



UNIVERSIDAD DE NEGOCIOS ISEC
FACULTAD DE PSICOLOGÍA

INCORPORADA A LA
UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO
CLAVE 3172-25

“ENVEJECIMIENTO Y RELACIONES SOCIALES:
ESTUDIO DE CASO”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA
P R E S E N T A
VIRIDIANA ESTEFANIA MEZA HERNANDEZ

DIRECTORA:
DRA. ILIANA GUADALUPE RAMOS PRADO

CIUDAD DE MÉXICO, A ABRIL DE 2021



Universidad Nacional
Autónoma de México



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 esta 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.

Índice

Resumen	3
Introducción. La construcción del objeto de estudio	4
Marco teórico conceptual	10
Procesos de interacción social	10
Teorías psicológicas y sociológicas de la vejez	13
Teoría de la desvinculación	14
Teoría de la actividad	16
Teoría de la continuidad	17
Teoría de la subcultura	18
Experiencias emocionales	20
Identidad y vejez	23
Procedimiento metodológico	32
Investigación con el diseño de investigación método biográfico	37
Selección de la muestra	39
Instrumentos de recogida de datos	41
Análisis e interpretación de los resultados de “M” y “S”	45
Interacción social de “M” y “S”	45
Experiencias emocionales en la vida de “M” y “S”	57
Identidad por “M” y “S”	63
Competencias y motivaciones	66
Percepción de uno mismo	71
Jubilación y Cambio de roles	72
Percepción de la vejez	75
Discusión	78
Conclusiones	88
Referencia bibliográfica	92
Anexos	97

Resumen

Los seres humanos están constantemente expuestos a cambios, mismos que en su mayoría no pueden controlarse; sin embargo y en cierta medida, pueden prevenirse para que no afecten y que en cada caso la vida de la persona vaya teniendo bienestar tanto físico como psicológico. Hay diversas etapas a lo largo de la vida que están involucradas en la parte física, psicológica y social las cuales son: infancia, adolescencia, adultez y vejez.

Pero en este caso en particular la investigación se enfocará en describir aquellos procesos que la persona manifiesta o presenta al llegar a la etapa de la vejez; los cuales tienen mayor relación con lo emocional, social y afectivo. Esto sin dejar de lado que hay diversos cambios tanto físicos, emocionales y actitudinales, que pueden interferir en el desarrollo vital de la persona.

También estos cambios pueden presentarse tanto en la personalidad como en la interacción y estos pueden influir en la modificación en sus hábitos y en sus redes sociales. Para esto hay teorías psicológicas y sociológicas del desarrollo humano que explican dichos cambios y como se presentan específicamente en la vejez. Estas teorías son: la teoría de la desvinculación, la teoría de la actividad, la teoría de la continuidad y la teoría de la subcultura.

En la siguiente investigación se analizaron los procesos que interfieren en la reconfiguración de la identidad del adulto mayor y para esto se eligieron dos casos en particular, un hombre y una mujer que se encuentran en la etapa de la vejez entre una edad de 70 y 80 años, además son matrimonio y jubilados. Para la obtención de los datos se utilizó el método biográfico-narrativo, el cual captura el cambio de personas a través de los tiempos, en donde el eje central de las historias se conforma por el tiempo. Teniendo en cuenta lo anterior se llega a conclusión es que el adulto mayor depende de las relaciones sociales, todas aquellas que se generen en su entorno y cómo estas a cada uno lo incluyen en la toma de decisiones. Por esto mismo las personas que se encuentran en la etapa de la vejez tienen influencia de sus redes sociales que pueden ayudar o perjudicar su salud física o mental, la identidad tendrá relación con la interacción social, sus emociones, competencias, motivaciones, además de que el apoyo fundamental de la familia y más de un cónyuge será primordial para una estabilidad tanto emocional como económica. Y en esta etapa pueden ser funcionales y proactivos en su entorno social lo que les permite cambiar la ideología que se tiene sobre el adulto mayor.

Palabras clave: Envejecimiento, desarrollo psicológico, estereotipos, familia, identidad, vejez y adulto mayor.

Introducción

La construcción del objeto de estudio

Los seres humanos están constantemente expuestos a cambios, mismos que en su mayoría no pueden controlarse; sin embargo y en cierta medida, pueden prevenirse para que no afecten y para que las personas tengan salud. Para la Organización Mundial de la Salud, OMS el término salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades (OMS, 2013). En este estado de bienestar las personas son conscientes de las propias capacidades, capaces de afrontar las tensiones normales de la vida, trabajan de forma productiva y fructífera y son capaces de contribuir a la propia comunidad.

El bienestar psicológico surge del balance entre las expectativas (proyección al futuro) y los logros (valoración del presente), en las áreas de mayor interés para el ser humano y que han sido identificadas con el trabajo, la familia, la salud, las condiciones materiales de vida, las relaciones interpersonales, y las relaciones sexuales y afectivas con la pareja (García-Viniegras, 2005 p. 3).

Las emociones positivas que son relativas al pasado (satisfacción, complacencia, realización personal, orgullo y serenidad) se generan y/o fortalecen con la superación de la creencia de que las personas están determinadas por el pasado. El ejercicio de gratitud, el arrepentimiento, y el perdón, son actitudes fundamentales para la resolución positiva de crisis existenciales relacionadas con experiencias traumáticas pasadas. Estas emociones positivas promueven acción, amplían el autoconocimiento, la creatividad y se relacionan con un estilo de vida saludable, es decir, potencian el bienestar.

Hay diversas etapas a lo largo de la vida que son: la infancia, adolescencia, adultez y vejez, mismas que involucran la parte física, psicológica y social. Por lo que, en este caso en particular, el trabajo se enfocará en describir aquellos procesos que la persona manifiesta en la etapa de la vejez; los cuales tienen relación con lo psicológico (emocional, afectivo, motivaciones, competencias) y social (relaciones sociales, construcción de su identidad), donde el aspecto social juega un papel crucial en lo psicológico y viceversa. En la vejez ocurren diversos cambios, tanto físicos, emocionales y actitudinales, que pueden interferir en el desarrollo vital de la persona.

Para este trabajo se define identidad como el sentido de pertenencia de un grupo étnico, de clase social, cultural o cualquier otra clase de agrupación. Esta identificación supone la apropiación e internalización de los valores y símbolos que caracterizan un grupo determinado (Pezzi, Chávez y Minda, 1996). Para Ibáñez y Cols. (2004) la identidad es fundamental en la psicología social, contemporánea, pues constituye una ocasión privilegiada para analizar cómo los procesos sociales determinan y conforman los fenómenos psicológicos, desde esta perspectiva se destaca el papel que juegan las categorías sociales.

Las personas que están en la vejez que tienen 65 años o más se les llaman Adultos mayores, aunque algunos autores, consideran que puede empezar un poco antes de los 65. En esta etapa se consolidan actitudes y comportamientos que se han ido construyendo a lo largo del tiempo por las experiencias, y las situaciones de carácter social, familiar e individual.

Además de la preocupación por la salud mental de estas personas, es importante saber en qué condiciones y cómo se concibe a esta población desde un panorama social. Por lo que el Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI)¹; además de hacer censos para esta población y sus

¹ El Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI) es el organismo responsable de generar la estadística de interés nacional y proporcionar el servicio público de información. En este quehacer, los censos de población y vivienda cobran gran

viviendas, presenta el Perfil sociodemográfico de adultos mayores, con el fin de mostrar información sobre algunos rasgos demográficos y socioeconómicos de las personas de 60 y más años, así como de sus condiciones de vida a nivel nacional, por entidad federativa y tamaño de localidad (INEGI, 2014).

Con esto se observa que dicha población va teniendo un incremento: las personas de 40 o 45 de edad de hace 20 años, que era una población inmensa en ese tiempo, ahora está llegando a una edad en la que los servicios y necesidades son totalmente diferentes a las que tenían tiempo atrás.

Así mismo, el INEGI señala que México es un país de niños y de jóvenes, sin embargo, la transición demográfica presenta el momento actual con una menor cantidad y proporción de niños. La evolución responde a los cambios ocurridos en la fecundidad a partir de la década de los años setenta. En consecuencia, se prevé que mayores proporciones de personas de 60 y más años alcancen esta etapa de vida.

Con esto mismo es común atribuir los cambios en la personalidad y estilo de vida que se producen entre los 40 y 45 años a la crisis de la mitad de la vida, un periodo muy estresante que es desencadenado por la revisión y revaloración de la vida personal. La crisis de la mitad de la vida, a la cual se conceptualizó como una crisis de identidad, de hecho, también se conoce como la segunda adolescencia (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

Esta situación que empieza de los 45 años y hasta la vejez, es interesante porque es ahí donde podemos observar este tipo de cambios, donde también estará implicada la personalidad de cada persona, además de cómo se sentirá en su entorno social, laboral y familiar. La vejez es una de

importancia, ya que son el registro estadístico más completo de la población y las viviendas del país; la información que brindan tiene la máxima desagregación geográfica y resulta vital para las tareas de planeación económica y sociodemográfica. Censo de Población y Vivienda (2010). Perfil Sociodemográfico de adultos mayores. Instituto Nacional de Estadística y Geografía. México: INEGI, c2014.

estas etapas que tiene mucha riqueza tanto en experiencias, emociones, relaciones, vivencias, aprendizajes, etc.

Como se observa, es importante atender a las personas que en unos cuantos años alcanzarán la misma edad (vejez), para que se conozca lo que influye e integra esa última etapa, tanto en la función económica, como social y emocional.

Por otro lado, el conocer sobre la situación de dicha población; tanto de otros países como en México, es de gran importancia porque sensibiliza a tener una conciencia con respecto al cuidado de uno mismo como de los demás.

Para esto la OMS² informa y da detalle de lo que pasa en esta etapa referente al bienestar de la persona, su calidad de vida con relación a la salud física, mental y su participación social. Por lo que en el informe se resalta que los gobiernos deben poner en práctica políticas que permitan a los adultos mayores seguir participando en la sociedad y que eviten el aumento de las desigualdades que suelen subyacer a la mala salud en la vejez.

El informe de la OMS rompe con los estereotipos sobre los adultos mayores a quienes se les considera frágiles y dependientes ya que muchas de sus aportaciones se pasan por alto. Es importante lo que reporta en referencia a la salud y bienestar de los adultos mayores, porque con dicha información la población se concientiza sobre lo que se vive en esa etapa, en los aspectos psicológicos y sociales. Lo cual contribuye al reconocimiento social sobre su vitalidad, rendimiento y participación social.

² (OMS) Constitución de la OMS. Nuestro objetivo es construir un futuro mejor y más saludable para las personas de todo el mundo. A través de las oficinas que la OMS tiene en más de 150 países, nuestro personal trabaja junto con los gobiernos y otros asociados para que todas las personas gocen del grado máximo de salud que se pueda lograr.

Con esto, toma relevancia aquello que el adulto mayor es capaz de hacer en diversos aspectos de su vida que implicarán la salud tanto física como mental y esto contribuirá a que las personas perciban a los adultos mayores capaces de realizar actividades culturales y recreativas.

A nivel psicológico y social, es importante conocer la identidad de los adultos mayores por todos los cambios que viven en esta etapa, por ejemplo, algunos tienen enfermedades crónicas, pérdida de personas cercanas, inactividad económica, se sienten incomprendidos en sus necesidades emocionales. La vejez es una etapa tan importante como la adolescencia por los cambios que están implicados.

La construcción de la identidad es un proceso constante del ser humano que responde a la necesidad de ser uno mismo en el tiempo. Por ejemplo, las personas de la tercera edad hacen ajustes en aspectos sociales y psicológicos que les ayuda a afrontar situaciones que se presenten en su entorno (Uriarte, 2007).

Por esto mismo el término de identidad puede estar ligada en dos sentidos: definición de sí (de lo que somos y queremos ser) hecha por nosotros mismos (identidad con frecuencia denominada “individual”); y definición de nosotros hecha por los otros, es decir, en función de la pertenencia a una categoría principal (identidad a menudo llamada “colectiva) (Dubar, 2001, p.5).

También es importante ampliar el panorama teniendo conocimiento sobre su identidad, cómo se logra y por lo tanto lo que está relacionado con ella. Esto con el propósito de que se logre cambiar la visión hacia el adulto mayor, el cómo lo conciben las personas que se encuentran a su alrededor y así mismo las personas que aún no están dentro de esta etapa y que conviven con ellos.

Por esta razón se tiene que describir las capacidades del adulto mayor en la sociedad, tanto en las relaciones con los demás, como en su estilo y calidad de vida durante el envejecimiento. Esto mismo para que sean personas activas y productivas, es decir, contribuir a una cultura sobre el envejecimiento y vejez, quitar estereotipos y sobre todo darle voz a aquellas personas que quieren ser escuchadas y comprendidas, y que dicha etapa va más allá de un simple apoyo económico. Por ejemplo, la preocupación de las necesidades personales, con respecto a su familia, salud física y lo más importante, el aspecto psicológico y social.

Por lo tanto, la finalidad de esta investigación es Describir los procesos psicológicos y sociales que influyen en el bienestar psicológico del adulto mayor. Para ello, se plantea la siguiente pregunta: ¿Cómo se presentan en la vejez los procesos psicosociales que promueven bienestar psicológico y participación social? Así mismo los objetivos para esta investigación son los siguientes:

- Descubrir si las relaciones afectivas contribuyen en la calidad de vida del adulto mayor
- Descubrir si la percepción de los demás hacia la vejez influyen emocionalmente en el adulto mayor
- Identificar la influencia que tienen las relaciones familiares en el adulto mayor
- Conocer cómo influye la interacción social en el comportamiento del adulto mayor
- Descubrir los aspectos sociales y psicológicos que influyen en la identidad del adulto mayor

Marco teórico conceptual

Durante la revisión teórica para esta investigación, se hizo una selección de diversos autores que abordan la etapa de la vejez desde aspectos psicológicos y sociales. Los conceptos que se desarrollarán en esta investigación son: la interacción social, experiencias emocionales, identidad social y vejez.

Procesos de interacción social

El ser humano se conforma de lo psicológico, biológico y social, en este último se plantea que la interacción que hay en los individuos dentro de la sociedad es crucial porque las relaciones que establecen las personas repercuten en su vida personal y social, y más cuando se habla del adulto mayor y diversos aspectos de su entorno.

En este sentido la Psicología Social considera tres niveles de análisis en los que se pueden ubicar los fenómenos de interacción los cuales son: la comunicación personal, en el plano de la intersubjetividad; la comunicación interpersonal, que focaliza su atención en las relaciones entre participantes de una misma interacción; y la comunicación de masas (Rizo, 2006).

Además, la Psicología Social se centra fundamentalmente en dos fenómenos: la influencia social y la interacción (Rizo, 2006). Siendo que la primera se define como la conducta o comportamiento de un conjunto de individuos en los que la acción de cada uno está condicionada por la acción de otros. Y en la segunda los individuos son situados unos en relación con otros, se interesa por la interacción y las consecuencias que se derivan de ella, y se enfoca, sobre todo, en relaciones inmediatas. Según el enfoque psicosocial, la interiorización del mundo ocurre sólo a

partir de la interacción con los demás. El vínculo entre la interacción y la influencia social se explica en cada interacción, considerada que su contexto, en toda su variedad y extensión, equivale a una situación de influencia específica.

En autores como Alex Mucchielli (1998), y Tomás Ibáñez (1988) la comunicación es interacción. Así mismo, la construcción interdisciplinaria de la Psicología Social ha permitido que sus reflexiones en torno a la interacción y a la comunicación se hayan visto ampliadas con las aportaciones de enfoques como la teoría de sistemas y las psicologías cognitivas. En ambos casos, la comunicación es comprendida como interacción, ya sea entre los sujetos y sus entornos, o bien sólo entre sujeto (Rizo, 2006). Es decir, que las personas al mismo tiempo que aportan a la sociedad son influidas por los elementos que se producen de forma colectiva.

La interacción social desde las teorías sociológicas explica formas de comportamiento de relaciones sociales entre los individuos, estos, y los grupos, las instituciones y la propia comunidad donde interactúan (Pino y Alfonso, 2011). Por ello, lo que pase en las interacciones tendrá repercusión psicológica y social tanto para el individuo como para la sociedad. De esta manera, tiene relevancia para esta investigación las relaciones afines que se establecen en el sistema familiar.

Así mismo Pino y Alfonso (2011) dicen que las relaciones se presentan y desarrollan de acuerdo con las percepciones y experiencias comunitarias y grupales que ocurren en las relaciones familiares, de amistad, de trabajo, las que, a su vez, influyen en cada uno de los individuos. Se considera que las redes sociales son relevantes en la vida de las personas. Por esta razón, las relaciones de amistad y familiares que establecen los adultos mayores son fundamentales en sus vidas. Ya que estas relaciones sociales en el adulto mayor aportan bienestar

psicológico. Las relaciones personales y matrimoniales que establecen los adultos mayores en esta etapa tienen importancia, y siguen teniendo motivaciones.

La postura de autores como Dunia Pino Bermúdez y Yanet Alfonso Gallegos (2011) con un enfoque sociológico, señalan que las relaciones entre personas y los diferentes contextos hacen enriquecer sus actitudes y comportamientos. De esta manera se considera que la interacción tiene nacimiento dentro de la misma sociedad y la relación entre los individuos, lo que permite una repercusión psicológica y social en cada una de las partes.

Por lo tanto, todas las relaciones que se generen en esta interacción se desarrollan de acuerdo con aquellas percepciones y experiencias en cada uno de los grupos a los que pertenece el individuo, lo que les permite tener transformaciones en diferentes contextos como políticos, sociales y económicos. Esto es importante porque hará del individuo un sujeto partícipe en la cultura, en hábitos, en sus necesidades e intereses que se presenten en el transcurso de su vida y estos tendrán modificaciones desde la infancia hasta la vejez.

Por lo señalado anteriormente, se comprende que toda interacción es importante porque hace una construcción en parte psicológica y social del individuo. En este sentido las relaciones personales e interpersonales además de tener influencia en el comportamiento del sujeto, en el adulto mayor son fundamentales porque dichas relaciones se convierten en redes de apoyo.

Ya que, las redes sociales de apoyo se caracterizan por ser un conjunto de relaciones interpersonales que vinculan a las personas con otras de su entorno y les permite mantener o mejorar su bienestar material, físico, mental y emocional.

Para el adulto mayor las redes sociales más frecuentes son la familia, amigos, vecinos e instituciones en donde en cada una puede encontrar un tipo de apoyo emocional, económico,

material y cognoscitivo. Pero cabe destacar que no todas las relaciones interpersonales son capaces de brindar dicho apoyo.

Las redes familiares son los vínculos más cercanos al individuo, por ejemplo, hijos y cónyuge, y en el caso del adulto mayor son las personas que tienen un lazo de parentesco legal o consanguíneo y que colaboran con ellos.

En cambio, las redes no familiares están compuestas por amigos, compañeros, excompañeros, vecinos, conocidos, etc. Este tipo de redes benefician de diferentes maneras al adulto mayor, como el hecho de que promueven la integración social, permiten afrontar eventos con mayor fortaleza, disminuye la preocupación de soledad y aislamiento, y pueden reducir la incidencia de enfermedades mentales, además en el desempeño de los roles sociales hay participación e integración que generan seguridad y utilidad.

De esta manera las interacciones sociales benefician tanto al individuo como a un mismo grupo social, por lo que la historia de vida de una persona contará todo aquello que la persona es, tiene, quiere ser y quiere tener, dependiendo de aquello que la cultura a esa persona le ha ofrecido y en particular como lo ha adquirido en el paso del tiempo.

Teorías psicológicas y sociológicas de la vejez.

Para explicar a detalle este tipo de comportamiento del adulto mayor ante lo que le rodea, es importante mencionar diversas teorías psicológicas y sociológicas del desarrollo del ser humano, que explican las actitudes que se presentan en el adulto mayor al estar en la etapa de la vejez, así como la relación que hay entre el individuo y la sociedad. Estas teorías son las siguientes: La

teoría de la desvinculación, la teoría de la actividad, la teoría de la continuidad y la teoría de la subcultura.

Teoría de la desvinculación.

Esta teoría establece que la persona para enfrentarse a su entorno social debe tener una restitución de los roles o actividades que se han perdido. Fue postulada por E. Cumming y W.E. Hernry en 1961, como menciona (Belando, 2007, p.78) éste se va apartando cada vez de las relaciones sociales, reduce sus roles más activos y se centra en su vida interior, y la sociedad va cerrando al individuo anciano a posibilidades de participación y le libra de sus obligaciones y roles sociales, lo que hace que la persona se sienta feliz y satisfecha.

A lo que hacen referencia algunos autores sobre esta teoría es acerca de lo positivo y negativo y es lo siguiente: la parte negativa es que se considera como un cambio en la vida de la persona haciéndola a un lado dentro de la sociedad por las posibilidades que tiene ante ésta. Ya que esta desvinculación puede producirse por limitaciones físicas, pérdida de amigos, familiares, etc. Mientras que la parte positiva es que empieza a realizar actividades y hábitos que antes realizaba la persona para que se pueda reorganizar y logre ser funcional. Estos enfoques además de involucrar al adulto mayor por las actividades que pueda dejar o no de realizar, también están relacionadas las personas más cercanas a ellos como puede ser su familia o cuidadores.

“Cada cultura y momento histórico, la sociedad y el individuo se preparan para la retirada definitiva del individuo a partir de un proceso gradual y mutuo de desconexión social, antes de la muerte. Se trata de un doble retiro, tanto del individuo de la sociedad y de la sociedad del

individuo” (Bravo, 2014, p.7). Esto es importante e interesante de esta teoría, ya que entre más cercano supone estar de la muerte mayor será el distanciamiento hacia las personas que lo rodean.

De esta manera concuerdo en que la desvinculación depende también de la personalidad y las limitaciones que pueda presentar la persona. Por ejemplo, en algunas ocasiones las personas se sienten satisfechas y felices estando solamente con su núcleo primario y amistades muy cercanas, realizando actividades que para el adulto mayor le es grato.

Así mismo esta teoría hace referencia tanto a la pérdida de actividades y roles sociales, como a la transición progresiva hacia la muerte, tal y como lo señala Bravo (2014, p. 7) “La desconexión de la vida social marca el pasaje de la adultez hacia la vejez, como sus características, donde el progresivo aislamiento social se entiende como una preparación para la finalización de esta etapa con la muerte”. De esta manera, las personas en la vejez se hacen conscientes de la culminación de su ciclo de vida.

“Siguiendo a Hochschild (1975) y San Román (1991), la desvinculación es funcional para todos los que participan de la situación, tanto para al anciano como para su red de relaciones, porque convertiría a la muerte en una situación menos traumática” (Bravo, 2014, p.7). De esta manera, dicha teoría también rescata que se genera una ruptura en los círculos sociales, y se muestra un apoyo para los familiares a sobrellevar y comprender el suceso inevitable como es la muerte, esto específicamente en el adulto mayor, porque se trata de hacer consciente el estado y la etapa de la persona y de esta manera se puede presentar distanciamiento ante la sociedad y viceversa. Esto también implica que se tenga una pérdida de sus roles, así como de las relaciones cotidianas y actividades, la sociedad al percatarse que no cubre con estas características se le permite al adulto mayor hacer una retirada que puede implicar cambios de roles, realizar diferentes o nulas actividades, etc.

Teoría de la actividad.

También hay teorías que explican la adaptación del individuo a la vejez, la teoría de la actividad trata de explicar problemas sociales que influyen en la inadaptación de las personas que se encuentran en la vejez, además sobre cómo se debe incluir al adulto mayor a la sociedad para que éste siga desempeñando sus actividades.

De esta manera la teoría se centra en explicar que entre más actividades realice un adulto mayor hay mayor probabilidades de satisfacción en su vida. Por esta razón esta teoría se opone a la teoría de la desvinculación.

La teoría de la actividad fue formulada por Havighurst, y también se habla del alemán Tartler (1961) y de Artchley (1977). Lo que defendían era que “Una buena vejez tendría que estar acompañada de nuevas actividades o trabajos (hobbies, participación en clubs o asociaciones, etc.) que sustituyan a los que se tenían antes de la jubilación” (Belando, 2007, p.80).

Por lo que estipula que en la vejez tiene que existir un comportamiento activo por parte del adulto mayor y será importante que realice actividades que ayuden a que tenga mayor posibilidades de conservar sus roles sociales, actividades que cotidianamente realiza, así como unirse a clubs que tengan sus mismos intereses. “Se recomienda la formación de grupos con intereses o preocupaciones comunes, lo que puede contribuir a una actitud positiva con respecto al futuro. Por otro lado, sitúa a las personas dependientes, con limitaciones físicas o mentales, en situación desventajosa y de marginación social” (Belando, 2007, p.80). Esto hace referencia a que el adulto mayor al tener personas afines en sus relaciones y realizando sus actividades cotidianas les beneficia porque siguen teniendo planes a corto o mediano plazo, mientras que si el adulto mayor tiene limitaciones, como pueden ser físicas, le generan dificultades ante la sociedad por lo que ésta demanda día a día.

“Cuanto más actividades se realizan, más oportunidades se tienen de estar satisfechos con la vida” (Gómez, 2014 p.17).

Ante lo que propone esta teoría es que el adulto mayor realice todo lo que antes hacía, para mantenerse activo en sociedad como ingresar a clubs o teniendo actividades que le gustaban. Además, que se brindará tiempo para él mismo, encontrando personas afines y que impulsan a tener una mejor visión hacia el futuro. Esto es primordial ya que es lo que hace que la persona se sienta y sea activa dentro de la sociedad, porque así tendrá relación social y por ende una mayor actitud positiva ante la vida.

Teoría de la continuidad.

En esta teoría participaron Atchley, Covey y Fox, entre otros, quienes tratan de explicar cómo los individuos a lo largo de su vida van desarrollando valores, metas, hábitos y comportamientos que mantienen hasta la vejez. Así mismo, puede tener pérdida de roles, pero estos no necesariamente son reemplazados y es aquí donde tendrán importancia las experiencias, predisposición por su estilo de vida y preferencias personales que se consolidan cuando tienen redistribución de actividades y de roles.

“La vejez es una prolongación de las etapas anteriores de la vida; así, se mantienen los elementos principales de la personalidad del anciano que adapta a las nuevas situaciones, sus gustos y hábitos” (Belandó, 2007, p. 82). Esta teoría defiende que el factor importante es la personalidad del adulto mayor porque adopta nuevos hábitos y va teniendo la capacidad de adaptarse continuamente ante las situaciones que se le presenta, pero la mayor parte del tiempo en función de su personalidad.

“La mejor manera de saber cómo el sujeto va a reaccionar ante su jubilación u otros acontecimientos es considerando su conducta a lo largo de su vida” (Belando, 2007, p.82). Así mismo, “Trata de evidenciar la existencia de una continuidad en las distintas etapas de la vida” (Muñoz, 2005, p.12). Por lo que será interesante la manera en cómo se desenvuelven las personas en esta etapa porque sin conocer mucho de su historia de vida se puede contemplar la manera en cómo fueron en etapas anteriores haciendo referencia a su personalidad, por la manera en que actúan en su etapa actual, la vejez.

Según Gómez (2014) la teoría sostiene que las personas de mediana edad y las ancianas están predisuestas y motivadas hacia una continuidad psicológica interior, así como a una continuidad exterior de las circunstancias y costumbres sociales. (p.18).

Ésta teoría rescata todo lo que conlleva la historia del adulto mayor, aquello que sin conocerla a profundidad se puede saber por la manera en cómo se expresa o se relaciona con los demás durante la vejez. Además, defiende la parte de la personalidad del adulto mayor en donde el reflejo de aquellas vivencias, de cómo se vivieron, así como los pensamientos, ideas y actitudes seguirán presentes en la vejez y no habrá modificación en ella. Por lo tanto, las personas no se dirigen en una línea recta por la vida, sino que todas aquellas experiencias significativas ayudan a que en la vejez se conserven siempre y se tenga pensamientos y actitud positiva hacia la vida.

Teoría de la subcultura.

Esta teoría es desarrollada por Rose en 1965 y explica que los individuos de una determinada edad interaccionan más entre ellos que con miembros de otros grupos de edades. Estos grupos surgen por afinidad, mantienen mismos intereses por lo que sus interacciones son similares.

Además, esta afinidad corresponde a aquellos que se encuentran activos y saludables. En algunas ocasiones perciben discriminación por los demás grupos y prefieren tener relación con personas que tengan sus mismos intereses.

“Es explicada indicando las características que son comunes a las personas mayores y las definen, su aislamiento, lo que hace que formen un grupo social aparte” (Belando, 2007, p. 83).

De esta manera, por medio de las situaciones y experiencias personales buscan relacionarse con las demás haciendo comparación con otros que pueden encontrarse en la misma situación, que pueden involucrar sus intereses y al saberlos hace que cambie su visión ante la vida. Esto porque la actitud y autoestima del adulto mayor al ser positivas mejoran siempre y cuando se tengan relaciones con personas que se encuentren en grupos de su misma edad, intereses y mismas circunstancias podrán ayudarse mutuamente a fomentar y alimentar su vida de una manera positiva.

Además, se puede decir que “están excluidos de modo implícito de la interacción y la participación social, y comparten las mismas características e intereses” (Muñoz, 2005, p. 12) De esta manera resulta que los adultos mayores solo interactúan entre ellos y en menor relación con los demás, por el rechazo que puedan recibir y no puedan ser partícipes en grupos distintos a los que normalmente están involucrados.

Esta teoría tiene relevancia en los aspectos sociales del adulto mayor, específicamente en la afinidad, porque aunque puede estar con personas que no muestren los mismos intereses y estar relacionados con ellas, no será lo mismo cuando se encuentre con aquellas que le hagan ser participe en un mismo grupo, porque se sentirán identificados y dentro de la sociedad al convivir con personas de su misma edad, ya que hay mayor interés por las pláticas, actividades en común

y acontecimientos similares en su vida. Parte importante de esto es que afecta la participación social, al momento de disminuir algunos círculos sociales, pero no es trágico, porque esto le permite identificarse con personas que compartan sus mismas ideas y así haya inclusión.

Además, al contrario de lo que se pensaría no es negativo, sino que impulsa y motiva al adulto mayor a ser parte de la sociedad, pero sin dejar de lado lo que le gusta, por lo que compartirlo con personas que sientan, piensen y actúen de la misma manera hace la diferencia.

Experiencias emocionales

El relacionarse con otros es esencial pero importante también es todo aquello que eso hace sentir, el cómo se expresan las emociones que para cada sujeto resultará crucial en sus experiencias y su vida.

En esta parte lo que interesa a esta investigación es la identificación, expresión y gestión de emociones en sus interacciones cotidianas. En ocasiones, puede ser simple la manera en que se expresan las personas, ya que las emociones ayudan a saber lo que les desagrada, molesta, gusta, etc. Pero cuando se interactúa con otras personas se ponen en juego las emociones de ambas partes.

Las emociones son reacciones inmediatas a una situación favorable o desfavorable; se dice que es inmediata en el sentido de que pone en alarma al ser vivo y lo dispone a afrontar la situación con los medios que están a su alcance (Yankovic, 2011). Lo que permitirá que con esas experiencias el individuo reconozca y pueda actuar de manera adecuada en situaciones similares.

Yankovic (2011) muestra y explica las emociones en una perspectiva fisiológica y psicológica dando mayor importancia en la infancia, el cómo se desarrollan los sentimientos y emociones, ya

que son parte importante en la vida del ser humano, aunque no es solo de una etapa en específico esto ayuda a comprender más a fondo el cómo y cuáles son sus funciones desde las etapas tempranas y así como se enriquecen con el paso del tiempo. Estas experiencias emocionales tienen que desarrollarse de forma adecuada y satisfactoria en las personas, por la influencia en el área familiar, educativa, laboral y social, las cuales se complejizan con el tiempo.

Sobre la importancia del desarrollo emocional, es sencillo entender a autores como Chóliz (2005) que explica y describe la emoción, centrándose en las variables principales que inciden sobre el individuo y relaciona las aportaciones teóricas y experimentales de otros autores.

Por lo que la emoción la entiende como habitualmente se hace, como una experiencia multidimensional, es decir, cognitivo-subjetivo, conductual-expresivo y fisiológico-adaptativo.

De esta manera cualquier proceso psicológico conlleva una experiencia emocional de mayor o menor intensidad y de diferente cualidad. Aunque también hay funciones en las emociones y estas pueden ser adaptativas, sociales y motivacionales, en donde cada una va a tener un rol importante en el ser humano, por las conductas que se presentan y estas ayudarán a la adaptación social y el ajuste personal.

Las emociones tienen diferentes funciones en lo social esto con respecto a la adaptación, y supervivencia, por lo que en dichas funciones sociales bien lo indica Izard (1989) donde destaca varias funciones sociales de las emociones, como son las de facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos, o promover la conducta prosocial. Hay emociones como la felicidad que favorecen los vínculos sociales y relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar respuestas de evitación o de confrontación. De cualquier manera, la expresión de las emociones puede considerarse como

una serie de estímulos discriminativos que facilitan la realización de las conductas apropiadas por parte de los demás (Chóliz, 2005).

Por esta razón es más fácil que personas que expresan mayor pensamiento positivo se relacionan con personas con sus mismas características, ya que tendrán mayor afinidad. Además, dependiendo de la manera en que el adulto mayor construya su personalidad, es la forma como expresa y manifiesta su agrado o desagrado, felicidad, tristeza, miedo, etc. Cabe destacar que la teoría de la selectividad socioemocional además ofrece una posible explicación: a medida que las personas envejecen, tienden a buscar actividades y la compañía de personas que les proporcionan gratificación emocional (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

La mayor habilidad de los adultos mayores para regular sus emociones puede explicar su tendencia a ser más felices y alegres que los adultos tempranos y a experimentar emociones negativas con menos frecuencia y de manera más fugaz (Blanchard-Fields, Stein y Watson, 2004; Carstensen, 1999; Mroczek y Kolarz, 1998). La manera en cómo regulan sus emociones permite que mantengan una actitud diferente ante la vida en comparación con otras personas.

Otro aspecto importante sobre las emociones es cuando se presenta el fallecimiento de una persona con un vínculo afectivo. La muerte de un ser querido para el adulto mayor es un suceso que puede cambiar toda su vida, más si esa persona es su pareja, la cual le ofrece un apoyo y al no tenerlo puede presentar dificultades en su salud mental y física.

Cabe señalar que los hombres son más vulnerables a la pérdida de su pareja y se desestabilizan en cuestión económica y de control. Al contrario de esto, las mujeres con mayor edad logran estabilidad emocional más rápido al pasar el tiempo después de la muerte de su pareja. A esto, contribuyen las redes de apoyo, como puede ser su familia, ya que en esta parte los hijos tendrán

un papel esencial en la rápida recuperación del adulto mayor y así evitar que ingrese a una institución.

Por esta razón si las relaciones no se tienen o no son de calidad, afectan en gran parte la salud tanto en el aspecto psicológico como físico. Además, que contribuyen a la expresión de emociones por la convivencia con la familia o amigos que han mantenido a lo largo de su vida. Y ésta misma relación contribuye a otro aspecto que es la identidad del adulto mayor.

Identidad y vejez

Como se ha observado anteriormente el ser humano tiene cambios a lo largo de su vida, por lo tanto, cada etapa tiene una transición de identidad por todos los cambios que se presentan tanto biológicos, sociales y psicológicos.

El conocimiento de uno mismo es importante, el cómo se concibe y como los demás lo ven, aquello puede afectar en manera considerable la relación con los otros y la percepción de la misma persona, así mismo a la realización óptima de distintas actividades. Por esta razón un aspecto importante que corresponde a una o varias etapas del ser humano, es el desarrollo adecuado de la identidad en esta ocasión en la vejez.

La identidad se define por el reconocimiento del “otro” del diferente y de una adscripción al grupo, en un proceso continuo de relaciones. En este sentido, el proceso de relación con el otro tiene una historia, y como consecuencia de una historia, la identidad no puede considerarse algo estático, definitivamente dado, sino como algo que se construye sobre distintos ejes (Pezzi, Chávez y Minda, 1996).

La identidad de la persona queda reducida a una especie de programa o protocolo en la que es conformado completamente por las estructuras sociales y que el individuo se limita a ejecutar (Ibáñez y Cols., 2004). En este sentido cabe destacar que la identidad se cataloga tanto en identidad personal como identidad social.

Con respecto a identidad Dubar dice:

El término de identidad puede estar ligada en dos sentidos, definición de sí (de lo que somos y queremos ser) hecha por nosotros mismos (identidad con frecuencia denominada “individual”) y definición de nosotros hecha por los otros; es decir, en función de la pertenencia a una categoría principal (identidad a menudo llamada “colectiva). En el primer sentido, la identidad por lo general se considera propio de la Psicología (clínica, social, psicoanálisis, etc.) En el segundo caso, la identidad proviene de las ciencias sociales (sociología, etnología, lingüística, etc.) (Dubar, 2001, p.5).

En este sentido la identidad es de manera individual y colectiva donde cada una corresponde al mismo individuo dependiendo también del enfoque con que se requiera comprender.

Aunque también concuerdo con Marc y Picard (1992), donde mencionan que la identificación designa el proceso (y el resultado de éste) por el cual una persona se percibe, a nivel imaginario, idéntica a otra en relación con un rasgo, una actitud o globalmente. Este proceso puede tomar dos direcciones: el sujeto puede identificarse con el otro o identificar al otro con él mismo. Es la operación fundamental por la cual el sujeto se constituye con relación a los demás y constituye, sobre todo, su personalidad y su identidad.

Así mismo se observa que la identidad es parte importante para el desarrollo del sujeto que le permite la pertenencia a la sociedad, ya que realiza introspección de lo que ofrece el otro y logra entrar a un proceso que se construye por medio de la relación de los demás dentro de sus grupos. Por ejemplo, un sujeto que está dentro de un grupo tiene su propia identidad que le permite tener relación con ese grupo en específico y así mismo se retroalimenta con todas aquellas actitudes, ideas y metas que se tienen en común y logra el sujeto hacer suyo tanto conocimiento como experiencias.

De esta manera Deschamp y Devos (1996) han defendido el modelo de covariación, que concibe la autocategorización como el resultado de la combinación de dos dimensiones independientes: la identidad social (grado de semejanza) y la identidad personal (grado de diferencia) (Scandroglio, López y San José, 2008 p.82).

Esta autocategorización es importante dentro del desarrollo y la formación de la identidad, y más influenciada en el adulto mayor el cual tiene varias creencias, comportamientos, actitudes, tanto de manera individual como social que hacen relacionarse y tener una identidad, misma que puede ser configurada por el comportamiento social e individual.

Cabe rescatar que es importante tanto la identidad personal como la identidad social, por ende, (Tajfel 1981) citado en (Scandroglio, López y San José, 2008) define a la identidad social como aquella parte del autoconcepto de un individuo que deriva del conocimiento de su pertenencia a un grupo social junto con el significado valorativo y emocional asociado a dicha pertenencia.

Como se ha visto la identidad es parte importante del ser humano tanto de manera social como individual, misma que ha notado un papel esencial en la búsqueda de la misma en diversas etapas

del ciclo vital. Una de ellas es el adulto mayor el cual entra a la etapa de vejez donde se presentan diversos cambios físicos, psicológicos y social.

Con respecto al término de vejez cabe mencionar que hay diferencia entre la vejez y el envejecimiento, ya que la vejez es un estado o una etapa de la vida mientras que el envejecimiento es un proceso del ciclo vital.

Por lo que Fernández-Ballesteros (2004) describe tanto la vejez como el envejecimiento son objetos de conocimiento multidisciplinarios en el sentido que el individuo es un ente bio-psico-social. Por esta razón, el individuo envejeciente o viejo es un sujeto de conocimiento psicológico.

Por esto mismo, es la época en que la gente puede reexaminar su vida, resolver los asuntos inconclusos y decidir cómo canalizar mejor sus energías y pasar mejor los días, meses o años. Algunos desean dejar un legado para sus nietos o para el mundo, transmitir los frutos de su experiencia, o justificar el sentido de su vida. Otros simplemente quieren disfrutar sus pasatiempos favoritos o hacer cosas para las que no tuvieron tiempo suficiente cuando eran más jóvenes. El “crecimiento en la vejez” sí es posible y muchos adultos mayores que se sienten sanos, capaces y con control de su vida experimentan esta última etapa de la vida de manera positiva (Papalia, Duskin y Martorell, 2012).

Por lo que en cualquiera de las etapas de la vida está presente la modificación de identidad, pero en la vejez se observa una crisis de identidad, la cual permite que se construya por la transición que hay entre las etapas del ser humano.

La construcción de la identidad es un proceso constante del ser humano que responde a la necesidad de ser uno mismo en el tiempo. En cada etapa del desarrollo el sujeto debe realizar una nueva forma de organización psicológica o ajustes del yo personal y social que le permita

afrontar las necesidades internas y las exigencias del medio (Corral y Pardo, 2001) citados en Uriarte (2007).

Basta con decir que referente al adulto mayor la identidad conlleva un grado importante, para la identificación y, lo que sabe que puede otorgar a los demás, como hacerlo y de qué manera influye en él.

Por esta razón la construcción o reajuste de la identidad tendrá relación con todo aquello que el adulto mayor, realice o deje de hacer de manera individual y colectiva, por lo que su comportamiento refleja lo que siente y piensa.

Además, la importancia de la identidad se resalta el hecho de que se presenta en la vejez, esta etapa en la que la mayoría de las personas encuentran un desarrollo en lo socioafectivo, el aumento del tiempo libre y lo sociofamiliar.

De esta manera, otro aspecto importante es la diferencia entre la construcción de la identidad de un adolescente y de un adulto. El adolescente se caracteriza por las carencias, así visualiza ganancias que obtendrá al estar en el proceso de la adultez, mientras que el adulto se caracteriza por lo que es, lo que tiene y siente de sí mismo, sólo incluyendo aquellas metas claves que le permitirán seguir con su desarrollo.

Por esta razón, en parte la identidad también estará conformada por aquello que socialmente debe o deja de hacer el individuo, en este punto el adulto mayor crea un pensamiento de él mismo y la edad en la que se encuentra, que puede coincidir o no con su rol.

La persona mayor pierde el principal referente de identificación que generalmente es el rol al puesto laboral o las tareas propias del adulto. Dicho aspecto para las personas adultas ya no existe

puesto que se supone no debe ejercerlas. En otras palabras, en la práctica, se concede al adulto mayor un dudoso privilegio: el derecho a hacer nada (Zapata, 2001).

Uno de esos roles implica el ser trabajador o jubilado, que muchos podrás dar como punto de partida del adulto mayor la jubilación donde se producen cambios en ocasiones de manera favorables y otros no tan favorables para la persona. Pero esto es parte de dicha identidad del adulto mayor aquello que se logra hacer o no por interés, tiempo y capacidad que tenga cada uno.

Dentro de la vejez también hay varias creencias sobre la persona, la afectividad, sus relaciones, etc. por lo que estará rodeada de estereotipos, mismo que se describen de cierta manera. Un estereotipo es un cliché o un modelo fijo, por una determinada colectividad, que se utiliza para conceptualizar a un determinado sujeto de conocimiento abstracto como la vejez o la juventud [...]. Estos clichés –en términos generales- son aprendidos a través del proceso de socialización del individuo el cual transcurre en un ambiente sociocultural determinado (Fernández-Ballesteros, 2004, p. 9).

Los estereotipos que se tiene sobre las personas adultas mayores suponen que estas personas tienen actividades diferentes al resto como de aislamiento y de soledad. Ya que creen saber los demás y el mismo adulto mayor lo que se debe hacer, pero hay ocasiones en las que son erróneos esos pensamientos, tanto de las personas ajenas a la edad como el mismo adulto mayor.

La discriminación por esas consiste en la existencia de prejuicios contra otros individuos debido a su edad, especialmente prejuicios contra los ancianos (Santrock, 2006).

En el contexto familiar, los ancianos pueden verse rechazados por sus hijos, quienes los consideran individuos enfermos, poco atractivos y parasitarios. Se puede percibir a los ancianos como personas incapaces de pensar con claridad, de adquirir nuevos conocimientos, de disfrutar

del sexo, de colaborar con sus comunidades o de desempeñar su trabajo con responsabilidad (Santrock, 2006).

Las consecuencias personales de los estereotipos negativos que existen sobre el envejecimiento pueden resultar graves (Santrock, 2006). Ya que muchos de ellos interfieren en la relación entre individuos.

La sociedad ha cometido una falla inexcusable en cuanto a su capacidad para definir un conjunto de actividades significativas específicas de las personas mayores que ayudara a ganar reconocimiento social (Barros, 1999) citado en (Uriarte, 2007). Y por la misma razón no permiten que se desenvuelvan correctamente en la sociedad.

Los adultos mayores, así como las personas de cualquier edad, también tienen anhelos, motivaciones y competencias que se observan en sus acciones y logros. Estas motivaciones y competencias son importantes para el adulto mayor porque manifiestan lo que son, lo que quieren, y lo que esperan ser.

Como se ha observado, alrededor del adulto mayor se crean prejuicios y estereotipos a las actividades que realizan porque se cree que no logran sus metas.

Para esclarecer un poco de lo que tratan estas competencias y motivaciones Yurén (2000) indica que las competencias incluyen, en diferentes combinaciones, los saberes o conocimientos, las habilidades, destrezas y actitudes que el sujeto ha adquirido al apropiarse de la cultura en la que se desarrolla. [...] Mientras que las motivaciones son conjuntos de órdenes normativos que el sujeto ha interiorizado y que rigen su forma de interacción y sus elecciones valorativas.

Es decir que son parte de la cultura ya que el sujeto incorpora de esta manera las habilidades, actitudes, etc., y las internaliza haciéndolas propias, lo que permite que se configure su personalidad.

Dichas competencias y motivaciones tienen parte fundamental en la personalidad del sujeto, cabe resaltar que en la primera por medio de todas esas habilidades llegan a la acción de satisfacer sus necesidades y en la segunda corresponde más la parte social de las personas.

Además, que al satisfacer una necesidad se obtiene un valor, y de las cuáles hay dos tipos radicales y manipuladas, mismas que se presentan en el sujeto ligadas y en un contexto determinado o específico.

Como lo describe Yurén (2000) las competencias y motivaciones, las aptitudes y cualidades le dan identidad al sujeto. Dicha identidad que resulta de la enculturación (cultura) y socialización (social) es una identidad impuesta, pero al momento que se configura en un proceso formativo es una identidad conquistada.

De esta manera, el individuo recibe por la sociedad y la cultura dichos componentes que permitirán desarrollarse y configurar su personalidad. Además, que las relaciones con los demás tendrán un valor importante por el hecho de pertenecer y sentirse identificado en un grupo determinado.

Por estas razones, la investigación se centrará en los diferentes temas abordados como son la interacción (individual y social), las emociones (como las expresan, cuáles experimentan en su vida cotidiana y con quienes) y la identidad enfocada específicamente a la vejez (competencias, motivaciones, jubilación, percepción de ellos mismos y de los otros hacia su vejez, cambios de roles, actividades, etc.).

Resaltando que en la interacción social y las emociones como son parte de la historia de vida del adulto mayor se contemplarán las etapas del desarrollo humano (infancia, adolescencia, adultez y vejez) mientras que la identidad por hacer referencia simplemente a la vejez será describiendo aquellos aspectos que son primordiales solamente en las situaciones y experiencias que han tenido durante esa etapa. Esto con el fin de descubrir su historia de vida a partir de aquello que han vivido mostrando interés en dichos conceptos.

Procedimiento metodológico

Para la realización de esta investigación se hizo una búsqueda de información de diversos documentos, algunos son tesis similares a la temática empleada a nivel licenciatura realizadas en México, de las cuales se hablarán a continuación.

La tesis “La vejez desde una perspectiva psicosocial” (Cornejo y Trejo, 2003) como toda investigación documental revisa diversos documentos e información relacionada al tema de la vejez y todo lo que implica socialmente, para realizar una descripción de conceptos que ayudarán a darle la finalidad a la investigación, dignificar la vejez como una etapa más en el desarrollo del ser humano.

Parte importante de esta investigación es que además de brindar conocimiento hacia esta etapa, se ve la importancia que tienen las relaciones, como la familia, los amigos y el apoyo del psicólogo con el adulto mayor. Así mismo, tanto las conclusiones como la propuesta que se genera a partir de esta investigación se enfocan en brindar conocimiento de todo lo que pasa el adulto mayor en la etapa, tanto biológica, social y psicológicamente, y esto cómo afecta o ayuda a lo largo de su vida. Lo más importante que hace la investigación es que visibiliza la vejez como una etapa de desarrollo y disfrute para las personas, esto ayuda a que la sociedad esté preparada para el envejecimiento, ya sea de la propia etapa o de alguien cercano que está en ella. Además, como aclaran en dicha investigación es importante que no solo se quede en descripciones, sino que esta información le ayude a las instituciones o programas enfocados al adulto mayor a tener más conocimiento y así mismo poder ayudar de la mejor manera, para que se llegue con una mejor perspectiva a la vejez y los que se encuentran en la etapa disfrutarla con dignidad.

En la tesis de Beltrán (2009) determina la relación de la funcionalidad bio-psico-social con la autoestima y la percepción de la calidad de vida en los adultos mayores. Esta investigación cuantitativa ocupando un método observacional encontró que la parte biológica, psicológica y social va a influir tanto la autoestima como la calidad de vida, esto con ayuda de los grupos que se les cataloga como grupos de ayuda los que permitirán tener mayor sociabilidad y así mismo se incrementarán las redes de apoyo social ya que la funcionalidad física no es determinante para la autoestima ni la calidad de vida, sino esas relaciones de apoyo social son las que contribuyen de manera importante para la calidad de vida del adulto mayor.

En la tesis de Bautista (2009) se realiza una investigación cuantitativa correlacional, histórica y descriptiva en la que realiza una teoría que ayuda a comprender la depresión en el adulto mayor para conocer y diferenciarlos. Además, exponen los aspectos de la familia en el cual el adulto mayor se desenvuelve y lo que tendrá relación con su estado emocional. Así mismo, expone que el desequilibrio emocional que pueden presentar es principalmente cuando se manifiesta el abandono familiar, cuando no hay apoyo ni se brinda afecto y esto como tiene relación con la depresión. Por esta razón se sugiere que se realicen intervenciones, prevención y contrarrestar la depresión en el adulto mayor, lo que permitirá el conocimiento a lo que el adulto mayor está expuesto emocionalmente y cómo puede perjudicar su salud física y mental, y traer consecuencias en su funcionalidad en la sociedad, así esto servirá a las instituciones para conocer la función emocional y psicológica del adulto mayor y por ende actuar de la mejor manera posible, ya sea para prevenirlo o saber cómo actuar cuando presente dicha situación.

En la tesis de Becerra (2004) se realiza una investigación documental, descriptiva la cual explica de manera detallada la problemática social a la que se enfrentan los ancianos, mostrando

la vejez y los efectos que esa enfrenta con otros fenómenos de cambio como la familia y la estructura social, así mismo como se desarrolla en la vida cotidiana de la Ciudad De México.

Explicando también la relación que tiene con los servicios asistenciales para ancianos y las residencias de día. Además del cómo se encuentra socialmente, esto con referencia a las tasas de envejecimiento mundial, nacional y local, para la pirámide poblacional y el papel del INAPAM, esto con ayuda de una perspectiva histórica para comprender la distribución actual y así calcular la demanda y los recursos para el futuro.

Además, puede vincularse con el ingreso a los asilos en el cual cae en riesgo de desempleo al momento de entrar a estas instituciones como último recurso, además presenta una segregación en los ancianos, cambio de rol en su familia, aumento en la dependencia de instituciones de protección social y una modificación en la conducta de la vida social.

Esto mismo explica cómo viven la vida cotidiana en la Ciudad de México cuando se trata de deberes y quehaceres que realizan los ancianos, esto también implicando los apegos y las atenciones que requieren como económicas, familiares y sociales. Todo esto implica que haya un desplazamiento en las actividades y labores que pueden realizar los adultos mayores por las limitaciones arquitectónicas y frenan su funcionalidad a esta población.

Por consiguiente, la tesis mostró que ese tipo de problemas ya mencionados anteriormente involucra lo familiar y social y entonces se tendrá que enfrentar a partir de la conciencia en estos dos rubros. En este punto es necesaria la sensibilización de la sociedad y este involucra también al gobierno y a las instituciones para determinar y darle más importancia al papel que realizan en la sociedad los ancianos. Y como bien lo comenta en su investigación “La sociedad, debe iniciar a educarse para vivir en el futuro en sociedades urbanas envejecidas”.

En la tesis de Segura (2001) realiza un método cualitativo-exploratorio en el cual explora cómo es percibida la vejez desde el punto de vista de los propios adultos mayores, tomando en cuenta su propia vejez y la de los demás. Lo importante de esta investigación es que se logra descubrir que dichas perspectivas dependen de quien la esté percibiendo, por ejemplo, cuando se percibe la de otros se está implicado principalmente lo biológico, pero aun así lo que tiene mayor relevancia dentro de la vejez son los aspectos psicológicos y sociales. Cuando se observa la propia vejez sucede algo similar, pero incluyendo todas las actitudes que se tiene sobre ella en cuestión de apariencias o estado de salud, todo esto pensando en sí mismos. De esta manera se inclina a que todo lo que está relacionado con las actitudes psicológicas y sociales tendrán relevancia en lo biológico. Esto revela que además de encontrarse saludable físicamente, es importante tener apoyo social, sentirse bien psicológicamente y emocional, ya que esto permite una mayor probabilidad de lograr satisfacción en la vejez.

En la tesis de Ramos (2016) expone que, a partir de un taller de orientación vocacional basado en el sentido de la vida, ayudará a que los adultos de la tercera edad tengan una mejor calidad de vida. De esta manera se utilizó un método cualitativo-descriptivo para saber el estado actual del adulto y saber en qué situación estaban para poder desarrollar dicho taller. Todo esto demostró que lo importante recae en la salud y recreación. Todo esto con la finalidad de introducir al adulto mayor en un espacio donde logren realizar actividades que son interesantes para ellos y les ayudará a tener una calidad de vida. De esta manera el fin es “entretener y mantener ocupado” a ese sector dejando de lado los intereses y el desarrollo personal de los adultos de la tercera edad.

En las investigaciones que se revisaron se identifica que la forma de abordar la vejez es a través de la calidad de vida en el adulto mayor o la autoestima, esto representa una limitación

porque este abordaje no incluye el estudio de las emociones y las relaciones sociales que establecen en esta etapa y el impacto que tiene en sus vidas.

Por otra parte, las investigaciones que explican la vejez desde lo cuantitativo y en grupos a través de talleres, se describen aspectos biológicos y de relaciones sociales dejando de lado la importancia de la identidad del adulto mayor. Ya que no toman en cuenta las experiencias y vivencias del propio adulto mayor, restándole importancia. Además, en la sociedad persiste una cultura que rechaza y que además estereotipa a las personas de la tercera edad de vivir la vejez, con la ayuda de la narrativa biográfica del propio adulto mayor.

Las investigaciones que se abordaron desde un enfoque cualitativo utilizaron un diseño de estudio de caso o relatos, en las que se hicieron en su mayoría entrevistas a profundidad.

La revisión de la literatura permite que se tenga un panorama amplio acerca de los temas que se abordarán en la investigación, además así se visualiza mejor sobre aquello que se está investigando, como también los diferentes métodos que se emplean en una investigación cualitativa, como en la obtención de información y su interpretación, como es el caso de esta tesis.

La investigación cualitativa es otra forma de explicar y abordar los problemas que se plantean en los que también se obtiene validez y confiabilidad, la diferencia entre elegir un enfoque u otro radica en el tipo de problemas que se quieren explicar, por ejemplo, en esta investigación se busca comprender los significados y las experiencias del adulto mayor en su contexto. Por ello, el conocimiento científico, desde este punto de vista cualitativo, no se legitima por la cantidad de sujetos estudiados, sino por la cualidad de su expresión (González, 2000 p. 23).

La epistemología cualitativa se apoya en tres principios que son: el conocimiento es una producción constructiva-interpretativa, su carácter interpretativo es generado por la necesidad de dar sentido a expresiones del sujeto estudiado, cuya significación para el problema objeto del estudio es sólo indirecta e implícita.

El segundo el carácter interactivo del proceso de producción del conocimiento, la cual conduce a reivindicar la importancia del contexto y de las relaciones entre los sujetos que intervienen en la investigación (entre ellos del investigador y el investigado).

Por último, la significación de la singularidad como nivel legítimo de la producción del conocimiento, donde la investigación de la subjetividad reviste importante significación cualitativa, que impide identificarla con el concepto individualidad. La singularidad se constituye como realidad diferenciada en la historia de la constitución subjetiva del individuo (González, 2000 p. 22-23).

Por lo tanto, en dicha investigación, no habrá datos cuantificables, pero sí herramientas que ayudan a la investigación cualitativa a recolectar información eficaz, certera, individual y de una manera característica en cada caso.

Investigación con el diseño de investigación método biográfico

Para esta investigación el tipo de metodología que se utilizó fue el biográfico-narrativo, ya que es conveniente para abordar los procesos psicológicos y sociales que influyen en el bienestar psicológico del adulto mayor. Este método se ocupa de capturar las características y cambios fisiológicos y/o psicológicos de personas a través de los tiempos y el eje central de las historias que lo conforma el tiempo.

En este sentido, las biografías focalizan las acciones y decisiones de los sujetos en contextos y tiempos específicos, así se logran percibir las relaciones sociales que les permiten llevar a cabo tales decisiones o bien el nudo de relaciones que constriñen o son modificadas por la acción del sujeto (Tarres, 2008, p. 138). Es decir, la biografía permite visualizar en momentos específicos las acciones que se hicieron y esto conlleva a describir o señalar las relaciones que tuvieron relevancia en cada momento en la vida del adulto mayor.

Por esta misma razón el uso de las biografías en este caso es adecuado, ya que resulta un enfoque altamente pertinente para captar la dinámica familiar e individual, y sus transformaciones (Tarres, 2008, p140). Esto concuerda con dicha investigación por la relación que hay entre los individuos cercanos al adulto mayor referente a la parte individual y familiar.

Además, lo biográfico reconoce en el objeto un sujeto, con el cual el investigador, en el contexto de la entrevista, desarrolla una compleja interacción social, un sistema de roles, de expectativas, de comunicaciones, de normas, de valores implícitos (Tarres, 2008 p.156). En esta investigación las personas que están involucradas tienen una historia, que se construyen de interacciones, expectativas, convivencias, y todas aquellas acciones y relaciones en donde cada una describen parte de la vida del Adulto Mayor.

De esta manera se trata de reconstruir la historia callada y sepultada tal como la vivieron las personas, frecuentemente sin opción de fijarla por escrito. La biografía constituye una llave de acceso a los fundamentos íntimos del orden social, es decir a aquellos ámbitos donde se generan, se expanden y se agotan los significados y representaciones compartidas (Tarres, 2008, p.158). Esto permite que las personas expresen su sentir y pensamientos acerca de aquello que vivieron y cómo lo vivieron para que en base a esa experiencia puedan compartir su historia.

Además de lo descrito anteriormente, el método biográfico presenta varias ventajas las cuales son que introduce en el universo de las relaciones sociales, explica el comportamiento del individuo dentro de su grupo primario, así como conocer las transformaciones tanto del individuo como de su grupo primario y de su entorno social inmediato (Albert, 2007, p. 200).

Este tipo de método es funcional en este caso, ya que permite introducirnos en las interacciones del Adulto Mayor a lo largo de su vida y poder conocer las acciones que ha tenido en cada uno de sus círculos sociales.

Selección de la muestra

Para esta investigación se eligieron dos casos en particular, mismos que se encuentran en la etapa de la vejez, en una edad entre 70 y 77 años.

Lo que permitió el acercamiento y contacto con ellos fue en parte la accesibilidad de contar con su apoyo y por otra parte la cercanía con la autora de la investigación. Ya que al hacer el servicio social en el Instituto Nacional de Personas Adultas Mayores (INAPAM)³ dio la oportunidad de convivir con bastantes personas que se encuentran en la etapa de la vejez, puesto que se visitan diferentes clubs, además de conocerlas de manera personal conforme a sus relaciones, sus vivencias, experiencias gratas y algunas amargas. Pero sólo con algunos se tuvo una convivencia más cercana después de terminar el servicio social en los diversos clubs.

³ (INAPAM) Es un organismo público descentralizado de la Administración Pública Federal, con personalidad jurídica, patrimonio propio y autonomía técnica y de gestión para el cumplimiento de sus atribuciones, objetivos y fines. Este organismo público es un rector de la política nacional a favor de las personas adultas mayores, teniendo por objeto general coordinar, promover, apoyar, fomentar, vigilar y evaluar las acciones públicas, estrategias y programas que se deriven de ella, de conformidad con los principios, objetivos y disposiciones contenidas en la Ley de los Derechos de las Personas Adultas Mayores. El instituto procurará el desarrollo humano integral de las personas adultas mayores, entendiéndose por éste, el proceso tendiente a brindar a este sector de la población, empleo u ocupación, retribuciones justas, asistencia y las oportunidades necesarias para alcanzar niveles de bienestar y alta calidad de vida orientado a reducir las desigualdades extremas y las inequidades de género que aseguren sus necesidades básicas y desarrollen su capacidad e iniciativas en un entorno social incluyente.

La selección de la población más allá de contar con dicha accesibilidad mencionada se eligió por características y rasgos que se mencionan a continuación: ambos deseaban participar y de forma voluntaria, su formación académica es similar, la edad en la que se encuentran representa un rango entre 72 a 77 años y son matrimonio. Además, cada uno cuenta con facilidad de palabra y expresión, tanto de manera escrita como oral, lo que permite una conversación fluida

El primer caso es “M” de género femenino, tiene una edad de 72 años, es profesora orientadora vocacional, hoy en día jubilada desde hace 32 años. Pertenece a un club llamado “Águilas Tranviarios” desde hace 8 años.

El segundo caso es “S” de género masculino, tiene una edad de 77 años, es profesor de primaria y secundaria en la especialidad de ciencias sociales (civismo), hoy en día jubilado desde hace 30 años. Pertenece al mismo club “Águilas Tranviarios” desde hace 11 años.

Como se menciona anteriormente los 2 participantes forman parte del club “Águilas Tranviarios”, el cual es un grupo de jubilados de trabajadores tranviarios, pero tienen dentro del club incorporado al INAPAM, donde cuentan con diferentes actividades junto con personas de su misma edad entre 60 a 80 años. Es un grupo donde la mayoría son hombres, pero integran a sus esposas al club, ahí mismo realizan actividades como dominó y deportes dirigido principalmente a los hombres y manualidades para las mujeres.

Cabe mencionar que, aunque “M” y “S” llevan bastante tiempo en el club mencionado, ninguno de los dos pertenece originalmente porque no son “jubilado tranviario”, pero aun así “S”

fue invitado a formar parte del club por los mismos integrantes y tiempo después “M” con mucho sacrificio y lucha logra entrar al mismo club. Ya que ellos pertenecían a otro club del ISSSTE⁴.

Por otro lado, en su círculo familiar, como ya se había mencionado anteriormente son matrimonio y tuvieron dos hijos. Uno de ellos falleció y de él tuvieron una nieta y el otro hijo que aún vive tiene dos hijos. Tanto “M” como “S” viven independientes desde hace mucho tiempo en su propia casa, realiza sus labores personales y conviven con su familia y algunas amistades.

Instrumentos de recogida de datos

Para hacer la recolección de información acerca de cada uno de estos participantes, se utilizaron instrumentos que corresponden al diseño cualitativo descrito, enfocado en lo biográfico-narrativo. Como dice Albert (2007) el investigador se ayuda de otros instrumentos para la recopilación de esos datos, pero es sobre él quien recae responsabilidad de considerar lo relevante de los datos que ha recopilado. Por lo que al revisar documentos similares y sobre estilos para realizar la investigación biográfica, se hace la pertinente recopilación de datos específicos que enriquecerán el estudio.

En esta sección se describirán cada uno de los instrumentos utilizados para la recogida de datos que son pertinentes para dichos objetivos. Estos instrumentos son el cuestionario semiestructurado, la autobiografía y la entrevista a profundidad.

⁴ (ISSSTE) El Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado (ISSSTE) es una organización gubernamental de México que administra parte del cuidado de la salud y seguridad social, ofrece asistencia en casos de invalidez, vejez, riesgos de trabajo y la muerte. A diferencia del Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) que cubre a los trabajadores en el sector privado, el ISSSTE se encarga de brindar beneficios sociales para los trabajadores del gobierno federal. Junto con el IMSS, el ISSSTE brinda una cobertura de salud entre el 55 y el 60 por ciento de la población de México para el año 2014 contaba con 12, 803.817 derechohabientes.

Cuestionario semiestructurado.

Este instrumento se utiliza para describir comportamientos en cada uno de los casos en particular. El cuestionario utilizado está constituido por información personal como edad, sexo, formación profesional, estado civil, años de experiencia laboral y años en el club “águilas Tranviarios”. La mayoría de las preguntas son abiertas y otras contienen opciones a elegir. Las categorías para la funcionalidad de las preguntas van desde actividades que realizaron en su infancia hasta las actuales, así como las relaciones que tienen en dicho club y con su familia (Véase, Anexo II).

Entrevista a profundidad.

Esta herramienta se utiliza para que la persona explique y relate más sobre puntos específicos en su vida correspondientes a la interacción social, vejez, identidad y las sensaciones que esto genera (Véase, Anexo IV).

La entrevista en profundidad está articulada en una totalidad con los referentes teóricos y metodológicos de investigación, por ende, no es una herramienta independiente. Por lo que hay que tomar en cuenta que el término de profundidad tiene una connotación epistemológica en cuanto posibilita un momento de apertura-aprehensión de manifestaciones, tanto objetiva como subjetiva que se presentan en los discursos de los informantes (Escamilla y Rodríguez, 2010). Así mismo, señalan Escamilla y Rodríguez (2010) que la entrevista en profundidad permite rescatar la subjetividad de los informantes, ya que sus expresiones representan su objetivación, si bien es personal, al mismo tiempo es producto de su convivencia interpersonal, por ende, referida a sujetos sociales.

Pero lo más significativo dentro de la misma entrevista en profundidad es que el sello autenticador es el aprendizaje sobre lo que es importante en la mente de los informantes: sus significados, perspectivas y definiciones, el modo en que ellos ven, clasifican y experimentan el mundo (Escamilla y Rodríguez, 2010). Dicha entrevista se realizó con preguntas esenciales referentes a sus estilos de vida, actividades, aptitudes, sentimientos, emociones, relaciones de amistad y familiares, cada una de estas preguntas hacen referencia a lo sensorial, sobre sus experiencias/conductas, sus sentimientos, sus opiniones/valor y de sus experiencias.

Autobiografía.

En este caso específico se utiliza la autobiografía como estrategia, ya que se cuenta con instrumentos mencionados anteriormente que ayudan a que se genere este tipo de método, para obtener los datos y así enriquecer la investigación. Ya que, en la autobiografía, el yo narra a partir de su propia interpretación, en las historias de vida la narración está orientada y dirigida por el investigador (Cifuentes, 2011, p.55).

En el caso de la autobiografía permite dotar de sentidos, significados e intencionalidades al esfuerzo por comprender la práctica y la intencionalidad de profundizar en el conocimiento de la realidad social, así como de su transformación. Relata el interés por la vinculación de las y los participantes al diseño de la investigación (Cifuentes, 2011, p. 108). Por lo tanto, es pertinente para la exploración en la vida de cada uno de los participantes, donde se utilizó una guía para los puntos específicos que se requerían en dicho autoinforme con relación a sus experiencias laborales y personales del adulto mayor (Véase, anexo III).

La manera en que se hizo el registro de los datos fue recopilando información de la pareja. A cada participante se le entregó el cuestionario que contenía preguntas específicas que hacían referencia a los temas que se investigan, en esta parte cada uno respondió por separado dándoles el mismo tiempo para que respondieran. Para la entrevista a profundidad de igual manera se realizaron preguntas en función a los temas que tienen relevancia para la investigación, como la parte emocional, de convivencia, experiencias, opiniones, relaciones sociales y sus conductas con referencia a la vejez. Esta entrevista se realizó por separado y el tiempo de cada una fue alrededor de una hora. En el caso de la autobiografía, se les entregó un documento con los diversos temas que tenían que recordar para que escribieran esos momentos específicos lo más detallada posible de su infancia hasta la vejez. En los tres casos se transcribieron los datos para el manejo de la información.

Análisis e interpretación de los resultados de “M” Y “S”

En este capítulo se muestran los datos obtenidos a partir de los diferentes instrumentos utilizados para esta investigación, los cuales se organizarán en las siguientes categorías: interacción social, experiencias emocionales, identidad y vejez. Dando un panorama concentrado de la información recopilada para una mejor interpretación de los relatos obtenidos durante las entrevistas, tomando en cuenta las etapas del desarrollo humano.

Interacción social de “M” y “S”

El comportamiento que tiene una persona en su entorno de manera individual y colectiva puede tener influencia en el mismo individuo. En este caso en el adulto mayor se observa ese comportamiento y en ocasiones estará relacionado con la interacción social que será útil para realizar sus actividades, mismas que se muestran o realizan por intereses, metas en común, comodidad, conformidad y placer

En la tabla 3.1 se describen las actividades y relaciones específicas que presentan “M” y “S” en la etapa de la infancia.

La persona “S” tuvo una niñez rodeado de su familia, son varios hermanos más grandes que él, sus padres y con sus abuelos. La relación que tenía con cada uno de ellos era diferente ya que a sus padres los veía con mucho respeto, y con sus hermanos, aunque eran más grandes que él tenía una grata relación con ellos. Las actividades que realizaba eran conforme a la edad que iba teniendo, mostrando interés tanto en las individuales como en grupo.

Tabla 3.1

Características de la Interacción Social en la infancia

INFANCIA		
Relaciones sociales	“S”	“M”
Círculo familiar	Respeto y convivencia con personas de su edad (primos)	Respeto, pérdida de un ser querido(madre), convivencia con su padre, abuela y niños de su edad (primos)
Actividades	jugar y convivir*	jugar y convivir*

Mientras que en el caso de “M” su niñez estuvo envuelta por situaciones un poco tristes y nostálgicas para su edad, ya que pierde a su madre a la edad de 5 años, y se queda al cuidado de su papá y su abuela durante mucho tiempo de su vida. Además de esto tenía relación con primos, primas y amigos de su edad. Conforme va creciendo va teniendo una perspectiva del mundo distinta a los demás a pesar de la edad que tenía en ese tiempo, ya que ella quería ser profesora, pero su abuela y su padre no la dejaban hacerlo, hasta que ella se armó de valor y consiguió entrar a la escuela y después a la universidad con mucho sacrificio, pero lo logró.

Como se observa en la tabla 3.1 la infancia tanto de “S” y “M” estuvo conformada por sus círculos primarios que estuvieron rodeados en algunos por momentos trágicos, además cada uno en su familia era respetuoso con la autoridad, pero aun así siempre tuvieron una buena relación.

*Las actividades que se mencionan en la tabla 3.1 con respecto a las que realizaba “M” son: *“pintar, dibujar, colorear, patinar, encantados, reata, columpio, patines.”* (M., 2016b: 1) y cuando estaba de vacaciones lo que hacía era: *“jugar con mis hermanos y primos, salir a comer helado, o churros con chocolate”* (M., 2016b: 1)

*En el caso de “S” lo que se muestra en la tabla 3.1 sobre sus actividades son: *“En casa jugaba a las escondidillas, a los encantados; en la calle jugaba béisbol, roña, encantados, fútbol.”* (S., 2016b:1)

Estas actividades muestran la interacción que hay con los demás desde la infancia, aunque hay actividades que son individuales siempre existe una relación con otro individuo, por mínimo que sea la convivencia hay un aprendizaje y experiencias que quedan plasmadas en la memoria, como es la relación con el otro desde niños

En la tabla 3.2 se describen las actividades y relaciones específicas que presentan “M” y “S” en las etapas de adolescencia y adultez.

En la manera en que “S” iba creciendo, además de conocer a personas y el entorno escolar dentro de la escuela Normal, se da cuenta de las relaciones y el tipo de relaciones que en ese momento para él le interesaban (Véase en la tabla 3.2).

Además de las relaciones que podía conformar en la escuela también fue importante para “S” la relación que tenía con sus dos hijos, esta misma de manera sana, de aprendizaje y confianza desde que ellos estaban muy pequeños, trató de que su relación se basara en eso y en la convivencia con su familia y los otros (Véase en la tabla 3.2).

De esta manera al pasar el tiempo empezó a tener más relaciones y convivencias que le aportaron experiencias y momentos gratos en su vida. Con estas mismas relaciones y en la manera en cómo se relacionaba fue abriendo su círculo social y aprender de los grupos a los que pertenecía y de cada uno de los integrantes, así hasta ser un adulto mayor.

En la tabla 3.3 se describen las actividades y relaciones específicas que presentan “M” y “S” en la etapa actual (vejez).

Como se observa en la tabla 3.3 tanto “S” como “M” han tenido similitudes a lo largo de la vejez en las interacciones con respecto a su familia, amigos y compañeros. Cada una de estas han sido distintas por la personalidad de cada uno de ellos, la manera en cómo lo expresan y lo viven es única porque disfrutaban cada momento que logran pasar con cada una de sus relaciones además de ser pareja.

Tabla 3.2

Características de la Interacción Social en la adolescencia y adultez.

ADOLESCENCIA / ADULTEZ		
Relaciones sociales	“S”	“M”
Círculo de amistades	Actividades y relaciones con amigos (apoyo y compromiso para entrar a la política en la escuela, por un amigo muy cercano)	Actividades y relaciones de amigos
Círculo familiar	esposa, hijos y convivencia (Apoyó a sus hijos desde pequeños a realizar lo que ellos querían para que desarrollaran su personalidad, favorecer también su competencia y socialización, esto con ayuda de diferentes actividades como algunos deportes futbol, basquetbol, frontón, etc.)	esposo, hijos y convivencia
Círculo laboral	Apoyo a seguir creciendo profesionalmente, amistades con ex-alumnos	Amistades con otros profesores y con ex - alumnos

Tabla 3.3

Características de la Interacción Social en la vejez

VEJEZ		
Relaciones sociales	“S”	“M”
Relaciones de amistad	Adaptativa Convivencia perdurables (en el trabajo y el club)	Afinidad Comidas Convivencia
Relaciones con compañeros del Club “Águilas Tranviaios”	Actividades (deportes) Integración Adaptabilidad	Actividades grupales (manualidades y platica) Integración Adaptabilidad
Relaciones familiares	Actividades en familia Comunicación Reuniones familiares constantes No afecta la distancia	Respeto Comprensión Cariño Actividades en familia Reuniones familiares No afecta la distancia siempre hay contacto, aunque sea por teléfono
Relación en pareja	Compañía Apoyo Comprensión Actividades en pareja (viajes, en casa)	Unión Apoyo Compañía Actividades en pareja (viajes, en casa)

En las etapas y las interacciones que se observa en cada caso con “S” y “M” muestran que las relaciones entre individuos son muy importantes tanto en lo individual como en colectivo (véase en la tabla 3.3). Además, que esas relaciones empiezan en el núcleo familiar y después los grupos, instituciones, etc. encuentran personas afines que estarán relacionados de alguna u otra forma que ayudarán a la participación y realización de actividades en diversos ámbitos.

Relaciones Momentáneas o permanentes.

Este tipo de interacciones pueden presentarse desde la infancia hasta la edad adulta. Por lo que por parte de “S” cada una de ellas estuvo en relación con la escuela, la mayoría de las amistades están vinculadas en esta etapa, tiempo después en el trabajo y con algunos que no pertenecían a estos lugares.

Aunque actualmente las relaciones que perduran son aquellas que han pasado a lo largo del tiempo, como en momentos de la vida de “S” muy importantes para él y las que consiguió hacer dentro del club hace ya varios años.

Para el caso de “M” lo que menciona con respecto a las relaciones momentáneas y permanentes corresponde sobre cada situación en particular ya que menciona sobre las relaciones que hace al momento y que estas no corresponden a su grupo a fin, pero muestra cómo es que logra adaptarse a ese grupo.

Esto se puede observar claramente en lo comentado por “M”, el cómo se sentiría estando en un grupo totalmente fuera de su rango de edad o similares intereses. Es el siguiente:

“ah sí me ha pasado, pues sí me adapto eh pero por ejemplo (con risas) este... no he tenido, he tenido la experiencia últimamente me invitaron un desayuno de Liverpool porque tengo mi cultora de belleza y todo y nos invitaron e iban unas muchachas pero que muchachas así como tú, chulísimas preciosas arregladas bonitas y habíamos como 2 o 3 viejillas grandes ya, yo llegue muy temprano porque siempre llego temprano y empezó a llegar la gente y unas muchachas con unos shorsito aquí (señalando sus piernas) guapísimas jóvenes y yo dije ¡woow! me encantan las jóvenes las admiro me encantan con botas y todo, pero empezamos a platicar y todo y superfluas superfluas que yo ni entiendo.

Yo traté de adaptarme no sé, pero más me adapté (con risas) con la señora más vieja que yo bueno las 2 más viejas como que nos identificamos más pero no se me hizo tan grave pero ahora no se en la tercera edad y que o un grupo de jóvenes y estar en un grupo no lo sé.” (M., 2016c: 7)

Con respecto a las relaciones permanentes, duraderas, cambia completamente la expresión hacia ellas y lo que vive. Aquellas amistades que le dan un significado y sentido a las relaciones, porque son más allá que simples personas para ellos sino parte de ellas.

“ay si son algo hermoso algo que yo tengo en mi ser y que yo sé que esas personas que son grandísimas para mí, amistades muy grandes para mi yo tendré muchos conocidos pero amistades pocas, pero unas amistades que das la vida por ellos y ellos por ti es una cosa hermosa, ya se me han muerto varias de mis amiguitas y que las he sentido y luego mi familia, yo doy la vida por mi familia por “S” por mis nietos, mis hijos mi nuera que es la segunda esposa de mi hijo pero es hermosa, ha impactado en todo” (M., 2016C: 11)

Relaciones laborales y en el grupo “águilas tranviarios”.

Dicho lo anterior “S” narra parte de su ambiente laboral y como en él encontró amistades de calidad que duran hasta la actualidad, además del club al que pertenece en estos momentos:

“Mi desarrollo profesional fue muy agradable y provechoso, trabajé nueve años en la escuela primaria” Lázaro Cárdenas” [...] tuve la fortuna de llegar a un ambiente sano de trabajo con compañeros muy respetuosos y honestos, además de una Directora muy bien preparada y que elevó mucho el nivel de la escuela, al grado de que actualmente todavía, después de cuarenta y seis años de distancia, los ex. Alumnos nos buscan para reunirnos a desayunar o comer, para recordar viejos tiempos.” (S., 2016a: 2).

Actualmente asisto desde hace varios años al Club de Jubilados Tranviarios, lugar al que llegué accidentalmente como resultado de la recomendación médica de hacer ejercicio frecuente, pues me invitaron a formar parte del Club, sin ser trabajador tranviario, en este lugar he encontrado muchos amigos y amigas que me han brindado su amistad y respeto...” (S., 2016a: 6)

Para el caso de “M” es importante el hecho de la integración en los grupos y cómo se comporta uno ante ellos. Lo grato que es tener a partir de esas relaciones amistades perdurables.

“Así con el tiempo estaremos integrados al grupo y encontraremos personas afines a nosotros que están las amistades perdurables.” (M, 2016b: 1)

Con respecto al club lo que menciona “M” tanto de sus actividades como de sus relaciones es lo siguiente:

“Siempre que nos integramos a un grupo, debemos ir poco a poco, conociendo las actividades del grupo para así entender que todos somos distintos, buscando siempre sumar, nunca restar, ni dividir, respetando las diferencia individualmente para así lograr una unidad y así ayudándonos a crecer en todos los sentidos con responsabilidad, conociendo los derechos y obligaciones del grupo.” (M., 2016b: 1)

Relaciones familiares (hijos y nietos).

En relación con la familia “S” comparte algo importante sobre esas relaciones y las de amistad, haciendo énfasis en la lejanía, pero no por eso hay un total alejamiento por las dos partes, sino al contrario es cuando ahí se ve realmente lo que una relación se espera que sea.

“Si como no, porque hay amistades que nos han demostrado que nos, no quiero utilizar la palabra toleran sino nos aceptan como somos porque consideran que somos muy afines o que somos gente con la cual les gusta convivir entonces se los menciono a mis familiares para que se den cuenta de que, pues a pesar de que muchas ocasiones la lejanía nos pone ciertas limitaciones y obstante a eso nos distinguen con su invitación, este... con su amistad y sobre todo con su respeto” (S, 2016c: 9)

Aunque esto en cada uno de los casos es al contrario han sabido cuidar, mantener y respetar hasta la actualidad la relación con su familia y tienen una relación estrecha con sus hijos, nueras y nietos, es decir con aquellas personas que forman su círculo familiar más íntimo.

La relación que tiene con su familia actualmente “M” menciona:

“... me llevo con ellos muy bien, me peleo con ellos, me enojo con ellos, vivo con ellos alegrías todo, me cuentan sus cosas me cuentan chistes, entonces me llevo...me siguen tratando igual...” (M., 2016c: 3)

Las actividades que realiza cotidianamente, individualmente, en pareja y en familia es lo que comenta “M”:

“Actualmente mi tiempo lo distribuyo en labores de la casa, paseos con mi hijo, nuera y nietos, me reúno a comer con amistades que tengo la suerte de conservar leo mucho, también me reúno con mis compañeros de la Esc. Nal de Maestros a desayunar, oigo música, voy al cine, salgo de compras, etc.” (M., 2016a: 4)

En este caso de “S” y “M” tienen familia aquella que aprecian y valoran día con día y se asombran de la unión entre ellos y lo que pueden dar. Por esta razón el vínculo que pueda existir

entre los hijos va a ser en este caso primordial ya que los vínculos entre los padres⁵ e hijos mantienen su fuerza en la vejez.

Esto corresponde con lo mencionado por “S” y “M” sobre su familia con respecto a la calidad de estas para tener una buena relación y sentir satisfacción en esta etapa.

Al pasar el tiempo “M” ha sobresalido por tener un entendimiento cercano tanto con sus amistades, familiares y sus nietos, donde se puede señalar que es en parte por su actitud y personalidad, que la marcan tanto en la selección de las personas y como se relaciona con cada una de ellas.

Con respecto a la relación que tiene con sus nietos es muy abierta, basta con decir que la ven como personas de autoridad, pero en la cual pueden confiar cualquier situación que se les presente.

“Con mis nietos son muy feliz, los consiento más, me platican de sus experiencias, sus preocupaciones, sus alegrías etc. Seguido me hablan por teléfono.” (M., 2016a: 3)

La relación entre sus familiares es de buena calidad por tanto muestran “M” y “S” un agrado hacia la vida, su propia vida y las actividades que realizan de manera conjunta, ya que cuando lo hacen con su familia y logran realizar cualquier cosa ellos sienten confianza, por tanto, individualmente al realizarlo fuera de ese grupo se sienten motivados a pesar de su edad y diferentes actividades.

La relación y lo que se visualiza de aquellas personas es sobre respeto, autoridad y buenas enseñanzas, por lo que se concibe una imagen distinta de las personas mayores, mismas que

⁵ Los padres que establecen una buena relación con sus hijos adultos tienen menor probabilidad de sentirse solos o deprimidos que aquellos cuya relación con sus descendientes no son tan buenas (Koropecjy-Cox, 2002) citado en (Papalia, 2012).

hacen en la actualidad “S” y “M”. Obviamente cambiará más allá de la cultura los hábitos de cada uno, sus costumbres, pero en este caso “S” pone a la vista a su familia y hacen que esto mismo llegue a un respeto, que los aprecien por todo lo que les ofrecen y viceversa:

“así que cada quien se va dando cuenta de que lugar va teniendo uno ahí, primero como hijo, con obligaciones, sentimientos, hábitos que tiene que hacer uno como hijo, después como padre también los derechos, las cosas que tiene uno que funcionar de manera correcta como padre y después entonces dentro de la familia pues también tratar de ubicar no solamente a uno sino a su propia familia dentro de los grupos en que pertenece uno, en ocasiones uno trata de llevar a su familia a pertenecer a grupos como por ejemplo la iglesia, club deportivo o un club que se acostumbre llevar de vacaciones, entonces todo eso trato de hacerlo con el propósito de que mis familiares, mis hijos mis nietos se den cuenta de que es lo que nos gusta y ojala a ellos les llame la atención llevar ese tipo de intenciones.” (S., 2016c: 8)

Relación en pareja

En la relación en pareja no es la excepción, aunque llevan ya bastantes años de casados siguen teniendo actividades juntos y logran acoplarse tanto a las etapas de cada uno como a lo que esto conlleva en la relación.

Sobre las actividades en el hogar y con su pareja “S” comparte lo siguiente:

“Generalmente me dedico a hacer pequeñas tareas caseras, barrer el patio, pintar lo que haga falta limpiar mi coche, etc., Actividades en pareja. En ocasiones ayudo a mi mujer a preparar alimentos o pasteles, según lo que se nos antoje, frecuentemente asistimos a paquetes de viajes, invitamos a nuestro hijos y nietos a comidas en casa preparamos hamburguesas, carne asada, barbacoa, etc.” (S., 2016b: 3)

La relación que tiene “M” comparte lo siguiente:

“Mi relación con él es buena, de confianza, aunque diferimos en algunas cosas, siempre estamos con buena relación.” (M., 2016a:4)

“Con mi marido actualmente tenemos una relación cordial y de tolerancia, aunque a veces tenemos nuestras discrepancias.” (M., 2016a: 4)

“Aunque yo considero que él es más cerrado, y no expresa con facilidad sus pensamientos, sus sentimientos y emociones. En años anteriores pues tuvimos épocas buenas, otras de crisis, pero siempre hemos estado unidos en las buenas y en las malas.” (M., 2016a: 4)

Experiencias emocionales en la vida de “M” y “S”

Para el caso de “M” durante toda su vida ha tenido el cariño de quienes la rodean y de la misma manera ella responde a eso con el cuidado y bienestar de los mismos. En la tabla 3.4 se describen las emociones que involucran la infancia de M y S correspondientes a las vivencias específicamente con su familia y amigos.

En la infancia las emociones que experimentan “M” y “S” con respecto a las relaciones de amistades y familia son en su mayoría felicidad, aunque “M” algunos acontecimientos dolorosos estuvieron involucrados de tristeza.

Así como en la adolescencia y adultez las emociones que experimentaron “M” y “S” en situaciones referentes a sus relaciones de amistad y familia fueron tristeza por la pérdida de uno de sus hijos y felicidad al estar en compañía de su familia y también en su trabajo ya que realizaban lo que les apasionaba y gustaba que era la docencia.

En la tabla 3.6 se describen las emociones que presentan M y S al estar en convivencia con su familia pareja y amistades en su etapa actual que es la vejez.

Como se puede observar las emociones que presentan durante su vida son variadas, pero van siendo más complejas al pasar el tiempo (véase en las tablas 3.4, 3.5 y 3.6). Por lo que están más influenciadas estas emociones hacia la convivencia familiar y las amistades que les rodean y aún conservan.

Tabla 3.6

Emociones y experiencias en la vejez

VEJEZ		
Situaciones vivenciales en sus relaciones sociales	Emociones	
	“S”	“M”
Relaciones de amistad	Alegría por sus amistades y amor por su pareja Tristeza	Alegría por sus amistades
Relaciones con su familia (hijos-nietos)	Sentirse queridos por su familia Felicidad	Sentirse queridos por su familia, sentirse querida por su nietos Felicidad
Relación de pareja	Amor por su pareja Felicidad Disgustos	Amor por su pareja Felicidad Disgustos

Familia

Para “M” su familia es muy importante basta decirlo con las actitudes y comportamientos que tienen hacia ella. La manera en cómo la tratan influye en gran medida en cómo eso la hace sentir y por lo mismo el cariño que les tiene crece aún más.

Para “M” la convivencia en familia es primordial, dedicar un espacio, tiempo, escucha y compañía hace que la calidad de esta se enriquezca aún más, demostrándole a cada uno lo importante que son para ella, tanto de manera verbal como en acciones y por lo mismo la confianza que le tienen (más sus nietos) deja ver lo que sienten por ella y lo que a “M” le genera en la parte emocional.⁶

⁶ El desarrollo emocional adecuado supone poseer una capacidad de empatizar, de simpatizar, de identificación y de generar vínculos afectivos e intercambios de sentimientos satisfactorios. La conciencia de los propios sentimientos y su expresión

Con lo dicho anteriormente “M” comparte vivencias que ha tenido con sus nietos durante las vacaciones y como ansían ellos la compañía de sus abuelos, además la motivación que son para ella porque siempre tratan de darle y ver el lado positivo de las situaciones.

“Sí, y mis nietos para allá y para acá todo, me invitan me dicen me cuentan, me hablan por teléfono[...]están deseando venir de vacaciones y los tengo aquí por eso te decía yo, y nos vamos de compras, juntan ahorran yo les dije yo no les voy a dar, les voy a dar pero no tanto y ya les doy su dinerillo, y ellos ya ahorraron y nos vamos e compras, es una cosa, les fascina a mí también [...] ya están que quieren venir, porque nos vamos a ir de compras, o sea me motiva me ayuda yo ya sé que estoy grande y me canso me canso pero aparte te voy a decir voy feliz [...]platican mucho conmigo de cosas intimas de ellas, de lo que sienten con sus papás, [...] yo trato de decirles, de ayudarles, tengo mucho... me ayudan me dan vida. (M., 2016c:4)

En el siguiente párrafo expresa el cariño, lo que siente por ellos y lo que piensa de esa misma entrega a su familia.

“Si, y depende mucho de uno como vea uno la vida como sea de optimista como tengas ese amor ese afán de tener los juntos de entenderlos, de ayudarlos sobre todo amor, el amor mueve yo no pierdo oportunidad de decirles te quiero, [...] no pierdo la oportunidad de decir que lo quiero, que los amo con toda mi alma, depende uno para que reciba y sino, y a veces tu entregas, aunque no pienses que vas a recibir, tu entregas, tu das lo mejor. Si yo pienso que es de uno” (M., 2016c: 4)

También menciona el cómo su familia le corresponde de la misma manera con respecto a la afectividad.

mediante la verbalización ayuda a producir una clara individualidad; una aceptación de sí mismo, una seguridad y autoestima adecuadas al nivel de desarrollo (Yankovic, 2011).

“Pues claro, es mi familia primero que nada y primero Dios mi familia y mi trabajo, mi familia. Pues me ha impactado en la manera en que yo doy recibo ese es el impacto que yo recibo que si yo doy sinceridad y yo doy mi entusiasmo y mi confianza y todo lo mejor de mí también hay reciprocidad también recibo en todas las relaciones.” (M., 2016c: 11)

El sentir cariño y que las personas expresen aquello que sienten por ella hacen que las relaciones crezcan aún más mostrando tristeza, angustia, cariño, comprensión y eso mismo a “M” le beneficia porque las actividades que hace en grupo en parte dependen de ello y así les agrada estar con los demás y optan por hacerlo así, aunque también individualmente.

Pareja

Con respecto a su pareja y una institución como un asilo al que pudiera entrar, “M” comenta lo siguiente:

“...a veces pienso si mi marido faltara y me quedará sola que haría me iría a un asilo y que voy a hacer en el asilo hablar con mi congéneres estar echándole ganas no queda de otra, la señoras están llorando porque no llevan la mentalidad, vamos a suponer que yo estoy al cero me voy al asilo, pero no me voy con la mentalidad de fracasada y de que nadie me quiere, la mentalidad es uno ¿no?.. Entonces yo pienso así, pero hasta la fecha no pienso en esas cosas trágicas” (M., 2016c: 5)

Esto corresponde a un pensamiento y actitud positiva con respecto a las instituciones y la falta de la pareja, alguien quien muestra cariño y compañía diaria, pero no se decae del todo porque, aunque falte su pareja que ha estado la mayor parte de su vida, “M” sabe que cuenta con actividades tanto individuales y en grupo que la harán ser parte de la sociedad. Aún le falta por

vivir y conocer, por lo que todo eso le hace tener otro punto de vista y una visión diferente de aquello a lo que se pueda enfrentar, aunque no esté del todo consciente de ello.

Amistad

Para “M” las relaciones de amistad, así como el estar trabajando durante varios años le dio la oportunidad de conocer a muchas personas que hasta la fecha son ya parte de dichas experiencias, mismas que comparte todo aquello que le hace sentir el tener amigos, el trabajar en el lugar que te gusta y esto como forma ya parte de tu vida, cada experiencia, cada emoción y cada relación.

“depende mucho la salud mental cuando haces lo que te gusta tu trabajo, te llena ,te satisface entonces eso es salud mental es tener buenas relaciones, tener grupos afines, yo tengo amistades perdurables que duran y sé que son mis amigos que las amo como ellas me aman a mí, entonces eso es salud mental y hacer lo que te gusta yo trabajé 32 años de mi vida y fui tan feliz en mi trabajo con dificultades no te voy a decir que todo es de rosa dificultades pero esas dificultades las debes de ir este pues como te diré sacando sacándolas adelante yo tuve problemas pero en la mayoría fui feliz .”(M., 2016c: 7)

Como se señala anteriormente la felicidad estará involucrada en la manera y el tipo de relaciones que se puedan hacer, por lo que las emociones ayudarán a que se crean vínculos más significativos y de confianza.

Dicho lo anterior es lo que comparte “S” con respecto a sus amigos, pareja y amigos en la parte emocional.

“Bueno me siento muy bien le doy gracias a la vida porque con todo lo que te he comentado las experiencias que he tenido y hemos tenido juntos pues me siento satisfecho

[...] yo afortunadamente he tenido la ventaja de que mi mujer ha sido determinante en mi existencia hay algunas cosas que como te digo tú te imaginaras en todas parejas y en todas familias existen cosas [...] pero aprendes con el tiempo a tolerarlas a superarlas para que no sigan provocando problemas o enfrentamientos, todo eso ehhh.. nos ha dado como resultado que tengamos como existencia pues más tranquila más respetuosa, más productiva y nos mantenga unidos...”, (S., 2016c: 12)

“Mi relación con ellos es de mutuo cariño respeto y alegría, por lo cual disfruto mucho de todos los fines de semana y los espero con mucha ansiedad.” (S., 2016^a: 4)

Ahora respecto a “M” la relación que tiene con sus amigos y familia le hace tener un sentido más a la vida, la dicha de la felicidad que muestra día a día, el optimismo ante las adversidades de la vida y el compartir cada momento con personas que son importantes para ella y viceversa, es parte fundamental por la que sigue luchando por anhelos, metas y relaciones que la hacen sentir plena, con felicidad, amor, cariño aunque también tristezas, enojos, molestias, pero eso mismo la hacen crecer y seguir aprendiendo de la vida.

Parte de esto nos lo narra en pequeños párrafos con gran sinceridad y alegría.

“La relación con mis hijos_es y fue excelente basada en el amor, el cuidado, aceptándolos como son y educándolos en el respeto hacia sí mismos y a los demás, enseñándolos a tomar decisiones con seguridad y responsabilidad.” (M., 2016a: 3)

“Con mis nietos son muy feliz, los consiento más, me platican de sus experiencias, sus preocupaciones, sus alegrías etc. Seguido me hablan por teléfono.” (M., 2016a: 3)

“En principio que haya sinceridad respeto, sinceridad alegría y poco a poco porque ya tengo amistades ahí en el club que poco a poco y a través del tiempo y nos vamos

identificando, este... podamos tenernos confianza hasta con los jóvenes la confianza es algo vital, confianza, yo te tengo confianza de lo que tú me estás diciendo yo te puedo tener confianza y hay una unión y también con los jóvenes por ejemplo mis nietos,” (M., 2016c: 8)

En esta tabla 3.7 se describen las características particulares de M y S en los diferentes ámbitos de su vida y de lo que están rodeados actualmente y como se presentan ante cada uno de ellos.

Identidad por “M” y “S”

Para “M” la comunicación con los demás, la cercanía y las actividades que pueda realizar son importantes en su vida (Véase en la tabla 3.7) y más cuando está de por medio su bienestar y felicidad, por lo que al preguntarle sobre un rasgo importante que es si ella considera tener un lugar o se ve como parte de la sociedad ella señaló:

“Pues si tengo un lugar, naturalmente porque existo ya desde ese momento ¿no?, y este...si estoy a gusto a pesar de los problemas, pero si estoy a gusto y si tengo un lugar en la sociedad porque existo y tengo muchas actividades porque existo tengo desayunos, comidas, amistades actividades también la soledad a veces aquí pongo mi música y estoy cavilando me gusta la soledad, me gusta el momento que se viva” (M., 2016c: 10)

Ahora bien, respecto a “S” la vida que lleva es muy tranquila y meticulosa, trata de dar lo mejor de sí tanto en manera individual como en colectivo. Por lo que tener bienestar y el sentirse dentro de la sociedad participando en diversas actividades le genera felicidad y satisfacción:

“Actividades deportivas, estuvimos inscritos en el gimnasio “C Mas” del Portal Churubusco donde hacíamos gimnasia en aparatos, con caminadora bicicleta fija, bicicleta elíptica, natación etc., la natación me la recomendó el Doctor que normalmente consulto, pero tuve que renunciar al gimnasio...” (S., 2016b: 2)

Tabla 3.7

Características de la Identidad en la vejez

IDENTIDAD Y VEJEZ		
Conceptos	“S”	“M”
Club “Águilas tranviarios”	Incluirse y encontrar un club sentirse incluido por sus compañeros	Incluirse y llegar al club para estar más tiempo con su pareja y luchar por ello
Percepción de ellos mismos	positiva	positiva
Percepción de su familia	visto como un igual y no cambia su actitud hacia él	vista como un igual y no cambia su actitud hacia ella y la motivan a realizar actividades, aunque ella no confía que lo pueda lograr
Cambio de roles	Un cambio que genere satisfacción personal Genere economía	En ocasiones se da no por elección sino por las circunstancias.
Reflexión sobre su vida (competencias y motivaciones)	metas que les faltan por cumplir o proponerse nuevas	metas que le falta por cumplir o proponerse nuevas
Jubilación	Activa	Activa
Percepción hacia la muerte	suceso que es inevitable y puede pasar en cualquier momento	suceso que es inevitable y puede pasar en cualquier momento incluyendo si se queda sin pareja es un pensamiento positivo

Familia

En este caso “M” relata cómo fue y sigue siendo la actitud que tiene su familia hacía con ella.

“No ha cambiado en mí no (con risas), me tratan igual porque me llevo con ellos muy bien, me peleo con ellos, me enojo con ellos, vivo con ellos alegrías todo, me cuentan sus cosas me cuentan chistes, entonces me llevo...me siguen tratando igual, yo siento que mi hijo el que vive actualmente, nombre... le digo oye se más considerado conmigo en que van cambiando y le digo, pero hijo traigo tacos y él ay, mamá, si puedes. No me trata como ancianita y ya soy ancianita pero no me trata. (M., 2016c: 3)

También lo que genera ese acomodo en la sociedad es poder dar consejos de sus vivencias o de lo que ellos saben y lo comparten a personas cercanas como son su familia.

“Si lo han dicho pero generalmente como se dice vulgarmente se quieren salir del guacal mi mujer con consejo o también ella influye en mi hijo, en mi nuera actualmente les dice no mira como ves, espero que cuando tengas tus propios hijos les digas también, porque cuando se tiene la edad y se siente la intención de vivir tranquilo de vivir con respeto entonces todo eso se va a prendiendo, y tu abuelita se los está haciendo ver a ustedes ojala ustedes se lo hagan ver a sus propio hijos, cuando los tengan y creo en ese aspecto estamos bien encarrilados gracias a la influencia de la familia de su abuelita muchos de los defectos que tenía mucho de los problemas muchas de las cosas negativas las he ido superando precisamente por el consejo por el ejemplo que me pone tu abuelito entonces no le digo, no me digas esto o que no haga esto o no haga aquello porque me molesta al contrario yo reconozco que eso es algo que nos va a beneficiar en la familia entonces yo si lo reconozco muchos de los defectos muchos de los problemas que yo tenía los he sabido superar precisamente por la actuación de mi mujer” (S., 2016c: 13)

Las respuestas que nos da cada uno vemos que el tener una relación más cercana con sus familiares como el ejemplo de sus nietos para ellos es parte de su crecimiento transmitiendo su conocimiento de todas las etapas vividas a sus nietos.

Competencias y motivaciones.

A todo esto, en la entrevista “M” nos cuenta sobre aquellas metas que tiene a futuro y si su identidad puede cambiar o seguir de la misma manera.

“A través de las etapas en que vivimos cambian nuestros intereses nuestras aptitudes, pero entonces sí, se va adaptando uno, es la adaptación. Mi personalidad está definida pero hay influencias que me pueden cambiar o ir transformando dentro de mi yo de mí ser de mi forma de ser [...] no me pongo plazos largo sino cortos por la edad que tengo pero este... como te dijera... a esta edad todavía pienso en muchas cosas que tenemos muchas oportunidades por ejemplo tengo pensado en ir a la universidad de la tercera edad y eso puede influir para que yo dentro de como soy cambié mi identidad porque quiero estudiar italiano quiero estudiar otra cosa, quiero ver que hay ahí y que tal que me voy a la UNAM ¡y que! ¡y que!, no tengo la misma energía, pero tengo mucha experiencia estudié, [...]” (M., 2016c: 12)

En el caso de “M” las metas y habilidades que tiene las adquiere mientras va teniendo contacto cercano con aquello que le falta por descubrir y hacer.

Además, están implicadas las necesidades que hacen estas competencias y motivaciones posibles, ya que implican aquello que los mueve a realizar actividades, superarse y ver más allá de lo que hacen en ese momento.

Como lo que la mantiene a “M” a seguir en el club es:

“Las motivaciones que me mantienen en el club son: Que he encontrado la amistad, al igual que la solidaridad, me divierto, aprendo de las actividades que se realizan.” (M, 2016a: 4)

“La habilidad que he desarrollado durante mi vida es: Adaptarme en los diferentes medios sociales, habilidad que creo que se ha acrecentado a través de los años.” (M, 2016a: 4)

Por otra parte, “S” en el club encontró una oportunidad más de hacer lo que a él siempre le gustó que fueran los deportes y aunque en algunos no participa apoya a sus compañeros y lo que logra hacer lo hace con gusto y felicidad. Además de encontrar a personas que le brindan amistad y puede contar con ellos dentro y fuera del club.

La influencia que ha tenido en su vida durante varios años le ha permitido conocer y ver su entorno de otra manera a la que él estaba acostumbrado.

También para “S” dichos motivadores son aquellas personas que han confiado en él para realizar cambios en su vida, sentirse confiado por lo que es y sabe realizar hace que crea en sí mismo y pueda realizar lo que se proponga en dichos cambios de su vida.

“Si, eeh... los cambios que yo he tenido por ejemplo en mi trabajo yo considero que los logre debido a que las personas que me invitaron a formar parte de otros grupos realizar cambios que yo no tenía mucho la certeza de que iban a funcionar pero que yo aspiraba a hacer algo diferente pues eeh... solamente se pudieron dar cuando eeh... ese tipo de personas o ese tipo de grupos eeh... llevaron como garantía mi manera de ser entonces yo creo fue esa una de las causas principales por las cuales yo tuve varios cambios y que

además para ser motivantes para mi pues si espero hayan sido también estee...eeh... pues eeh... efectivo para las personas que me lo propusieron.”(S., 2016 c: 9)

Referido a estas competencias y motivaciones se observa que cada uno de ellos los tienen y tratan de salir adelante con los recursos que cuentan cada uno en cuestión personal, emocional, y también involucrando su entorno.

Aquello que les ofrece la sociedad trata de adaptarse, buscar alternativas a su vida y su bienestar con las actividades que realizan y las relaciones que tiene cada uno.

Esa manera de percibirse o representarse así mismo desde lo social y lo individual. Respecto al adulto mayor esta manera de concebirse dentro de la sociedad y el cómo lo hace para que la misma persona tenga limitantes y libertades, será un parteaguas cuando la persona interiorice aquello que percibe de ese medio externo.

“está definida. Mi carácter y mi forma de ser, pero pues cambiar ¿porque puede cambiar? Porque todos cambiamos en cierto modo no somos iguales tengo mi personalidad mi forma de ser y sin embargo voy a suponer que voy a una escuela o entro y tengo otros conceptos otras ideas y hay otras formas de pensamiento y todo puedo cambiar, más bien ampliar” (M., 2016C: 11)

“Bueno yo tengo una forma de ser ya, y está definida como soy, cambiar pues ojalá cambie para bien porque tengo unas actividades que me enriquezcan, pero de que soy, soy” (M., 2016c: 11)

“Que nadie es igual, todos somos diferentes y siempre trato de respetar a los demás.” (M., 2016b: 1)

Así como lo que le hace a “M” sentirse identificado dentro del grupo de la tercera edad menciona: “Tenemos todos más de 60 años y nos identificamos” (M., 2016b:1)

Ahora bien, para “S” la identidad⁷ se manifiesta de otra manera, no tan distante como el pensamiento de “M”, pero ve más allá sobre la identificación⁸ con el otro como, sino que forma parte de esta.

Ya que nos narra sobre la manera de socialización y cómo logra identificarse actualmente con las personas que integran su grupo “águilas tranviarios” y también con las personas que no pertenecen.

“(con sonrisas) me identifico con gente que es alegre, empezando con eso a mí sí me empiezan a platicar que les duele que esto que el otro y que les hacen y todo y si estamos platicando me agobia, si puedo escuchar pero me agobia entonces me gusta la gente que es optimista, que echamos relajo que jugamos o que nos contamos penas y todo pero de otro modo, no me gusta la gente fatalista gente que ve siempre todo negro, yo echo mucho relajo, [...] cuando tenemos penas entonces nos consolamos, vamos a visitar a los enfermos porque también hay penas y todo pero la gente fatalista no me gusta , no me identifico.” (M., 2016c: 8)

También hace un señalamiento hacia la manera de adaptabilidad a los diferentes ambientes y que más que una acción para ellos es una habilidad importante al momento de tener relación y querer permanecer en un determinado grupo.

⁷ El término de identidad puede estar ligada en dos sentidos, definición de sí (de lo que somos y queremos ser) hecha por nosotros mismos (identidad con frecuencia denominada “individual”) y definición de nosotros hecha por los otros; es decir, en función de la pertenencia a una categoría principal (identidad a menudo llamada “colectiva). En el primer sentido, la identidad por lo general se considera propio de la Psicología (clínica, social, psicoanálisis, etc.) En el segundo caso, la identidad proviene de las ciencias sociales (sociología, etnología, lingüística, etc.) (Dubar,2001 p.5).

⁸ La identificación designa el proceso (y el resultado de éste) por el cual una persona se percibe, a nivel imaginario, idéntica a otra en relación a un rasgo, una actitud o globalmente. Este proceso puede tomar dos direcciones: el sujeto puede identificarse con el otro o identificar al otro con él mismo. Es la operación fundamental por la cual el sujeto se constituye en relación a los demás y constituye, sobre todo, su personalidad y su identidad. (Marc, 1992).

“pues probablemente... yo digo que con tantos cambios que ha habido en mi vida tanto mi mujer como yo tenemos mucho poder de adaptabilidad, nos adaptamos con mucha facilidad, pero como te comentaba hace un momento lo que no puedes hacer pues lo único que puedes hacer es admirarlo, entonces yo digo que... sería difícil adaptarse a un medio donde hay muchos jóvenes” (S., 2016c, 7)

“yo digo que si sería difícil adaptarse a un grupo donde no fueran de la misma edad, las metas, los deseos, y las ilusiones todo, yo digo que tenemos que estar en el lugar que les corresponde” (S., 2016c, 7)

“en algunos casos si hay algunos compañeros que no sé cada cabeza es un mundo y cada quien piensa diferente pero en la inmensa mayoría al menos de los que yo trato, hay unos que los saludo y todo pero no llevo una relación muy cercana muy estrecha pero con los que veo y con los que yo salgo y con los que yo me llevo si casi coincidimos en la manera de pensar de lo que esperamos en esta etapa de la vida que estamos viviendo y lo que le estamos dando a esa etapa ponemos lo mejor de nosotros yo creo que desde que yo llegue al club intente hacer lo que había puesto como premisa en mi vida. Me gustan los cambios” (S., 2016c, 5)

“Generalmente con los amigos más cercanos porque se siente uno cómodo platicando de las cosas semejantes, en el juego también escoge uno, generalmente hay esa situación uno como los demás escoge siempre a los que son afines.” (S., 2016c: 8)

“Y soy capaz de todo y muchas cosas hasta ahorita gracias a Dios tengo esta capacidad de piernas que me llevan a todos lados, que todavía tengo poquito de lucidez y me siento

personalmente bien capaz, contenta a gusto, a pesar de todas las cosas que vengan se pueden solucionar.”(M., 2016c: 12)

Percepción de uno mismo.

Por lo dicho anteriormente “M” comenta el como ella misma percibe al adulto mayor, como los demás lo hacen y si eso coincide con lo que ella percibe-

“(pensativa) con muchos años, experiencia con... la experiencia, pero pues no podría yo decir en general que serían con muchos años y experiencia ¿Por qué?, ¿qué otra cosa? Pues ya a esa edad somos vulnerables ¿no? En cierto modo ya no tenemos la misma salud, la fuerza y sin embargo podemos hacer planes a corto plazo y buscar opciones para poder vivir bien, nada más.” (M., 2016c: 3)

“ay no, bueno a mí no pues aquí las vecinas, mis amigas pues si va uno conociendo la vida de mucha gente que es a la edad de uno y veo mucha tristeza mucho abandono, como que son muy dependientes , muy dependientes, entonces son a veces tratados mal, bueno he conocido yo vida de mis vecinos, vida de mis amigas pero es que ellas han sido egoístas desde el momento en que no supieron tratar a su familia, entonces llega el momento en que cuando uno se inutiliza que quizá sea el día de mañana no lose, a mis nietos me dicen aunque sea en silla de ruedas pero te voy a llevar dice mi nieto, pero a muchos los abandonan, los dejan pero ¿porque? Porque ellos también fueron egoístas en el trato porque también fueron personas que les cantaron lo que dieron, eso es pésimo, en una persona adulta yo te doy esto y tu esto, y digo eso les decía a mis amigas eso no está bien tú debes darles porque es y sobre todo el amor” (M., 2016c: 4)

“pues si va uno haciendo conciencia de lo que tiene sí, no tengo la misma, porque era yo tremenda (con risas) no tiene uno la misma fuerza, fuerza de hacer por ejemplo treparme eeh... correr aam... si siente uno, claro que va uno mermando la vitalidad la capacidad pero mentalmente no yo pienso que mentalmente sigue uno leyendo, informándose, saliendo divirtiéndose a modo de la edad porque ya no voy a bailar como antes que era 5 horas y con un taconazo así y estaba como fresca lechuga y ahora ya yo con un taconazo así 5 horas y acabo fumigada pero de todas maneras lo hago, o sea ya no es la misma vitalidad si claro que si lo entiendo pero capacidad mental yo creo que la tenemos que estar haciendo que trabaje para que uno esté vigente ¿no?” (M., 2016c: 6)

Esto es sumamente importante por lo que relata “M” y “S” con respecto a lo que han pasado en su vida y como ahora que se encuentran en la vejez lo relacionan con su pasado y por lo que son ahora.

Jubilación y Cambio de roles

Así como menciona “S” y “M” referente a la jubilación y aquello que realizaron después de dicho rol, en donde hacen actividades que antes no podían hacer o simplemente disfrutar de aquello que gustan hacer, donde explican que después de un rol social como el trabajo entras a otro y logras adaptarte dependiendo las posibilidades y lo que realmente se logra hacer dependiendo en cada caso y el “no hacer nada” no necesariamente tiene que ser literalmente sólo no hacer nada de aquello que antes se hacía y ahora si se logra hacer.

Actualmente las actividades tanto para “S” y “M” se tornan solamente al hogar, al grupo al cual pertenecen y asisten dos veces a la semana, a hacer algunos viajes para conocer el país, además tienen reuniones ocasionales con amistades y familia.

Para “M”, el jubilarse, aunque fue una gran oportunidad por encontrar y vivir momentos enriquecedores en su vida también fue una gran pérdida por lo que a ella le apasionaba hacer con su trabajo.

“M” nos narra cada parte de la jubilación y lo que vivió en este proceso:

“Después de jubilarme me dediqué a la casa, viajé a Europa, Holanda, Marruecos y pequeños viajes en México; sin preocupación pues mis hijos estaban casados. (mi marido no me acompañó en estos viajes pues tenía una tienda) ...” (M., 2016a: 3)

“...También me jubilé de maestra y me jubilé no porque quise sino por atender a mi hermana, entonces en esos años en que me jubile pues si me tuve que adaptar a muchísimas cosas que sucedieron” (M., 2016c: 3)

En el caso de “S” narra lo que ha sido para él el jubilarse y tener el cambio de roles en su vida:

“Si y me hizo crecer mucho y que yo hubiera querido pasar no jubilarme tan pronto vaya, porque hubiera querido tener más experiencias de esas” (S., 2016c: 9)

“Pues eso de que probablemente que ya no sea por ese lado por donde puede uno en caminar sus pasos, sino que hacer lo que a uno le satisface, lo que a uno le gusta lo que uno quiere y entonces hemos encontrado otra vertiente a nuestra existencia que es la de eeh... conocer lugares de la republica mexicana, viajar,” (S., 2016c: 11)

En el siguiente párrafo narra la decisión por la cual se jubila “S” y lo que pasó al hacerlo:

“Fueron muchos los problemas y la mayoría de ellos muy graves, pues hubo amenazas e intentos de agresión contra los que integrábamos el Depto. De Control Escolar, pues pensaban que era culpa nuestra el que ellos no obtuvieran sus documentos de terminación de estudios. Ante esta situación tomé la decisión de jubilarme. Siempre había admirado la sencillez del trabajo que tenía uno de mis hermanos, sobre todo por la comparación del volumen enorme que realizábamos en la S.E.P. y la tranquilidad con que él realizaba el suyo, por lo que me anime a poner una cerrajería, pues ya tenía yo la habilidad de hacer muchas de las cosas que se hacen en ese oficio, pero no pensé que los problemas que estaba pasando la economía de nuestro país afectarían también a las pequeñas empresas y tuve que dejar este proyecto, pues no convenía como negocio.” (S., 2016a: 5)

Aunque “S” y “M” se jubilaron por distintas razones lo que realizaron tiempo después para poder reorganizar su vida implico el hecho de ver más allá de lo que pensaban que podían hacer. Tiempo después por la recomendación de personas cercanas y lo que pensaban que se hace después de la jubilación, “S” narra lo que pasaron al querer hacer algo propio para su estabilidad económica.

“yo creo que si, en un momento determinado yo he notado que algunos compañeros o algunas personas o familias que consideran que después de que uno se jubila que tiene uno que dedicarse a hacer cosas que les reditúen a mis beneficios económicos, así por ejemplo conozco compañeros que se dedicaron a comprar casas y venderlas, a construir casas y rentarlas, en fin o sea siempre buscando beneficios económicos. En nuestro caso en una ocasión [...] cuando empezamos a rentar la casa de sus padres tuvimos una mala experiencia, nos tocó una vividora que se metió a

la casa cumplió con todos los requisitos en el primer año, pero después en el segundo año con mil pretextos, [...] bueno un montón de problemas que nos causó, ahí se nos acabó el interés por querer tener más dinero.” (S., 2016c: 11)

El cambio de roles que se tiene a lo largo de la vida hacen ser parte de aquello a lo que se pertenece, cuando se quita ese rol con el cual se busca identificarse como en el caso de “S” y “M”, la jubilación es parte importante ya que son varios años dentro de un rol determinado y cuando este ya no es más como en su caso buscan aquello que les genere cierta satisfacción personal, pero algunas situaciones no tan gratas y lo que según dice la gente que uno debe hacer cuando pierde ciertas actividades a veces no son las mejores soluciones para aquello que realmente se quiere.

Percepción de la vejez

Lo que significa para “S” estar dentro de la etapa de vejez le ha permitido a reflexionar un poco más sobre su propia vida y lo que ha pasado a su alrededor y más en el club “águilas tranviarios”. Como lo menciona en el siguiente párrafo:

“entonces en esta etapa de la vida yo doy gracias a la vida siento que todo eso ha dado resultado en que nosotros estemos pues más o menos unidos que tenemos problemas como lo tiene todo mundo pero nos hemos eeh... acostumbrados a no dejar que los problemas se queden volando, enfrentarlos, resolverlos, cediendo uno y otra parte para que las cosas sigan funcionando mejor , yo creo que eso nos ha dado el lugar que tenemos actualmente y la intención de seguir teniéndolo así o mejorándolo si es que podemos” (S., 2016c: 12)

“... en segundo término desde que llegué al Club, he estado tratando de adaptarme a las condiciones del grupo, propósito que creo haber logrado desde hace varios años, gracias en parte al alto grado de compañerismo y respeto que he disfrutado en mi estancia aquí, con todos mis compañeros y al deseo de seguir gozando de mi pertenencia a este gran grupo de “Águilas Tranviarios”, por todo lo señalado anteriormente no me siento diferente a ellos, sino que me siento uno más de ellos.” (S., 2016b: 3)

Con respecto a lo anterior “M” narra la manera en que en la juventud y edad adulta veía la etapa de la vejez y si tenía ciertos cuidados ya sean en la parte nutricional, física y psicológica.

“en la juventud (pensativa), cuidarme bien, pero en la juventud no para que te voy a echar mentira, viví mi juventud, la juventud se vive con toda el alma y fui feliz en mi juventud, pero así para prevenir la verdad no, eso ya con la madurez se entiende y ya cuida va pasando la vida y van pasando experiencia vas viendo a tu alrededor y todo aaah me voy a cuidar, pero en la juventud se vive a lo máximo, se estudia se ríe, se vive.” (M., 2016c: 6)

“La madurez no pensar en que voy a llegar a viejita, pero sí de cuidarme, porque si estoy cuidando a mis hijos y todo me cuida yo porque ya entendí lo que es la salud porque si se enfermas si les pasa un accidente y todo entonces cuidarme, cuidar a mis hijos cuidar a mi familia, cuidar al hombre con el que vivo porque ya entiendes tú, de jovencita yo no me acuerdo de haberme enfermado ¿cuándo? [...] pero ya cuando cuidas a alguien cuando es bajo tu responsabilidad y bajo tus cuidados te hace entender realmente la salud y cuidarte [...] o sea sí, pero yo no pensaba en que, si voy a ser viejita o no, nada más entiendes la necesidad de cuidarte y de cuidar (aja).” (M., 2016c: 7)

Como ella misma lo menciona en los siguientes párrafos al preguntarle sobre la actitud que tienen su familia hacia la edad en la que se encuentra y todo lo que la misma implica y como esto la hace sentir.

“...me siguen tratando igual, yo siento que mi hijo el que vive actualmente, nombre... le digo oye se más considerado conmigo en que van cambiando y le digo, pero hijo traigo tacos y él ay, mamá, si puedes. No me trata como ancianita y ya soy ancianita pero no me trata.” (M., 2016c: 3)

“exactamente a mí no me tratan así el que está actualmente y el otro menos el que murió, [...] luego me dicen ay mamá tú puedes ay, hijo tú crees... mamá tú puedes cuando no has podido hacer algo. Último que hice nos fuimos a una moto de esas de acuáticas dije tengo 70 años no yo no me subo hijo yo creo que no, mamá me vas a decir que no vas a poder, no yo creo que ya no, no puedo creer y eso me hace creer (con risas) y que me trepo, luego me anima así no siento que no ha cambiado conmigo.” (M., 2016c: 3)

Discusión

En los resultados de esta investigación se encontró que los aspectos psicológicos y sociales que influyen en el bienestar psicológico del adulto mayor son en gran medida las relaciones personales como son la familia y amistades, mismas que tienen que ser de calidad para una mayor satisfacción personal, también la importancia de las emociones para favorecer los vínculos sociales e interpersonales del adulto mayor y el desarrollo de su identidad que le permitirá la inclusión en la sociedad.

En las interacciones los resultados en cada caso con “S” y “M” indican que las relaciones entre individuos son muy importantes tanto en lo individual como en colectivo. Además, que esas relaciones empiezan en el núcleo familiar y después los grupos, instituciones, etc. en donde encuentran personas afines que estarán relacionados de alguna u otra forma en la participación y realización de actividades en diversos ámbitos. “La afinidad gira en torno a las limitaciones físicas que se traduce en experiencias compartidas, como también en cambio de roles en un contexto de cambios sociales” (Bravo, 2014, p.13).

En este tipo de interacciones Simmel refiere que pueden ser momentáneas o permanentes, conscientes o inconscientes, superficiales o profundas, pero mantienen constantemente el vínculo entre los hombres. A cada momento estos lazos de relación se alargan, se quiebran, se retoman otra vez, se sustituyen por otros, se entrelazan con otros (Ritzer, 2007:308) citado en (Pino y Alfonso, 2011).

Este tipo de interacciones pueden presentarse desde la infancia hasta la edad adulta. Lo que estos datos indicaron con respecto a lo mencionado por “S” es que cada una de ellas estuvo en relación con la escuela, la mayoría de las amistades están vinculadas en esta etapa, tiempo

después en el trabajo y con algunos que no pertenecían a estos lugares. Este tipo de relaciones como se obtuvo en la narrativa de cada uno dependerá de la situación en la que se encuentren y lo que se necesite en cada momento en particular. Hay amistades que serán duraderas a pesar de la distancia, pero ese lazo no se romperá puesto que la relación se une por los intereses en común y se logra cierta afinidad con esa persona en específico. Las relaciones que construyeron a lo largo de la vida fueron aquellas que otorgan sensibilidad y riqueza emocional que por ende seguirán buscando este patrón hasta la actualidad. En cierto grado las amistades y el cómo visualizan las mismas, hace que esto tenga un sentido vitalizante tanto para ellos como al momento de reconstruir y ver más a fondo sus relaciones.

“Los adultos mayores tienden a interactuar entre ellos, con mayor intensidad a mayor edad, y disminuyendo a su vez la interacción con los grupos más jóvenes y, como consecuencia, desarrollando una subcultura.” (Bravo, 2014, p.13). Esto se puede observar claramente en lo comentado por “M”, el cómo se sentiría estando en un grupo totalmente fuera de su rango de edad, aunque tuvieran un interés en común, lo que se observó es que eso no garantiza que se intensifique una relación, solamente permitirá que se obtengan lazos momentáneos para un fin común.

Así mismo, con respecto a las relaciones permanentes, duraderas, cambia completamente la expresión hacia ellas y lo que se vive. Aquellas amistades que le dan un significado y sentido a las relaciones, porque son más allá que simples personas para ellos sino parte de ellas “... La formación de grupos con intereses o preocupaciones comunes, lo que puede contribuir a una actividad positiva con respecto al futuro” (Belandó, 2007, p.13).

De esta manera tiene relación lo que comenta Bravo (2014) La subcultura se desarrolla en las sociedades cuando sus miembros interactúan entre ellos más que con las personas de otras

categorías, que puede darse por dos cuestiones: por la afinidad entre sus miembros o por estar excluidos de la interacción de otros grupos en un área significativa (p.13).

Lo que se obtuvo en estos casos es que la familia siempre será parte importante en la vida de cada uno de ellos, lo que implica que, aunque pudieran tener infinidad de amistades que les brinden su apoyo y cariño, será más valioso el tiempo, amor, cuidados y vivencias que la familia puede ofrecerles.

Los amigos son una fuente importante de disfrute inmediato; la familia proporciona mayor apoyo y seguridad emocional. Por consiguiente, las amistades tienen el mayor efecto positivo sobre el bienestar de los ancianos; pero cuando las relaciones familiares son malas o inexistentes, los efectos negativos pueden ser profundos (Antonucci y Akiyama, 1995).

Aunque esto en cada uno de los casos es al contrario han sabido cuidar, mantener y respetar hasta la actualidad la relación con su familia y tienen una relación estrecha con sus hijos, nueras y nietos, es decir con aquellas personas que forman su círculo familiar más íntimo. Saben diferenciar entre la relación con su familia y la de amistad, y que cada uno de ellos merece un espacio, tiempo, cariño y aprecio para que pueda seguir manteniéndose por largo tiempo. Aunque también los resultados indican que las amistades pueden ser un de apoyo si los afectos por parte de la familia son nulos o carecen de ellos.

En estos casos la relación tan cercana que tienen con su familia los anima y hacen que tengan un optimismo visible ante la vida, pero, la paternidad o maternidad no garantizan el bienestar en la vejez, y la falta de hijos no necesariamente la perjudica. Lo que cuenta son

las actitudes y la calidad de las relaciones (Koropeckyj-Cox, 2002) citado en (Papalia, Feldman y Martorell, 2012).

Esto corresponde con lo mencionado por “S” y “M” sobre su familia enfocadas a la calidad de las mismas para tener una buena relación y sentir satisfacción en esta etapa.

Con dichos resultados obtenidos sobre las relaciones tanto de familia como de amistad se puede decir que cada una de ellas será importante para el adulto mayor conservarlas y esto puede tener relación con la teoría de la selectividad socioemocional la cual sugiere que a medida que la gente envejece invierte el tiempo y la energía que le quedan en el mantenimiento de relaciones más íntimas (Papalia, Feldman y Martorell, 2012). De acuerdo con la teoría, los adultos mayores suelen tener sentimientos positivos más fuertes hacia los viejos amigos que hacia los amigos más recientes (Charles y Piazza, 2007) citados en Papalia, Feldman y Martorell (2012).

Esto también con lo comentado por “M” que durante toda su vida ha tenido el cariño de quienes la rodean y de la misma manera ella responde a eso con el cuidado y bienestar de estos. “Las emociones, parece ser que con la edad se aprende a conservarlas (dirigirlas) mejor, o sea, hay también una selección” (Belando, 2007, p.81).

También estos resultados indican que el sentir cariño y que las personas expresen aquello que sienten por ella hacen que las relaciones crezcan aún más mostrando tristeza, angustia, cariño, comprensión y eso mismo les beneficia porque si realizan actividades como en estos casos como estar en grupos en parte dependen de ello, porque les agrada estar con los demás y optan por hacerlo así, aunque también individualmente.

Sus sentimientos positivos hacia los antiguos amigos son tan fuertes como los de los adultos tempranos, y sus sentimientos positivos hacia la familia son todavía más fuertes (Charles y Piazza, 2007) citados en (Papalia, Feldman y Martorell, 2012). Por consiguiente, la felicidad estará involucrada en la manera y el tipo de relaciones que se puedan hacer, por lo que las emociones ayudarán a que se puedan crear vínculos más significativos y de confianza.

Con los resultados obtenidos también se indica que, aunque “S” disfruta del tiempo a solas, el apoyo brindado por su familia es lo que le ha ayudado a mantenerse emocionalmente con fortaleza para seguir con proyectos a corto plazo que lo motiven a seguir construyendo cada vez más metas en su vida tanto de manera profesional como en lo personal, lo que le ayuda a no dejar de aprender.

Todo lo mencionado recae en una parte esencial que es la identidad del sujeto, aquello que va adquiriendo por parte del otro y de él mismo, por lo que es significativo en esto la percepción de sí mismos y de los otros hacia la vejez, así como se mostraron en los resultados que una aportación valiosa es respecto a la familia, ya que dicho apoyo que se ofrece implica la cuestión emocional, económica y vivencial. Esto tanto para “S” como para “M”, aunque tienen una manera diferente de relacionarse con cada uno de los miembros de la familia, están conscientes de lo que son para ellos, en lo que pueden ayudar y de qué manera hacerlo.

Los estereotipos dentro de la familia son escasos, mientras que en las amistades y compañeros aún existe misticismo por parte de cada uno, ya sea por la ignorancia de la misma etapa, aquello que pueden o no realizar, hay cierto apoyo en las dos partes, pero hay desconocimiento o desconfianza con algunos.

Así también respecto a la identidad del adulto mayor, lo que se muestra por parte de “S” y “M” es una aceptación positiva tanto de su edad, sus cambios físicos, mentales, así como la manera en que son percibidos por los demás, que implica una satisfacción de sus necesidades que en mayor grado será lo emocional. Como en el caso de “M” que la familia forma parte importante en esa transición y en la mantención del envejecimiento, la manera en cómo la tratan, le hablan, la incluyen dentro de su núcleo familiar, al igual que su esposo, que la apoyan con sus decisiones y sentirse aún más parte de su familia.

Por otro lado, hay que señalar que la mayoría de los ancianos no necesitan mucha ayuda, y quienes la necesitan a menudo pueden permanecer en la comunidad si cuentan al menos con una persona de la cual depender. En realidad, el factor individual más importante que mantiene a las personas fuera de las instituciones es estar casado. En la medida que una pareja goce de una salud relativamente buena, por lo común puede vivir de manera bastante independiente y cuidar uno del otro. El problema de los arreglos de vivienda es un tema cada vez más apremiante y el ingreso a una institución es más probable cuando uno o ambos pierden su fortaleza, enferman o no pueden valerse por sí mismos, o cuando uno de ellos muere (Nihtilä y Martikainen, 2008) citados en (Papalia, Feldman y Martorell, 2012).

Aunque el resultado en este caso puede ser lo contrario en cuanto a la percepción sobre esa situación, puesto que en el caso “M” aunque tiene pareja y sabe que en algún momento ya no estará con ella muy probablemente por la muerte, en su caso no lo percibe como algo trágico o que no pueda continuar con su vida, o que tendrá que estar en alguna institución como un asilo, sabe que habrá un dolor y duelo pero a pesar de ello la manera como ella lo entiende es que no estará sola y podrá aún sin su pareja disfrutar de su vida como lo ha hecho durante mucho tiempo, aunque estuvo acompañada por su pareja eso no depende su felicidad sino las

experiencias que tuvo a lo largo de la vida es lo que le permite afrontar y seguir adelante con su vida como hasta ahora lo ha hecho.

“Las personas verían así un cambio interior conectado a su pasado, y su pasado sosteniendo y justificando su nueva identidad” (Gómez, 2014, p.18). Esto es sumamente importante por lo que relata “M” y “S” con respecto a lo que han pasado en sus vidas y como ahora que se encuentran en la vejez lo relacionan a su pasado y lo que son ahora.

Todos en algún momento llegan a ser viejos sin embargo la manera cómo envejecemos y la calidad de nuestras vidas en la vejez se relaciona con los recursos intelectuales, sociales, biológicos, y materiales acumulados durante el ciclo vital (Zapata, 2001). Con respecto a lo anterior “M” la manera en que en la juventud y edad adulta veía la vejez es que si tenía ciertos cuidados ya sea en la parte nutricional, física y psicológica, aunque no era consciente del todo para llegar a un buen envejecimiento lo que hacía era para un bienestar dependiendo de la etapa en la que se encuentra, ahora cuida su salud para poder realizar todo aquello que tiene como metas planteadas para siempre llegar a su objetivo que tenga en un momento específico de su vida.

Como en la teoría de la continuidad en los resultados se muestra que el tener diversas actividades desde etapas anteriores a la vejez, les abrió nuevos horizontes y perspectivas hacia la vida y saber que hacer al llegar a la vejez, aunque esto estuviera implícito para ellos.

Además, también concuerdan los resultados obtenidos con la teoría de la actividad ya que para ellos el estar dentro de una institución que contiene diversas actividades y que están rodeados de personas que se encuentran dentro de la misma edad, que comparten vivencias, experiencias similares y emocionalmente, algo que no pensaron que les iba a ocurrir al entrar al club que

pertenecen actualmente. Esto les permitió seguir activos intelectual, física y mentalmente por seguir haciendo actividades que ya conocían o algunas nuevas.

Además, que estas actividades estuvieron motivadas por salud el cual fue el primer motivo para pertenecer al grupo, la otra parte es de conservar las amistades en el club y encontrar afinidad con personas tanto en metas, edad, misma manera de pensar, etc. Eso permite una motivación y se sienten pertenecientes a dicho grupo. Las actividades que tienen cada uno de ellos de manera individual como en pareja y con los demás, producen confianza, interés y curiosidad por saber qué más pueden llegar a hacer.

Así mismo, esto les permite buscar oportunidades más allá de esperar a que se les presenten frente a ellos, saber muy bien sus limitantes de cada uno y lo que aún son capaces de realizar sin poner en riesgo su salud física como mental.

Con respecto a “S” tiene una personalidad diferente a “M” pero concuerdan con el pensamiento y la manera de vivir la vida, así como lo que quieren ser aun estando en una edad donde se pensaría que ya no se puede hacer nada más, que lo que la sociedad estipula a esa población, sólo lo que es para ellos lo tienen que realizar y ellos con las actividades que realizan, lo que comentan y piensan rompen con ese pensamiento que se tiene de las personas que se encuentran en la etapa de la vejez.

La manera en que cada uno se visualiza con respecto a la edad que tiene, lo que pueden realizar y lo que no, en ocasiones va en función de lo que los demás les digan, y además forman su propio criterio sin perder la esencia en parte de lo que son de lo que quieren llegar a hacer o demostrarse a sí mismos. Ésta situación en la que puede perderse la identidad tiene relación cuando no hay un rol laboral o simplemente en al perder cotidianamente de las tareas que solía

realizar, es lo que en parte hace una crisis en la identidad y el permitirse descubrir lo que necesita con ayuda de los que los rodean y de sí misma entran en esa transición en el momento de cuestionarse a sí mismos lo que está viviendo esa etapa, como la quiere vivir, como se quiere sentir y cómo quieren que los demás los perciban, como se mostró en cada uno de los casos correspondientes a “S” y “M”.

Además, en los datos indicaron que para ser parte dentro de la sociedad específicamente en el ámbito familiar se manifiesta al tomar decisiones para que los tomen en cuenta, que los apoyen, que escuchen sus consejos, que sepan valorar su presencia y experiencia, que permitan que muestren lo que son y como son.

Por esta razón la jubilación y el cambio de roles que se presenta en esta etapa será un punto importante por la parte cognitiva por las condiciones que tiempo atrás presentaba en el trabajo por lo que Santrock (2006) comenta que la capacidad cognitiva es uno de los factores que mejor permite predecir el rendimiento laboral que presentará un individuo en la vejez.

También lo que se mostraron en los resultados es que no se debe confundir jubilación con vejez, es decir que no porque se está “viejo” termina el tiempo laboral, sino al contrario, como dice Ramón Bayes (2009): “Cada persona envejece de un modo diferente y cómo envejecemos depende en gran parte de nosotros.” El cómo queremos vivir esa etapa dependerá de la manera en que nosotros concibamos la vida y cómo es que la queremos vivir.

Con respecto a la jubilación se puede decir que “la jubilación no marca la raya de la decrepitud imparable, porque aún caben desarrollos individuales y sociales” (Muñoz, 2005, p. 12). En estos dos casos de “S” y “M” la decisión de jubilarse fue tomada no por pertenecer a cierta edad obligada a terminar de laborar, sino por cuestiones personales como sucedió con “M”

y por problemas en dicho trabajo como le ocurrió a “S”. Aunque fue decisión propia de no estar ya laborando en los mismos empleos no pensaron en no seguir trabajando, al contrario, eso no los detuvo para querer seguir siendo parte del mundo laboral como en el caso de “S”, es un claro ejemplo de que aun así continuaron sus vidas activos, con responsabilidades y actividades que les gustan realizar. Aunque también existen las personas que crean espacios y aprecian ese tiempo, ocupándolo para hacer lo que no pudieron estando, trabajando, disfrutando del tiempo libre, de la familia y de ellos mismos. Como “M” que ese tiempo lo aprovechó para salir y disfrutar de la vida, además de tenerse que adaptar a otro estilo de vida después de un periodo largo de trabajo. Por lo que concuerdo con Santrock (2006) cuando dice que los adultos ancianos que se adaptan mejor a la jubilación presentan un mejor estado de salud, tienen ingresos adecuados, se mantienen activos, poseen una mejor formación académica, disponen de una red social más amplia en la que se incluyen amigos y familiares.

Parte de la jubilación corresponde a lo que se realiza en esa etapa y que actividades puede la persona llegar a hacer, dependiendo de sus intereses, actitudes, estilos de vida, etc. Por lo que para “M” fue también una manera de pasar tiempo con su pareja, actividad que no podía realizar del todo por los trabajos de ambos, pero ahora que ya estaban jubilados ella busco la manera de estar más tiempo con él para poder compartir momentos y vivencias, por lo que hizo lo que estaba en sus posibilidades para entrar en el club donde estaba su esposo. Esto coteja con aquello mencionado por Rage (2007) donde menciona que la jubilación es muy significativa, ya que la pareja necesita hacer ajustes a través de una nueva forma de interacción conyugal.

Conclusiones

Cada uno de los temas mencionados en esta investigación fueron abordados con diferentes autores e instrumentos para la obtención de datos, abren el panorama sobre el adulto mayor y sobre todo la importancia de la interacción social, específicamente en relación con la familia y el desarrollo de la identidad en esta etapa.

Aunque como se observó en cada uno de los temas de competencias, motivaciones, emociones etc., estos en la mayoría de los casos dependen crucialmente sobre la personalidad del sujeto desde etapas anteriores y más sobre una etapa media del ser humano.

La identidad del sujeto si va cambiando con respecto a lo que va experimentando en el tiempo de vida, las actividades que realiza, con las personas que se rodea y muy importante lo que estas personas conciben de ellas y cómo hacer que ellos mismos comprendan lo que pasan en esa etapa. Esto corresponde tanto a amigos muy cercanos, compañeros que realizan la misma actividad y la familia.

Parte importante sobre la identidad del adulto mayor y la transición de la misma, dependerá como se observó en dicha investigación tanto en la relación que tiene con las demás personas, esto incluye su familia y amigos, también las actividades que realizaban antes de esta etapa, como por ejemplo trabajar en la docencia. Aunque dicha identidad ya está formada estos aspectos son de vital importancia, como también serán las emociones que experimentaron en cada vivencia de su vida y la jubilación.

Mientras que a los adultos mayores siendo una población en la que por poco tiempo estadísticamente se irá incrementando, se debe tener más conciencia de esta etapa, sobre lo que

implica entrar a la vejez específicamente al estar en la sociedad para que tengan un lugar de manera activa y productiva.

Lo anterior mencionando será un beneficio directo en salud física y emocional, ya que individualmente le retribuirá satisfacción tanto personal como emocional, ya sea haciendo diversas actividades donde tengan un ingreso económico o simplemente donde vivían su vida de manera tranquila, conociendo y haciendo aquello que en tiempo atrás era imposible realizar, donde esto mismo integre su entorno tanto de su familia y sus amigos cercanos.

Sobre el círculo social y el ambiente positivo de las personas mayores siempre o la mayoría de las veces quien tendrá importancia su familia, compañeros de un club social y amigos. Así como se observó en la investigación la familia para esta transición de la identidad es importante ya que es el primer círculo social con el cual cuentan las personas adultas mayores tanto de manera emocional, como de apoyo, cercanía y también en cuestión económica.

Por esto mismo la familia tendrá como beneficio el hecho de saber lo que pasa realmente con su familiar dentro de esta etapa, quitar tabúes y así mismo cambiar a positivo el concepto sobre la persona mayor, además tener una mejor comprensión del envejecimiento, los procesos a los que se enfrenta, el cambio de personalidad y así mismo poder brindarle ese apoyo social, psicológico y emocional que requiere la persona.

Otro aspecto importante es que cuando hay de por medio terceras personas para el cuidado del adulto puedan brindárselo de manera adecuada, esto específicamente son los cuidadores de las personas adultas mayores, por lo que los beneficios que puedan tener sobre ésta investigación es que adquieren un mayor conocimiento del proceso del envejecimiento, el cómo se comportan y las interacciones que logran tener con los demás y por tanto esto implica que puedan tener

diversas estrategias para la comprensión de la persona y los cuidados apropiados para dicha población, además de las actividades que puedan ofrecerles a partir de lo que realmente le interese al adulto mayor.

Por otro lado el beneficio para las diversas instituciones que estén al cuidado del adulto mayor tanto particulares como de gobierno, puedan ser sobre el mismo cuidado, intereses, pensamiento y estilo de vida que tienen las personas y esto mismo permita que ese cuidado y entendimiento de la etapa influyan en el cuidado prosalud de la persona, donde se incluyan de cierta manera personas de edad media para la explicación de la etapa siguiente, sobre todo aquello que se manifiesta tanto en lo personal, laboral, emocional y profesional.

En la vida del ser humano es de vital importancia la sociedad y por lo tanto lo que ocurra dentro de ella puede favorecer o perjudicar a cada una de las personas por lo que ser productivo ante la misma como el tener una ocupación en estos tiempos es mejor y del agrado de los demás que disfrutar plenamente de la vida.

Hoy en día el adulto mayor está presionado por cumplir roles que socialmente le corresponden por el hecho de pertenecer a cierto grupo que requiere en estos tiempos mayores cuidados ya sea por ellos mismos o por personas que los rodean, por lo que darles una vida justa, agradable, con una buena calidad de vida, así como un bienestar físico y mental, es responsabilidad tanto de las personas que lo rodean y principalmente de ellos mismos.

Por último, basta con señalar que el adulto mayor íntegra gran parte de la sociedad, que otorgan a las demás personas experiencia por el tiempo que han vivido y por lo que han aprendido durante toda su vida, tienen la capacidad y el interés de seguir aprendiendo, lo que le permite superarse tanto profesionalmente como personalmente. Comunicar lo que el adulto

mayor es capaz de realizar dentro de la sociedad y demostrar que el adulto mayor es parte esencial de la sociedad y que llegar a esa etapa puede ser satisfactorio.

Referencias

- Albert, G. M. J. (2007) *La investigación educativa: claves teóricas*. Madrid: Mc Graw Hill
- Bautista, J. (2009) “*Por una vida plena en la vejez*” (Licenciatura) Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2009/junio/0644578/Index.html>
- Bayes, R. (2009) *Vivir: Guía para una jubilación activa*. Barcelona: Paidós.
- Belando M.M. (2007) *Modelos sociológicos de la vejez y su repercusión en los medios*. Pp. 77-94. Dialnet. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2651197>
- Becerra, V. R., (2004) *La vejez ante la transformación de la familia, la estructura y la vida cotidiana en la Ciudad de México de principios del siglo XXI: asilos, residencias de día y/o inclusión social, las alternativas*. (Licenciatura) Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/pdtestdf/0331197/Index.html>
- Beltrán, N. (2009) *Relación de la funcionalidad bio-psico-social con la autoestima y la percepción de la calidad de vida en adultos mayores*. (Licenciatura) Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2009/marzo/0641434/Index.html>
- Bravo Almonacid, F. (2014). *Aproximaciones teóricas al estudio de la vejez y el envejecimiento*. VIII Jornadas de Sociología de la UNLP, 3 al 5 de diciembre de 2014, Ensenada, Argentina. En Memoria Académica. Recuperado de http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.4547/ev.4547.pdf

Censo de población y vivienda (2010). *Perfil sociodemográfico de adultos mayores/Instituto Nacional de Estadística y Geografía*. México: INEGI c2014.

Chóliz, M. M. (2005). *Psicología de la emoción: el proceso emocional*. Recuperado de <https://www.uv.es/choliz/Proceso%20emocional.pdf>

Chóliz, M. M. (2005). *Psicología de la motivación: el proceso motivacional*. Recuperado de <https://www.uv.es/=choliz/asignaturas/motivacion/Proceso%20motivacional.pdf>

Cifuentes, R. M. (2011). *Diseño de proyectos de investigación cualitativa*. Buenos Aires: Noveduc.

Cornejo, M.A. G. & Trejo, R. M. (2003) “*La vejez desde una perspectiva psicosocial*” (Licenciatura) Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ppt2002/0315370/Index.html>

Dubar, C. (2001). *El trabajo y las identidades profesionales y personales*. Latinoamericana de Estudios del Trabajo. Núm. 13, Pp. 5-16.

Escamilla, S. J. & Rodríguez, A. (2010). *El método biográfico en la educación socioeducativa*. México: UNAM/FES Aragón.

Fernández-Ballesteros, R. (1997). *Calidad de vida en la vejez: condiciones diferenciales*.

Anuario de Psicología. Núm. 73, Pp. 89-104. Recuperado de

[https://www.google.com/search?rlz=1C1CHBF_esMX840MX840&sxsrf=ACYBGNTfRkCOoMFeF82DLjJkVpuQPt06Wg:1570847243681&q=Fern%C3%A1ndez-Ballesteros,+R.+\(1997\)+Calidad+de+vida+en+la+vejez:+condiciones+diferenciales&spell=1](https://www.google.com/search?rlz=1C1CHBF_esMX840MX840&sxsrf=ACYBGNTfRkCOoMFeF82DLjJkVpuQPt06Wg:1570847243681&q=Fern%C3%A1ndez-Ballesteros,+R.+(1997)+Calidad+de+vida+en+la+vejez:+condiciones+diferenciales&spell=1)

Ballesteros,+R.+(1997)+Calidad+de+vida+en+la+vejez:+condiciones+diferenciales&spell=1

&sa=X&ved=0ahUKEwjU0dL_1ZXIAhVEjK0KHbUmC9cQBQguKAA&biw=1298&bih=567

Fernández-Ballesteros, R. (2004) *La psicología de la vejez*. Encuentros multidisciplinares, ISSN 1139-9325, Vol. 6, Núm. 16, Pp. 11-26. Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/28085303_La_psicologia_de_la_vejez

García-Viniegras, C. R. V. (2011) *El bienestar psicológico: Dimensión subjetiva de la calidad de vida*. Revista Electrónica de Psicología Iztacala. Vol. 8, Núm. 2, Pp. 1-20. Recuperado de <http://revistas.unam.mx/index.php/rep/rep/article/view/19260/18262>

Gómez R. R. (2014). *Salud, demografía y sociedad en la población anciana*. Madrid: Alianza Editorial, S.A.

González, F. L. (2000). *Investigación cualitativa en psicología: Rumbos y desafíos*. México: Thomson Editores.

Muñoz, I. (2005) *Psicología y Saberes N. 2*. Universidad Pedagógica Nacional. Facultad de Educación. Pp. 9-20.

Marc, E. & Picard, D. (1992) *La interacción social: Cultura, instituciones y comunicación*. México: Ediciones Paidós.

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2013) *Salud mental: un estado de bienestar*. Recuperado de http://www.who.int/features/factfiles/mental_health/es/

Organización Mundial de la Salud (OMS) (2018) *Salud mental: fortalecer nuestra respuesta*. Recuperado de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Papalia, D. E., Duskin, F. R. & Martorell, G. (2012). *Desarrollo humano* México: Mc Graw Hill Education, 12 ed.

Pezzi, T. J. P., Chávez, N. G., & Minda, B. P. A. (1996) Identidades en construcción. “*El negro en sucumbios: Migración, Cultura e Identidad.*” Pp. 177-318. Ecuador: Ediciones Abya-Yala.

Pino, B. D. & Alfonso, G. Y. (2011) *La teorías de la interacción social en los estudios sociológicos*. Contribuciones a las ciencias sociales. Cuba. Recuperado de www.eumed.net/rev/cccss/14/

Rage, E. J. (2007). *Ciclo vital de la pareja y la familia*. México: Plaza y Valdés S.A. de C.V.

Ramos, M. E. (2016) *Vejez: Cúspide o abismo de la vida. Una propuesta de reorientación vocacional basada en el sentido de la vida.* (Licenciatura) Universidad Salesiana, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/ptd2017/enero/0754888/0754888.pdf>

Rizo, M. (2006) George Simmel, Sociabilidad e Interacción. Aportes a la Ciencia de la Comunicación. Cinta de Moebio: Revista de Epistemología de Ciencias Sociales, ISSN 0717-554X, N.27. Pp. 43- 60, Santiago Chile.

Santrock, J. W. (2006). *Psicología de desarrollo: El ciclo vital*. México: Mc Graw Hill, 12 ed.

Segura, M (2001) *Percepción de la vejez por adultos mayores de diferente estrato cronológico* (Licenciatura) Universidad Nacional Autónoma de México, México. Recuperado de <http://132.248.9.195/pdtestdf/0296833/Index.html>

Scandroglio, B., López, M. J. S., San José, S. M. C. (2008) *La teoría de la identidad Social: una síntesis crítica de sus fundamentos, evidencias y controversias*. Psicothema. Vol. 20, Núm.1. Pp. 80-89. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=72720112>

Tarres, M. L. (2008). *Observar, escuchar y comprender sobre la tradición cualitativa en la investigación social*. México: Editorial Porrúa/CM/FLACSO

Ibáñez, G. T., Botella, M. M., Doménech, A. M., Samuel-Lajeunesse, J. F., Martínez, M. L. M., Pallí, M. C., Pujal, L. M., Tirado, S. F. J (2004) *Introducción a la psicología social*. Barcelona: Editorial UOC.

Uriarte, A. J. (2007) *Autopercepción de la identidad en la transición a la edad adulta*. Revista de Psicodidáctica, Vol. 12, Núm 2, Pp. 279-292 Recuperado de <https://ojs.ehu.eus/index.php/psicodidactica/article/view/225/221>

Yankovic, B. (2011) *Emociones, sentimientos, afectos. El desarrollo emocional*. Recuperado de <https://es.scribd.com/document/356827638/desarrollo-emocion-1-pdf>

Yuren, M. T. (2000) *Formación y puesta a distancia*. Barcelona: Paidós

Zapata, F. H. (2001) *Adulto mayor: Participación e identidad*. Revista de psicología, Vol. X, Núm. 1. Pp. 189-197, ISSN: 0716-8039. Recuperado de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=26410114>

Anexos

Anexo 1

Instrumento 2. Cuestionario Semi-Estructurado

Este cuestionario forma parte de los instrumentos de recogida de datos de la tesis sobre la reconfiguración de la identidad de un Adulto Mayor y la interacción social.

Edad: _____ Sexo: _____ Formación profesional: _____

Estado civil: _____ Años de experiencia laboral: _____

Años en el club “Águilas Tranviarios”: _____

Instrucciones: Leer atentamente cada una de las preguntas y argumentar ampliamente su respuesta. Si requiere más espacio escribir en la parte de atrás de la hoja y/o solicitar otra hoja.

1. ¿A qué te gustaba jugar cuando eras niño (a)?
2. ¿Cómo conociste a tu mejor amigo(a) de la escuela?
3. ¿Qué hacías después del tiempo de estar en tu escuela y en vacaciones?
4. Si no estuvieras en el club “Águilas Tranviarios”, ¿En qué lugar te encontrarías? Si seleccionas una o varias respuestas argumentar ¿Por qué razón?:

a) profesando fe (iglesia, templo, etc.)

b) actividades deportivas (club deportivo)

c) ser parte de un partido político

e) otra opción (especifica)

5.- ¿Cuándo no estás en el club que actividades prefieres hacer? Si selecciona una o varias respuestas argumentar cada una y dar un ejemplo:

a) actividades individuales

b) actividades en pareja

c) actividades en familia

d) otra opción (especifica)

6.- ¿Qué te distingue como miembro de “Águilas Tranviarios”?

7.- ¿Qué consejo le darías a una persona que tiene dificultades para interactuar con otros en el grupo?

8.- ¿Qué eres capaz de aportar dentro del grupo? y ¿Crees que eso que aportas beneficia a alguien? Si tu respuesta es sí o no ¿Por qué?

9.- ¿Qué te hace sentir el ser parte del grupo?

Anexo 2

Eventos biográficos asociados con las experiencias laborales y personales de un adulto mayor.

Estimados “M” y “S”:

Para la realización de esta autobiografía es necesario hacer una descripción de cada uno de los siguientes puntos de sus vidas lo más detallada posible.

También para lograr esto es importante que recuerden desde la edad de 55 años hasta su edad actual.

Los puntos a desarrollar son los que se muestran a continuación:

1. Describe tu proceso de comunicación y la relación que has tenido a lo largo de estos años, separando tus experiencias con:

a) tus hijos, b) tus nietos y c) tu pareja
2. Reconstrucción de tu desenvolvimiento durante la vida laboral y ¿Cómo percibiste o experimentaste tu jubilación? y después de ello ¿Qué hiciste o que estás haciendo actualmente?
3. Significado que le has otorgado al grupo de convivencia “Águilas tranviarios”. Así como las motivaciones y/o expectativas que te hacen permanecer en este lugar.
4. Describe cuál ha sido la habilidad o destreza que has desarrollado durante toda tu vida. ¿Consideras que tu habilidad se mantiene igual o ha tenido alguna variación? Por favor ejemplifica.

- ❖ La extensión de la autobiografía puede variar de un mínimo de 10 cuartillas hasta 30 cuartillas en promedio, todo dependerá de tu estilo para relatar estos aspectos biográficos.

- ❖ Se solicita compartir algún tipo de evidencia personal y/o académica (fotos, etc.) que enfatice o complemente algún aspecto de los desarrollados en el relato biográfico.

Anexo 3

Entrevista a profundidad

1. ¿Cómo era la relación que tenías con tus abuelos?
2. ¿De qué manera describirías a las personas de la tercera Edad?
3. Cuando llegaste a la edad de 65 años, ¿la actitud de tu familia cambio o siguió de la misma manera?
4. ¿Qué comentarios has escuchado sobre las personas de la tercera edad? Y ¿eso coincide con lo que percibes de ti mismo?
5. ¿Cómo te sentiste al llegar a lo que se conoce en ciclo de vida como persona de la tercera edad? Y ¿sabías lo que implicada tener esa edad?
6. ¿En tu juventud te preparaste para llegar saludable y activo en la tercera edad?
7. Si estuvieras en un club donde la mayoría de las personas fueran de menor edad que tú, ¿crees que podrías identificarte con ellas o que sentirías estar rodeada de esas personas?
8. Al estar con amigos o personas de tu edad ¿qué es lo que te hace ser parte de ese grupo, con qué o con quién te identificas?
9. El identificarte ya sea con personas de tu edad o más jóvenes ¿Qué es lo que te motiva a seguir teniendo esa relación con ellos?
10. Consideras que en este momento tienes un lugar en la sociedad, de ser así ¿Cómo lo definirías y qué sentimiento o emoción te genera o te ha generado?
11. Consideras que alguna de las relaciones que has construido, sea familiar, laboral o de amistad ha sido o sigue siendo importante en tu vida; De qué manera esta relación te ha impactado en tu manera de ser, sentir y pensar actualmente.

12. En el ciclo de vida del ser humano pasamos por varias etapas, pero en la que estás tú ¿Crees que haya una identidad definida o que puede seguir cambiando con el paso del tiempo? ¿Qué piensas y sientes personalmente al respecto?