de entendimiento, de la extrañeza, del enfado y

frustración por la distinta manera de ser del otro, por su percepción distinta a la mía" (Antons, op cit. pp. 51). Respecto a esto se menciona que en un grupo "las formas habituales de resistencia, con la ansiedad invocando los mecanismos de defensa" (James C. Hansen, op. cit. 1984, pp. 373). "Los mecanismos de defensa, están en estrecha relación con los conflictos de necesidad de los que resultan las frustraciones" (Antons, op. cit. 1986, pp. 235).

Debido al ambiente que se generó se intervino pidiéndoles que cerraran el círculo en los subgrupos y que volvieran a observar la imagen detenidamente "señalamos todavía que la retroalimentación de los resultados de tal observación no suele ser muy fácil, puesto que los procesos abordados en grupos de discusión poseen una tendencia a independizarse, perdiendo quizás todo su interés, o incluso resistiéndose a un feed-back de observadores externos (Idem., pp. 52).

Las personas estaban tan alteradas que no lograron darse cuenta de que la imagen constaba de dos rostros, se les pidió que guardaran silencio y orden; se les indicó que la imagen que había observado es una composición de dos imágenes de una persona joven y una anciana, pero que debido a la falta de atención y concentración en el desarrollo de una tarea, no las lograron notar, lo cual se hace más difícil cuando las personas pierden el control y sólo se dedican a defender sus puntos de vista; esto también repercute para que las personas no se percaten de lo que sucede a su alrededor, lo que limita las relaciones con los que nos rodean, se les pidió que iniciaran un diálogo en el cual analizaran el comportamiento que habían asumido y cuál fue la causa.

Observaciones: El grupo no mostró deseos de cooperación y participación al inicio, lo que se notó claramente con el no querer formar los subgrupos y cerrar el círculo, la discusión acerca de las conclusiones hizo que los subgrupos se

desestructuraran por el enfado y enojo que mostraron; el grupo no mostró identificación ni cohesión, se encontraron conductas individualistas, respecto a esto Bion (1961) menciona que "en la fase inicial de un grupo prevalecen los llamados supuestos fundamentales. Como contenidos emocionales con causas psicológicas del desarrollo, no logran penetrar en la conciencia de los participantes del grupo, sino que se convierten en modos de comportamientos inconscientes, se pueden encontrar en todo grupo recién compuesto, independientemente de sus contenidos de trabajo, objetos de aprendizaje y nivel intelectual" (Prácticas de cuarto nivel, 1982, pp. 260).

Ejercicio # 2.

Material: Cubos de madera, fichas de dominó, una mesa y un pizarrón.

Objetivo: Conocer la actitud de los participantes con respecto a la cooperación e interacción, así como el rol que asumen en una actividad grupal.

Indicaciones: Se coloca el material y se les comenta que cada uno de los subgrupos pasará a formar una torre lo más alta que puedan, con los objetos depositados en la mesa, una condición se pide; que no se hable durante el desarrollo de la actividad.

Análisis del desarrollo de la dinámica.

La participación de las personas mostró una mejoría en la formación del círculo, no así al formar los subgrupos, las personas se mostraron renuentes a integrarse a éstos; tratan de permanecer con las personas que son de su agrado, se les indicó el lugar que les correspondía, se integraron, pero se mostraron molestos. Al momento de

realizar la tarea por subgrupos se observó que por lo regular sólo 4 o 5 personas de las 8 se dedicaban a la realización de la tarea, lo que nos indica que las personas en los subgrupos asumieron roles como el de líder, opositor, facilitador, el indiferente, el aislado y el pasivo. Respecto a esto se menciona: "el rol prescribe una determinada conducta dentro de posiciones específicas, por consiguiente, percibimos los comportamientos de un individuo de una forma determinada dentro de un contexto concreto" (Cuarto nivel, prácticas de, 1982, pp. 63).

Al momento de decidir quién había logrado la torre más alta nadie quiso opinar, por lo que tuve que designar al subgrupo ganador, lo que molestó a los otros participantes, tres de los subgrupos alegaron que ellos merecían ganar, ya que habían logrado construir la torre más alta. Se les preguntó por qué no lo habían mencionado cuando se les indicó que eligieran al ganador. Se les pidió que volvieran a dialogar y escogieran al subgrupo ganador; esto originó una discusión grupal acalorada entre los participantes, insistían en que cada uno de ellos lo había logrado, se perdió el orden, los círculos se abrieron; por lo que se dio paso al análisis de lo sucedido. Se les comentó que se notaban enojados y molestos, y que ello limitaba la posibilidad de una decisión grupal.

El incremento de la ansiedad, en estos momentos, generó conductas negativas en los participantes que se vieron reflejadas en un estado de tensión dentro de la situación grupal, se menciona con respecto a esto que "en un grupo conflicto significa disparidad de pareceres, argumentación de carga afectiva, tensión, impaciencia, acusaciones, falta de disposición a escuchar y a comprometerse, y falta de acuerdo" (Antons, op. cit. pp. 266)

Sólo dos subgrupos aceptaron que ellos no habían logrado "la mejor" torre, se pidió a estos subgrupos que eligieran al grupo ganador. Cuando se nombró al ganador el grupo se mostró conforme con la decisión de los compañeros. Se explicó que el juego no era para competir, sino para saber cómo se comportaban en una tarea grupal y qué rol jugaban cada una de las personas; por lo tanto no había motivo para enojarse ni discutir, ya que al final ninguno era mejor que los otros, todos eran buenos. Se les indicó que volvieran a formar los subgrupos e iniciaran un diálogo con la finalidad de examinar el comportamiento que habían asumido y el cómo se sintieron al realizar la tarea y si habían cooperado o no con los compañeros; al término del diálogo se dió por terminado el trabajo grupal y las personas se mostraron más calmadas y tranquilas.

Observaciones: Hubo un cambio de actitud en los participantes conforme transcurrió la sesión, reflejándose a la hora de participar y en la discusión final, donde las personas lograron una disminución de la tensión, lo que mejoró el ambiente grupal y la disposición de los participantes, L. A. Coser (1972), "define al conflicto social como una lucha por valores, status, poder y medios; esta lucha sin embargo, no es un factor negativo en las hechuras sociales, sino que incluso puede cumplir funciones positivas en el ámbito interpersonal". "El conflicto puede servir, además, para eliminar los elementos que separan y restablecer la unidad. En la medida en que el conflicto significa una solución de las tensiones, posee funciones estabilizadoras y constituye un componente integrante de relaciones" (Antons, op. cit., 1986, pp. 273).

Ejercicio # 3.

Material: 12 imágenes de revistas con diferentes escenas de la vida cotidiana.

Objetivo: Conocer el tipo de desarrollo y vivencias familiares que han tenido las personas, y cómo la mayoría muestra ciertas similitudes en las diferentes etapas de la vida.

Indicaciones: Se les proporcionan las imágenes y se les dice que las observen una por una, y que las pasen a los compañeros, posteriormente se les pide que traten de formar una historia que involucre a una pareja desde el momento del enamoramiento hasta la vejez.

Relato elaborado en la dinámica:

"Esta era una pareja que estaba en la playa, empezaba a atardecer, el clima era cálido, él estaba cantando y tocando la guitarra por lo que se pusieron románticos y se empezaron a abrazar y besar, y acabaron haciendo el amor. Ella después se sintió mal y preocupada por lo que había hecho. Cuando el padre se enteró se enojó mucho y le llamó la atención a su hija por la falta cometida. De esa unión a fuerzas, nacieron tres niños, la situación no era muy buena por lo que continuamente había pleitos que los niños presenciaban asustados. El decide separarse de ella por lo que se ve obligada a rogarle que no la deje. Ella se queda sola, triste y preocupada de qué va a ser de ella y de sus hijos, por lo que se mete a trabajar de bailarina. Sus hijos se quedaron al cuidado de la abuela, la cual les enseñó muchas cosas a las niñas como a tejer. Cuando ella envejeció sus hijos la abandonaron y como ya no le daban trabajo por su edad se tuvo que mantener vendiendo verduras en el mercado, y cada una por su cuenta acabaron solos y viviendo de sus recuerdos."

Análisis del desarrollo de la dinámica.

La formación del círculo así como la de los subgrupos comienza a ser menos molesta para los participantes, los cuales ya no se entretienen, no se niegan a integrarse a su subgrupo y lo hacen sin oponerse. Todos los subgrupos se pusieron a trabajar, observando las escenas con atención, las pasaron a los compañeros del grupo, al término de esta actividad comenzaron un diálogo con respecto a la formación de la historia y como sería la colocación y el orden de las imágenes. las personas hicieron el desarrollo en el piso, se pararon de las sillas, otros se hincaron, algunas personas se negaron a participar, aunque ya eran menos; cada uno de los subgrupos armó la historia. La persona que fue elegida en los subgrupos comenzó el relato mostrando cada una de las imágenes y la escena que se desarrollaba. Iniciaron con el enamoramiento hasta terminar con la manera en que viven su vejez las parejas. No hubo problemas ni se mostraron conductas de enojo o de ira, aunque sí algunas personas se notaron nerviosas al inicio de los relatos; todo lo que se mencionó fue aceptado por los participantes. Esto se debió a que todos los relatos tenían un desarrollo similar. A la hora del cierre se les indicó que se juntaran en subgrupos y comenzaran el diálogo final, en el cual mencionarían en qué habían coincidido con los compañeros y por qué. La mayoría mencionó que los relatos hechos por los compañeros tenían algo de la vivencia propia de cada uno de ellos, y que el relatarlos era hablar de ellos mismos, "al expresar abiertamente sus miedos íntimos y al confesar su debilidad a uno o más oyentes empáticos el individuo puede lograr una armonía emocional" (Cartwright. D. Zender, A. op. cit. pp. 100).

Observaciones: En esta dinámica los participantes mostraron mejor disposición a la hora de cooperar con la instauración de ésta. Conforme transcurrió la tarea grupal,

la mayoría se mostró interesada y participativa, no se manifestaron problemas de ansiedad a la hora de las conclusiones por parte de los participantes, lo que indica que los niveles de ansiedad no se elevaron; de acuerdo a lo anterior "la aceptación o cohesión de los miembros como elemento clave al proceso de la orientación, se desarrolla en un sentido de la parte de algo, especial dentro de los individuos, y que es este sentimiento y el sentimiento de importancia individual dentro de la estructura del grupo lo que le permite a los sujetos enfrentarse con material que en otra forma podría provocar un nivel tal de ansiedad que no podrían enfrentarse a él" (Hansen. op. cit. 1981, pp. 262), lo que permitió una participación sin interrupciones; el diálogo que se estableció al final permitió que los participantes rompieran el hielo y la indiferencia con la reflexión de que tanto ellos como los demás han tenido vivencias similares a través de la vida. El grupo mostró cooperación, interacción, organización y apoyo grupal, "la interacción humana en un grupo parece ser apropiada, para resolver problemas o para fomentar las conductas productivas" (Idem, pp. 20).

Ejercicio # 4.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo : Promover el intercambio de experiencias problemáticas, de manera poco amenazante y propiciar un terreno fértil para la retroalimentación y la empatía.

Problema: Una señora de 64 años vive con uno de sus hijos, se siente en la necesidad de ayudar a su hijo y a su nuera, pensando que con esto se granjea los alimentos. En últimas fechas la nuera ha abusado, ya que le ha dejado a su cargo el arreglo de la casa, cocinar, lavar y planchar la ropa del hijo, las de los nietos y la de ella, además le ha impuesto el tener que llevar y recoger a los niños de la escuela;

desde hace poco, la señora se ha sentido enferma, pero no es capaz de contarle lo sucedido al hijo, por miedo a las represalias de la nuera.

Preguntas: ¿Qué piensa usted acerca de esta situación? ¿Quién cree usted que tiene la culpa el hijo, la nuera o la señora? y ¿Por qué?; ¿Cómo cree usted que reaccionaría el hijo al enterarse de lo que sucede?, ¿Cuál sería la conducta de la nuera hacia la señora al ser acusada?, Imagine que usted es la persona del relato, ¿Qué haría al respecto?

Síntesis del ejercicio # 4 .

Las respuestas más frecuentes de los subgrupos son las siguientes:

Pregunta # 1.- "La nuera abusa de su suegra."

Pregunta #2.- "La suegra por que no le comenta al hijo la situación que esta viviendo, por falta de carácter"..

Pregunta # 3.- "El hijo tal vez le de la razón a su esposa, por que tal vez sea más amoroso con la esposa que con su madre".

Pregunta #4.- "La nuera se pondría furiosa contra la suegra".

Pregunta #5.- "Que mejor se vaya a trabajar a otra parte o sino a un asilo".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

Los participantes se mostraron más cooperativos a la hora de formar el círculo, pero aún había resistencia para cerrar los subgrupos, se procedió a la lectura del ejercicio-problema denotándose interés en los participantes al término de la lectura. Los subgrupos comenzaron a trabajar, la discusión giró al principio respecto al ejercicio, algunos de los participantes en los subgrupos, comenzaron a mostrarse

nerviosos conforme transcurría la sesión. El diálogo generado por el ejercicio, permitió que algunos de los participantes que se habían mostrado nerviosos, expresaran que estaban pasando por una situación similar; lo que desvió la atención de los participantes en el ejercicio involucrándolos en el diálogo y en los problemas de los compañeros. El diálogo comenzó a girar alrededor de los "eventos reales que viven las participantes," "el compartir los temores propios con otros pueden facilitar el desarrollo de defensas adaptativas y, por consiguiente reducir las oportunidades de ser traumatizado al exponerse subsecuentemente a los hostigamientos reales de un peligro grave" (Cartwright D., Zander A., 1990, op.cit. pp.101). Al final se les invitó a exponer las conclusiones pidiendo que las relacionaran con los problemas reales expresados.

Al hacer el análisis del ejercicio se les explicó, el por qué las personas del problema desarrollan éstas conductas y qué es lo que las origina, esto generó el interés y la atención grupal.

Se inicio el cierre y se les invitó a iniciar una discusión creativa. Se sugirió que por medio de ésta trataran de aconsejar a sus compañeros cómo enfrentar el problema.

Observaciones. El grupo se mostró cooperativo en todo momento. El ambiente generado por el ejercicio y el deseo de ayudar a los compañeros hizo que los círculos en los subgrupos permanecieran cerrados, la discusión giro en torno a los eventos reales de los participantes. el diálogo permitió una transferencia de los problemas que viven algunos compañeros del grupo, los cuales se mostraron ansiosos y resistentes a la hora de la discusión pero conforme se manejaban alternativas de solución, su conducta cambio, podemos mencionar con esto que en las sesiones se "provoca un

aumento del autoestima y un descenso de la ansiedad entre los miembros del grupo, y de las relaciones interpersonales mejoradas implicadas en el aumento de la cohesión provoca una mayor aceptación, fe y confianza entre los miembros y que en consecuencia, cada miembro desarrolla un sentido de seguridad, y de valor personal" (Hansen, op. cit. 1981, pp. 123), podemos decir que en el grupo se mostró el interés, compañerismo y apoyo hacia los que viven este tipo de problemas.

Ejercicio # 5.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Desarrollar un clima agradable y que facilite la interacción de los integrantes del grupo para compartir experiencias personales.

Problema: Una señora de edad, recientemente ha tenido fuertes fricciones con los miembros de la familia, al grado que ha querido golpear a los nietos por cualquier motivo; esto lo hace por pensar que: es un estorbo, que nadie la quiere, todo lo que opina no es tomado en cuenta y que ya no es útil. Sus hijos deciden hablar con ella, le preguntaran que es lo que le pasa y molesta, la anciana en lugar de exponer sus problemas reales, por los cuales, presenta este comportamiento, lo único que hace es permanecer callada e irse a su cuarto a encerrarse y llorar, pensando que no la comprenden y no quiere abrirle a nadie.

Preguntas: ¿Cree usted que es correcto lo que hace la señora? ¿Por qué actuara la señora así? ¿Que haría usted, si fuera el hijo (a) de esta señora?

Síntesis del ejercicio # 5.

Las respuestas más frecuentes a este ejercicio son las siguientes:

1.- "Pensamos que es una señora inadaptable, no comprende que ella ya no tiene ninguna autoridad sobre los hijos, menos con los nietos".

2.- "Ella ya terminó su función como madre pues los hijos hasta determinada edad son de uno".

3.- "Ellos tienen que hacer su vida propia con su familia, en este caso lo mejor es que la señora busque un lugar como este en que no tiene que ver desaires ni malos tratos, por que se siente más lo que le hacen a uno sus familiares a otras personas que no son nada de uno".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

El grupo agilizó la formación de los subgrupos y designó a la persona que daría las conclusiones. Se comienza a mostrar interés, cooperación y disponibilidad a la hora del trabajo grupal. Se leyó el problema y dieron inicio a la discusión. Al principio algunas personas se mostraron confusas y descontroladas al preguntarle los compañeros que opinaban del problema, comentaron que este problema les había sucedido o que estaban pasando por un problema parecido, con lo cual el ambiente cambió, lográndose que los participantes por medio del ejercicio comenzaron a dialogar con sus compañeros respecto a sus problemas, esto permite inferir que se está dando un proceso de aprendizaje en el grupo "los ejercicios interpersonales estructurados pueden ser usados para favorecer el aprendizaje de nuevos comportamientos que faciliten el desarrollo del grupo" (Antons, op. cit. pp. 373).

Las personas a la hora del análisis comenzaron a participar más. El diálogo involucro a los participantes y se genero un ambiente agradable de cooperación y apoyo grupal.

Observaciones: Las personas mencionaron al termino de la sesión que los ejercicios les están siendo útiles y que están comenzando a conocer realmente a los compañeros, ya que en cada sesión, trabajan con compañeros diferentes, en esta sesión se mostró una mejor participación, cooperación y atención por parte de los participantes, lo que genero un ambiente agradable. Al inició la situación era tensa, pero conforme ~~interactuaban~~ los compañeros y compartían el problema cambiaba el interés y se centraba la discusión y el diálogo en la tarea grupal "el aprendizaje se facilita cuando se establecen auténticas interrelaciones personales, estas tienen aumentar la autoestima y a disminuir las defensas, entre las personas se da una mayor comunicación entre si cuando no están a la defensiva" (Idem, pp. 97), con base en lo anterior podemos mencionar que la participación ha mejorado y al final se muestra un cambio en el estado de animo de los participantes.

Ejercicio # 6.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Demostrar que la percepción y observación de factores subjetivos contribuye al análisis del modo de funcionamiento de la percepción social.

Problema: Una persona de 60 años fue despedida del lugar donde trabaja, después de haber laborado por espacio de 35 años, los argumentos que se utilizaron son los siguientes:

- Se ha vuelto muy lento.
- Sus enfermedades se prolongan y falta con más frecuencia.
- Ya no ve bien por lo cual comete más errores.

Preguntas: ¿Cree que los argumentos utilizados son válidos para despedir a la persona? ¿Por qué?, ¿Ha tenido noticias de un caso similar al expuesto?, ¿Cómo se sentiría si usted fuera la persona del problema?

Síntesis del ejercicio #6.

Las respuestas más frecuentes a este ejercicio son:

- 1.- "Los argumentos que el patrón cree necesarios para despedir a la persona son naturales".
- 2.- "Sí el de Sonia".
- 3.- "A Sonia la despidieron injustamente para evadirse de la jubilación y así ahorrar dinero".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

El grupo comienza a mostrar más confianza. Se organizan al inicio de la sesión y forman el círculo sin que se les hubiese indicado. La mayoría empieza a llamarse por su nombre, los subgrupos se forman y la mayor parte de las personas ya no se niega a

participar, permanecen en círculos y procuran cerrarlo, en el momento de la discusión inicial la mayoría muestra interés y participación; el nerviosismo ha disminuido, el diálogo es más enriquecedor; la discusión se prolongó, ya no muestran problemas para elegir a la persona que expondrá la conclusión; el diálogo y la retroalimentación son más largos y permiten que las personas con problemas similares al del ejercicio, disminuyan su ansiedad y se involucren en la vivencia grupal, y adquieran confianza para expresar su problema "esto significa que cada miembro del grupo será capaz de comunicar adecuada y libremente sus propios sentimientos, motivaciones e intenciones" (Cuarto Nivel op. cit. pp. 228), con la finalidad de que ello conduce al apoyo grupal, para el compañero en la solución al problema real que le afecta y le genera un incremento en sus niveles de ansiedad.

A la hora de las conclusiones de los subgrupos se nota que éstos trabajan de manera ordenada, procuran establecer un objetivo subgrupal con la participación de los integrantes, el análisis que se hace del problema tiene como finalidad establecer los orígenes de la problemática desde el punto de vista psicosocial, ello hace reflexionar a los participantes.

Cuando se les indicó que iniciaran la discusión final se denotó orden e interés para aportar una ayuda adecuada a los compañeros. Se empiezan a proporcionar ejemplos propios para sugerir a las personas como enfrentar los problemas.

Observaciones: El ambiente grupal ha mejorado, los participantes comienzan a mostrar organización para llegar a un objetivo común, sin caer en una discusión que los desvíe de la finalidad. El ambiente ha dejado de ser rígido, se observa la cooperación, el interés y participación en la sesión. La retroalimentación y el ambiente que se generó tuvo como efecto que los participantes, expresaran al final que

empiezan a sentir seguridad y confianza con los compañeros, no importando con quien les toca trabajar, lo hacen con entusiasmo, de acuerdo con lo anterior se nos menciona que "el entusiasmo no sólo deriva de la comunicación, sino de esa atmósfera psicológica en medio de la cual transcurre las acciones grupales; es una plena manifestación de la plena interpretación, de los intereses del grupo y de la personalidad de la certeza y la convicción en el elevado valor de las acciones del grupo y del individuo" (G. P. Predvečni, y otros, op. cit. pp. 67-68).

Ejercicio # 7.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Proporcionar elementos conductuales para que entre los integrantes del grupo se dé la retroalimentación.

Problema: Un matrimonio de edad, últimamente han estado enfermos, ninguno de los dos tiene servicios médicos, lo cual ha generado gastos al hijo con quien vive. En los últimos meses el hijo ha tenido que pagar fuertes cantidades de dinero, por lo que ha tomado la decisión, junto con sus hermanos, de internarlos en un asilo. Este matrimonio a todos sus hijos les dieron carrera.

Preguntas: ¿Creé usted que sea justo para los ancianos ser internados en un asilo?, ¿Si usted fuera alguno de ellos cómo se sentiría?, ¿Creé que los hijos están tomando la decisión correcta?

Síntesis del ejercicio # 7.

Las respuestas más frecuentes son:

- 1.- "No es correcto que los hijos actúen así".
- 2.- "Si yo fuera uno de sus hijos no permitiría que se los llevaran al asilo puesto que todos tienen una profesión, se entiende que tienen manera de vivir bien económicamente".
- 3.- "Nosotros creemos que no pues solo que sean muy ingratos y no tomen en cuenta lo que sus padres hicieron por ellos".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

En esta sesión los participantes han tomado la iniciativa para instaurar el inicio, siendo necesario sólo comenzar a formar los subgrupos. El tiempo para organizarse ha disminuido, hay orden y cooperación; ya no se notan nerviosos. Ya no intentan abrir el círculo. A la hora de la discusión la mayoría muestra interés, el diálogo comienza a tener un orden debido a que primero permiten que hable una persona y cuando intenta hablar otra al mismo tiempo, los participantes le indican que espere a que termine el compañero y después le piden continuar a él.

La persona elegida para dar las conclusiones del grupo organiza la participación de los integrantes en el diálogo y al final lee o explica a los compañeros que si están de acuerdo con lo que se menciono. Gran parte de los participantes a la hora de las conclusiones ya no intentan detener la exposición de la persona que esta hablando, en el momento del análisis se incrementa las preguntas al psicólogo, se dice que "a mayor cohesión del grupo mayor poder de este para lograr la conformidad hacia sus normas y hacer aceptar sus metas, así como para asignar tareas y papeles, finalmente los

grupos sumamente cohesivos proporcionan una fuente de seguridad a los miembros; ello sirve para reducir la ansiedad y elevar la autoestima". (Hansen. op. cit. pp. 123).

A la hora de la discusión final los integrantes se mostraron participativos, mencionaron casi todos, que los hijos realmente no valoran el esfuerzo de los padres, esto hizo que cambiara el ambiente grupal, la mayoría señaló que el anciano tiene la culpa de que se den este tipo de problemas, pero ahora que conocen las causas trataran de mejorar su comportamiento en el núcleo familiar.

Observaciones: El grupo comienza a mostrar capacidad para manejar un problema en sentido grupal, creando alternativas de solución que involucran a la mayoría de los participantes, estos reconocieron fallas y aciertos de su comportamiento anterior con la familia, se nos menciona "la unidad de acción indica la presencia de un objetivo común y la concordancia de los esfuerzos que conducirán al resultado común que se busca con la acción conjunta. En otras palabras decimos que la acción es unida cuando existen comunidad de intereses, comunidad y objetivos, un objeto común que concita la acción y se obtiene el resultado buscando satisfacción a los participantes del grupo" (Predvechni, y otros, op. cit. pp. 62).

Ejercicio # 8.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Tener una vivencia acerca de las relaciones conflictivas, así como su verbalización.

Problema: Una señora de edad avanzada no se da cuenta del daño que le causa a sus hijos, ya que no les ha permitido desenvolverse libremente. Tiene un hijo de 35 años, nunca falta a la casa, ni ha podido establecer una relación duradera con una mujer, debido a que cuando se va a dar una situación de matrimonio la madre comienza a quejarse y a decir que se siente enferma y teme que algo le pasara cuando ellos no están, por lo que serían culpables si llegara a fallecer cuando esta sola. Su hija de 32 años tiene una niña de 8 años, esta no se caso por que cuando el novio le propuso lirse con el, la madre se entero y se fingió enferma por lo cual la hija no se fue con el novio quien no la volvió a buscar.

Preguntas: ¿Qué haría usted si fuera el hijo (a) y se enterara de que su madre se ha fingido enferma para no quedarse sola?, ¿Si usted fuera la madre como se sentiría de lo que ha hecho por no quedarse sola?

Las respuestas más frecuentes fueron las siguientes:

1.-" Hablar directamente con toda la franqueza con la madre para hacerle ver que esta chantageandome y que no es conveniente porque si ella se va primero, la que va a quedarse sola soy yo".

2.- "Me sentiría muy mal por haberle robado su felicidad y no haberle dado la oportunidad de desenvolverse plenamente como persona".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

En esta sesión el ejercicio genero cambios en la dinámica grupal. Cambios que se reflejaron en el estado de animo de los participantes; se noto un incremento de la

ansiedad ya que algunas personas perdieron el control, mostrándonos esto que el problema planteado les causo malestar por los comentarios de los compañeros, se genero una discusión que fue perdiendo el orden conforme se criticaba la situación del problema. " en este primer momento el grupo manifiesta una resistencia a enfrentar la tarea a que se avoca; esta resistencia esta dada por la combinación de los dos miedos básicos; el miedo a la perdida (en una situación de aprendizaje es el temor a perder los conocimientos adquiridos anteriormente) , y el miedo al ataque (el temor a lo desconocido). Asimismo, ante cada miedo básico corresponde un tipo de ansiedad: El miedo a la perdida corresponde la ansiedad depresiva y el miedo al ataque la ansiedad paranoide, en suma los individuos en un grupo operativo presentaran cualesquiera de las actitudes (positiva o negativa) mencionadas; estas los llevaran a experimentar un miedo básico que se manifestara en un tipo de ansiedad (depresiva o paranoide) especifica ante la situación que están atravesando" (Cuarto Nivel op. cit. pp. 220)

Se tuvo que detener la discusión y comenzar el análisis de la situación, lo que permitió que la tensión disminuyera y se calmaran los participantes; conforme a las preguntas de los mismos se esclarecían y se identificaban las causas del problema. Las personas más exaltadas comenzaron a calmarse, y se les invito a iniciar el diálogo final, en este las personas mostraron menos agresividad y comenzaron a hablar del problema, pero cambiando su critica por el problema y tratando de ponerse de acuerdo para lograr una solución a la misma, "si el grupo se da cuenta del por que de sus miedos y de sus resistencias, entra al momento de la tarea en donde trabajara en función de la consecución de los objetivos propuestos por el grupo. Así, el grupo se enfrentará a una tarea manifiesta, es decir lo explicito, lo directamente observable y al mismo tiempo enfrentara la tarea latente lo implícito (emociones, ansiedades, angustias, etc.)" (Idem, pp. 223). Las personas molestas cambiaron su actitud cuando les toco comentar que harían si ellas fueran las personas del problema, esto permitió

que expresaran que a veces se hacen cosas si/saber las consecuencias que provocan; pero que hay un tiempo para cambiar, si no todo, al menos algo de la conducta que esta originando el problema. De acuerdo a esto se menciona que el proyecto "se alcanza cuando el grupo empieza a plantear sus objetivos en forma socialmente útil, ya sea al interior de la institución o contexto donde están inscritos, insertos o hacia otros grupos similares al suyo. Este momento no implica que se hayan superado los miedos, las ansiedades, las angustias, etc., sino que el grupo ahora estará capacitado para manejarlas en una forma adecuada" (Idem).

Observaciones: Cuando la ansiedad se incrementa por sentirse culpables de una situación y no admitirlo, los mecanismos de defensa actúan hasta formar una negación. Esto no permitía que el participante se relajara, y se involucrara en la dinámica. Estaba molesto e iracundo con sus compañeros; el análisis de la situación permitió disminuir el ambiente de tensión, dando elementos para un mejor manejo de este. Hubo retroalimentación adecuada para las personas que se sintieron o se proyectaron en el problema. Se logro del grupo un apoyo emocional que hizo reflexionar y sentirse bien a las personas que molestaron, al final se mostraron tranquilas y atentas a lo que los compañeros mencionaban, de acuerdo con lo anterior resumiendo "se produce un cambio en el grupo, que se traduce en términos de resolución de ansiedades, adaptación a la realidad, creatividad, proyectos, etc." (Riviere, op. cit. pp. 154).

Ejercicio # 9.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Permitir expresar libremente los conflictos que se generan en la esfera familiar.

Problema: "Una señora de 61 años ha mostrado los siguientes síntomas; nerviosismo, enojo, preocupación, insomnio y dolor de cabeza, la causa de éstos malestares tiene como base esta situación: Uno de sus hijos se ha ido a vivir con ella, por no tener para pagar la renta, es casado y con dos hijos, la mamá, se dio cuenta que esto no le sucedía cuando únicamente vivían ella y su mamá solas

Pregunta: ¿Por qué se presentan estos síntomas?

Síntesis del ejercicio #9.

Las respuestas a este ejercicio fueron.

"Por qué chocan los caracteres", "por qué interrumpen la libertad que se tenía", "Por qué te van a imponer cambios en tu modo de vida", "Por qué alteran tu vida en general".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

Los participantes dieron inicio a la actividad, conformando el círculo y los subgrupos sin problema, la mayoría se va adaptando al sistema de trabajo y muestran entusiasmo y cooperación. El ejercicio se les lee, y al término de la lectura de este inician el trabajo grupal. Esto nos muestra que cuando los ancianos están motivados por el contexto grupal la ansiedad disminuye lo que les permite una mejor atención en sus actividades "las personas ancianas que mantienen un ritmo de vida activa, tanto

física como intelectual y que permanecen en continuo contacto con la sociedad, son los que logran un mejor equilibrio psicológico, manteniendo sus facultades en óptimas condiciones" (Citado por Jiménez R. op. cit. 1989, pp. 99)

La discusión se inició y solo una persona menciono que el problema que se trabajaba era parecido a lo que le estaba sucediendo a ella con uno de sus hijos que se ha ido a vivir a su casa, y que por causa de la nueva pelea con el, lo que hace que se sienta mal y nerviosa. El ambiente en esos momentos se torno tenso, por lo cual se le indicó a todos los participantes que formaran un solo círculo, y conforme comenzaron a expresar opiniones el ambiente cambio, lográndose con esto un apoyo emocional, que le permitió a la persona poder tener el manejo de diferentes alternativas de solución a su problemática, lográndose conformar en esos momentos lo que se denomina grupo real, "en este grupo la persona puede interactuar, probar ideas, oír las respuestas de los demás, recibir retroalimentación sobre su propia conducta y aprender" (Cuarto Nivel op. cit. pp. 45). La discusión se caracterizó por tener un mejor manejo de la información por parte de los integrantes del grupo.

Observaciones: La confianza de los participantes en ellos mismos, para exponer sus problemas se ha logrado por la interacción, la retroalimentación y sobre todo por la seguridad que da el ambiente grupal. El grupo trabajo para restablecer la confianza y seguridad de la compañera que sufría un problema similar al planteado, por lo tanto podemos concluir que "un grupo puede ser caracterizado como un todo dinámico; esto significa que un cambio en el estado de una de las partes, modifica el estado de cualquier otra parte. El grado de interdependencia de las partes o miembros del grupo, varia en todos los casos, entre una masa sin cohesión alguna... y una unidad compacta" (Idem, pp. 43).

Ejercicio # 10.

Material: Hoja con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Experimentar condiciones de interacción entre los participantes para la solución creativa de conflictos en las relaciones interpersonales.

Problema: "Esta es una señora de 60 años que asiste a un grupo por las mañanas, con el fin de olvidar por algunas horas, la problemática que tiene en casa. dicho conflicto es: su esposo nunca la atendió como debía, no se interesaba por las cosas del hogar y últimamente que ya es "viejo" permanece más tiempo en casa, se molesta porque no lo toman en cuenta y no lo atienden como se debe. Tiene un hijo con parálisis cerebral que constantemente pelea con su hermana de 22 años, la cual no quiere salir de su casa y únicamente se siente segura con su madre y la sigue a donde va ella. Tiene otro hijo que no trabaja y es alcohólico. Últimamente a ésta señora le ha dado por inscribirse, por las tardes en diferentes grupos, para estar alejada de la casa durante más tiempo".

Preguntas: ¿Creé que está haciendo lo correcto al asumir este comportamiento?, ¿Olvidará realmente su problemática?, ¿Qué haría usted en su lugar?.

Síntesis del ejercicio # 10.

Las respuestas más comunes a este ejercicio son:

- 1.- "Si por qué llega el momento en que uno no puede más".

2.- "No por qué tendría que buscar una solución a su problemática, tener una plática con su marido por qué si el no tuvo la responsabilidad de su hogar, por qué ahora quiere que lo atiendan bien, si no se lo gana, lo que se siembra se recoge, por el momento llega a la casa y vuelve a lo mismo todo por no hablar, por no enfrentar el problema, por temor a que le reprochen".

3.- "Tener un diálogo con toda la familia enfrentar el problema, es de todos los hijos y el esposo por eso son los hijos como son".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

El orden y la organización son características que ha adoptado el grupo. A la hora de la instauración del proceso los subgrupos se forman rápidamente y los círculos permanecen cerrados a menos de que se les indique que formen un círculo mayor, "cuando la cohesión es alta, existe mayor conformidad de los miembros del grupo hacia las normas; hay mayor participación y lealtad de todos los integrantes; y la comunicación se establece con más frecuencia" (Idem, pp. 47)

La discusión es completamente cordial, ya no se dan problemas entre los integrantes; en los subgrupos la función de los líderes en la tarea ya es clara, "los grupos bajo liderazgo democrático son más cohesivos y tienden a producir mayor satisfacción interpersonal" (Idem, pp. 62), se demuestra en la organización del material y en la exposición, lo que permite que se logre que los participantes definan un objetivo común.

En el análisis la retroalimentación por grupo se desarrolló en un ambiente de preguntas y respuestas, los integrantes se mostraron interesados.

En la tercera etapa, la discusión creadora, giró en torno del ejercicio, se obtuvieron alternativas diferentes de solución, "cada rol va ligado con otro u otros roles realizados por otras personas, quienes esperan directamente algo de aquella persona que desempeña el primer rol; a éste se le llama reciprocidad" (Idem, pp. 63), ya que al final los participantes expresaron que el problema expuesto en ésta sesión es el más difícil de todos los ya manejados, pero se lograron alternativas de solución, "una situación social cooperativa se define como aquella en donde todos los individuos que integran a un grupo pueden moverse hacia sus regiones meta" (Idem, pp. 49).

Observaciones: Por la disposición del grupo, en este ejercicio se mostró la capacidad de solución en el manejo de problemas por parte de los participantes, lo que nos dice que cuando las personas interactúan y se sienten seguras son capaces de encontrar una solución a los problemas por muy complicados que sean. Esto nos demuestra que la cohesión del grupo se ha dado, que disminuyen los niveles de ansiedad y que las personas son capaces de manejar alternativas de solución por muy complicadas que sean", los miembros de un grupo sumamente cohesivo, se preocupan más de su membresía, y, por consiguiente, están más motivados para contribuir al bienestar del grupo, a lograr los objetivos de éste y participar en las actividades del mismo. La cohesión contribuye a la significación de la membresía para quienes pertenecen a él" (Cartwright, Zander, op. cit. pp. 108)

Ejercicio # 11.

Material: Hoja con la descripción del problema, lapiz y papel.

Objetivo: Auxiliar con un esquema de análisis de problemas por medio de la presentación de alternativas de solución para que se llegue a un consenso general de grupo.

Problema: "Hay un grupo de personas que asisten a un lugar para entretenerse y hacer diferentes actividades. Unas cuantas de ellas sólo se reúnen con aquellas compañeras que son de su agrado, son las únicas con las que interactúan y se invitan a sus fiestas familiares. Por este motivo se han generado fricciones entre los diferentes grupos, lo cual ha provocado que la persona que está a cargo haya pensado en irse y cerrar el lugar, por lo que les comunica a las personas la situación, y si ésta no cambia o mejora en un lapso de un mes, ella se marchará y se cerrará el lugar, y ya no tendrán en donde reunirse".

Preguntas: ¿Qué cree usted que está causando el problema?, ¿cree que todos tienen la culpa o sólo algunas personas de lo que sucede?, ¿creé que este tipo de problemas se dan en su grupo?, ¿que haría usted para solucionarlos?

Síntesis del ejercicio # 11.

- 1.- "La división de diversos grupos por la falta de comunicación".
- 2.- "Sólo algunas personas".
- 3.- "Ligeramente sí, pero no son divisiones de importancia".
- 4.- "Reunir⁸ todo el grupo para cambiar impresiones y así llegar a un acuerdo general para evitar que la persona encargada del grupo se vaya".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

En los subgrupos hay disposición, cooperación, compañerismo y disciplina, se ha generado una instauración más dinámica del proceso. La discusión en los subgrupos se llevó en forma ordenada, se expusieron los diferentes puntos de vista. La persona que es elegida para exponer las conclusiones, logra el orden de la discusión y pregunta a los compañeros su opinión. Ordena la información y la expone a los demás participantes del grupo. Las conclusiones mostraron cierta similitud, ya no les cuesta trabajo lograr una alternativa de solución al problema.

Después de terminadas las conclusiones de los subgrupos, se dió paso a el análisis del problema y de la situación que vive el grupo, gran parte de las personas, expresaron su inconformidad sin temor "reciben retroalimentación de los efectos de la conducta personal sobre la de otros, facilitan y abren los canales de comunicación, sensibilizan a los sujetos los del grupo hacia las relaciones interindividuales en general" (cuarto nivel, op. cit. pp. 75), con el análisis y las aportaciones subgrupales se le pide que inicien la discusión creadora, con los elementos ya expuestos, y que planteen alternativas a la problemática grupal. Al finalizar los participantes mencionaron que éstos problemas se dan por la falta de compañerismo en el grupo; comentan que uno de los problemas más graves en el grupo se refiere al manejo del dinero, "de acuerdo con lo anterior podemos mencionar que en el grupo se han generado aspectos estructurales tales como liderazgo, poder, normas, roles y status, finalmente, los efectos de la tarea presentada al grupo tienen una clara influencia sobre él, de acuerdo a qué tan claramente se encuentra definida" (Idem, pp. 76)

Observaciones: El grupo muestra confianza para expresarse sin limitaciones grupales, así también ofrece alternativas de solución; esto nos demuestra que se están dando cambios al interior del grupo, se comienza a mostrar sinceridad al exponer y hablar de los problemas sin temor, en el grupo hay cohesión y se establecen las relaciones interpersonales estrechas, con esto se demuestra que la función del grupo es facilitar "la expresión con la finalidad de aprender a expresar sus emociones, ya que de alguna forma éstas se encuentran reprimidas y no se sienten capaces de expresarlas" (Idem).

Ejercicio # 12.

Material: Hojas con la descripción del problema, lápiz y papel.

Objetivo: Mostrar a los participantes una forma de aproximación al análisis de situaciones problemáticas, para un mejor desempeño a nivel grupal. Se muestra una estructura grupal y un ambiente familiar.

Problema: "El día martes tuviste que ir al centro y por casualidad encuentras en la calle al esposo de una de las compañeras del grupo, la cual te cae mal, éste va acompañado de una muchacha más joven que él: cuando acude al grupo comienzas a contarles el incidente a todas tus amigas y posteriormente una de ellas se lo cuenta a la esposa, pasa una semana y te enteras que la señora ya no asiste al grupo porque cuando le reclamó al marido lo que le contaron éste la golpeó de tal manera que tuvieron que hospitalizarla.

Preguntas: ¿Qué harías?, ¿Permitirías que siguiera en el grupo ésta persona que causó el problema?.

Síntesis del ejercicio # 12.

Las respuestas más frecuentes a este ejercicio son:

1.- "Estamos aquí para convivir no para pelear ni para criticar si uno tiene y otro no, aquí todos somos iguales".

2.- "Necesitamos saber quién es la persona que trae el chisme, hablar con ella y decirle si va a seguir con problemas mejor que se vaya del grupo, para que no este causando problemas todo el grupo que esté de acuerdo, el grupo somos todos".

Análisis del desarrollo de la dinámica.

La instauración del proceso se llevó a cabo sin problemas y con entusiasmo. La discusión inicial mostró cambios, ya que se dió una diferencia en el ambiente generado por el problema. Los participantes mostraron comportamientos de inquietud, molestia y preocupación. Se logró una transferencia a una situación similar que vive el grupo, la cual se analizó al término de las exposiciones de los subgrupos. Esta es una relación que ha establecido una pareja en el grupo, y que molesta a la mayoría. En la interacción psicólogo-grupo las opiniones estuvieron divididas, por lo que se les pidió que iniciaran un diálogo creativo. Por medio de la pregunta, si tu fueras la persona del problema qué harías, se ofrecieron diferentes soluciones. Esto permitió la reflexión entre los participantes y un mejor análisis del problema, al final mencionaron que las personas involucradas tenían que definir y normar sus **conductas** y elegir de la manera más acertada una solución a su situación para que no siga afectando a el grupo, "las normas son expectativas compartidas por los integrantes del grupo sobre los comportamientos que deben seguirse en circunstancias específicas, sobre los

pensamientos, sentimientos, la forma en como estos deben ser regulados y sobre las sanciones que deben imponerse cuando existen desviaciones" (Idem, pp. 58).

Observaciones: El ejercicio permitió que los participantes manejaran y expusieran diferentes alternativas de solución de una problemática que se da en el grupo, lo que generó un clima de tensión que se fue calmando conforme se daban las diferentes alternativas de solución. Esto permitió a los participantes un ambiente adecuado para el análisis del problema, y el manejo de estrategias racionales, esto es posible cuando "las normas surgen de la interacción entre los participantes del grupo, y son generadas y transformadas por ellos mismos, de acuerdo a lo que es importante para el grupo" (Idem).

Observaciones de las sesiones en el grupo control.

Las sesiones duraban sesenta minutos aproximadamente. Al inicio las personas se mostraron atentas durante veinte minutos, se mostró interés en el tema, pero conforme transcurría el tiempo empezaron a mostrarse inquietos, algunos moviéndose de un lado para el otro, dado que el permanecer en una sola posición es cansado para ellos; pero por respeto no se salieron.

Las conductas que más se dieron en las sesiones fueron: mostrarse inquietos, aburridos, somnolientos e impacientes, algunos de ellos, se durmieron a la mitad de las sesiones, sus compañeros los despertaron, esto generó la distracción. Se notó poca asimilación durante el transcurso de las sesiones, ya que su atención se dirige a otros lados.

Algunas parejas se dedican a platicar, unas cuantas personas estaban atentas y son las que participan, los demás sólo estaban esperando que finalice el tema. Algunos comenzaron a pararse, siendo éste el motivo por el cual se daba por terminadas las sesiones.

Observaciones: El grupo muestra poco interés, apatía y fácilmente se desesperan al mantener una sola posición, esto termina por generar distracción en las personas.

Este tipo de comportamientos se repitió a lo largo de las doce sesiones.

C A P I T U L O 5: ANÁLISIS Y CONCLUSIONES.

5.1 ANÁLISIS ESTADÍSTICO.

La razón para que se obtenga se necesita la ayuda de la tabla que proporciona los valores t que se requieren para rechazar la hipótesis nula al nivel de confianza de 0.05 con los respectivos grados de libertad.

PRUEBAS DE SIGNIFICANCIA (t) QUE SE VAN HACER.

A-Rasgo

Grupo control

TEST

Grupo exp.

TEST

|

A-Estado

Grupo control

TEST

Grupo exp.

TEST

|

Después de aplicar el tratamiento:

A-Rasgo

Grupo control TEST ←————→ RETEST

Grupo exp. TEST ←=====> RETEST

A-Estado

Grupo control TEST ←————→ RETEST

Grupo exp. TEST ←=====> RETEST

A-Rasgo

Grupo control TEST RETEST

Grupo exp. TEST RETEST

A-Estado

Grupo control TEST RETEST

Grupo exp. TEST RETEST

A-Rasgo

Grupo control TEST RETEST

Grupo exp. TEST RETEST

A-Estado

Grupo control TEST RETEST

Grupo exp. TEST RETEST

=====(t) En las que se espera haya diferencia significativa.

15.2 RESULTADOS.

De la aplicación del inventario, las medias poblacionales fueron comparadas por medio de la prueba t-Student, tanto para las escalas de Ansiedad-Rasgo y Ansiedad -Estado del IDARE.

ANTES DE INICIAR EL TRATAMIENTO

ANSIEDAD RASGO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado Medio	Media	t-obtenida	t de tablas
Control	40	39	4832.4	112.156	45.20	0.4328	1.671
Exp.	40	+ 39	3915.775	112.156	44.175		
		78					

Conclusión: para rechazar la hipótesis nula al nivel de confianza de 0.05 con 78 grados de libertad, nuestra razón t calculada debe ser 1.671 o más. En este caso se ha obtenido una razón t de 0.4328, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa, ya que la ansiedad como rasgo es mayor en el grupo control.

ANSIEDAD ESTADO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado Medio	Media	t-obtenida	t de tablas
Control	40	39	2727.375	92.389	38.625	-0.1628	1.671
Exp.	40	+ 39	4478.975	92.389	38.975		
		78					

Conclusión: Para rechazar la hipótesis nula al nivel de confianza de 0.05 con 78 grados de libertad, nuestra t calculada debe ser 1.671 o más.

En este caso se ha obtenido una razón t de -0.1628, por lo tanto se rechaza la hipótesis nula, lo cual muestra que la ansiedad como estado es diferente antes de aplicar el tratamiento al grupo experimental.

DESPUES DE APLICAR EL TRATAMIENTO

ANSIEDAD-RASGO

Grupo	Nº de anciano	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado medio	Media	t obtenida	t de tablas
Control Test	40	39	4832.4	141.6637	45.2	0.5917	1.671
Control Retest	40	+ 39 + 78	6217.375	141.6637	43.625		

Conclusión: se rechaza la hipótesis nula y se acepta la alternativa, ya que la razón t obtenida 0.5917 es menor que la de tablas 1.671, lo cual indica que el rasgo de ansiedad varió al interior del grupo.

ANSIEDAD-RASGO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado medio	Media	t obtenida	t de tablas
Exp. Test	40	39	3915.77	87.676	44.175	2.9395	1.671
Exp. Retest	40	+ 39 78	2922.97	37.676	38.020		

Conclusión: como la razón t obtenida 2.9395 es mayor que la de tablas 1.671 se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación, por lo tanto existe una diferencia significativa en los niveles de ansiedad del grupo experimental, lo que demuestra que el tratamiento aplicado disminuyó la ansiedad rasgo en el grupo de ancianos.

ANSIEDAD-ESTADO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado medio	Media	t obtenida	t de tablas
Control Test	40	39	2727.375	106.67	38.625	-0.2706	1.671
Control Retest	40	+ 39 78	5593.5	106.67	39.250		

Conclusión: se acepta la hipótesis alternativa ya que la razón t obtenida -0.2706 es menor que la t de tablas 1.671, por lo que demuestra que el método tradicional de trabajo con ancianos no disminuye el estado de ansiedad, en cambio aumentó.

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado Medio	Media	t obte- nida	t de Tablas
Exp. Test	40	39	4478.97	81.730	38.975	2.213	1.671
Exp. Retest	40	+ <u>39</u> 78	1896	81.730	34.500		

Conclusión: se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación, ya que la razón t obtenida 2.213 es mayor que la de tablas 1.671, por lo tanto se demuestra que el estado de ansiedad en el grupo experimental cambió debido a las dinámicas grupales.

ANSIEDAD-RASGO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado Medio	Media	t obte- nida	t de Tablas
Control Retest	40	39	6217	117.1791	43.625	2.315	1.671
Exp. Retest	40	+ <u>39</u> 78	2922.97	117.1791	38.020		

Conclusión: Como la razón t obtenida 2.315 es mayor que la de tablas 1.671, se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación, por lo que existen diferencias significativas en los niveles del rasgo de ansiedad atribuible al tratamiento aplicado en el grupo experimental.

ANSIEDAD-ESTADO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de Cuadrados	Cuadrado Medio	Media	t obte- nida	t de tablas
Control Retest	40	39	5593.5	96.0192	39.25	2.167	1.671
Exp. Retest	40	+ <u>39</u> 78	1896	96.0192	34.5		

Conclusión: se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación ya que la razón t obtenida 2.167 es mayor que la razón t de tablas 1.671, por lo que hay una diferencia significativa en el estado de ansiedad entre los dos grupos.

ANSIEDAD-RASGO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de cuadrados	Cuadrado medio	Media	t obtenida	t de tablas
Control Test	40	39	4832.4	99.427	45.2	3.220	1.671
Exp. Retest	40	+ 39 78	2922.97	99.427	38.020		

Conclusión: se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación, ya que la razón t obtenida es mayor 3.220 que la razón de tablas 1.671, ya que en el grupo control se mantuvo, mientras que en el grupo experimental disminuyó la ansiedad como rasgo después de trabajar con las dinámicas grupales.

ANSIEDAD-ESTADO

Grupo	Nº de ancianos	Grados de libertad	Suma de cuadrados	Cuadrado medio	Media	t obtenida	t de tablas
Control Test	40	39	2727.375	59.274	38.625	2.396	1.671
Exp. Retest	40	+ 39 78	1896	59.274	34.5		

Conclusión: se rechaza la hipótesis nula y se acepta la de investigación ya que la razón t obtenida 2.396 es mayor que la razón t de tablas 1.671, por lo tanto existe una diferencia significativa en el estado de ansiedad en el grupo control antes de iniciar el tratamiento y el grupo experimental después de trabajar con las dinámicas grupales.

5.3 CONCLUSIONES:

La senectud es una etapa difícil de la vida ya que los cambios que se presentan a nivel físico y biológico alteran la relación del individuo con el medio ambiente social. "Debido a las transformaciones sociales por las cuales se ve despedido del círculo de la familia y del estado, una de las características de la vejez o de la edad avanzada es que gran parte de su existencia se ubica fuera del círculo de la producción, en este sentido se le puede considerar como un grupo marginal, aunque socialmente se le define como un sector positivo, muchos de los conflictos psicológicos que aparecen en la vejez se relacionan con la marginación y la muerte involucrada en esta marginación, muerte social" (Marchiori, H. Trabajo ISSEMYN, pp. 9).

La persona continuamente se devalúa en el núcleo familiar; debido al retiro en su actividad laboral que lo obliga a permanecer confinado a un espacio en donde las relaciones interpersonales son poco estimulantes lo que provoca que "una persona aparentemente senil puede estar atormentada por el dolor y la ansiedad, su comportamiento demente puede haber sido producido por el dolor emocional" (R. Kastebaum, op. cit. pp. 97).

En la actualidad el medio ambiente social mexicano por medio del INSEN le brinda a este tipo de población que vive en las ciudades un espacio en los clubs de la tercera edad, en el cual poder estimular sus procesos biopsicosociales por medio de la interacción grupal que le permite "dominar los conocimientos, habilidades y hábitos necesarios para la actividad grupal, consolidados en la experiencia, así como los medios para mantener y expresar la unidad del grupo, 'en este' existe necesariamente una relación psicológica mediante la cual se hacen posibles las decisiones,

valoraciones, opiniones y el 'leguaje común' entre los miembros del grupos, y surge una unidad emocional y volitiva" (Predv&chní, et. op. cit. 1993, pp. 54).

El estudio llevado a cabo tuvo como objetivo generar estrategias de trabajo en grupos de ancianos que les permitan disminuir sus niveles de ansiedad, ya que como se menciona en el marco teórico "el aprendizaje se facilita cuando se establecen auténticas interrelaciones personales, éstas tienden a aumentar la autoestima y a disminuir las defensas, las personas logran una mayor comunicación entre sí cuando no están a la defensiva" (Seasshore, op. cit. 1970, pp. 97).

Las conclusiones a las que podemos arribar en términos generales son:

1) Los ancianos en el pretest exhiben un nivel de ansiedad similar tanto en el grupo control como en el experimental, por lo que se encontraban en un mismo nivel de ansiedad al iniciar el tratamiento. (Ver resultados pp. 122)

2) El tratamiento llevado a cabo permitió observar que los ancianos son personas capaces de establecer relaciones interpersonales si disminuyen sus niveles de ansiedad ya que como menciona Antons (1986) "si la conducta de un individuo está constantemente determinada por fuertes mecanismos de defensa significa que está dominado por una ansiedad constante, para ese individuo la convivencia con otros le suele resultar difícil ya que apenas puede comportarse correctamente" (Antons op. cit. pp. 235). Logrando generar comportamientos tales como cooperación e interés por personas, eventos y hechos que suceden (Ver observaciones de dinámica número 9 pp. 109).

3) Las dinámicas grupales con base en los ejercicios manejados, generan un ambiente relajado y aceleran tanto el proceso de reflexión, asimilación, como la retroalimentación, que sólo puede ser llevada a cabo cuando las personas interactúan; esto a su vez permite que se adquieran las herramientas para enfrentarse a los problemas cotidianos, "es una comunicación a una persona durante la cual se facilita la información sobre cómo son percibidos, entendidos y vividos sus modos de comportamiento por los demás, también se dice que el posible alcance y eficacia del feed-back viene determinado en gran parte por la medida de confianza dentro del grupo y entre las personas interesadas" (Antons 1986 op. cit. pp. 130) y "puedan ser usados para favorecer el aprendizaje de nuevos comportamientos que faciliten el desarrollo del grupo" (James C. Hansen, op. cit. 1981, pp. 373).

Para obtener un cambio en los niveles de ansiedad de las personas de los grupos de ancianos es necesario que los participantes se retroalimenten, vean compartidos sus problemas y se apoyen, "al compartir los problemas y sentimientos comunes pueden analizar las alternativas y formularse métodos para cambiar la situación de tal manera que permita al individuo confrontarlos en forma efectiva, esto quiere decir que no existen problemas singulares sino todo lo contrario, sin embargo aún entonces se les puede analizar y elaborar dentro de grupo cuando el clima grupal transmite un sentimiento de comprensión, sensibilidad y ayuda" (Hansen, op. cit. pp. 8). al exponer sus conflictos o problemas en el grupo, al ser compartidos por la mayoría de los asistentes, al contribuir ellos con su interacción y retroalimentación en el manejo de alternativas, esto hace que enfrente estas situaciones con otra perspectiva y de manera más racional, creando un proceso de autogestión entre los participantes.

La importancia de la dinámica grupal se debe a que las personas se introducen en un cambio constante que se va incrementando con cada una de las sesiones en que se logra la transferencia a una problemática real que le afecta, como Antons menciona los ejercicios "pueden eventualmente servir para resolver conflictos existentes, pero no realmente superables a través de un cambio de medios y de la situación modelo, puede tal vez solucionarse paradigmáticamente un conflicto y conseguirse un efecto de transferencia a la situación real del conflicto" (Antons op. cit. pp. 14)1.

4) La sistematización y seguimiento de las estrategias de trabajo permitieron la disminución de los niveles de ansiedad debido a la cohesión de los ancianos del grupo experimental; "los grupos sumamente cohesivos proporcionan una fuente de seguridad a los miembros, ello sirve para reducir la ansiedad y elevar la autoestima" (Cartwright D., Zander A., op. cit. pp. 123).

Mediante el presente estudio se pretende fomentar la sistematización de estrategias de trabajo en la población senecta que permitan la disminución en los niveles de ansiedad, lo que a su vez facilitan la integración de este tipo de personas, ya que de acuerdo a estadísticas conocidas, el incremento de la población añosa en comparación con la disminución de la tasa de natalidad va en aumento, por lo tanto es de suma importancia ir conociendo la realidad biopsicosocial de los ancianos por medio de métodos científicos que a la larga permitan llevar a cabo medidas reales de intervención para incrementar el desarrollo en todos los niveles de los ancianos mexicanos que acuden a los clubs de la tercera edad coordinados por el Instituto Nacional de la SENECTUD

ALCANCES:

La presente investigación permitió generar una estrategia de trabajo en grupos de ancianos que nos condujo a una disminución en los niveles de ansiedad, de acuerdo a la bibliografía revisada en la Universidad Nacional Autónoma de México, y en la biblioteca del Instituto Nacional de la SENECTUD, es el primer trabajo de tesis en la Facultad de Psicología de la U.N.A.M., que se avoca a la disminución de la ansiedad en grupos de la tercera edad por medio de la dinámica grupal.

Cabe mencionar que las dinámicas aplicadas fueron creadas para esta investigación. Se observó que favorecen la disminución de los niveles de ansiedad. Con un tratamiento más largo y sistematizado se facilitará el desarrollo y transformación de los senectos, ubicándolos en un mejor nivel de interacción y participación, lo que ayudará al establecimiento de sus relaciones interpersonales. Así como también, conducirá a revalorar y reestablecer el estado emocional de esta población, ello favorecerá su crecimiento en nuestra sociedad. Otra característica importante, es que esta estrategia de trabajo no requiere de grandes recursos materiales.

Esta tesis describe por medio de la observación los cambios y transformaciones que sufrió el grupo en cada una de las dinámicas y que lo llevaron de un grupo desintegrado a uno donde ya se estaban estableciendo normas y roles grupales; lo que hace resaltar más el valor de la disminución en los niveles de ansiedad.

Lo que nos lleva a confirmar que el cambio en el comportamiento de los ancianos, tiene como base la disminución de los niveles de ansiedad, al adquirir

seguridad mediante el proceso de la dinámica grupal, el poder disponer de capacidad para enfrentar los problemas de la vida diaria y manejarlos en su nivel real, ya que como se menciona "la enfermedad mental se aprovecha de la desorganización y de la espera ansiosa que precede a los conflictos para hacer su cosecha entre los sujetos más vulnerables por su fragilidad nerviosa" (M. R. de Groote, op. cit. 1972, pp. 292).

De acuerdo con lo anterior, podemos afirmar que los resultados que se obtuvieron en la práctica confirman los postulados teóricos referentes a dinámicas de grupo. (Para mayor información, ver las observaciones de la dinámica de la 1 a la 12).

LIMITACIONES:

Durante el proceso de investigación se encontraron las siguientes limitaciones:

Por lo novedoso del estudio nos concretamos al análisis de la disminución de la ansiedad, por medio de la influencia de la dinámica grupal, por ello no se cuantificaron y registraron sistemáticamente los procesos grupales que se dieron durante las dinámicas, tales como; interacción grupal, juego de roles, comunicación, cohesión, liderazgos, elevación de la autoestima, identificación, solución de problemas, etc.

Otra limitante, que no permitió poder contar con evidencia más enriquecedora del proceso grupal, estuvo determinada por el modelo de comunicación utilizado, llamado de "círculo", el cual facilita que cada miembro, durante el proceso, se comunique con sus vecinos, teniendo todos, por igual, la posibilidad de comunicación, esto tuvo como consecuencia que el trabajo concreto recopilado (hoja de respuestas), fuera muy poco en comparación con la retroalimentación que se dió entre los participantes después del análisis psicólogo-grupo, es decir, en la tercera etapa de la discusión creativa en donde los integrantes se enriquecen por la retroalimentación con el manejo de la información de las 2 etapas anteriores (Ver descripción de procedimiento, pp. 86), resumiendo, Lewin, Lippt, y White (1940), realizaron una serie de experimentos y demostraron que la estructura en "Círculo", es la que proporciona una productividad menor y una satisfacción mayor".

SUGERENCIAS:

Para futuras investigaciones se recomiendan los siguientes puntos:

Se sugiere, para próximos estudios, la participación de 1 a 2 psicólogos, lo que permitirá una mayor observación de los procesos grupales que se dan, además podrían apoyar en la aplicación de los ejercicios.

Por las características de la población, se requiere del apoyo de un equipo interdisciplinario, lo cual permitirá integrar el conocimiento de las partes que se dan aisladas en las diferentes disciplinas, lo que ayudará a conocer al senecto en sus aspectos biopsicosociales.

Esta investigación nos lleva a la reflexión de utilizar las estrategias de trabajo con grupos, tanto las dinámicas ya establecidas, como las que vaya creando el psicólogo, sean estandarizadas y esquematizadas, ya que nuestra observación de los resultados obtenidos, centran la importancia en la sistematización del proceso llevado a cabo en los grupos de la tercera edad.

Es importante señalar que se requiere del personal o de los profesionales que se comprometan con este trabajo, interés, creatividad, capacidad de observar, análisis, síntesis, sensibilidad y mucho interés en los ancianos, para lograr la meta deseada.

.....ANEXOS.....

IDARE

SXE

Inventario de Autoevaluación

por

C.D. Spielberger, A. Martínez-Urrutía, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero.

Nombre: _____

Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse a aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo del número que indique cómo se siente ahora mismo, o sea, en este momento. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa sus sentimientos ahora.

No -en lo absoluto-un poco-bastante-mucho

1. Me siento calmado....
2. Me siento seguro.....
3. Estoy tenso.....

4. Estoy contrariado...
5. Estoy a gusto

6. Me siento alterado..
7. Estoy preocupado actualmente por algún posible contratiempo
8. Me siento descansado.
9. Me siento ansioso ..
10. Me siento cómodo...
11. Me siento con confianza en mí mismo..
12. Me siento nervioso.
13. Me siento agitado..
14. Me siento "a punto de explotar"..
15. Me siento reposado.
16. Me siento satisfecho
17. Estoy preocupado...
18. Me siendo muy excitado y aturdido....
19. Me siento alegre...
20. Me siento bien.....

IDARE

Inventario de Autoevaluación

por

C.D. Spielberg, A. Martínez-Urrutia, F. González-Reigosa, L. Natalicio y R. Díaz-Guerrero.

Nombre: _____

Fecha: _____

Instrucciones: Algunas expresiones que la gente usa para describirse aparecen abajo. Lea cada frase y llene el círculo del número que indique cómo se siente **generalmente**. No hay contestaciones buenas o malas. No emplee mucho tiempo en cada frase, pero trate de dar la respuesta que mejor describa cómo se siente **generalmente**.

casí nunca -alguna veces -frecuentemente -casí siempre

21. Me siento bien

22. Me canso rápidamente

23. Siento ganas de llorar.
24. Quisiera ser tan feliz como otros parecen serlo
25. Pierdo oportunidades por no poder decirme rápidamente
26. Me siento descansado . . .
27. Soy una persona "tranquila, serena y sosegada"
28. Siento que las dificultades se me amontonan al punto de no poder superarlas
29. Me preocupo demasiado por cosas sin importancia
30. Soy feliz
31. Tomo las cosas muy a pecho
32. Me falta confianza en mí mismo
33. Me siento seguro
34. Trato de sacarle el cuerpo a las crisis y dificultades
35. Me siento melancólico
36. Me siento satisfecho
37. Algunas ideas poco importantes pasan por mi mente y me molestan
38. Me afectan tanto los desengaños que no me los puedo quitar de la cabeza
39. Soy una persona estable
40. Cuando pienso en los asuntos que tengo entre manos me pongo tenso y alterado.

Resultados obtenidos: En el inventario de autoevaluación (IDARE)
Grupo Experimental

Sujetos	(TEST).....				(RETEST).....			
	SXE	X2	SXR	X2	SXE	X2	SXR	X2
1.-	57.	3249.	52.	704.	36.	1296.	43.	1849.
2.-	27.	729.	31.	961.	28.	784.	29.	841.
3.-	35.	1369.	42.	1764.	37.	1369.	37.	1369.
4.-	55.	3025.	28.	784.	39.	1521.	48.	2304.
5.-	33.	1089.	46.	2116.	26.	676.	23.	529.
6.-	45.	2025.	53.	2809.	45.	2025.	48.	2304.
7.-	23.	529.	34.	1156.	26.	666.	30.	900.
8.-	37.	1369.	42.	1764.	38.	1444.	40.	600.
9.-	30.	900.	37.	1369.	33.	1089.	26.	676.
10.-	49.	2401.	44.	1936.	41.	1681.	46.	2116.
11.-	41.	1681.	31.	961.	26.	676.	27.	729.
12.-	32.	1024.	40.	1600.	38.	1444.	36.	1296.
13.-	27.	729.	34.	1156.	21.	441.	31.	961.
14.-	52.	2704.	46.	2116.	36.	1296.	44.	1936.
15.-	45.	2025.	48.	2304.	33.	1089.	33.	1089.
16.-	39.	1521.	48.	2304.	34.	1156.	35.	1225.
17.-	21.	441.	31.	961.	23.	529.	30.	900.
18.-	20.	400.	29.	841.	22.	484.	27.	729.
19.-	28.	784.	30.	900.	28.	784.	32.	1029.
20.-	53.	2809.	62.	3844.	34.	1156.	36.	1296.
21.-	26.	676.	38.	1444.	46.	2116.	40.	1600.
22.-	34.	1156.	59.	3481.	37.	1369.	61.	3721.
23.-	20.	400.	45.	2025.	26.	676.	51.	2601.
24.-	44.	1936.	52.	2704.	32.	1024.	37.	1369.
25.-	44.	1936.	42.	1764.	30.	900.	31.	961.
26.-	60.	3600.	51.	2601.	44.	1936.	43.	1849.
27.-	41.	1681.	35.	1225.	35.	1225.	36.	1296.
28.-	44.	1936.	43.	1849.	43.	1849.	50.	2500.
29.-	37.	1369.	60.	3600.	37.	1369.	36.	1296.
30.-	46.	2116.	54.	2916.	48.	2304.	52.	2704.
31.-	37.	1369.	44.	1936.	38.	1444.	44.	1936.
32.-	48.	2304.	55.	3025.	44.	1936.	52.	2704.
33.-	52.	2704.	34.	1156.	38.	1444.	27.	729.
34.-	41.	1681.	45.	2025.	38.	1444.	35.	1225.
35.-	48.	2304.	53.	2809.	41.	1681.	40.	1600.
36.-	38.	1444.	65.	4225.	28.	784.	38.	1444.
37.-	31.	961.	41.	1681.	32.	1024.	35.	1225.
38.-	25.	625.	33.	1089.	25.	625.	31.	961.
39.-	44.	1936.	52.	2704.	38.	1444.	34.	1156.
40.-	48.	2304.	58.	3364.	36.	1296.	47.	2209.
	1559.	65241	1767.	81973.	1380.	49506.	1521.	60759.

Resultados obtenidos: En el inventario de autoevaluación (IDARE)

Grupo Control

(TEST).....

(RETEST).....

Sujetos	SXF.	X2.	SXR.	X2.	SXF.	X2.	SXR.	X2.
1.-	43.	1849.	40.	2704.	36.	1296.	43.	1849.
2.-	27.	729.	31.	961.	28.	784.	29.	841.
3.-	35.	1369.	42.	1764.	37.	1369.	37.	1369.
4.-	55.	3025.	28.	784.	39.	1521.	48.	2304.
5.-	33.	1089.	46.	2116.	26.	676.	23.	529.
6.-	45.	2025.	53.	2809.	45.	2025.	48.	2304.
7.-	23.	529.	34.	1156.	26.	666.	30.	900.
8.-	37.	1369.	42.	1764.	38.	1444.	40.	1600.
9.-	30.	900.	37.	1369.	33.	1089.	26.	676.
10.-	49.	2401.	44.	1936.	41.	1681.	46.	2116.
11.-	41.	1681.	31.	961.	26.	676.	27.	729.
12.-	32.	1024.	40.	1600.	38.	1444.	36.	1296.
13.-	27.	729.	34.	1156.	21.	441.	31.	961.
14.-	52.	2704.	46.	2116.	36.	1296.	44.	1936.
15.-	45.	2025.	48.	2304.	33.	1089.	33.	1089.
16.-	39.	1521.	48.	2304.	34.	1156.	35.	1225.
17.-	21.	441.	31.	961.	23.	529.	30.	900.
18.-	20.	400.	29.	841.	22.	484.	27.	729.
19.-	28.	784.	30.	900.	28.	784.	32.	1029.
20.-	53.	2809.	62.	3844.	34.	1156.	36.	1296.
21.-	26.	676.	38.	1444.	46.	2116.	40.	1600.
22.-	34.	1156.	59.	3481.	37.	1369.	61.	3721.
23.-	20.	400.	45.	2025.	26.	676.	51.	2601.
24.-	44.	1936.	52.	2704.	32.	1024.	37.	1369.
25.-	44.	1936.	42.	1764.	30.	900.	31.	961.
26.-	60.	3600.	51.	2601.	44.	1936.	43.	1849.
27.-	41.	1681.	35.	1225.	35.	1225.	36.	1296.
28.-	44.	1936.	43.	1849.	43.	1849.	50.	2500.
29.-	37.	1369.	60.	3600.	37.	1369.	36.	1296.
30.-	46.	2116.	54.	2916.	48.	2304.	52.	2704.
31.-	37.	1369.	44.	1936.	38.	1444.	44.	1936.
32.-	48.	2304.	55.	3025.	44.	1936.	52.	2704.
33.-	52.	2704.	34.	1156.	38.	1444.	27.	729.
34.-	41.	1681.	45.	2025.	38.	1444.	35.	1225.
35.-	48.	2304.	53.	2809.	41.	1681.	40.	1600.
36.-	38.	1444.	65.	4225.	28.	784.	38.	1444.
37.-	31.	961.	41.	1681.	32.	1024.	35.	1225.
38.-	25.	625.	33.	1089.	25.	625.	31.	961.
39.-	44.	1936.	52.	2704.	38.	1444.	34.	1156.
40.-	48.	2304.	58.	3364.	36.	1296.	47.	2209.
	1559.	65241	1767.	81973.	1380	49506.	1521.	60759.



BIBLIOGRAFIA

- Antons, K., Práctica de la dinámica de grupos, Heider, Barcelona, 1986.
- Bauleo, A., Ideología grupo y familia, folio, México, 1982.
- Bailly, Salin P. Dr., Pour une approche dynamique de la psychologie des personnes âgées, Revue Gerontologie, 71, No. 3, Juin, 1971, Francia.
- Bally, Gustav, El juego como expresión de libertad, Fondo de cultura Económica, México, reimpresión 1986.
- Belmon, F. Sara, Cómo se aprovecha la experiencia laboral de las personas jubiladas afiliadas al INSEN, tesina, UNAM, 1988.
- Bermang, G. R., Reflexiones existenciales sobre la vejez, Madurez, No. 9, 1977.
- Calva, López Mónica, Dinámica de grupos con ancianos en una comunidad marginada, VI Congreso Nacional de Geriatria y Gerontología, Memorias, 1988.
- Calderón Narváez Guillermo, Depresión, causas, manifestaciones y tratamiento, Trillas, México, 1985.
- Cartwright, D., Zander A., Dinámica de grupos. Investigación y teoría, décimo segunda reimpresión, Trillas, noviembre 1990.
- Coordinación de laboratorios, Facultad de psicología, Curso de práctica del cuarto nivel, U.N.A.M., septiembre, 1982.
- Darwin, Charles., El origen del hombre, ediciones Quinto Sol, s/año.

- Fromm, E., Ética y psicoanálisis, Fondo de Cultura Económica, 1963.
- Fromm, E., Humanismo socialista, Paidós, estudio, 1980.
- Fromm, E., Tener o ser, Fondo de Cultura Económica, México, 1978.
- Fingerman, Gregorio, Relaciones Humanas, Ateneo, 1982.
- García, Corkidig Nacach, Carvajal M. Ma. Martha., La Rehabilitación física y social de individuos ancianos Institucionalizados, Tesis, Lic. U.N.A.M., 1979.
- García, Melendez Laura, Una aproximación al estudio de la percepción del jubilado a través de la S.A.T., Tesis lic. U N A M. 1989.
- Gerard, Arakeliana Ivonne, Algunos aspectos psicológicos, físicos y sociales para una mejor comprensión del jubilado, tesis, tesis, Universidad Iberoamericana, 1982.
- Gómez, Jara Francisco A., Sociología, Porrúa, México, 1985.
- Guippenreiter, Yulia. El proceso de formación de la psicología marxista, Biblioteca de Psicología, ed. Progreso, Moscú, 1989.
- Garandy, R., et. al., Lecciones de filosofía marxista, Grijalbo, México, 1966.
- García, J., La jubilación considerada como un paso que aproxima a la ancianidad, Tesis, U.N.A.M., 1977.
- García, Reinoso Diego, Geriatría prevención de la salud mental, Memorias del primer Congreso Nacional de Geriatría en México, 1976.
- Huesca, Lagunas Darío, La moral social y la vejez, Memorias del primer Congreso Nacional de Geriatría en México, 1976.
- Hansen, C. James, Warner W.R. Smith M. Elsie, Asesoramiento de grupos, El manual moderno, 1984.

- Jiménez, Reyes Ana María, El autoconcepto en el anciano en tres situaciones de estancia diferente, Tesis UNAM, 1990.
- Kastembaum, Robert, Vejez años de plenitud, La Psicología y tú, Harla, 1980.
- Maisonneuve, Jean, Psicología Social, Paidós, México, 1990.
- Marchais, P., Procesos psicopatológicos en el adulto, La Prensa Médica Mexicana, S.A., 1985.
- Marchiori, Hilda Dr., Trabajo de investigación del ISSEMYN, Sección de investigaciones sociales, s/año.
- Michele, Ristich de Groote, La locura a través de los siglos, Brugera, Barcelona España, 1972.
- Predvechni, P.E. Kon, I.S. Platonov K.K., et. al., Psicología Social, Cartago de México, 1983.
- Pichon-Riviére, E., El proceso grupal del psicoanálisis a la Psicología social, Buenos Aires, Nueva visión, 1980.
- Pequienot, Henry Prof., Les personnes agées dans un service de médecine interne, Reveu Gerontologie, 71, No. 3, Juin, 1971, Francia.
- Richard, H. Dana, Teoría y práctica de la Psicología Clínica, Paidós, Buenos Aires, 1966.
- Schellenberg, J.A., Los fundadores de la Psicología Social, Alianza, Madrid, 1981.
- Sbandi, P., Psicología de grupos, Barcelona, Herder, 1980.
- Scot, A. Greer, Organización Social, Paidós, Buenos Aires, Argentina, 1966.

Simone de Beauvoir, La Vejez, Hermes, Sudamericana, 1980.

Sánchez, Vera Rosa Ma., Una alternativa en el desarrollo integral para pensionados y jubilados, Tesis licenciatura, UNAM, 1983.

Torres, Flores Ma. de los Angeles, Ensayo Fundamentación del papel del psicólogo con la población anciana de unidades gerontológicas del INSEN, Universidad Iberoamericana, 1992.

Vázquez, Rodríguez Claudia, Estudio preliminar sobre el proceso del envejecimiento, Tesis UNAM, 1980.