

La importancia de los grupos de adultos mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales

The importance of older groups for improving interpersonal relationships

Recibido: 5 de mayo de 2017 - Aceptado: 12 de junio de 2017 - Publicado: 19 de octubre de 2017

Forma de citar este artículo en APA:

Mejía López, K. (2017). La importancia de los grupos de adultos mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales. *Poiésis*, 33, 21-25. DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.2493>

Katherine Mejía López*

Resumen

En este ensayo se presenta un panorama general desde la experiencia de un grupo de interés de estudiantes del programa de psicología de la Universidad Católica Luis Amigó, trabajo desarrollado con un grupo de socialización de mujeres adultas mayores en el barrio Nueva Villa de la Iguaná de Medellín y la importancia en estas dinámicas para el mejoramiento de las relaciones interpersonales, las cuales permiten en esta etapa del ciclo vital fortalecer su rol en diferentes contextos de los cuales en algunas ocasiones se desdibuja al adulto mayor y por medio de esta experiencia evidenciar la importancia de construir, visibilizar al adulto mayor en la comunidad y conocer la realidad de sus contextos; de esta manera ampliar el rol del adulto mayor en la interacción con la comunidad.

Palabras claves:

Adulto mayor; Factor protector; Grupos; Relaciones interpersonales.

* Estudiante de noveno semestre de psicología, Universidad Católica Luis Amigó. Correo electrónico: katerine0593@hotmail.com

Abstract

This essay presents an overview of the experience of a student interest group of the psychology program of the Universidad Católica Luis Amigó, a work developed with a group of socialization of older adult women in the Nueva Villa de la Iguana district of Medellín. And the importance in these dynamics for the improvement of the interpersonal relations, which allow in this stage of the life cycle to strengthen its role in different contexts of which in some occasions the elder is blurred and through this experience to demonstrate the importance of Construct, visualize the elderly in the community and know the reality of their contexts; Thus expanding the role of the elderly in the interaction with the community.

Keywords:

Elderly; Groups; Interpersonal relations; Protective factor.

En la actualidad existe un rápido crecimiento de la población adulta mayor, realidad que enfrenta toda la población mundial y a la cual Colombia no es ajena; el envejecimiento, es un proceso continuo e irreversible que comienza desde el momento de la concepción y que es transversal a diferentes aspectos pues además de los parámetros cronológicos también le son propios los cambios fisiológicos, psicológicos y afectivos (Neugarten, 1999); además, otros autores agregan que es una construcción social que opera de acuerdo a la experiencia de cada uno de nosotros.

La experiencia obtenida por el Grupo Funlam con la tercera edad (FTE) con un grupo de mujeres adultas mayores del Barrio Nueva Villa de la Igua de Medellín, permitió reconocer la importancia de los grupos de socialización para el mejoramiento de las relaciones interpersonales y como en ellos emergen situaciones que pueden ser simples y que están llenas de significados para el adulto mayor; las relaciones interpersonales en esta experiencia permitieron al grupo de mujeres adultas mayores fortalecer los lazos de amistad que les permitía a ellas reconocerse como mujeres responsables y con virtudes para seguir creciendo en su historia de vida, visibilizar al adulto mayor en la comunidad y conocer la realidad de sus contextos.

Es necesario subrayar la escases de recursos humanos y económicos para la consolidación de programas sociales e institucionales que apoyen los grupos de socialización del adulto mayor, tema que nos debe cuestionar en el acercamiento del sector social y profesional y como es nuestro rol en los espacios comunitarios; en este ensayo se presenta entonces un panorama general de la importancia de los grupos de adultos mayores para el mejoramiento de las relaciones interpersonales.

Las relaciones interpersonales en este caso de los grupos de adulto mayor juegan un papel importante en las diferentes esferas del ser humano que atraviesa esta edad y hacen parte de una red de apoyo y de socialización para la persona, la cual permite utilizar el tiempo de ocio de manera más adecuada y con mayor aprovechamiento para su calidad de vida; las relaciones sociales que en los grupos de socialización se establecen pueden generar tanto factores positivos como negativos; es por esta razón que se abarca el tema de las relaciones interpersonales en los grupos de adultos mayores, puesto que es una dinámica social que moviliza actualmente a esta población.

Así mismo, es interesante conocer un poco las relaciones interpersonales de la población adulta mayor y para ello es importante dejar de lado los estereotipos que poseen quienes no han llegado a esta etapa de la vida tendiendo a instaurar un imaginario cultural de inutilidad en el adulto mayor, sin conocer el verdadero protagonismo, liderazgo y empoderamiento del mismo.

En cuanto a los grupos, estos se ven permeados por diferentes factores que permiten o no una adecuada consolidación del mismo; según Gallardo (2002) "el grupo es la unión de varias personas que se intercomunican en una relación de amistad y cooperan con vistas a conseguir un objetivo en común" (p. 68), es decir, reconociendo la realidad misma del grupo es posible identificar un objetivo en común que permita una satisfacción colectiva y no solo de una parte de los participantes; la construcción de dicho objetivo se convierte en algo dinámico que genera movimiento del grupo y facilita un crecimiento, el cual se evidencia en tres etapas principales: una etapa de nacimiento y desarrollo inicial, una de autoidentificación y otra de consolidación (Gallardo, 2002). Este proceso

se ve permeado por la integración afectiva de sus miembros y este a su vez, de la espontaneidad y autenticidad de las comunicaciones dentro del grupo, recursos que constantemente se van estructurando en los grupos del adulto mayor (Gallardo, 2002). Algunos de los factores de riesgo que se pueden intervenir en los grupos del adulto mayor son la soledad, la falta de acompañamiento y la disfunción familiar (Tuesca et al., 2003).

Una adecuada relación interpersonal permite el ajuste del individuo a su entorno y mayor seguridad en sí mismo; según Gallardo (2002) uno de los problemas en el transcurso de esta fase del ciclo vital es la aceptación de un rol distinto en las esferas laborales, familiares, afectivas, y el grupo de socialización de adultos mayores es una ayuda muy eficaz, es un espacio ideal para ocupar el tiempo de ocio, demostrar aptitudes, recursos y ampliar el campo de las relaciones interpersonales.

Por otra parte, existen variables que permiten una dinamización de las relaciones interpersonales en un grupo; una de ellas es la interacción, la cual se produce inicialmente a través de la comunicación verbal entre los miembros; a medida que las necesidades de los seres humanos aparecen en el grupo y encuentran satisfacción en el mismo por medio de la inclusión y el afecto el factor de la interacción afectiva en la socialización permite al grupo cooperar respecto al objetivo en común, empoderar al adulto mayor en la construcción del crecimiento grupal y visibilizarlo en su comunidad, como ser humano con capacidades para la construcción social.

Igualmente, los grupos de socialización del adulto mayor se convierten en un factor protector frente a diferentes trastornos mentales y del comportamiento que pueden presentarse en esta etapa, (Tuesca, et al., 2003) afirman que:

La participación del adulto mayor en grupos de socialización permite integrarlos en actividades laborales, de ocio y lúdicas. Esta actividad posibilita un apoyo físico y emocional al romper con esquemas preconcebidos hacía ellos, como son la estigmatización y la discriminación (p. 600).

En conclusión, es de resaltar la importancia de los grupos de socialización tanto para el mejoramiento de sus relaciones interpersonales como factor protector de su salud mental y física. Aunque exista una carencia general de servicios de salud mental y física en Colombia, con amplias desigualdades, se observa que la conformación de estos grupos posibilita el adecuado esparcimiento y facilita una mejor calidad de vida que permita al adulto mayor empoderarse.

Es evidente la necesidad de aproximarnos más a la realidad del adulto mayor según, como lo recuerdan Eco & Palacio, (2007) en aspectos como su salud mental y física, su grado de dependencia, su entorno familiar, sus condiciones laborales, su situación en términos de ingresos, la percepción que tienen de sí mismos, de las generaciones con quien conviven y del entorno en general, entre otros aspectos, que pueden ser abordados por todos los sectores sociales y las profesiones que aportan a la construcción de estos grupos.

De ahí que, es importante continuar el trabajo y el empoderamiento del adulto mayor y consolidar estos grupos como un eje de socialización fundamental para la calidad y la dignidad de sus vidas.

Conflicto de intereses:

La autora declara no tener conflictos de interés relacionados con este artículo.

Referencias

- Eco, M., & Palacio, L. (2007). ¿Está preparado nuestro país para asumir los retos que plantea el envejecimiento poblacional? *Salud Uninorte*, 23(2), 292-301.
- Gallardo, R. (2002). Animación sociocultural de la vida diaria en la tercera edad. País vasco (Spain): Serviao Central de publicaciones del Gobierno Vasco.
- Neugarten B. (1999). *Los significados de la edad*. Editado por Dail A. Neugarten. Barcelona: Herder.
- Tuesca, R., Herrera, N., Sosa, A., Martínez, F., Arjona, Y., Cueto, J., & Manrique, I. (2003). Los grupos de socialización como factor protector contra la depresión en personas ancianas. Barranquilla, Colombia. *Rev. Esp Salud Pública*, 77(5), 595-604.