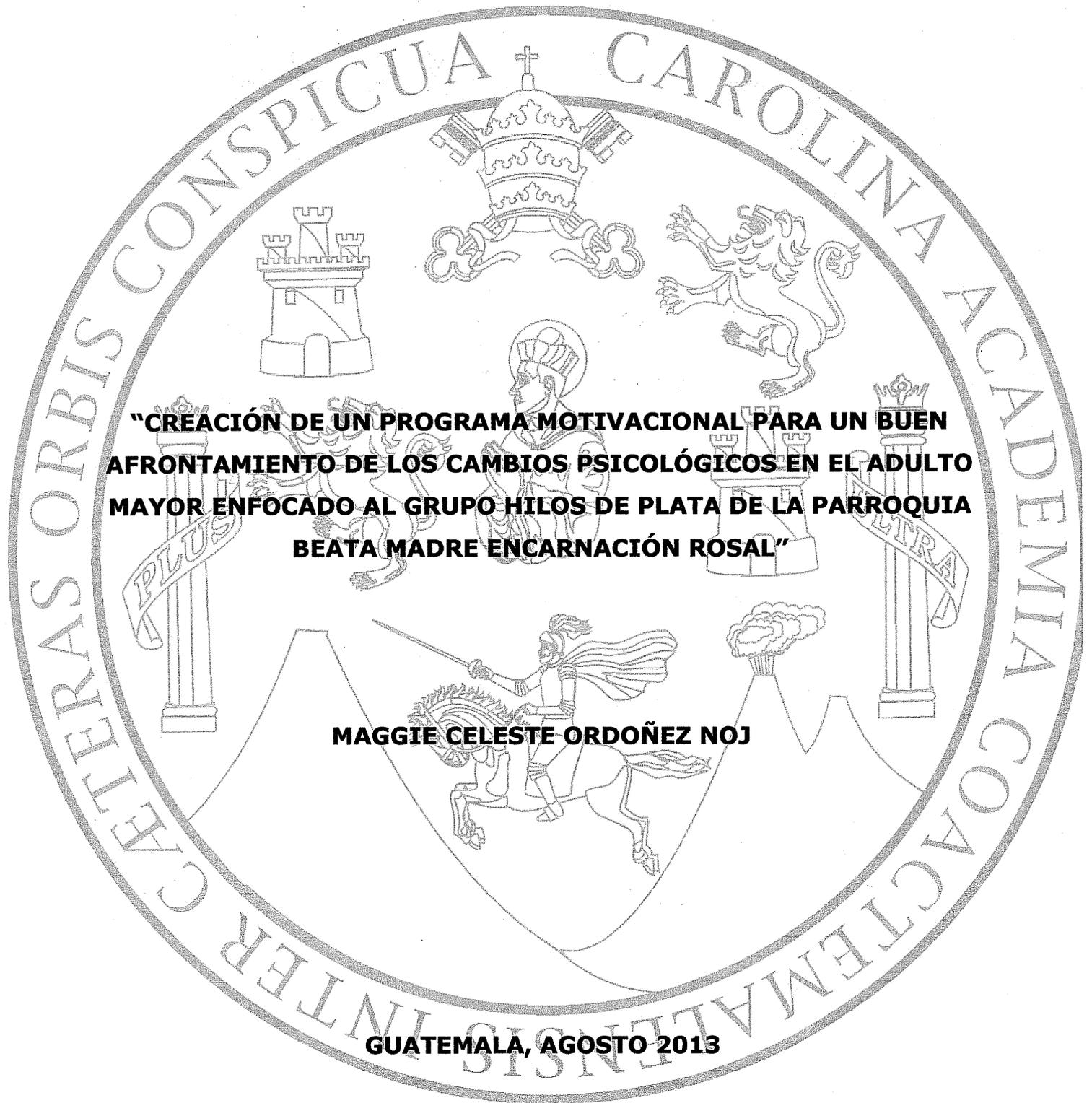


**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS-**



**"CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN  
AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO  
MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA  
BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL"**

**MAGGIE CELESTE ORDOÑEZ NOJ**

**GUATEMALA, AGOSTO 2013**

**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
DEPARTAMENTO DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO -EPS-**

**"CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN  
AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO  
MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA  
BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL"**

**INFORME FINAL DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO  
PRESENTADO AL HONORABLE CONSEJO DIRECTIVO DE LA ESCUELA  
DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

**POR**

**MAGGIE CELESTE ORDÓÑEZ NOJ**

**PREVIO A OPTAR EL TÍTULO DE**

**PSICÓLOGA**

**EN EL GRADO ACADÉMICO DE**

**LICENCIADA**

**GUATEMALA, AGOSTO 2013**

**CONSEJO DIRECTIVO**  
**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
**UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA**

**LICENCIADO ABRAHAM CORTEZ MEJÍA**

**DIRECTOR**

**M.A. MARIA ILIANA GODOY CALZIA**

**SECRETARIA**

**LICENCIADA DORA JUDITH LÓPEZ AVENDAÑO**  
**LICENCIADO RONALD GIOVANNI MORALES SÁNCHEZ**

**REPRESENTANTES DE LOS PROFESORES**

**MARÍA CRISTINA GARZONA LEAL**  
**EDGAR ALEJANDRO CORDÓN OSORIO**

**REPRESENTANTES ESTUDIANTILES**

**LICENCIADO JUAN FERNANDO PORRES ARELLANO**

**REPRESENTANTE DE EGRESADOS**  
**ANTE EL CONSEJO DIRECTIVO**



C.c. Control Académico  
EPS  
Archivo  
REG.206-2012  
CODIPs. 1330-2013

De Orden de Impresión Informe Final de EPS

07 de agosto de 2013

Estudiante  
Maggie Celeste Ordóñez Noj  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Edificio

Estudiante:

Para su conocimiento y efectos consiguientes, transcribo a usted el Punto QUINCUAGÉSIMO NOVENO (59°.) del Acta TREINTA Y UNO GUIÓN DOS MIL TRECE (31-2013) de la sesión celebrada por el Consejo Directivo el 31 de julio de 2013, que copiado literalmente dice:

**“QUINCUAGÉSIMO NOVENO:** El Consejo Directivo conoció el expediente que contiene el Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- titulado: **“CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL,”** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

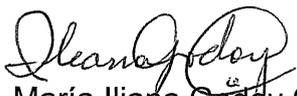
**Maggie Celeste Ordóñez Noj**

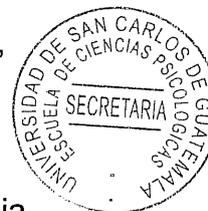
**CARNÉ No. 200722481**

El presente trabajo fue supervisado durante su desarrollo por el Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez y revisado por el Licenciado Domingo Romero Reyes. Con base en lo anterior, el Consejo Directivo **AUTORIZA LA IMPRESIÓN** del Informe Final para los trámites correspondientes de graduación, los que deberán estar de acuerdo con el Instructivo para Elaboración de Investigación o Tesis, con fines de graduación profesional.”

Atentamente,

“ID Y ENSEÑAD A TODOS”

  
M.A. María Iliana Godey Calzia  
SECRETARIA

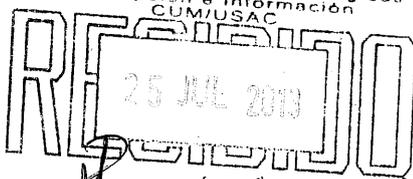


/gaby



ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLOGICAS  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefax 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Escuela de Ciencias Psicológicas  
Recepción e Información  
CUM/USAC



FIRMA: *[Signature]* HORA: 16:00 Registro: 206-12

Reg. 206-2012  
EPS. 32-2012

19 de julio del 2013

Señores Miembros  
Consejo Directivo  
Escuela de Ciencias Psicológicas

Respetables Miembros:

Informo a ustedes que se ha asesorado, revisado y supervisado la ejecución del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Maggie Celeste Ordóñez Noj**, carné No. 200722481, titulado:

**"CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL."**

De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, se hace constar que la revisión del Informe Final estuvo a cargo del Licenciado Domingo Romero Reyes, en tal sentido se solicita continuar con el trámite correspondiente.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

*[Signature]*  
Licenciado Oscar Josué Samayoa Herrera  
**COORDINADOR DE EPS**



/Dg.  
c.c. Control Académico



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefex 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 206-2012  
EPS. 32-2012

19 de julio del 2013

Licenciado  
Oscar Josué Samayoa Herrera  
Coordinador del EPS  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

Respetable Licenciado:

Tengo el agrado de comunicar a usted que he concluido la revisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Maggie Celeste Ordóñez Noj**, carné No. **200722481**, titulado:

**“CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL.”**

De la carrera de Licenciatura en Psicología

Así mismo, informo que el trabajo referido cumple con los requisitos establecidos por este departamento, por lo que me permito dar la respectiva APROBACIÓN.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

  
Licenciado Domingo Romero Reyes  
REVISOR  
USAC

REVISOR  
USAC  
ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS  
COMITÉ DE EJERCICIO PROFESIONAL SUPERVISADO

/Dg.  
c.c. Expediente



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**  
CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-  
9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"  
Tel. 24187530 Telefax 24187543  
e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

Reg. 206-2012  
EPS. 32-2012

11 de junio del 2013

Licenciado  
Oscar Josué Samayoa Herrera  
Coordinador del EPS  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
CUM

Respetable Licenciado:

Informo a usted que he concluido la supervisión del Informe Final de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS- de

**Maggie Celeste Ordóñez Noj**, carné No. **200722481**, titulado:

**"CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL."**

De la carrera de Licenciatura en Psicología

En tal sentido, y dado que cumple con los lineamientos establecidos por este Departamento, me permito dar mi APROBACIÓN para concluir con el trámite respectivo.

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"

Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez  
**Asesor-Supervisor**



/Dg.  
c.c. Expediente



**ESCUELA DE CIENCIAS PSICOLÓGICAS**

CENTRO UNIVERSITARIO METROPOLITANO -CUM-

9ª. Avenida 9-45, zona 11 Edificio "A"

Tel. 24187530 Telefax 24187543

e-mail: usacpsic@usac.edu.gt

C. C. Control Académico

EPS

Archivo

Reg. 32-2012

DIR. 1,458-2012

De Aprobación de Proyecto de EPS

12 de julio de 2012

Estudiante

**Maggie Celeste Ordóñez Noj**

Escuela de Ciencias Psicológicas

Edificio

Estudiante:

Transcribo a usted el ACUERDO DE DIRECCIÓN UN MIL CUATROCIENTOS CINCUENTA GUIÓN DOS MIL DOCE (1,450-2012), que literalmente dice:

**"UN MIL CUATROCIENTOS CINCUENTA:** Se conoció el expediente que contiene el proyecto de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, titulado: **"CREACIÓN DE UN PROGRAMA MOTIVACIONAL PARA UN BUEN AFRONTAMIENTO DE LOS CAMBIOS PSICOLÓGICOS EN EL ADULTO MAYOR ENFOCADO AL GRUPO HILOS DE PLATA DE LA PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL,"** de la carrera de Licenciatura en Psicología, realizado por:

**Maggie Celeste Ordóñez Noj**

**CARNÉ No. 200722481**

Dicho proyecto se realizará en: San Miguel Petapa, asignándose al Licenciada Elsa Arenales Y Presbítero Miguel Ángel Girón quién ejercerá funciones de supervisión por la parte requirente, y Licenciado Rafael Estuardo Espinoza Méndez, por parte de esta Unidad Académica. Considerando que el proyecto en referencia satisface los requisitos metodológicos exigidos por el Departamento de Ejercicio Profesional Supervisado -EPS-, resuelve **APROBAR SU REALIZACIÓN.**"

Atentamente,

"ID Y ENSEÑAD A TODOS"



Doctor César Augusto Lambour Lizama  
DIRECTOR INTERINO



PARROQUIA  
"BEATA MADRE ENCARNACION ROSAL"

Villa Hermosa 1, San Miguel Petapa  
16 de Julio de 2013

Licenciado Estuardo Espinoza  
Coordinador de Ejercicio Profesional Supervisado  
Escuela de Ciencias Psicológicas  
Universidad de San Carlos de Guatemala

Respetable Licenciado:

Reciba un cordial saludo, deseándoles bendiciones en sus labores diarias.

Por este medio se hace constar que la señorita **Maggie Celeste Ordoñez Noj** quien se identifica con número de cédula A-1 1202514, extendida en Guatemala y con carné universitario No. 200722481, realizó en esta institución el Ejercicio Profesional Supervisado (EPS) de la carrera de Licenciatura en Psicología, titulado: "Creación de un programa motivacional para un buen afrontamiento de los cambios psicológicos en el adulto mayor enfocado al grupo "Hilos de Plata" de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal."

El trabajo fue realizado satisfactoriamente, durante el período comprendido entre marzo del 2012 a marzo de 2013, con las funciones designadas y cumpliendo los objetivos planteados en el proyecto presentado, así como también con los requerimientos institucionales, además demostró responsabilidad y profesionalismo en sus actividades. Reitero mi agradecimiento por el apoyo brindado en beneficio de la población aledaña a la Parroquia.

Sin otro particular me suscribo de usted.

Atentamente,

  
Carlos Amado  
Párroco



CAAB / ih  
CC Archivo Parroquial

**PADRINO DE GRADUACIÓN**

**Rafael Estuardo Espinoza Méndez**

**Lic. en Psicología**

**Colegiado 270**

## **ACTO QUE DEDICO**

### **A DIOS**

Por haberme permitido llegar hasta este momento tan importante en mi formación profesional, por los triunfos y momentos difíciles que me han enseñado a valorarlo cada día más.

### **A MIS PADRES**

Carlos y Angelina

Porque me comprendieron al haber elegido mi camino, con su enseñanza, amor y confianza, fortalecieron mi vida, porque siempre existieron palabras de apoyo, que me ayudaron a seguir adelante.

### **A CHERRY Q.E.P.D**

Por los bellos momentos que dejaste en mi memoria, por ser mi estrella favorita, quien me guía e ilumina.

### **A MI HERMANA**

Rosario

Por ser mi confidente, compañera, cómplice y gran amiga.

### **A MIS HERMANOS**

Charlie y Alejandro

Por ser siempre un ejemplo a seguir.

### **A MI NOVIO**

Sergio

Por su apoyo constante y amor incondicional, gracias por ser mi fuente de inspiración.

### **A MI FAMILIA EN GENERAL Y AMIGOS**

Por su apoyo en todo momento

## **AGRADECIMIENTO**

**A la Universidad de San Carlos de Guatemala  
Escuela de Ciencias Psicológicas**

Por darme la oportunidad y conocimientos académicos para convertirme en una profesional de la salud mental.

**A la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal**

Por abrirme las puertas para realizar el proyecto, espero que al comunicarles los resultados puedan emplearlos en los programas de apoyo a sus feligreses y se sientan retribuidos por la confianza que me brindaron.

**A Integrantes del Grupo del Adulto Mayor "Hilos de Plata"**

Por su confianza, cariño y aceptación en el transcurso del proyecto haciendo posible mi acercamiento a su realidad objetiva y subjetiva.

**A Padrino de Graduación**

Por su guía, apoyo y paciencia, brindados con calidez y confianza en todo momento a lo largo del proyecto.

## ÍNDICE

Resumen

Introducción

### CAPÍTULO I

#### Antecedentes

1.1	Monografía de Villa Hermosa/ San Miguel Petapa.....	Pág. 01
1.2	Descripción de la Institución .....	pág. 06
1.3	Descripción de la Población.....	Pág. 14
1.4	Planteamiento del Problema .....	pág. 15

### CAPÍTULO II

#### Referente Teórico Metodológico

2.1	Abordamiento Teórico Metodológico.....	pág.19
2.2	Objetivos	
	2.2.1 Objetivo General.....	pág.35
	2.2.2 Objetivos Específicos (por subprograma).....	pág.35
2.3	Metodología de Abordamiento.....	pág.37
	2.3.1 Subprograma de Servicio.....	pág.37
	2.2.2 Subprograma de Docencia.....	pág.39
	2.2.3 Subprograma de Investigación.....	Pág.42

### CAPÍTULO III

#### Presentación de Actividades y Resultados

3.1 Subprograma de Servicio.....	pág.43
3.2 Subprograma de Docencia.....	pág.51
3.3 Subprograma de Investigación.....	pág.66

### CAPÍTULO IV

#### Análisis y Discusión de Resultados

4.1 Subprograma de Servicio .....	Pág.84
4.2 Subprograma de Docencia.....	pág.93
4.3 Subprograma de Investigación.....	pág.99
4.4 Análisis de Contexto.....	pág.104

### CAPÍTULO V

#### Conclusiones y Recomendaciones

5.1 Conclusiones	
5.1.1 Conclusiones Generales.....	pág.107
5.1.2 Conclusiones de Servicio .....	pág.108
5.1.3 Conclusiones de Docencia.....	pág.108
5.1.4 Subprograma de Investigación.....	pág.109
5.2 Recomendaciones	
5.2.1 Recomendaciones Generales.....	pág.110
5.2.2 Recomendaciones de Servicio .....	pág.111
5.2.3 Recomendaciones de Docencia.....	pág.112
5.2.4 Recomendaciones de Investigación .....	pág.112

BIBLIOGRAFÍA.....	Pág.114
GLOSARIO.....	pág.116
ANEXOS.....	pág.119

## RESUMEN

El informe final que se presenta a continuación, producto del Ejercicio Profesional Supervisado implementado en el período de marzo 2012 a marzo 2013 tiene por título: "Creación de un programa motivacional para un buen afrontamiento de los cambios psicológicos en el adulto mayor enfocado al grupo "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal de Villa Hermosa I, San Miguel Petapa". Este proyecto estuvo dividido en tres subprogramas, cada uno de estos con sus respectivas actividades y objetivos que se detallan a continuación.

Dentro del subprograma de servicio se brindó terapia psicológica a toda la población que lo requirió, en este mismo se atendieron adolescentes, adultos y adultos mayores pero en su mayoría fueron niños los más atendidos, la terapia utilizada con la mayoría fue terapia Gestalt, la implementación de este servicio tuvo grandes resultados ya que los pacientes mostraron muchos cambios positivos en sus vidas, se logró atender a un total de 62 personas que residen en los alrededores de la colonia Villa Hermosa I, en este subprograma también se orientó a los integrantes del grupo "Hilos de Plata" a la búsqueda de la salud mental como se detalla más adelante en los capítulos siguientes y también se fortaleció al grupo del adulto mayor para que siga funcionando como una red de apoyo.

El subprograma de docencia estuvo dirigido al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" con la finalidad de poder contribuir a que los mismos puedan tener una perspectiva adecuada para un buen afrontamiento de los diferentes cambios psicológicos que causa esta etapa, que los integrantes del grupo logaran la distensión y el escape de tensiones y que

a su vez aprendieran técnicas encaminadas a lograr estabilidad emocional, este subprograma se llevó a cabo por medio de diferentes actividades educativas, recreativas, de convivencia y espirituales que se llevaron a cabo dos días a la semana siendo estos los días miércoles y jueves; para la realización de estas actividades se contó con el apoyo de las estudiantes de Trabajo Social siendo siempre su participación desde el ámbito social, con estas actividades se lograron muchos cambios de los integrantes del grupo "Hilos de Plata" tanto a nivel emocional como funcional, estos se detallan en los capítulos posteriores.

Con relación al subprograma de investigación, este estuvo enfocado a explorar acerca del contexto de las relaciones básicas de las personas que asisten al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" y la valoración que le dan a su participación dentro del grupo, este se llevó a cabo a través de una entrevista semiestructurada, la observación de diferentes actitudes, relatos y sentimientos que los integrantes del grupo mostraron en sus reuniones, los resultados obtenidos de la investigación muestran cuáles son las principales preocupaciones de este grupo, cómo manejan sus emociones, cómo se encuentran sus relaciones familiares y cómo estas relaciones repercuten en sus vidas.

## INTRODUCCIÓN

El período de senectud más conocido como envejecimiento, es un período de la vida que comienza a partir de los 60-65 años y es cuando se puede observar un declive en las diferentes áreas del ser humano, envejecer implica que llegan cambios graduales e inevitables, y el hecho de que muchas personas tengan que atravesar por estos distintos cambios biopsicosociales, puede provocar en ellos vulnerabilidad, depresión, soledad, baja autoestima, tensión, miedo, entre otros.

Un afrontamiento negativo en los cambios psicológicos que se dan en el adulto mayor es un problema latente en nuestra sociedad, muchos de los ancianos guatemaltecos tienden a enfocarse más en el lado negativo de esta etapa. Lo cual es un atentado contra la integridad emocional del adulto mayor, y que a su vez es un tema que no se le ha dado la suficiente importancia en nuestra sociedad, y que tiene como consecuencia diferentes manifestaciones emocionales en el adulto mayor en forma aguda, crónica o demorada.

En nuestra sociedad al adulto mayor se le asocia con una etapa productiva terminada; es necesario entonces liberar al adulto mayor de esa imagen de incapacidad, de soledad, debiendo facilitar que se promueva su rol social, redescubrir sus capacidades y habilidades, enriqueciendo su autoestima, así como fomentar el protagonismo activo del adulto mayor dentro de su grupo.

La familia también tiene un papel indispensable para el adulto mayor, sobre todo en el ámbito de las relaciones socio afectivas, es la más idónea para proporcionar sentimientos de arraigo y seguridad, ofrecer sentimientos de capacidad, utilidad, autoestima, confianza y apoyo social.

La vida de la mayoría de los individuos de edad avanzada se enriquece por la presencia de personas que cuidan de ellos y a quienes éstos sienten cercanos.

Los vínculos del adulto mayor con la familia pueden variar de una familia a otra, debido a conflictos de intereses y roles no bien definidos, con frecuencia se traspasan límites y se invaden o cambian roles afectando el tiempo para la realización de actividades de crecimiento y estabilidad emocional en el adulto mayor.

El hecho de contar con redes de apoyo tiene un impacto significativo en la calidad de vida del adulto mayor, las relaciones y las transferencias que se establecen en las redes cumplen un papel motivador al adulto mayor. También contribuyen a generar un sentimiento de satisfacción puesto que logran un mayor sentido de control, autocuidado y desenvolvimiento personal.

Cuando se trata de motivación, cualquier atención puede tener un efecto terapéutico, ya que todos los servicios personales son vehículos para la psicoterapia; todo el ambiente desde las ayudas en la orientación psicológica hasta la diversión musical son técnicas de influencia beneficiosa a la salud mental del adulto mayor. Con la implementación de las diferentes actividades que se mencionan en los capítulos posteriores se puede tener la seguridad de que es de mucha importancia el hecho de motivar al adulto mayor.

Es fundamental la preparación previa para los cambios psicológicos inevitables que son causados por la vejez y esto se podrá lograr a través de una motivación enfocada a un afrontamiento sano hacia esos cambios, con el fin de que los adultos mayores puedan disfrutar a plenitud cada día de esta etapa.

El presente informe del Ejercicio Profesional Supervisado empezó con una visita de reconocimiento del lugar, de los pobladores, de los integrantes del grupo "Hilos de Plata", con esta visita se observaron las principales necesidades y preocupaciones que existen en los integrantes del grupo del adulto mayor, el principal objetivo de este proyecto es exponer la experiencia desarrollada desde la creación del programa motivacional dirigido al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal y poder transmitir el aprendizaje obtenido a través del mismo.

En este se muestra como los espacios creados exclusivamente para el adulto mayor posibilitan el mantenimiento, mejoramiento de sus condiciones de vida y prevención para un envejecimiento saludable haciendo uso de talleres interactivos, charlas motivacionales, actividades recreacionales y ocupacionales con el fin de modificar los hábitos nocivos de aislamiento y sedentarismo en las personas adultas.

También se da a conocer como un programa de psicología dirigido a la población de Villa Hermosa I y colonias aledañas funciona como apoyo para mejorar diferentes problemáticas existentes en la sociedad guatemalteca.

## CAPÍTULO I

### ANTECEDENTES

#### 1.1 MONOGRAFIA DEL LUGAR:

“El municipio de San Miguel Petapa que pertenece al departamento de Guatemala, cuenta con una altura de 1,360 metros a nivel del mar y una extensión territorial de 30 kilómetros cuadrados, según el último censo realizado cuenta con una población de 49,139 de género masculino y 52,103 del género femenino, dentro de la producción agrícola existe mayoritariamente la producción de tomate, lechuga, pepino, café, maíz y fresa. Su fiesta patronal es celebrada el 29 de septiembre en honor a San Miguel Arcángel. En cuanto a sus límites o colindancias se encuentra que colinda por el norte con el municipio de Guatemala, por oriente con el municipio de Villa Canales, por el sur con el municipio de Amatitlán y poniente con el municipio de Villa Nueva. San Miguel Petapa cuenta con 5 caseríos, 46 condominios, 5 parajes, 10 fincas, 1 lotificación, 2 granjas, 1 cerro y 35 colonias”<sup>1</sup>.

#### **HISTORIA DEL MUNICIPIO**

Para poder hablar acerca de la historia de este municipio se hace referencia un poco a la época colonial. Los primeros pobladores de San Miguel Petapa estuvieron integrados por un grupo de 577 personas y es así como comenzó este pueblo, tuvo muchos años de esplendor y florecimiento, al punto en que llegó a ser considerado por muchos como uno de los pueblos más grandes, el cual contaba con una gran diversidad

---

<sup>1</sup>Documento obtenido por la municipalidad de San Miguel Petapa depto. de Guatemala 1ra calle 1-56 zona 1

de productos que eran exportados a la ciudad capital. Anteriormente su población era muy diversa, pues contaba con la presencia de españoles, ladinos e indígenas.

Un hecho muy importante que marcó la historia de este pueblo fue la lluvia de 1762, se dice que fue una época difícil de lluvias intensas sin parar día y noche, lo cual afectó las cosechas que constituían la riqueza de la comarca. Cerca existía un cerro que manaba una vertiente, el agua se acumuló tanto en esta temporada difícil que los bordes que la detenían se rompieron y se precipitaron sobre el poblado.

Luego de esta catástrofe algunos pobladores decidieron abandonar sus tierras y los ladinos e indígenas que formaban parte de un pueblo tomaron la decisión de dividirse. Uno es el Nuevo Petapa y es el de los indígenas, el otro, la Villa de la Concepción que era el de los ladinos, otros por su parte se negaban a abandonar su tierra, había sitios donde el agua no alcanzó a dañar por lo que sus casas permanecían en estados habitables.

En cuanto el punto de vista político y administrativo el pueblo de Petapa sufrió varias modificaciones entre las cuales están:

El Decreto del 8 de noviembre de 1839 de la Asamblea Constituyente del Estado de Guatemala, se formó el distrito de Amatitlán integrado por la ciudad de Amatitlán, San Cristóbal, Palin, Villa Nueva, San Miguel Petapa y Santa Inés Petapa, quedando a cargo de un teniente y con juez para la administración de justicia y es así como después de dividirse estos pueblos, con el paso de los años en San Miguel Petapa surgen las colonias y dentro de ellas se encuentra la colonia Villa Hermosa I (zona 7) , lugar en donde se ubica la propuesta del Ejercicio Profesional Supervisado que aquí se presenta.

La colonia Villa Hermosa I cuenta con los siguientes servicios:

## **SERVICIOS PUBLICOS**

En la actualidad la colonia Villa Hermosa I cuenta con servicios básicos tales como: agua potable de forma irregular, lo cual es causa muchas veces de molestia para los habitantes ya que el agua no llega todos los días y cuando llega lo hace por un corto tiempo, la mayoría de veces llega solo por las mañanas lo cual afecta la salud de los habitantes de la colonia, también cuenta con drenajes los cuales se encuentran al borde del colapso debido al tamaño inadecuado de las tuberías, también cuenta con asfalto, energía eléctrica, telefonía, servicios de taxi, buses urbanos y extraurbanos, establecimientos oficiales y privados de nivel preprimario, y primario, canchas deportivas, clínicas médicas privadas, servicios bancarios, autoridad municipal, plaza central, comercios diversos, municipalidad, Centro de Salud, comisaría de la Policía Nacional Civil, Policía Municipal de Tránsito, iglesias católicas y templos cristiano-evangélicos.

## **FIESTAS**

La mayoría de los habitantes de la colonia Villa Hermosa I conoce y participa en las fiestas tradicionales del municipio de San Miguel Petapa, una se celebra en febrero y es dedicada a la virgen de la Candelaria, se realiza una solemne procesión, la otra es la fiesta patronal celebrada en honor a San Miguel Arcángel, cuyo nombre corresponde a la actual parroquia de San Miguel Petapa.

## LA IGLESIA

Actualmente la Iglesia Beata Madre Encarnación Rosal cuenta con tres salones; uno para el área administrativa junto con la clínica médica, el siguiente que es donde está ubicada la Iglesia en sí y por último el salón de usos múltiples llamado "San Agustín" que es donde se hacen las reuniones con los diferentes grupos con los que trabaja la iglesia. Dentro de la iglesia se cuenta con varias imágenes de nuestra señora y de varios santos, junto a ellas se encuentran altares, incendiarios y candeleros, los días de misa son los días jueves, sábados y domingos por la mañana y la tarde, entre sus tradiciones se encuentra el cambio de lugar de las bancas por la época cuaresmal que es la única fecha en donde se dan estos cambios

## VIAS DE COMUNICACIÓN Y ACCESO

De la capital por la carretera interoceánica CA-9 al sur son unos 16 kilómetros a Villa Nueva; de allí por la carretera departamental Guatemala 2-S al sureste 4 km. Se encuentra San Miguel Petapa, otras de las carreteras departamentales que de la capital parte al sur tiene unos 23 km. a la cabecera de Villa Canales, de donde por la carretera departamental Guatemala 3 al noroeste es de ½ km. a la aldea Santa Inés Petapa y de allí 3 km a Petapa. Existe una moderna carretera asfaltada terminada en 1974 que une a los municipios de Villa Nueva, San Miguel Petapa, y Villa Canales, actualmente se puede acceder por la calzada Raúl Aguilar Batres y por Avenida Petapa.

Las personas que actualmente viven en Villa Hermosa I provienen del interior del país, se ha podido constatar que han venido de diferentes departamentos pero mayoritariamente de los departamentos de Alta y Baja

Verapaz, pues los idiomas que se hablaban eran el pocoman y pocomchi, pero actualmente la mayoría de la población usa el castellano.

La colonia de Villa Hermosa I se encuentra ubicada a 7 km de la ciudad capital y a 3 km de Boca del Monte, cuenta con 11 sectores, territorialmente pertenece al municipio de San Miguel Petapa del departamento de Guatemala.

## **ASPECTOS DE SALUD**

En la colonia Villa Hermosa I existen varias clínicas médicas privadas, clínicas odontológicas, al servicio de la colonia, también cuenta con un Centro de Salud ubicado en el sector 3 a un costado de la Policía Nacional Civil, actualmente cuenta con los servicios de pediatría, laboratorio y medicina general; actualmente el horario de atención es de 7:00 am a 12:00 am por la mañana y el horario de atención por la tarde de 2:00 pm a 7:00 pm, "las personas que buscan este servicio tienen que estar varias horas antes de abrir el Centro de Salud, la forma de atención es por medio de números y solo hay cierta cantidad de números por día"<sup>2</sup>.

## **ASPECTOS EDUCATIVOS**

La colonia de Villa Hermosa I cuenta con educación a nivel pre-primario y primario, cuenta con dos escuelas oficiales de pre-primaria y 5 escuelas oficiales de primaria, la mayoría de estas escuelas trabajan en jornada matutina y vespertina.

Según la dirección departamental de educación los niños en sus respectivas escuelas reciben el apoyo de la refacción escolar por medio de las juntas que son organizadas por los mismos padres de familia, también

---

<sup>2</sup> Entrevista a habitantes de la colonia Villa Hermosa I que asisten a la parroquia Beata M. Encarnación Rosal

les es entregada una bolsa de útiles escolares al inicio de año escolar para darles un apoyo a los estudiantes.

En cuanto a los recursos con los que cuentan las diferentes escuelas de la colonia Villa Hermosa son los básicos, el mobiliario con el que cuentan estas escuelas es proporcionado por el gobierno.

## 1.2 DESCRIPCIÓN DE LA INSTITUCIÓN

### PARROQUIA BEATA MADRE ENCARNACIÓN ROSAL

#### OBJETIVOS

##### Generales

- "Desarrollar en la Arquidiócesis de Guatemala una pastoral de conjunto, que partiendo de la realidad, desde la posición preferencial por los pobres, impulse una evangelización nueva, la formación integral y comunitaria eclesiales encargadas, para que construya al hombre y la sociedad nueva como expresión del reino de Dios.

##### Específicos

- Impulsar una evangelización nueva, inculturada, liberadora, misionera, encargada y participativa adecuada a todo los destinados, desde una opción preferencial por los pobres, los jóvenes y las culturas que promueven una sociedad justa y fraternal.
- Promover una formación integral creativa, liberadora, crítica e inculturada, permanente, a todos los niveles, a partir de la realidad social y eclesial,

desde la posición preferencial por los pobres, donde los participantes sean sujetos activos en la transformación de esa realidad.

- Impulsar las comunidades eclesiales de base, como expresión de comunión y participación que vaya configurado una nueva forma de parroquia e iglesia Arquidiocesana como una comunidad de comunidades, evangelizadoras, misioneras, liberadoras, proféticas y comprometidas con la realidad social que vive la unidad desde la diversidad.

## **MISIÓN**

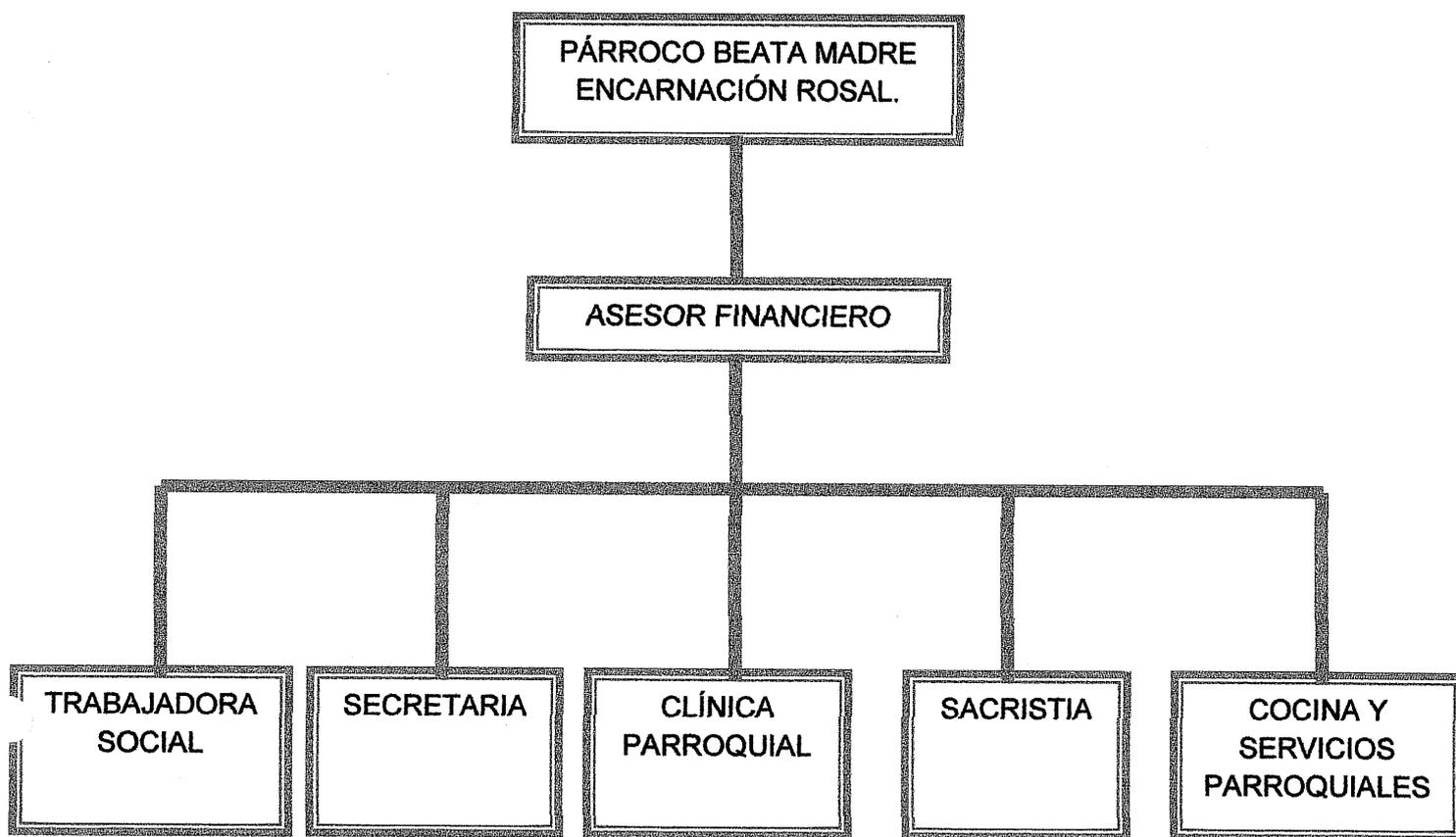
Está enfocada en dos declaraciones de Jesús: el Gran Mandamiento y la Gran Comisión. Primera declaración, Él dijo: "Amarás al Señor tu Dios con todo tu corazón, y con toda tu alma, y con toda tu mente, y amarás a tu prójimo como a ti mismo" (Mateo 22:37-40) segunda declaración, Él también dijo: "Por tanto id, y haced discípulos a todas las naciones, bautizándolos en el nombre del Padre, y del Hijo, y del Espíritu Santo; enseñándoles que guarden todas las cosas que les he mandado".

## **VISIÓN**

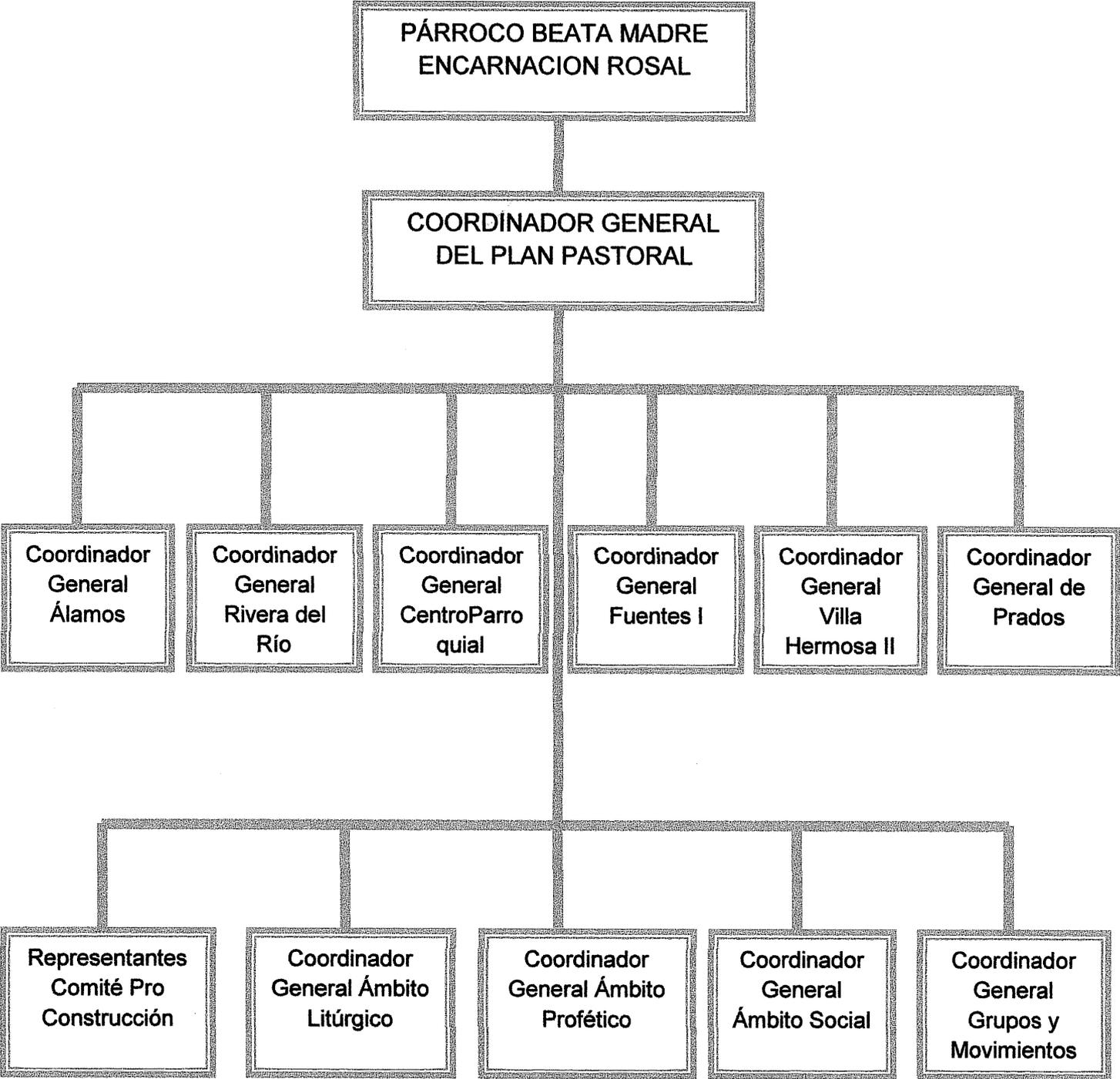
Hacer manifiesto el reino de Dios a las naciones del mundo y expresar la plenitud del evangelio de nuestro señor Jesucristo. Con la Sagrada Escritura y las Sagradas Tradiciones de la Iglesia como guía, buscando la experiencia de la total naturaleza y de la viviente, historia Iglesia Católica en su comunión sacramental con un Dios personal, su gozo carismático en el espíritu, y su celo evangélico para compartir la bendita esperanza con la gente".

## ORGANIZACIÓN Y FUNCIONAMIENTO

### Organización administrativa interna.



# Organigrama del consejo parroquial



La organización de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, estuvo coordinada por el párroco Miguel Ángel Girón como la máxima autoridad hasta el 21 de noviembre del año 2012 ya que según las autoridades superiores de la iglesia católica cada párroco tiene una duración de 6 años como autoridad en una parroquia y luego es trasladado a otra parroquia, según las órdenes del arzobispado de Guatemala, y desde el 22 de noviembre del año 2012 toma posesión de la parroquia el nuevo sacerdote llamado Carlos Amado, con el que se dan ciertos cambios en cuestión a la organización dentro de la misma que se detallan seguido de los diferentes programas que se vienen realizando dentro de la parroquia y una explicación de cómo es que cambian después de las nuevas autoridades, con estos cambios se tuvo que hacer una nueva gestión para solicitar al nuevo párroco autorización para poder terminar el tiempo establecido del EPS planteado a inicios del año 2012 por parte de la estudiante de psicología.

Luego existe el consejo pastoral, el coordinador general que dirige el ámbito de la palabra y el ámbito social.

### Programas

La parroquia se rige por el Plan Pastoral en donde se llevan a cabo actividades de carácter religioso y cuenta con varios grupos organizados. Dentro del plan pastoral no ocurre ningún cambio significativo con las nuevas autoridades.

Durante el tiempo que el Padre Miguel Ángel Girón estuvo a cargo de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal mantuvo como uno de los principales objetivos el recurso humano para atender los sectores excluidos, aquí es cuando el realiza la coordinación con la Licenciada Elsa Arenales encargada del departamento de Extensión de la Escuela de

Trabajo Social de la Universidad de San Carlos de Guatemala, quien le brinda apoyo para ejecutar el proceso de formación de programas del Adulto Mayor con el apoyo de los estudiantes de Trabajo Social Individual y Familiar, y estudiantes de EPS de Psicología quienes trabajan conjuntamente y por lo mismo es que tienen como objetivo atender las necesidades que presenta el grupo del adulto mayor y la demás población atendida dentro de la institución. Al equipo se une una estudiante de la carrera de Deportes (ECTAFIDE) todos los años, quien colabora impartiendo clases de aeróbicos al adulto mayor, este año no tuvieron estudiante por parte de ECTAFIDE.

Con el nuevo cambio de párroco el proyecto del adulto mayor de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal llamado "Hilos de Plata" queda pendiente por el momento, ya que el nuevo sacerdote se encuentra acoplándose a la forma que vienen trabajando los diferentes grupos dentro de la parroquia y según las reuniones con él, se encuentra haciendo ciertos cambios y necesita tiempo para analizar qué proyectos continúan y cuales otros ya no son necesarios.

## Proyectos

Los proyectos que la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal ha venido trabajando son:

- Proyecto de fortalecimiento organizativo.
  - Proyecto de capacitación.
  - Proyecto de gestión financiera.
  - Proyecto de apoyo institucional.
  - Proyecto de salud.
  - Proyecto de infraestructura.
- Proyecto recreativo entre otros

Con el cambio de autoridades de la parroquia siguen actualmente manteniéndose los mismos proyectos a excepción del proyecto de salud, esto incluye la cancelación del servicio de la clínica médica y la clínica psicológica.

## **RECURSOS**

### **Fuentes de financiamiento**

La parroquia Beata Madre Encarnación Rosal es una institución privada no lucrativa, su fuente de financiamiento es por las diversas actividades que realizan los diferentes grupos de feligreses entre las que se pueden mencionar rifas, kermeses, ventas de comida, sorteos, etc.; y las ofrendas de los feligreses las cuales son recolectadas en las misas y cuando se celebra la Epifanía se solicitan donaciones de las empresas.

### **Humanos:**

Para llevar a cabo las diferentes actividades que se desarrollan la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal cuenta con el recurso humano en las jerarquías que se describieron anteriormente en el organigrama interno.

El recurso humano se considera un factor importante, de no ser por él servicio que presta la parroquia no se podría realizar el trabajo eficiente.

- Párroco
- Secretaria
- Cocinera
- Sacristán
- Grupos de movimiento de fieles

- Doctor
- Enfermera
- Farmacéutico
- Estudiante de la Escuela de Trabajo Social.
- Estudiantes de Psicología

Con el cambio de autoridades estos se organizan de la siguiente manera:

- Párroco
- Secretaria
- Cocinera
- Sacristán
- Grupos de movimiento de fieles
- Estudiante de Psicología (provisional hasta terminar EPS)

#### **Material:**

Para el buen desarrollo del trabajo que diariamente se realiza en la parroquia, se hace necesaria la utilización de materiales entre los que se pueden mencionar:

- Mobiliario y equipo de oficina
- Material didáctico
- Insumos y utensilios de oficina

#### **Físicos:**

La parroquia Beata Madre Encarnación Rosal cuenta con los siguientes espacios físicos:

- 1 Oficina de secretaria
- 1 Salón parroquial

- 1 Sala de conferencias
- 1 Salón para reuniones de los grupos que atiende la parroquia
- 1 Clínica médica
- 1 Oficina que utilizan las practicantes y epesistas.

Con el cambio de autoridades estos espacios se organizan de la siguiente manera:

- 1 Oficina de secretaria
- 1 Salón parroquial
- 1 Salón para reuniones de los grupos que atiende la parroquia

### **1.3 DESCRIPCIÓN DE LA POBLACIÓN:**

El Ejercicio Profesional Supervisado de Psicología, que se llevó a cabo por una estudiante de EPS de la Escuela de Ciencias Psicológicas dentro de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, estuvo dirigido al grupo del adulto mayor llamado "Hilos de Plata" el cual tiene ya más de seis años de haber iniciado sus labores, y según las pláticas con varios de los integrantes del grupo, este en sus inicios era más grande, llegó a 45 integrantes.

Actualmente el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" cuenta con una población aproximada de 25 a 30 integrantes de los cuales la mayoría ha venido asistiendo desde los inicios del grupo y todos los integrantes del grupo son feligreses muy devotos a su fe católica. En cuanto a la condición socioeconómica de la mayoría de los integrantes se pudo observar que el nivel económico predominante era el medio bajo, predomina el género femenino en un 90%, y la mayoría son mujeres casadas. El rango de edades de los integrantes es de 65 años a 87 años, la

mayoría de los integrantes reside en la colonia Villa Hermosa I o en colonias aledañas y en una minoría se encuentran integrantes que viven en comunidades más lejanas.

Hay tres integrantes dentro del grupo que portan el traje típico propio de su lugar de origen. En general podemos describir que es un grupo muy colaborador, participativo y activo, en donde existe armonía entre sus integrantes y se pudo observar que les llama mucho la atención los métodos ocupacionales y de discusión libre.

Durante la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado, en la parroquia se brindó atención psicológica a la población en general, y los casos que más llegaron en búsqueda del servicio fueron niños con problemas de rendimiento escolar, y personas adultas que acuden por diferentes problemáticas tales como ansiedad y estrés por la misma rutina de vida.

#### **1.4 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA**

La adultez mayor es una etapa del desarrollo del ser humano que inicia a los 60 años y termina en el momento en que la persona fallece, y se caracteriza por ser un período de grandes cambios en todas las áreas de funcionamiento. Los cambios a nivel biológico en la adultez mayor son identificados como "fracasos normativos de adaptación que produce un declive en el organismo", "que lleva al origen y un mantenimiento de un sin número de patologías, a nivel psicológico, la persona en esta etapa de desarrollo atraviesa por un período de reflexión y comienza a contemplar su vida como un conjunto, que lo lleva a evaluar la manera en cómo ha vivido su vida lo cual en muchos casos puede producir cierto grado de

molestia y tensión”<sup>3</sup>. Junto con los hechos que impactan la vida del adulto mayor se relacionan el temor por la pérdida de los seres queridos, la jubilación, y con ella la inclusión social, la falta de actividades físico recreativas y la disminución de la interacción social. Según las pláticas con algunos miembros del grupo “Hilos de Plata” se pudo observar también la necesidad de estar activo y no sentirse aislado y poco útil, asimismo se pudo observar que existe una distorsión acerca del tema envejecimiento lo que les ha venido impidiendo un envejecimiento mentalmente sano y activo, muchas veces aceptan todo lo que sus familias les han impuesto, sin estar ellos de acuerdo realizan ciertas actividades como quedarse solos en casa, por la falta de movilidad o el cuidado de nietos y esto mismo es lo que los ha llevado a no tener tiempo para ellos mismos, para cuidarse, quererse y respetarse como seres humanos, esto se debe a la falta de autoestima en el adulto mayor que la misma sociedad ha estigmatizado y muchas veces los ha desahuciado prácticamente solo por su edad, sin saber que sus años indican toda una vida que tiene muchas experiencias y cuenta con una sabiduría única que si la aprovecháramos como sociedad, se empezaría a erradicar el maltrato y aislamiento del adulto mayor.

En los últimos meses se observó una disminución de integrantes en el grupo “Hilos de Plata” muchos atribuyen el ausentismo a que algunos integrantes han tenido dificultades para poder movilizarse hacia el lugar, por su edad para algunos se ha dificultado el caminar hacia la parroquia, y otros que han tenido que quedarse en casa cuidando a sus respectivos nietos.

Durante la realización de dicho proyecto también los integrantes del grupo del adulto mayor se enfrentaron a situaciones difíciles como la muerte de

---

<sup>3</sup>Uribe-Rodríguez, Ana Fernanda, “Intervención Psicológica En Adultos Mayores”, documento sin publicar, Colombia, 2003

una integrante del grupo "Hilos de Plata" debido a cáncer del estómago , la misma era la que recitaba poesía dentro del grupo, la enfermedad de otros tres integrantes; una con diagnóstico de cáncer de mama, la cual fue operada con una mastectomía y las respectivas quimioterapias, actualmente ya terminó su tratamiento de quimioterapias, ya no asiste tanto al grupo pero sigue siendo una integrante activa dentro del mismo, otro integrante que tuvo un diagnóstico de un tumor maligno en el esófago, por lo que fue operado y ya no pudo realizar su función de cantar dentro del grupo, ya que actualmente sigue recibiendo las respectivas quimioterapias y la ausencia de una integrante debido al diagnóstico médico que indicó pie diabético con lo que fue operada y actualmente está hospitalizada, la despedida de un integrante debido a que sus hijos decidieron llevarlo a vivir a otra zona con otro familiar, con dichas situaciones los integrantes del grupo expresaron su pesar y tristeza en cómo se fueron ausentando integrantes del grupo que cumplían una función muy importante dentro del mismo.

Dentro de las necesidades que se observaron en la institución fue que no existía una organización grupal, no existía una estructuración ni un espacio adecuado y preparado exclusivamente para el área psicológica en el grupo "Hilos de Plata".

Se pudo captar que los temas de mayor interés en los adultos mayores son síntomas de angustia hacia la muerte, falta de autoestima, sentimientos de soledad, sentimientos de desvalorización, ansiedad ante la desestructuración de la vida, el autocuidado, entre otras problemáticas propias del período de senectud según lo expresado por ellos mismos.

Se pudo constatar la falta de creación de una agenda para promover el servicio y la importancia de la Psicología en el grupo, y asimismo brindar la importancia suficiente y que se logrará un cambio en el pensamiento del adulto mayor y poder ayudar a mejorar su calidad de vida.

Dentro del grupo "Hilos de Plata" existen aún mitos y visiones negativas en cuanto a lo que es la vejez y cómo llevar una vejez satisfactoria y con éxito.

Dentro del gran número de problemáticas es necesario mencionar que las preocupaciones como la incapacidad física, enfermedades, las pérdidas de dinero, los ingresos irregulares del mismo, la jubilación forzosa, el aislamiento social, la pérdida de los seres queridos y un cambio de domicilio muchas veces forzoso entre otros, ha venido siendo generador en el adulto mayor de sentimientos negativos como lo son el mal humor, preocupación, angustia, aburrimiento, depresión, melancolía, inestabilidad; lo que los ha llevado muchas veces a un mal afrontamiento de este período.

En los últimos 4 meses del desarrollo del proyecto del Ejercicio Profesional Supervisado se pudo observar sentimientos de tristeza en los integrantes del grupo debido a que este año no les enviaron una trabajadora social ni una nueva estudiante de EPS de psicología ya que con ello, los mismos se sienten temerosos a que el grupo desaparezca, y ya no tener ese apoyo que encontraban en el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata"

## CAPÍTULO II REFERENTE TEÓRICO METODOLÓGICO

### 2.1 ABORDAMIENTO TEÓRICO METODOLÓGICO

El ser humano, como todo ser vivo, nace, crece, se reproduce y muere. Todo el curso de la vida está sometido a cambios y cuando se encuentra en la edad adulta, los cambios se dan mucho más lentos y muchas veces los cambios que se dan son positivos o negativos, se producen declives en el rendimiento y pérdidas funcionales. Sin embargo cuando ocurren esos cambios negativos se puede trabajar en ello para compensar y así conseguir el adecuado desarrollo personal. En nuestra sociedad el hecho de cumplir 65 años en adelante suele significar un problema, conforme se van cumpliendo años existe una mayor disposición de contraer enfermedades y que pueden repercutir en la calidad de vida afectando así las diferentes áreas de la misma.

“La gente se pregunta: ¿de qué sirve vivir más años si éstos se viven penosamente, con sufrimiento?; Cuando se habla de personas mayores se puede dar la impresión de que se habla en un grupo homogéneo, que todas las personas son iguales. Por el contrario la vejez sirve para etiquetar y denominar al más heterogéneo de entre los grupos de edad”<sup>4</sup>.

Se puede envejecer de maneras distintas. Pueden observarse personas muy mayores que manifiestan una buena salud mental y que siguen participando en las diferentes actividades sociales y que se sienten a gusto con su vida (forma normal), mientras que por el otro lado existen

---

<sup>4</sup>Fernández Ballesteros, Rocío, “Envejecer Bien” Ediciones Pirámide, Madrid, 2002

personas mayores que envejecen con enfermedades múltiples y que no solo eso sino que se encuentran aislados deseando que sus días terminen (forma patológica). La clave sería cómo prevenir el envejecimiento patológico y cómo promover el envejecimiento óptimo.

El período de presenectud y senectud es una época en que el hombre empieza a sentir más cansancio físico y sus intereses vitales están disminuidos. La vida sexual a partir de los sesenta años ocupa un lugar secundario. La vida familiar también ha cambiado; los hijos, ya mayores, están colocados y abandonan la casa de su padres. Toda esta forma de vida empieza a indicar claramente el final de una existencia. El miedo a la muerte se manifiesta en las formas más diversas. Los suicidios aumentan claramente a partir de los cuarenta y cuatro años.

Unos se niegan a envejecer y pretenden ser eternamente jóvenes; otros se encierran en sí mismos y adoptan una actitud de desconfianza agresiva hacia la sociedad, que ya no les ofrece ningún lugar donde cobijarse. Las manifestaciones psicopatológicas de este período están teñidas intensamente por toda la temática emocional que despierta el envejecimiento.

“Un hecho concreto viene a caricaturizar la situación del hombre en este período: la jubilación de pronto se encuentra sin el papel que desempeñaba en la sociedad y en el que había enfocado gran parte de sus intereses. Verse inválido y sin función social alguna sume al hombre en una gran depresión.

Algunas reacciones ante el envejecimiento traen un cambio de actitud de las personas y un desinvertimiento de las relaciones libidinosas que tenían con el mundo. Esta especie de despersonalización da lugar a que se produzcan desadaptaciones sociales y familiares incluso verdaderas

crisis. Esto ocurre porque no se sabe establecer un equilibrio entre lo que se puede hacer y las potencialidades con las que se cuentan. Cada persona tiene su propia manera de envejecer "dime cómo envejeces y te diré yo a ti quién eres" o como dice Ajuriaguerra: "se envejece como se ha vivido". Aceptar la nueva situación es la base de un buen envejecer, la persona que se encuentra en estas etapas de presenectud y senectud debe aceptar que hay una pérdida de energía, pero que también cuenta con un aumento de la experiencia. Cuando tiene que dejar su trabajo definitivamente, debe saber encontrar una nueva ocupación que esté de acuerdo con sus potencialidades físicas y psíquicas. Su actitud de cara a las nuevas generaciones no debe estar llena de amargura y agresividad. Debe evitar toda clase de actitudes rígidas e intolerantes y colaborar con la generación que esté en este momento en el poder. La colaboración de los viejos con los jóvenes representa a nivel histórico la síntesis de la tradición con la revolución. Los viejos aportan su experiencia, los jóvenes aportan sus innovaciones. Pero todas las recomendaciones morales sobre el buen envejecer pueden no tener la más mínima fuerza en las personas que por motivos conscientes e inconscientes se niegan a envejecer"<sup>5</sup>

"Ey distingue cuatro reacciones psicológicas típicas negativas ante el envejecimiento y ellas son: la depresión, el repliegue sobre sí mismo, el negarse a envejecer y la revuelta.

La depresión es una forma de expresar su tristeza por la pérdida de potencialidades, el no haber alcanzado las metas que se había propuesto en la vida le hace más consciente de sus errores anteriores. El futuro le parece incierto y se le ofrece una vida de "viejo" sin perspectivas.

Las desilusiones de la vida pueden crearle fuertes resentimientos contra el medio y el sujeto se repliega sobre sí mismo y se entrega a una vida

---

<sup>5</sup>Monedero, Carmelo, "Psicología evolutiva, y sus manifestaciones psicopatológicas", sin número de edición, Madrid 1972

autista en la que rechaza automáticamente todo contacto humano, otras veces todos los deterioros que se han descrito llenan al sujeto de angustia y tensión y tiende a rechazarlos sistemáticamente, se niega a aceptar su nueva situación de viejo y se dedica a emprender a realizar tareas físicas y psíquicas que están muy por encima de sus posibilidades.

Por último puede tomar la actitud de revuelta, sus profundos sentimientos de frustración le crean actitudes agresivas hacia el mundo exterior en el que aún pretende imponer su voluntad. Este es el tipo de vejez que incansablemente critica todo lo relacionado con la juventud<sup>6</sup>.

La familia en este período de la vida tiene un enorme cambio ya que en cierto momento el matrimonio convivía con los hijos, pero luego cuando los hijos son mayores se casan y quien se queda en casa es el matrimonio frente a frente. Ya no tienen los mismos intereses eróticos y sexuales de antaño. Las peleas se hacen mucho más frecuentes y no es raro ver como algunos matrimonios que han podido durar más de 30 años se sienten completamente extraños el uno del otro. Después de la jubilación el hombre pasa mucho más tiempo en su casa. Se ve obligado a hacer una intensa vida familiar precisamente cuando ya no tiene familia.

## La Vida Sexual

La vida sexual del viejo no está ausente, como pudiera pensarse. Es frecuente que desplacen la libido genital a otras regiones del cuerpo. Es desde luego una injusticia el negarle la sexualidad a los viejos. Con la idea vulgar y estereotipada de "que no tienen edad para esas cosas", se les recluye en una nueva forma de ostracismo.

Lo habitual es que la vida sexual vaya disminuyendo poco a poco en ambos sexos, también puede considerarse característico que exista una

---

<sup>6</sup>Ey, H "Manual de Psiquiatría", sin número de edición, Editorial Masson. París 1960

reactivación de las temáticas libidinosas reprimidas. En el hombre este interés desmedido ha sido conocido en nuestra sociedad por el famoso "viejo verde". Como su potencia genital no responde a sus deseos libidinosos, puede caer en toda clase de perversiones sexuales, que no son otra cosa que recurrir a fijaciones acontecidas en el curso de su infancia, en la mujer también puede surgir una figura masculinizada tras el climaterio.

### **El Viejo en la Historia y la Cultura**

"Muchas de las obras clásicas mencionan a la vejez con muchos defectos y extremadamente cruel. Jenofonte dice de Sócrates que "duda en prolongar su vida para no verse forzado a pagar la pena de la vejez. Sófocles, Eurípides y Aristófanes presentan la ancianidad privada de razón. Sófocles dice que "finalmente llega a la edad sin vigor, aborrecido por todos los hombres, sin compañía, sin amigos.

Efectivamente, cuando el hombre se encuentra en los períodos de pre-senectud y senectud ha perdido fuerzas y muchas veces se encuentra solo y sin aprecio de los demás. En su triste destierro debe afrontar situaciones emocionales extremadamente amargas. Porque no es solo una pérdida de potencialidades, sino también un recuento de lo que ha sido su vida. En este recuento está siempre presente la profunda culpa de haber sido uno mismo la causa de su propia desgracia

En cuanto a los romanos también encontramos a Cicerón que indica que todos los defectos que he hecho tienen los viejos no son atribuibles a su senectud propiamente si no a su carácter. "porque los ancianos que se dominan, que no son avaros ni ásperos encuentran la vejez tolerable; mientras que por otra parte la perseverancia y la disposición adusta hacen fastidioso cualquier período de la vida"

La edad media tuvo su forma peculiar de luchar contra la vejez, viejos y viejas eran acusados frecuentemente de brujería y de trato con poderes infernales. Generalmente se trataba de dementes que terminaban en manos de la inquisición muriendo en llamas<sup>7</sup>.

## La afectividad

Se dice que el viejo está "esclerosado" desde el punto de vista afectivo. Repite sus sentimientos estereotipadamente y tiene una incapacidad de adaptación emocional y medio ambiente.

El esclerosamiento se manifiesta en una rigidez y dogmatismo que le lleva a ser extremadamente intolerante en todo y lo referente a ideas y creencias. Este esclerosamiento da a todo su proceso mental un carácter perseverante y fijo. Es una característica típica del viejo el volver una y otra vez sobre las mismas cosas.

Uno de los cambios más llamativos en este período es precisamente una disminución del control de las reacciones emotivas, reacciona emocionalmente a palabras y situaciones sin importancia, cae en una forma muy pobre de sensiblería, de la que no logra liberarse por más que ellos mismos se den cuenta que están excediéndose en las formas de expresión. El viejo tiene mucha dificultad de establecer nuevas relaciones porque su afectividad está muy desligada de los objetos exteriores. Es una afectividad egocéntrica, que prescinde del mundo real y se evade a mundos imaginarios que pueden ofrecerle lo que la realidad le niega, también ha perdido la capacidad de ponerse en el lugar de los demás, es cuando se vuelve una personalidad egocéntrica, se interesa única y exclusivamente en sus propias cosas. Se dice con frecuencia que los viejos

---

<sup>7</sup> Monedero, Carmelo, "Psicología evolutiva, y sus manifestaciones psicopatológicas", sin número de edición, Madrid 1972

se han vuelto como niños. Su actitud emocional narcisista y egocéntrica tiene mucho de infantil, el viejo como no tiene ya vida por delante a la que referirse, vuelve los ojos atrás y se pone en la misma temática de invalidez que había tenido en su infancia.

Si el viejo sigue haciendo vida de familia, puede que se encuentre en el más perfecto de los aislamientos y si los viejos viven con los hijos, se produce la inversión de papeles, de forma que ellos tienen que comportarse como hijos de sus hijos.

### **Manifestaciones psicopatológicas propias de estos períodos**

Durante el periodo de presenectud se manifiestan trastornos del humor y del carácter. Los trastornos del humor son la expresión de una personalidad inestable. No llegan a adquirir el carácter maniaco-depresivo, sino que son más bien vivencias angustiosas, hiperexcitabilidad, insomnio, tensión etc. En muchas ocasiones estas son el comienzo de otras manifestaciones ciclotímicas, neuróticas y delirantes más graves.

El cambio de carácter está muy ligado a la temática afectiva. Los sujetos adoptan una actitud agresiva y desconfiada respecto del medio exterior. Se sienten frustrados una y otra vez en su relación con el medio y adoptan actitudes vindicativas. Todas estas formas de afrontar la experiencia les conduce a unas elaboraciones bastante parecidas a las que hacen los paranoicos, el mismo cuidado que adoptan de cara al mundo exterior lo adoptan hacia su propio cuerpo, lo están observando continuamente, sienten toda clase de dolores y de molestias vagas que terminan por configurar un cuadro hipocondriaco.

Extremadamente son frecuentes las neurosis, la mayoría son neurosis reaccionales, todos los conflictos familiares, personales y profesionales que hemos descrito conducen a un estado de postración con fuertes

componentes angustiosos. No se trata de una neurosis reactiva a la temática de la presenectud exclusivamente, sino la manifestación de una serie de actitudes neuróticas que siempre habían estado latentes, también se encuentra con todo tipo de manifestaciones psicósomáticas, que no son otra cosa que una forma de expresión de la tensión y angustia propia de este período. Dentro de las psicosis son típicas de este período las depresiones involutivas.

“Según Erich Fromm nuestra naturaleza nos crea problemas específicos a los que Fromm llama “situación humana”, si estuviéramos hechos de modo diferente, nuestra existencia sería diferente. Fromm inicia su especificación de los atributos de la naturaleza humana identificando cinco necesidades distintamente humanas básicas. La calidad de nuestra vida depende en gran parte de la forma de satisfacer estas necesidades. Son de tal manera básicas a nuestra naturaleza, según mantiene Fromm, que si no se les hace frente en forma adecuada, se puede morir o volverse loco. En verdad, estas son consecuencias espantosas por necesidades que en general no se consideran como necesidades de supervivencia. Según el punto de vista de Fromm debemos atender estas cinco necesidades, las que en el mundo actual parecen estar más amenazadas que antes. Estas necesidades, según Fromm son relaciones, trascendencia, raíces, sentido de identidad y una estructura. Cada persona debe enfrentarse a estas necesidades. Son requerimientos psicológicos básicos para vivir con efectividad.

## 1. Relación

El sentimiento de soledad y aislamiento es común a todos los seres humanos, según Fromm. El único medio para sobreponerse a este sentimiento es algún tipo de relación con otros; pero no toda clase de

relación fomenta la felicidad. La sumisión y el dominio son formas de relación, pero son dañinas para nosotros. Se debe utilizar la habilidad para amar en forma productiva: el amor fraternal, el amor a sí mismo. El amor en forma productiva es el único medio para superar los sentimientos de soledad y aislamientos comunes a toda la gente.

## 2. Trascendencia

La necesidad de trascendencia se refiere a la necesidad de obtener control sobre nuestra propia vida, tener elecciones y determinar nuestro propio destino. Relacionarse con el mundo en forma pasiva es contrario a la naturaleza humana. Aun cuando haya grandes diferencias entre la gente, todos tienen la capacidad de conocimiento y habilidades. Cuando no se usan estas capacidades, o se usan de forma incorrecta, el desarrollo y el funcionamiento de la personalidad se obstaculizan. Debido a que las personas no se guían por sus instintos, deben resolver sus problemas por medio de sus recursos, incluyendo la cultura en la que viven. Cada persona en lo particular debe crear su propio mundo.

## 3. Raíces

El deseo de tener raíces puede interpretarse como una necesidad de lazos significativos con nuestro medio inmediato y con el pasado. Se puede pensar en las necesidades de ser y de aceptación de Maslow. Se debe ser parte de la comunidad, las personas necesitan tradiciones, costumbres y rituales que representan cosas o creencias más grandes que el individuo, y que nos ayudan a sentir que son parte de la comunidad. En un mundo que cambia rápidamente, la necesidad de tener raíces se hace sentir intensamente.

#### 4. Sentido de identidad

Fromm está de acuerdo con Erickson en la necesidad de identidad. También se puede pensar en las necesidades de estima de Maslow en este respecto. Todos tienen la necesidad de identificar el puesto en el mundo y tener papeles apropiados por los cuales se perciben así mismos y son percibidos por otros.

#### 5. Estructura

Cada persona tiene necesidad de dar sentido a su vida y comprender su mundo. Fromm mantiene que aún una imagen incorrecta del mundo es mejor que no tener ninguna. Estar en un estado de caos y confusión es muy frustrante para la mayoría de personas”<sup>8</sup>.

#### Dicotomías existenciales

Según lo que nos explica Fromm es que el ser humano se enfrenta a situaciones perturbadoras e inevitables por ejemplo no escogimos envejecer pero el hecho es algo que no se puede evitar a menos que la persona decida acabar con su vida pero el suicidio es muy condenable socialmente y repugnante en lo psicológico. Y es así como se puede tener muchos potenciales que sabemos que jamás se podrán satisfacer, por eso es que se debe vivir tan plena y completamente como sea posible reconociendo, que la muerte es inevitable. Conforme se va satisfaciendo los deseos, se sabe que nunca se podrá alcanzar un estado completo de armonía y tranquilidad. Siempre que se alcanza un nivel, hay una lucha

---

<sup>8</sup>Nicolás S, Di Caprio “Teorías de la personalidad”, segunda edición, Editorial McGraw-Hill Interamericana de México, 2007

renovada por mejorar. Siempre habrá cosas nuevas por conocer, brechas en el conocimiento que satisfacer. Y por eso mismo como decía Fromm la armonía no se debe encontrar sino crear "debemos construir nuestro propio mundo porque el mundo en que nos encontramos no es el adecuado para nosotros".

### **Dicotomías históricas**

El hecho histórico de que la riqueza no está distribuida equitativamente es algo que podría haber sido de otra manera. Que cierta gente fue y es tratada como inferior, es otro de los aspectos incomprensibles de la vida humana. La razón dicta que esto no debe suceder necesariamente, muchos de los problemas que parecen ser dicotomías existenciales en realidad son dicotomías históricas.

Nuestra única respuesta es enfrentar nuestros problemas y percatarse que debemos encontrar soluciones. Para problemas insolubles, la contestación es que debemos tratar de desarrollar todas nuestras potencialidades y vivir productivamente.

### **Conciencia humanista y autoritaria**

La conciencia es un medio regulador de la personalidad, un atributo de conocimiento de sí mismo que hace que la persona observe, reflexione y evalúe su propia conducta. La conciencia humanista consiste en la formación dentro de la personalidad de valores y metas que ejercen una influencia de dirección y restricción sobre la conducta, señala metas que nos pueden ayudar a ser nosotros mismos, nos dice lo que es moralmente bueno para nosotros, incluye metas principales en la vida, y medios aceptables para lograrla. En tanto la conciencia autoritaria da órdenes apoyadas por el miedo (debo hacer esto o aquello porque tengo miedo a

quedarme solo), la conciencia humanista rige a través de los preceptos basada en las obligaciones de uno mismo. Se puede decir: "me debo a mi mismo" mantenerme física y psicológicamente bien, descansar en forma adecuada y hacer que mi vida sea lo más placentera posible y si la conciencia humanista es una fuerza dominante en el ser humano mantiene a las personas sobre sus objetivos ya que han marcado estos objetivos por sí mismos. Entonces se menciona que si muchos de los adultos mayores del grupo "Hilos de Plata" han venido poniendo una barrera para un envejecimiento mentalmente sano y activo, y han aceptado todo lo que sus familias les han impuesto, sin estar ellos de acuerdo y realizan ciertas actividades como quedarse solos en casa por la falta de movilidad o al cuidado de nietos y que es lo que los ha llevado a no tener tiempo para ellos mismos, para cuidarse, quererse y respetarse como seres humanos, con esto se hace referencia acerca de la distorsión en la conciencia humanista.

De acuerdo con Fromm hay tres temores que sobresalen como consecuencia de ignorar la conciencia real; temor de la muerte, envejecer, y la desaprobación de otros. Al no haber experimentado completamente el presente y el pasado, tenemos el futuro, especialmente en la edad avanzada. Al no haber vivido plenamente encontramos que la muerte es totalmente injusta e incomprensible. Por no estar satisfechos con nosotros mismos, continuamente buscamos la aprobación de otros. Naturalmente todos tenemos alguna dificultad con estos tres temores, pero para algunas personas se vuelven insuperables y constantemente tienen preocupaciones que les impiden vivir plenamente.

## **Felicidad y conciencia**

Todos buscan la felicidad, pero estas difícilmente se encuentran en la mayoría de la gente. De acuerdo con Fromm, "la felicidad del hombre consiste en divertirse", el mundo es un gran objeto para nuestro apetito, una manzana grande, una botella grande, un seno grande; somos los que agotamos, los que siempre esperan, los que tienen esperanza y los eternamente desilusionados, algunos valores se buscan ansiosamente como medios para lograr la felicidad, pero con frecuencia son valores erróneos, o los medios se confunden con los fines. De acuerdo con Fromm la vida productiva está asociada con la dicha y la felicidad. Si la conciencia humanista mantiene un papel predominante en la vida de una persona, reaccionará positiva o negativamente dependiendo del comportamiento productivo o no productivo.

## **Orientaciones productivas y no productivas**

Los tipos de carácter pueden ser productivos o no productivos. La manera en que una persona percibe, piensa, siente y actúa se determina por la naturaleza de su tipo de carácter en vez de la evaluación racional de las situaciones. Según Fromm la orientación no productiva es un tipo de carácter defectuoso, cada una de las orientaciones no productivas representa un fracaso en una de las tareas básicas de la vida. En cuanto a la orientación productiva es un modo de relación con el mundo en el cual se desarrolla y se utilizan las potencialidades tan plenamente cómo es posible. Dos formas básicas para enfrentarse al mundo son el saber y el amar. A través del conocimiento se da conocer a la gente y las cosas; por medio del amor experimentamos la relación.

## **Amor a la muerte y amor a la vida**

Fromm cree que una madre fría y sin interés, que es víctima de la necrofilia, engendrará esta orientación en sus hijos. Estos dejan de desarrollar efectos cordiales hacia ella lo que es característico de un desarrollo normal, y dejan de desarrollar sentimientos sociales y un respeto para la vida humana. En contraste, la orientación biófila busca expandir sus capacidades y satisfacer sus potenciales. Los valores humanos tienen mayor prioridad. Aun la muerte es considerada como razón para vivir la vida plenamente en vez de ser el factor que niega el valor de la vida.

## **Orientación de tener y orientación de ser**

Fromm distingue entre una manera de vivir teniendo y un modo de vida siendo, el modo de ser se caracteriza por la participación y la experimentación en actividades que fomenten la vida. El modo de vivir teniendo enfatiza las posesiones, la felicidad se equipara con tener muchas cosas y hacer un consumo abundante.

## **Papel del amor en la vida**

Fromm hace mención del amor como el poder más grande en la tierra, amar implica mucho más que la reacción emocional; las formas más altas de amor humano no solo suceden en presencia de otra persona. El amor romántico no es la forma más alta de amor, si es que es amor. Existe el amor maternal, el amor fraternal, el amor por uno mismo, el amor a Dios. Todos los tipos de amor productivo tienen sus raíces en la actividad de la personalidad total e implican querer, responsabilidad, respeto y

conocimiento del ser amado y lo más importante es que la capacidad de amar se puede desarrollar para llevar una vida mentalmente sana.

En la mayoría de las culturas y entre la generalidad de las personas, vivir como adulto mayor consiste en enfrentarse a una serie de cambios que se pueden percibir como crisis ya que la edad adulta muchas veces es percibida como una etapa sin chiste o sin beneficio y el hecho de enfrentarse a esta etapa es fuente de tensiones profundas, enfermedades graves, abandono del hogar y las amenazas económicas a la supervivencia pueden representar una oportunidad para desarrollarse o un atolladero que lleve a un estrés profundo, estancamiento o a la regresión en el adulto mayor. "La cantidad y naturaleza de la tensión influyen, sin duda alguna en nuestra manera de adaptarnos, en la edad madura, en forma similar a como lo hacemos toda la vida. El momento y duración de los acontecimientos productores de tensión son importantes en la manera como las personas responden a ellos o la forma como los resuelven. La tensión se puede acumular en oleadas de diversas experiencias angustiosas; una situación angustiosa puede durar varios años, de modo que las nuevas presiones pueden resultar difíciles de resolver. El recuerdo de tensiones anteriores puede llegar a ser una fuente de preocupación patológica, al igual de previsión de tensiones futuras.

Los acontecimientos que probablemente tienen un efecto precipitador y generador de tensión suelen ser aquellos sobre los cuales el individuo ejerce muy poco o ningún control. En ellos se incluyen las desgracias, el aislamiento social, la jubilación forzosa, la pérdida repentina de ingresos y los cambios de domicilio requeridos por la invalidez física o la falta de dinero. El darse cuenta repentinamente que se ha llegado a la edad madura o a la vejez puede presentar una tensión precipitada para algunos. Lo que la desencadena puede ser un indicio interno, tal como una mirada

casual, irreconocible en un principio, de uno mismo en el espejo o el repentino darse cuenta de que ya no se puede correr para alcanzar el autobús”<sup>9</sup>

Envejecer es un proceso universal del que nadie está exento, desde el principio de la humanidad le sucede lo mismo a todo ser de cualquier parte del mundo que cumple su andar por la vida; el reto es llegar a la ancianidad en las mejores condiciones posibles y aprender a envejecer con dignidad, debe haber satisfacción al llegar a esta etapa, pues no toda criatura que nace tiene ese privilegio. “Muchas tumbas cobijan cuerpos demasiado jóvenes, luces que se apagan al empezar el camino, cuantos desgajan su rama del árbol de la vida y otros con una rama casi seca desean que siga floreciendo”<sup>10</sup>.

“El hombre, es el único ser viviente que tiene consciencia de la muerte, por eso la teme, sólo en los casos de tenerse poca estima, de haber realizado las metas propuestas o desarrollar valores espirituales que sirvan de médula a la existencia se estará en una mejor condición de afrontar la jornada del último viaje”<sup>11</sup>.

La vejez no es un fenómeno estrictamente biológico, sino considerablemente psíquico, no es tan sólo una etapa de la vida, sino un estado del alma y la mente. “Significa que podemos seguir floreciendo a pesar de la vejez de nuestro cuerpo. Algunos desde la adolescencia ya tienen marcadas las características de la vejez, en tanto que otros se conservan jóvenes aún sumando varios años de su vida”<sup>12</sup>

---

<sup>9</sup>FiskeLowenthal, Marjorie, “¿lo mejor de la vida?”, Editorial Harper, 1980

<sup>10</sup>Aguirre de Trabanino, “Familia, autoestima y Vejez” 1ra edición , México 2000

<sup>11</sup> Oriol Argueta, Soto de Sellares, “Como Envejecer y Por qué Morimos” libro sin editorial ,México, 2002

<sup>12</sup>Merini, Alberto, “Psicología Genética” , libro sin editorial, Buenos Aires Argentina, 2000

“No se envejece tan solo por la cantidad de años que se cumplen, también cuando se apaga la luz interior, se abandonan los ideales, las luchas, los sueños, la confianza en sí mismo y se pierde el valor de la vida”<sup>13</sup>

## 2.2 OBJETIVOS

### 2.2.1 OBJETIVO GENERAL

- Crear un programa motivacional para un buen afrontamiento de los cambios psicológicos en el adulto mayor enfocado al (grupo “Hilos de Plata”) de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal.

### 2.2.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

#### Servicio

- Implementar el servicio psicológico de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal dirigido al grupo “Hilos de Plata” y población en general
- Orientar a los integrantes del grupo “Hilos de Plata” a la búsqueda y mantenimiento de la salud mental y que adopten un estilo de vida acorde a sus condiciones y posibilidades individuales
- Fortalecer una red de apoyo e implicación de actividades para el disfrute del ocio y la distracción

---

<sup>13</sup> Aguirre de Trabanino, “Familia, autoestima y Vejez” 1ra edición , México 2000

## Docencia

- Contribuir al afrontamiento sano de los cambios psicológicos propios del adulto mayor en el grupo "Hilos de Plata" por medio de talleres interactivos
- Lograr una visión optimista y control de estados emocionales negativos, pensamientos deformados e ideas irracionales; en el adulto mayor a través de Charlas y talleres motivacionales.
- Promover y dar a conocer las habilidades del adulto mayor a través de charlas y diferentes actividades recreacionales como festivales y cine foros que promuevan estilos de vida mentalmente sanos
- Lograr la distensión y el escape de tensiones frente al cansancio propio del adulto mayor enseñando a los integrantes a que aprendan técnicas encaminadas a la prevención y control de la tensión a través de terapias alternativas.

## Investigación

- Explorar acerca del contexto de relaciones básicas de las personas que asisten al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" y la relación - valoración que le dan a su participación dentro del grupo.

### 2.2.3 METODOLOGÍA DE ABORDAMIENTO

La ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado que fue dirigido al grupo "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal de Villa Hermosa I, municipio de San Miguel Petapa, departamento de Guatemala estuvo enfocada en una metodología que se desglosa en tres subprogramas que son los siguientes:

#### Subprograma de Servicio

Dentro de los objetivos de este subprograma se contempló el hecho de implementar un servicio psicológico dentro de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal dirigido a los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" y a la población en general tanto de niños como adultos. Otro objetivo fue orientar a los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" a la búsqueda y mantenimiento de la salud mental a través de diferentes actividades de disfrute y distracción.

Para poder alcanzar estos objetivos fue necesaria la realización de una planificación, que luego se presentó con la Licda. Elsa Arenales, supervisora de Trabajo Social quien la aprobó antes de llevarla a cabo, luego de la aprobación se inició un proceso para establecer contacto con las autoridades y el personal que trabaja dentro de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal presentando así la propuesta del trabajo psicológico.

Después de establecer rapport con las autoridades de la institución se inició con la apertura del servicio de terapias psicológicas individuales a la población en general, a cada paciente se le entregó un carné en el cual

se programaron los días de su respectiva terapia para un mejor control de su tratamiento.

Se abrió un libro de expedientes para llevar un mejor control de los mismos y poder localizar a todos los pacientes cuando fue necesario.

Se localizaron los expedientes de pacientes que fueron atendidos el año anterior para poder darles seguimiento a su tratamiento.

El tratamiento que se dio en las terapias psicológicas individuales tuvo un enfoque cognitivo conductual, en el caso de trabajar con adolescentes, adultos o adultos mayores; se utilizó la terapia de juego y terapia Gestalt para trabajar con niños.

Los requerimientos y la dinámica de abordamiento psicológico fueron los siguientes:

- Entrevista inicial
- Establecer el día de su terapia
- Entrega de carné de citas para el control de sus terapias
- Se realizó el contrato terapéutico
- Se abrió un expediente a cada paciente atendido
- Luego de lo anterior se inició la terapia psicológica

Los expedientes de los pacientes atendidos cuentan con los siguientes datos:

- Datos generales
- Motivo de consulta
- Examen mental
- Descripción de la problemática
- Consecuencias sociales, laborales, psicológicas y físicas

- Búsqueda de alternativas de solución
- Dinámica familiar
- Pronóstico
- Impresión clínica
- Terapia propuesta
- Observaciones
- Las respectivas fichas de evolución en cada cita establecida

En los días asignados para trabajar con el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" se utilizaron de 10 a 15 minutos al finalizar de cada actividad, como recordatorio al grupo en general acerca de la importancia de buscar apoyo psicológico y mantener una vida psicológica sana acorde a sus posibilidades, entregándoles volantes, en los cuales se promovió el servicio psicológico que se realizó en la parroquia.

#### Subprograma de Docencia

En este subprograma inicialmente se realizó una reunión de bienvenida con el grupo "Hilos de Plata" para presentar y establecer un buen rapport con ellos, informándoles acerca de las actividades y el servicio que se estaría implementando en la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado.

Los días para trabajar las actividades programadas con el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" fueron los días miércoles que fueron turnados un miércoles cada 15 días ya que el párroco trabajó con ellos un miércoles cada 15 días y el otro día programado, fue todos los días jueves para los diferentes talleres y charlas interactivas .

Los diferentes talleres, charlas, festivales, cine foros y actividades programadas para el grupo "Hilos de Plata" contaron con los siguientes pasos que se detallan a continuación:

➤ Descripción de la actividad:

En este se explicó como funcionarían las diferentes actividades a implementar antes de comenzar cada una de ellas, para que los integrantes del grupo estuvieran informados acerca del tema a tratar.

➤ Objetivos:

En este espacio se dio a conocer la importancia del tema impartido en el día para generar consciencia en los integrantes del grupo "Hilos de Plata"

➤ Materiales a utilizar

Aquí se dio información acerca de las herramientas a utilizar en cada taller, y así poder realizar cada uno de estos sin ningún problema, cuando se les solicitó algún material siempre se pidió con anticipación.

➤ El tiempo a utilizar

Se planificó y estableció con anterioridad el tiempo que se usaría para cada taller, charla o festival, para llevar el itinerario sin ningún inconveniente.

➤ El número de participantes

En los días establecidos para compartir con el grupo del adulto mayor se realizó un registro, en donde se observó en que actividades acudía más población.

➤ Comentarios

Por último se tomó muy en cuenta los diferentes comentarios que hacían los integrantes del grupo "Hilos de Plata" en cuanto a las diferentes actividades y así poder indagar un poco más acerca de sus principales intereses.

Dentro de las diferentes terapias alternativas que se enseñaron a los integrantes del grupo "Hilos de Plata" están las siguientes:

➤ Relajación y meditación

Estos talleres se llevaron a cabo en el salón San Agustín de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, estos fueron de los que más les gustaron a los integrantes del adulto mayor mostrando siempre disposición e interés a los mismos.

➤ Recreación

Se realizaron diferentes excursiones a lugares como el Puerto de San José, zoológico La Aurora y visitas a balnearios cercanos a Villa Hermosa I.

➤ Arte terapia

Se llevaron a cabo diferentes manualidades como gabachas, tarjetas para las diferentes celebraciones como cumpleaños o desayunos de convivencia, estos se detallan en el capítulo siguiente.

➤ Música y baile

Cuando hubo alguna actividad cultural o festival los integrantes del grupo organizaron siempre alguna obra musical o baile que les gustó mucho.

## Subprograma de Investigación

Inicialmente se planteó el problema abordado, seguido de una revisión bibliográfica que permitió conocer a fondo sobre los diferentes problemas acerca de las consecuencias emocionales en el adulto mayor a causa de las relaciones básicas, principales sentimientos negativos que afectan al adulto mayor, y los efectos que produce en ellos el pertenecer a un grupo de apoyo.

Luego de obtener información bibliográfica, se estableció rapport con el grupo del adulto mayor.

Se administró una entrevista semiestructurada, para obtener mayor información acerca de las diferentes problemáticas planteadas anteriormente.

Con cada charla impartida se escucharon opiniones del tema dado ese día; para indagar acerca de las formas de pensar y sentir de cada integrante del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata", para analizar que emociones son las que afectan la vida emocional de cada integrante, estos permitieron la proyección de varias personas en diferentes temas.

Con cada charla se abrió un espacio al finalizar los temas para que los integrantes del grupo pudieran expresar como se sienten estando en el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata", lo cual dio información significativa para la realización del proyecto planificado.

Cuando se tenía información suficiente se procedió a la tabulación de los resultados y análisis de los datos para presentar los resultados, conclusiones y recomendaciones pertinentes.

### CAPÍTULO III

#### PRESENTACIÓN DE ACTIVIDADES Y RESULTADOS

Durante la realización del Ejercicio Profesional Supervisado se cubrió diferentes áreas, todas ellas enfocadas a la creación de un programa motivacional para un buen afrontamiento de los cambios psicológicos en el adulto mayor enfocado al grupo "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, Villa Hermosa I, San Miguel Petapa.

A continuación se describen cada una de las actividades realizadas con las personas que acudieron a la clínica psicológica en busca de ayuda y cómo se desglosa cada actividad por subprogramas.

#### 3.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

Este subprograma estuvo dirigido al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal y a las poblaciones en general (niñas, adolescentes y adultas) de Villa Hermosa I, San Miguel Petapa; dentro de los objetivos planteados en este subprograma están los siguientes:

##### 3.1.1 Implementar el servicio psicológico de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal dirigido al grupo "Hilos de Plata" y población en general

Para poder llevar a cabo este objetivo se inició con un proceso de divulgación y promoción del servicio psicológico a través de afiches que se colocaron dentro de la secretaria para que las personas se fueran enterando acerca del servicio y los días que funcionó, también se utilizó carteles colocados afuera y cerca de la parroquia para que las personas pudieran observar y acudir en busca del servicio.

Al comienzo del Ejercicio Profesional Supervisado, en los primeros días, se organizó el espacio que funcionaría como clínica psicológica durante un año, y se creó un libro de expedientes para llevar un mejor control de cada paciente que llegaría a la clínica, a la vez también se llevó material necesario para trabajar con la población que requiriera el servicio, dentro de estos materiales se encuentran los siguientes:

- casa de madera para terapia de juego
- muñecos (representación de la familia)
- juegos de mesa
- alfombra
- temperas
- plastilina
- crayones de cera
- lápices
- goma
- tijeras
- hojas en blanco
- dulces
- papel arcoíris para adornar la clínica

Con los materiales ya mencionados y algunos otros que ya había en la parroquia se complementó el material para llevar a cabo la terapia psicológica con toda la población que lo requirió.

Dentro de este objetivo se trabajó con un total de 62 personas en la clínica psicológica entre niños, adolescentes y adultos; cuyas edades se encuentran en un rango de 3 hasta 87 años, entre los cuales la mayoría fueron niños y adolescentes.

El horario de atención psicológica fue: los días lunes, martes y viernes iniciando desde las 8:00 am a 12:00 am con una duración de 45 minutos

a una hora por paciente, atendiendo así a 4 pacientes por día y 16 por semana en la clínica asignada dentro de la parroquia.

Antes de comenzar con las terapias se creó una agenda para el control de las citas de cada paciente.

El proceso de las terapias psicológicas funcionó de la siguiente manera:

- solicitud de sus datos generales
- se le abrió un expediente a cada paciente numerado correlativamente
- se anotó al paciente en un libro de registro
- se le entregó un carné a cada paciente para un mejor control de sus citas

La información que se requirió en cada expediente de los pacientes fue la siguiente:

- datos generales: nombre completo, dirección, teléfono, edad, ocupación, estado civil, fecha de inicio de consulta.
- Motivo de consulta
- Examen mental
- Descripción de la problemática
- Consecuencias (sociales, laborales, físicas y psicológicas)
- Búsqueda de alternativas de solución
- Dinámica familiar
- Pronóstico
- Impresión clínica
- Terapia propuesta
- Plan de tratamiento
- Observaciones

Cuando se trabajó con niños se utilizó además una anamnesis infantil, también cuando se trabajó con niños y adolescentes, se tuvo una terapia con los padres cada dos semanas para tener mejores resultados en la

terapia y platicar acerca de los avances del paciente y cómo seguir ayudándolo en su proceso.

Durante el mes de julio del año 2012 los espacios que se tenían para recibir a nuevos pacientes se agotaron, con lo que se tomaron dos medidas; una de ellas fue colocar a los nuevos pacientes dentro de una lista de espera, o referirlos con el psicólogo de la parroquia que atiende solo los días miércoles y requiriendo un pago simbólico de Q.25.00 por paciente y por terapia, con lo cual algunas personas estuvieron de acuerdo, sin embargo la mayoría de la población prefirió estar en la lista de espera ya que no contaba con los medios económicos para pagar la terapia psicológica y así cuando un paciente terminaba su tratamiento o ya no acudía a sus terapias se le daba un espacio a un paciente nuevo.

La mayoría de los pacientes eran referidos por la secretaria, clínica médica de la parroquia, practicante de trabajo social, integrantes del grupo "Hilos de Plata" y maestra de escuelas aledañas a Villa Hermosa.

La terapia que se utilizó con los adultos fue cognitivo conductual y la terapia que se utilizó con los niños y adolescentes fue la terapia Gestalt y terapia de juego.

A continuación se detalla la cantidad de pacientes atendidos durante el Ejercicio Profesional Supervisado, a qué género pertenecen, edad y motivo de consulta en la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal

**Tabla no. 1**

No de pacientes	Genero		Rango de Edad	Motivo de Consulta
	F	M		
9	2	7	6-12 años	Agresividad
4	3	1	11-19 años	Abuso sexual
1	0	1	53 años	Alcoholismo
8	2	6	7-14 años	Bajo rendimiento escolar
3	2	1	4 – 9 años	Celos fraternos
2	2	0	34-55 años	codependencia
2	1	1	7 años	Déficit de atención
3	3	0	8- 9 años	dislexia
2	1	1	65 – 87 años	Duelo no resuelto
1	0	1	9 años	encopresis
8	1	7	3 – 9 años	enuresis
1	1	0	34 años	Estrés postraumático
1	1	0	15 años	Relación conflictiva con la madre
1	1	0	6 años	Maltrato infantil
1	0	1	14 años	Problemas de lenguaje
2	2	0	11 -21 años	timidez
1	0	1	33 años	Trastorno bipolar I

2	2	0	14 -28 años	Trastorno de somatización
8	7	1	6 -68 años	Violencia intrafamiliar
2	1	1	21-29 años	Neurosis de ansiedad
62	32	30		Total de Pacientes atendidos 62

Como se puede apreciar en la tabla anterior la mayoría de pacientes atendidos fueron niños y adolescentes; las causas principales por las que las personas han ido en busca de ayuda fueron: agresividad, bajo rendimiento escolar, enuresis y violencia intrafamiliar.

La mayoría de los pacientes atendidos fueron personas de escasos recursos, de familias extendidas o monoparentales, el tipo de relaciones que más predominan en los pacientes atendidos fueron relaciones disfuncionales; en el historial de cada uno de los pacientes se encontraron conflictos serios en las familias, bajo control de emociones, incluso hasta abusos de tipo físico, psicológico y sexual, lo más grave del caso es que muchas de las familias ya se acomodaron a ese estilo de vida.

Varios de los niños atendidos en la clínica psicológica tuvieron un resultado satisfactorio después de varios meses de tratamiento con la terapia Gestalt y terapia de juego se podía ir viendo los cambios en sus diferentes áreas como: rendimiento escolar, relaciones sociales, control de esfínteres, disciplina y responsabilidad. Claro que la mayoría de los niños que tuvieron resultados satisfactorios contaban con apoyo de algún familiar que es indispensable para el cambio.

En cuanto a los niños que no tuvieron buenos resultados se pudo observar que cuando se requería hablar con los padres, algunos no asistían porque tenían el pensamiento que ellos no eran los del problema y se desentendían del programa, incluso hasta retirar a los niños del mismo, varios asistieron pero cuando se recomendaba hacer ciertos cambios en sus patrones de crianza no les parecía y mejor se retiraban del programa.

### 3.1.2 Orientar a los integrantes del grupo "Hilos de Plata" a la búsqueda y mantenimiento de la salud mental y que adopten un estilo de vida acorde a sus condiciones y posibilidades individuales

Este objetivo estuvo dirigido al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, Villa Hermosa I.

El comienzo del proyecto inició con una visita de reconocimiento, lo que consistió en utilizar 2 semanas previas a la fecha establecida por parte de la universidad para el inicio del mismo y observar las principales necesidades dentro del grupo, para dar un mejor servicio dentro de este subprograma.

Para el cumplimiento de este objetivo; al comenzar el proyecto se hicieron volantes dirigidos al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" para motivarlos a la búsqueda y mantenimiento de su salud mental. En los días que se programaron para charlas y talleres interactivos se utilizaron unos minutos para motivar a los integrantes a la búsqueda del servicio, estas charlas pertenecen al Subprograma de Docencia por lo mismo se detallará cómo funcionaron más adelante. Acá solo se detallan los 15 minutos utilizados antes de terminar las reuniones para platicarles acerca de la importancia de su salud mental y la influencia que esto tiene en su diario vivir y cómo adoptar un estilo de vida mentalmente sano.

Los integrantes del grupo mostraron interés cuando se utilizaban estos últimos minutos al terminar la reunión y aprovecharon para hacer preguntas en cuanto el servicio, con lo cual se les pudo sacar de dudas y hacer que estuvieran bien informados y animados para ir en búsqueda del mismo.

La información brindada, se les daba también por escrito poniéndoles ejemplo de varias historias que los hacían reflexionar en diferentes temas

que motivaron a varios de los integrantes a buscar el servicio, en estos minutos varios preguntaban cómo se podían integrar al mismo, porque sabían que lo necesitaban, incluso varios preguntaron si se podía llegar a sus casas para darles terapia psicológica pues se les dificultaba llegar otro día, lo cual se tuvo en cuenta, pero lamentablemente no se pudo llevar a cabo debido a que muchos vivían en colonias peligrosas por lo que mejor se tomó la decisión de dar la terapia solamente en las instalaciones de la parroquia, siempre buscando un día y hora que les favoreciera a los integrantes .

### 3.1.3 Fortalecimiento de una red de apoyo e implicación de actividades para el disfrute del ocio y la distracción

Para el cumplimiento de dicho objetivo, al iniciar con el proyecto se hizo una calendarización por mes para programar salidas a diferentes lugares para que el grupo fuese compartiendo más con todos sus compañeros y así fue como se fortaleció el grupo como una red de apoyo para los integrantes del grupo "Hilos de Plata".

Al principio fue un poco difícil hacer que los integrantes se pusieran de acuerdo pues muchos querían un lugar y a otros no le parecía, y en varias ocasiones se molestaron entre ellos mismos, por no ponerse de acuerdo, se empezó a tomar decisiones en base a votaciones y así se estableció que se tomarían las decisiones, lo que aminoró las discusiones entre los integrantes, se empezó a ver el cambio, ya no discutían y se ponían de acuerdo mucho más rápido.

Se calendarizaron los cumpleaños de cada uno de los integrantes para celebrarlos cada dos meses con el respectivo pastel, se anotaron los datos de cada integrante para estar más pendiente de cada uno de ellos.

Se creó una junta directiva dentro del grupo que consistió en asignar cargos los cuales fueron: presidente, secretaria, tesorero, encargado de

manualidades, encargado de relaciones públicas, cada uno tuvo una función importante dentro del grupo y estuvo dispuesto a colaborar con su responsabilidad asignada.

Cuando se celebraron los diferentes cumpleaños la mayoría de los integrantes expresaba alegría y felicidad, incluso con lágrimas en los ojos les agradecía a sus compañeros el haberse acordado de un día especial en sus vidas y por estar pendientes de ellos, que muchas veces en sus casas no recibían esas muestras de cariño que los hace sentirse bien, recordaban varias experiencias que los hacían reír, compartir y unirse como grupo.

A los cumpleaños festejados les gustaba mucho celebrar con marimba, que es la música preferida de la mayoría de los integrantes del grupo "Hilos de Plata" y para lo cual se aprovechó que en el grupo existe una grabadora la cual se utilizó para esta actividad y el grupo pasara un momento agradable, ellos aprovechaban para bailar sus canciones preferidas, lo cual provocó muchas sonrisas en los integrantes haciendo a la vez que se mantuvieran activos y se fueran a sus casas con un mejor estado de ánimo.

### 3.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

Este subprograma estuvo dirigido exclusivamente al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal. Dentro de los objetivos planteados en este subprograma se encuentran los siguientes:

### 3.2.1 lograr una visión optimista y contribuir al afrontamiento sano de los cambios psicológicos propios del adulto mayor en el grupo "Hilos de Plata" por medio de talleres interactivos y charlas motivacionales

La primera reunión con el grupo se utilizó para establecer rapport con los integrantes y dejar establecido los días de reunión para los diferentes talleres. Con ello indagar acerca de la forma en la que se ha venido trabajando y también indagar acerca de las principales inquietudes que existen dentro del grupo.

Cada actividad impartida fue planificada y organizada previamente según el tema a trabajar y se registró de la siguiente manera:

- Nombre del tema
- Descripción de la actividad
- Objetivos
- Materiales a utilizar
- Tiempo a utilizar
- Número de participantes en la charla o taller
- Resultados obtenidos
- Comentarios de los integrantes

Los días que se utilizaron para impartir los diferentes talleres y charlas fueron: un miércoles cada 15 días, el párroco trabajó cada 15 días espiritualidad con el grupo y dejando a nuestro cargo todos los días jueves, ambos días en horario de 9:00 am a 11:30 am en el salón de usos múltiples llamado San Agustín que se encuentra a un costado de la parroquia.

Antes de comenzar las charlas y talleres se utilizaron 30 minutos antes para limpiar el salón pues es un salón utilizado por diferentes grupos pertenecientes a la parroquia y en la mayoría de las ocasiones no dejaban

el salón limpio, con lo cual se tomó la decisión de llegar antes al salón para hacer la respectiva limpieza y tener un ambiente agradable al momento de llevar a cabo las diferentes actividades, al finalizar se dejó el salón limpio.

Para alcanzar este objetivo se realizaron una serie de talleres interactivos y conferencias dirigidas al grupo del adulto mayor, se contó con la ayuda de la estudiante de Trabajo Social, siendo siempre su participación desde el ámbito social y dejando que el proyecto de Psicología se realizara sin ningún problema y se logró alcanzar un buen trabajo en equipo.

Los temas impartidos en las diferentes charlas y talleres así como las fechas y el número de participantes se indican en la tabla siguiente:

**Tabla no.2**

Fecha	Actividad	No. De participantes
12/04/12	Estilos de vida sanos en el adulto mayor	14
19/04/12	Control de emociones en el adulto mayor I	16
03/05/12	Control de emociones en el adulto mayor II	17
16/05/12	Taller el perdón	12
17/05/12	Charla " heridas del autoestima"	16
24/05/12	Taller " las necesidades del ser humano"	17
31/05/12	Taller "cerrando círculos"	16

07/06/12	Charla " resolviendo conflictos"	15
14/06/12	la sexualidad en el adulto mayor	15
21/06/12	Relaciones humanas en el adulto mayor	17
04/07/12	Aprovechando nuestros recursos	19
18/07/12	La salud emocional en el adulto mayor	21
25/07/12	Autoestima I	19
08/08/12	Autoestima II	22
16/08/12	Los proyectos en el adulto mayor	18
23/08/12	Mejorando nuestra comunicación	16
20/09/12	Los roles en el adulto mayor	17
27/09/12	La importancia del tiempo	16
04/10/12	El adulto mayor y la familia	14
11/10/12	Los derechos en el adulto mayor	18
18/10/12	Charla " envejecimiento activo"	14
25/10/12	Cambios de humor en el adulto mayor	17
15/11/12	El autocuidado en el adulto mayor	15
06 /12/12	Charla " el compromiso con la vida"	14
17/01/13	Charla "autoestima"	16
24/01/13	Charla " viejos niños o pobres viejos"	18
07/02/13	La edad madura	15
21/02/13	El estrés en el adulto mayor	17
28/02/13	La depresión	15

07/03/13	Charla motivacional "crecimiento interior"	16
14/03/13	Los aspectos positivos de la edad avanzada	17

Durante la realización de cada charla y taller interactivo, se utilizó el orden de trabajo que se desglosa a continuación:

- Limpieza del salón
- Oración inicial
- Presentación de agenda del día al grupo
- Dinámica rompehielo
- Presentación del tema a tratar
- Impartir el tema
- Repartir material didáctico sobre el tema a cada integrante
- Conclusiones y comentarios por parte de los integrantes para evaluar la actividad del día
- Avisos ( planificación de las actividades programadas para la siguiente semana)
- Oración final
- Refacción

En cada charla impartida se evaluaron los resultados, y en la mayoría se obtuvieron resultados positivos, los integrantes hacían saber comentarios positivos incluso de temas que desconocían como por ejemplo el tema "los derechos del adulto mayor" o "los roles del adulto mayor" y la sexualidad en el adulto mayor".

Para llevar a cabo los diferentes talleres y charlas se utilizó también una caja de cartón adornada en donde, los integrantes del grupo "Hilos de Plata" podían depositar un papel, con algún tema de su interés que les

gustarían que se impartiera en las reuniones y a la vez observar cuáles eran los temas de mayor inquietud en los mismos; dicha actividad tuvo resultados muy interesantes, varios integrantes hicieron saber a través de este medio que estaban principalmente interesados en los temas siguientes: relaciones humanas, relaciones familiares, autoestima y depresión.

Dentro de varios talleres impartidos, uno de los que tuvo resultados bastante satisfactorios fue el taller "el perdón" este se inició con una reflexión relacionada con el tema, después se llevó a cabo una dinámica, llamada "dejando ir" que consistía en entregarle a cada integrante un pliego de papel manila, en donde tenían que escribir el nombre de las personas, que en algún momento de sus vidas les causaron daño, muchos de ellos se pusieron nostálgicos recordando momentos muchas veces tristes y difíciles incluso escribieron personas a las cuales ellos creían haberles hecho daño en algún momento, la mayoría escogió nombres de familiares, los cuales transportaron al papel y luego dejaron ir en el mismo, esos sentimientos pues cada uno destruyó el papel estando conscientes que junto al mismo dejaban ir los sentimientos negativos que los unían a esos recuerdos, con la actividad la mayoría expresaron lo bonito de la actividad y lo mucho que les había gustado.

Otro de los talleres significativos fue el taller de "resolviendo conflictos", también se les hizo saber métodos y diferentes técnicas que se pueden hacer cuando se encuentran ante cualquier problema, dentro del tema también se les hizo saber la importancia del control de las emociones para tomar mejores decisiones ante cualquier dificultad, con dicho tema varios integrantes se acercaron al finalizar la charla, exponiendo varios de sus problemas y preguntando consejos en como poder resolverlos.

Otro de los talleres que tuvieron resultados muy emotivos fue el taller de "autoestima", por lo mismo se dieron varios talleres que se enfocaban al autoestima del adulto mayor, aparte de que les gustó mucho a los integrantes del grupo, también se pudo ver resultados funcionales y afectivos, algunos de los que pensaban que por su edad ya no podían realizar actividades por "el que dirá de la sociedad", se animaron a retomar esas actividades, que por algún motivo dejaron pendientes desde hace años atrás, tales actividades incluyen practicar ejercicios, aprender a leer, salir a caminar , compartir más con las personas, y buscar resolver conflictos familiares antes de darse por vencidos.

Según lo planificado en un principio el párroco de la iglesia estaría con el grupo del adulto mayor, impartiendo el tema de espiritualidad una vez cada 15 días, pero en muchas ocasiones el padre, por sus múltiples actividades, les era imposible compartir con el grupo, con lo que le tocaba a la estudiante de Psicología y Trabajo Social cubrir ese día con el grupo del adulto mayor, se decidió dar una charla en esos días que se tenía siempre preparada de emergencia cuando ocurría la ausencia del párroco de la iglesia.

Antes de iniciar las charlas o las diferentes actividades planificadas con anterioridad en el salón San Agustín, se utilizaron 30 minutos antes de la actividad planificada para la limpieza del salón, poco a poco los integrantes del grupo fueron muy colaboradores, muchos integrantes del grupo llegaban muy temprano para ayudar en la limpieza del salón, en muchas ocasiones los integrantes del grupo se molestaron al encontrar el salón muy sucio y ver cómo lo dejaban los otros grupos de la iglesia, que se quitaban los adornos que se ponían exclusivamente para el grupo, pues los integrantes del grupo "Hilos de Plata" siempre dejaban el salón limpio y no les parecía justo encontrar el salón sucio, para lo cual los mismos hacían comentarios de desagrado, ellos mismos se organizaron para luego hablar con el párroco para que encontraran una solución, el párroco les

apoyó y habló con los otros grupos que utilizaban el salón, al principio sí cambio esa actitud de parte de los otros grupos , pero con el paso de los meses las cosas volvieron a estar igual, entonces el grupo tomó la decisión de mejor limpiar ellos llegando más temprano los días de reunión y dejarlo limpio.

En las diferentes actividades realizadas y temas impartidos se vivieron muchos momentos emotivos, en varias ocasiones los integrantes se identificaban con algún tema en especial, que los hacia reflexionar acerca de sus vidas, expresaban sus sentimientos con lágrimas en los ojos, contándonos a todo el grupo parte de sus historias y vivencias que los hacían reflexionar sobre algún área de su vida.

Uno de los momentos más agradables para los integrantes del grupo, fue el momento en donde se les repartía material didáctico sobre el tema que se impartía en la reunión, con el fin de seguir siendo material de apoyo y estimulante en su vida, y para no olvidar la importancia de cada tema impartido según la programación, incluso varios de los integrantes hicieron comentarios acerca de lo mucho que les ayudaba tener ese material, cuando se sentían tristes o se encontraban ante una dificultad recurrían al mismo.

También se motivó al grupo a seguir asistiendo a las reuniones, se organizó junto a la estudiante de Trabajo Social la entrega de ciertos reconocimientos a los integrantes que no faltaron ningún día durante el mes, esta actividad por sencilla que parezca tuvo un buen resultado, al principio solo se premió a dos integrantes del grupo que no faltaron a ninguna reunión, seguido del primer mes cada vez fueron aumentado los diplomas que se fueron entregando a los integrantes del grupo ya que tenían una motivación más para no faltar.

El párroco Miguel Ángel Girón dio un gran apoyo al grupo del adulto mayor, él fundó el grupo desde hace 6 años y siempre trataba la manera de estar en las reuniones de espiritualidad con los integrantes del grupo "Hilos de Plata" y también dedicarles una "Santa Eucaristía" cada dos meses, exclusivamente al adulto mayor. Durante el mes de noviembre del año 2012, se dio en la parroquia un cambio de párroco, lo cual sucede cada 6 años en todas las parroquias, para lo cual los integrantes del grupo "Hilos de Plata" fueron momentos al principio de incertidumbre, les aterrorizaba la idea de pensar que el grupo dejara de existir y no tener más una red de apoyo, también mostraban mucha tristeza por el hecho de que se separarían del padre, que los apoyó en todo momento, incluso expresaron con lágrimas al padre sus muestras de cariño y agradecimiento por el tiempo que los apoyo. Después vino la llegada del nuevo padre y con las diferentes actividades que tenía que cumplir, no se pudo contar con la participación del nuevo sacerdote en las reuniones, lo cual puso tristes a los integrantes del grupo del adulto mayor expresando muchas veces que no eran importantes dentro de la parroquia.

Con los últimos cambios que sucedieron en cuanto a la administración de la parroquia y por lo tanto con el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata", se trató de fortalecer al grupo motivándolos a que siguieran reuniéndose incluso si no llegaban más estudiantes de Psicología o Trabajo Social a dirigirlos, pero ellas podían calendarizar a través de la junta directiva creada, las diferentes actividades para que el grupo siguiera funcionando. Para ir desarrollando en el grupo dichas actividades, se les estuvo ayudando a calendarizar las actividades para que poco a poco fuera el grupo siendo independiente y siguiera llevando beneficios a cada uno de los integrantes.

3.2.2 Promover y dar a conocer las habilidades del adulto mayor a través de diferentes actividades recreacionales como festivales y cine foros que promuevan estilos de vida mentalmente sanos

Las actividades recreacionales realizadas a lo largo del Ejercicio Profesional Supervisado así como las fechas y el número de participantes se indican en la tabla siguiente:

Tabla no. 3

Fecha	Actividad	No. de participantes
29/03/12	Visita al zoológico "La Aurora"	21
26/04/12	Festival físico – recreativo para el adulto mayor	23
10/05/12	Celebración del Día de la Madre	25
02/05/12	Celebración de cumpleaños (enero-mayo)	21
18/05/12	Viaje al puerto San José	23
02/06/12	Visita a centro recreativo " El Paraíso" Villa Hermosa I	22
20/06/12	Festival de talentos del adulto mayor	19
26/07/12	Rifa para recaudación de fondos en el grupo " percoladora"	21
03/08/12	Celebración de cumpleaños (junio –	22

	agosto)	
12/09/12	Mañana cultural "celebración del Día de la Independencia	25
14/09/12	Actividad para recaudación de fondos en el grupo "venta de comida" en escuela Villa Hermosa I	16
12/10/12	Presentación de obra de teatro en el Centro de Salud de San Miguel Petapa en el "Mes de la Salud Reproductiva"	25
22/11/12	Celebración de cumpleaños (septiembre - noviembre)	19
13/12/12	Convivio navideño en "Pollo Campero"	25
14/02/13	Celebración del Día del Cariño	18
20/02/13	Celebración de aniversario "7 años del grupo Hilos de Plata"	16
21/03/13	Visita a centro recreativo " El Paraíso" Villa Hermosa I	17

Dentro de estas actividades se puede ver que aumentaba mucho el número de participantes, cuando los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" se enteraban que se realizaría una actividad recreacional invitaban a algún amigo, conocido o familiar para que se integrara a la misma, en varias actividades sí se pudo autorizar la llegada de algunas personas que no fueran del grupo, con la condición que costearan su gastos, la mayoría de estas actividades requerían de ciertos pagos como entradas a dichos lugares , o para el pago del transporte que requería la actividad y los gastos eran pagados por un fondo que

mantenía siempre el grupo "Hilos de Plata", o por la colaboración que los integrantes del grupo del adulto mayor ofrecían para llevar a cabo las actividades.

Para tener siempre un fondo dentro del grupo, siempre en las reuniones se pedía una colaboración, y así se iba ahorrando con el fin de ir planificando más actividades, también varios de los integrantes que fueron muy colaboradores siempre llevaban algún cuadro, electrodoméstico o utensilio que se rifó dentro del grupo y poco a poco se crearon más fondos, que guardaba el tesorero asignado dentro del grupo, también en una ocasión los integrantes del grupo decidieron comprar una percoladora para rifarla a través de listas, con lo cual se hicieron 18 listas, de 30 números y se le entregó una lista a cada integrante del adulto mayor y se pudo recaudar fondos; otra de las actividades generadoras de fondos al grupo "Hilos de Plata" eran las ventas de comida típica en los colegios cercanos, se tenía contacto con la directora y varias maestras que avisaban en qué fechas la institución tendría alguna actividad especial, en la cual permitían poner una venta de comida, para llevar a cabo estas actividades los integrantes del grupo ofrecían donar algo que estuviera dentro de sus posibilidades, en todas las ocasiones se tuvo el apoyo de la parroquia, nos prestaba una mesa para realizar la actividad, en las ventas siempre se tuvo éxito, se lograba vender toda la comida, y eso provocaba alegría en los integrantes porque muchas personas se acercaban a dar comentarios positivos en cuanto a la comida.

En cuanto a los diferentes viajes como lo fue al Puerto de San José, y la visita al zoológico La Aurora, se contó con el apoyo de la municipalidad de San Miguel Petapa, esta puso a disposición del grupo "Hilos de Plata" un bus con chofer para llevar a cabo las actividades, el grupo mostró siempre una buena actitud y entusiasmo, se unieron y apoyaron como grupo incluso en estas actividades siempre los integrantes llevaban algo de comida que compartían con sus compañeros, durante estos viajes los

integrantes del grupo aprovechaban el camino para ir cantando y para hacer ciertas bromas que los hacían reír y disfrutar más del viaje, lo que se pudo observar también es que muchos de los integrantes que no se llevaban bien, cuando ocurrían estas actividades regresaban teniendo una mejor relación entre ellos y un mejor estado de ánimo, también se pudo observar el apoyo que se tienen dentro de los compañeros, cuando algún integrante no podía colaborar con algo, o no podía costear la entrada a algún centro, todos se unían y reunían el dinero para que pudiera asistir y no dejar a nadie del grupo sin participar.

Lamentablemente a partir del mes de agosto del año 2012 ya no se contó con la ayuda de la municipalidad de San Miguel Petapa, cuando se solicitaba algún bus la respuesta fue que con el cambio de alcalde no se podía contar más con esa ayuda, con lo cual se tomó la decisión de que los viajes serían entonces a lugares cercanos, por lo que después se hicieron visitas a centros recreacionales cercanos a Villa Hermosa como lo fue al centro recreativo "El Paraíso".

En cuanto a los días de celebración de fechas especiales como Día de la Madre, los diferentes cumpleaños, Día de la Independencia, Día del Cariño y los diferentes convivios, y mañanas culturales; los integrantes estuvieron muy agradecidos haciendo ver con sus comentarios lo mucho que les agradaba el participar en las mismas, para poder llevar a cabo estas también se contó con la participación de los integrantes, cada uno tuvo una función dentro de la actividad, como dar un poema, dramatizar una obra, hacer un baile o contar una anécdota.

También el grupo fue invitado a participar en varias ocasiones a diferentes celebraciones tanto en el "Día de la Salud Reproductiva" en la municipalidad de San Miguel Petapa y diferentes actividades de la escuela de Trabajo Social de la universidad de San Carlos de Guatemala, y los

invitaron siempre para que bailaran o interpretaran alguna obra de teatro, con lo que con anterioridad se planificaba para que saliera bien la actividad.

En cuanto a los festivales físico – recreativos los integrantes del grupo del adulto mayor trabajaron más que todo gimnasia cerebral, con ello aprendieron a cómo mantener y estimular sus procesos cognitivos, se les puso a realizar actividades como memoria gigante, dominó gigante, diferentes lecturas para gimnasia cerebral, con estas actividades los integrantes del grupo se mostraron siempre muy colaboradores e interesados en poner en práctica en sus casas lo aprendido.

En cuanto a los cines foros lamentablemente no se pudo llevar a cabo dicha actividad debido a que no se contaba con el equipo necesario.

3.2.3 Lograr la distensión y el escape de tensiones frente al cansancio propio del adulto mayor enseñando a los integrantes a que aprendan técnicas encaminadas a la prevención y control de la tensión a través de terapias alternativas.

En la siguiente tabla se detalla la fecha, actividad y número de participantes que estuvieron presentes para lograr dicho objetivo

Tabla no. 4

Fecha	Actividad	No. De participantes
09/05/12	Taller de relajación	18
15/06/12	Taller de risoterapia	17
27/06/12	día de manualidades "gabacha"	15
05/07/12	Estimulación de motricidad gruesa y fina	17
19/07/12	Taller de relajación	16
30/08/12	día de manualidades	14
29/11/12	día de manualidades	16
06/02/13	Realización de tarjeta para el Día del Cariño	17

Una de las actividades que más les agradó al grupo "Hilos de Plata" fue el taller de relajación, al principio cuando se dio el primer taller de relajación muchos estaban a la expectativa de qué era lo que sucedería y ponían excusas para no realizar la actividad, pues se realizaban acostados en el piso, para lo que muchos decían que preferían quedarse sentados y siempre se respetó su decisión, con la aplicación más adelante de talleres de relajación todos los participantes se integraron a la actividad e hicieron comentarios positivos, haciendo referencia del concepto que tenían en cuanto a estas actividades y pensaban que no funcionaban pero cuando se

animaron a participar se dieron cuenta lo mucho que les agradó esta actividad.

Otra de las actividades que llamó mucho la atención de los integrantes del grupo fueron las actividades de manualidades, se mostraron siempre interesados para aprender y cuando lograron realizar lo planificado se sintieron orgullosos de ellos mismos por lograr el objetivo, haciendo comentarios como "no pensé que lo podía hacer" y así también se pudo contribuir a motivarlos y cambiar conceptos erróneos en cuanto a sus capacidades.

### 3.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION

Enlazadas a las actividades de docencia se encuentra la respectiva investigación planteada en base a la problemática observada en dicha población, esta se determinó después de comenzar con las primeras visitas de trabajo y reconocimiento a la población que asiste al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" ya con ello se pudo identificar algunas características, necesidades y preocupaciones dentro del contexto, que son de mucho interés para un estudio más profundo , por lo cual el tema de investigación fue el siguiente:

#### 3.3.1 explorar acerca del contexto de relaciones básicas de las personas que asisten al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" y la valoración que le dan a su participación dentro del grupo.

Cuando se llevó a cabo la investigación planteada se enmarcó como un ejercicio de investigación descriptiva, investigación bibliográfica y la utilización de una entrevista semiestructurada a cada integrante del grupo "Hilos de Plata" y así obtener la mayor información posible, también se

contó con la asesoría del supervisor de E.P.S Lic. Rafael Estuardo Espinoza.

La entrevista semiestructurada aplicada a los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" estuvo enfocada a valorar dos áreas específicas, siendo la primera: las funciones dentro del hogar y su contexto y la siguiente la relación- valoración de cada integrante con el grupo, para lo cual dicha entrevista consistió en 13 preguntas abiertas las cuales fueron las siguientes:

1. ¿Con qué personas vive?
2. ¿Qué funciones realiza dentro de su hogar?
3. ¿Se siente satisfecho(a) con las actividades que realiza dentro del hogar?
4. ¿Cómo es la relación con las personas con las que vive?
5. ¿Se siente satisfecho con las decisiones que ha tomado sobre su patrimonio? ¿Por qué?
6. ¿Se siente importante dentro de su familia?¿por qué?
7. ¿Las manifestaciones de cariño forman parte de su vida cotidiana?
8. ¿Cuándo alguien de la familia tiene un problema ¿lo ayudan?
9. ¿En su familia se distribuyen las tareas de manera que nadie este sobrecargado?
10. ¿Cómo se siente al compartir en el grupo "Hilos de Plata"?
11. ¿Ha habido cambios en su vida desde que asiste al grupo "Hilos de Plata"?
12. ¿Cómo se siente al compartir con personas de su misma edad?
13. ¿Qué actividades le gusta realizar dentro del grupo "Hilos de Plata"?

Las entrevistas fueron aplicadas a 10 personas todas ellas pertenecientes al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal de Villa Hermosa I ,las personas que fueron

entrevistadas oscilan entre las edades de 65 años – 87 años, para llevar a cabo la aplicación de las mismas, se pidió la colaboración del grupo haciéndoles ver que para la investigación, se necesitaba tener una entrevista con algunos de ellos a lo cual todos accedieron y mostraron una actitud de disposición para la misma.

Las entrevistas se empezaron a realizar a partir del mes de febrero del año 2013, como todos los horarios ya estaban ocupados con las diferentes actividades que se mencionan con anterioridad, en los días en que se impartía un taller o charla , al finalizar se le pedía la colaboración a un integrante para que se quedara un tiempo más, siempre preguntándole si no le afectaba en su actividades diarias y con este mecanismo se fue obteniendo dos entrevistas por semana , logrando las 10 entrevistas en un tiempo aproximado de un mes y medio para recabar toda la información.

En cada una de las entrevistas se encontró una infinidad de historias y sentimientos , cada integrante del adulto mayor fue diferente al ser entrevistado, ya que algunos se mostraron al principio más reservados y con dificultades para hablar de su vida personal, la mayoría de personas con estas actitudes eran las que más conflictos en sus hogares tenían, también hubieron personas que se abrieron más durante la entrevista y tenían la suficiente confianza para permitir entrar a su vida y conocer su historia.

Los resultados obtenidos de la entrevista abierta aplicada a los integrantes del grupo “Hilos de Plata” se describen en la siguiente tabla:

FUNCIONES DENTRO DEL HOGAR Y SU CONTEXTO  
GRUPO "HILOS DE PLATA"

TABLA NO. 5

NO.	PERSONAS CON LAS QUE VIVE	FUNCIONES QUE REALIZA DENTRO DEL HOGAR Y COMO SE DISTRIBUYEN ESTAS EN LA FAMILIA	CONSECUENCIAS EMOCIONALES DEBIDO A LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL HOGAR Y LAS RELACIONES FAMILIARES	CONSECUENCIAS EMOCIONALES DEBIDO A LAS DECISIONES EN SU PATRIMONIO	GRADO DE IMPORTANCIA DENTRO DE LA FAMILIA, APOYO EN PROBLEMAS Y LAS MUESTRAS DE CARIÑO EN EL ENTORNO FAMILIAR	PADECIMIENTOS FISICOS
P. 1	esposo, hijo mayor (separado) dos nietos (niño de 7 años y niña de 11 años)	Limpieza de la casa Hacer la comida para todos los que viven en casa Cuidado de los nietos A veces me ayudan unas mis hijas cuando llegan pero por lo regular yo hago todo y si me sobrecargo mucho con los	Tensión Carga emocional Impaciencia por momentos  La relación con su esposo e hijos es muy buena, con las personas que discute es con sus nietos y que a veces no le hacen caso, enojo cuando ve a su nuera	Satisfacción y felicidad por los bienes que tiene ya que son producto de años de trabajo junto a su esposo	Se siente importantes, apoyo por parte de sus hijos y de su esposo en momentos difíciles tales como enfermedades físicas Las muestras de cariño están presentes pues siempre la invitan a pasear y a comer	Caídas cuando ha ido a recoger a sus nietos a la escuela lo peligroso es que la paciente esta diagnosticada con osteoporosis y cualquier golpe o caída le afecta directamente a sus huesos y tiene que ser enyesada

P2	Hijo, nuera, dos nietos(13 años y 6 años), hija, nieto (6 años)	que hacedes de la casa	Limpieza de la casa Comida para todos los integrantes de la familia, sacar la basura , coser a máquina como trabajo Cuidado nietos Las tareas no se distribuyen equitativamente y ya que su nuera e hijos no ayudan a que la casa este limpia lo que hace que se sobrecargue de trabajo a la entrevistada	Cansancio, tristeza por relaciones conflictivas con la nuera, pensamientos generalizados como "la vida es muy injusta", alejamiento en la relación con su hijo " desde que mi hijo se casó empezó a cambiar" La relación es conflictiva con la mayoría de las personas con las que vive	Arrepentimiento por haber cedido ahorros a familiares que no cumplieron con lo prometido	Sentimientos de ser poco importantes ya que han sido reemplazados por la pareja de su hijo Malas relaciones familiares "cuando uno es viejo los hijos se olvidan de uno , así es la triste vida de uno de viejo" No hay apoyo por parte de familiares y no hay muestras de cariño en su entorno familiar	Presión alta , relaciones conflictivas especialmente con la nuera
P3	Esposo, hija , dos nietas 15 años y 13 años, yerno	Limpieza del hogar Hacer la comida Estar pendiente que no falte	Cansancio físico y emocional " a veces me canso mucho y ya no me dan ganas de salir mejor me	No ya que debido a amenazas me muerte de la familia tuvo que ceder su	Sentimiento de ser importante a su esposo e hijas, ya que siempre están pendientes de ella, las peleas se dan con	Estrés ,enferma de los nervios	

		<p>nada en casa</p> <p>La mayoría de que haceres de la casa los hace la entrevistada lo cual la agota tanto que ya no quiere salir a la calle después</p>	<p>quedo descansando"</p> <p>La relación con sus hijas es buena pero a veces pelean por la educación de sus nietas ya que las tienen mal acostumbradas a hacerles todo y ellas no colaboran en casa</p>	<p>patrimonio</p>	<p>hermanas por patrimonio y a veces pelea con su hija debido a que consiente demasiado a sus nietas</p>	
P4	<p>Con mi hijo de 37 años (síndrome de Down), mi hija (32 años) con sus dos hijas una de 19 años y una de 15 años, yerno.</p>	<p>Limpieza de su espacio Cuidado de su hijo con síndrome de Down Trabaja en una paca Si los que haceres se distribuyen equitativamente</p>	<p>Cansancio Soledad " a veces me siento sola ya que con tanto que hacer ya ni sale uno y eso lo pone triste a uno"</p> <p>La relación con su hija es buena pero le molesta que ella discute mucho con su esposo y eso la pone triste.</p>	<p>"Satisfacción ya que todo lo que tengo es porque me ha costado a lo largo de los años"</p>	<p>Mis hijos solo me buscan por conveniencia" algunos solo me buscan cuando necesitan dinero" "así son los hijos cuando se casan se olvidan de uno" afecto solo de mynor Sentimientos de no ser importantes y las muestras de cariño solo las recibe e su hijo con capacidades especiales</p>	<p>Estrés Colon irritable Padecimientos de la columna vertebral</p>
P5	<p>Dos hijas</p>	<p>Oficio de la casa con la</p>	<p>Tranquilidad y felicidad " a pesar</p>	<p>Si todo lo que tengo se</p>	<p>Se siente importante</p>	<p>El paciente fue diagnosticado con</p>

		<p>ayuda siempre de sus hijas</p> <p>Las tareas del hogar se hacen con la colaboración de todos y nadie se sobrecarga</p>	<p>de no estar mucho tiempo en casa cuento con apoyo de mis hijas y la comunicación es buena, son buenas hijas eso le da paz y tranquilidad a uno"</p> <p>La relación con las personas que vive es sana</p>	<p>encuentra a mi nombre y hasta el día que yo me muera lo pondré a nombre de mis hijas, con tanto que se mira ahora y la falta de valores de los hijos ya no conviene darles en vida lo que les toca.</p>	<p>dentro de la familia, sus hijas siempre lo hacen sentir querido y especial, relación sana con las personas con las que vive "con mis hijas compartimos la música ya que yo toco la guitarra y ellas cantan ,eso nos une y nos hace compartir mas</p>	<p>un tumor en el esófago y tiene que someterse a quimioterapias , ya no podrá cantar debido a su padecimiento</p>
P6	<p>hijo, nuera y dos nietos de 7 y 5 años</p>	<p>Limpieza de su espacio</p> <p>Cuidado de nietos , llevarlos y traerlos del colegio y cuidarlos cuando los padres de ellos salen</p> <p>La entrevistada mostro descontento indicando que a pesar que ama</p>	<p>La relación con mi nuera es muy mala, ya que ella engaña a mi hijo con otro hombre, yo le he reclamado pero lo sigue haciendo mis nietos me cuentan que ven a otro hombre entrar a casa y ella los amenaza, eso me da mucha tristeza</p> <p>La relación con su</p>	<p>"Si ya que la casa está a mi nombre y a cómo vivimos no me dan ganas de dejársela a nadie más que a mis nietos, ya que ellos son los únicos que me dan felicidad"</p>	<p>Sentimientos de no ser importantes dentro de casa, solo con mis nietos la relación es buena, ellos son inocentes y no lo buscan a uno por interés, con mi hijo a veces hablébamos pero lo más triste es cuando se enamoran de una mala mujer que solo los hacen sufrir Las muestras de cariño se dan de parte de sus nietos</p>	<p>Diabetes Miopía Ácido úrico Gastritis</p>

P7	sola	<p>a sus nietos no es su responsabilidad cuidarlos ya que ya no puede hacer todas sus actividades y se sobrecarga con ello</p> <p>Hacer la limpieza Hacer la comida</p> <p>Como vive sola los que hacen de la casa los hace ella</p>	<p>hijo y nietos es buena pero con su nuera es conflictiva</p>	<p>Tranquilidad ya que donde vive actualmente es casa propia y está a su nombre</p>	<p>Poca importancia dentro de la familia, poco apoyo, y falta de unión familiar en los problemas" cuando los hijos crecen y se van se olvidan hasta de su madre, no llaman para ver si uno está bien, si uno está enferma, si uno tiene que comer, eso es triste porque cuando están pequeños uno piensa que siempre van a estar con uno pero no es así"</p>	<p>Artritis Gastritis</p>
----	------	--	--	---	--	-------------------------------

P8	Hijo de 45 años, nuera y dos 3 nietas	Limpieza de la casa como: lavar los trastos de los 3 tiempos de comida La mayoría de los que haceres de la casa los realiza la entrevistada y se sobrecarga ya que a veces ya no aguanta sus manos y espalda	"yo me fatigo mucho ya que solo yo tengo que lavar en la casa y eso me pone muy cansada y triste" La relación con el hijo es buena pero es conflictiva con su nuera y nietas ya que siempre la hacen de menos su hijo no se da cuenta	"No porque yo tenía mis ahorros en el banco, y mi hijo me prometió que me haría una bonita casa para vivir mis últimos días, y el compro este terrenito en donde vivimos todos, el terreno está a nombre de él, y no me puedo ir a otro lado porque mi hijo me mantiene".	No, porque ellos salen y no me llevan con ellos, a ellos les da igual si yo salgo o no, es como si estuviera sola, el único lugar donde me siento bien es en el grupo Poca importancia dentro de la familia, escaso apoyo y ninguna muestra de cariño entre sus familiares y ella	Dolor de espalda y pulmones , las manos adoloridas y descuidadas de tanto lavar
P9	Vivo con una hija y dos nietos	"Limpieza del hogar debido a que solo somos mi hija y yo, y como ella trabaja yo me encargo de la casa y de los nietos" Las tareas se	"Pues mi si me gusta estar en mi casa y mantenerla limpia pero a veces se complica mucho el hecho de salir a algún lugar porque mi hija acaba de tener un bebe y como el esposo	"Alquilamos junto a mi hija , tuve una casa hace varios años pero estaba hipotecada y lamentablemente la perdimos porque	"Si me siento importantes porque la relación es buena con mi hija y mis nietos, claro que tengo otro hijo pero él vive lejos y casi no nos comunicamos, eso a veces me da tristeza ya que uno quisiera tener a sus	Presión alta Diabetes

P10	Hijo , nuera y nieto de 9 años	distribuyen correctamente ya que su hija trabaja y le da un pago mínimo por cuidar a sus nietos	no está, yo le cuido a los niños lo cual es cansado pero alguien lo tiene que hacer"  La relación es buena con todas las personas con las que vive	cuando murió mi esposo ya no pude conseguir el dinero para " poder pagar "	hijos cerca siempre" Encuentra apoyo en sus hijos y muestras de cariño por ayudarle económicamente de sus gastos	Problemas en la columna Diabetes Pie diabético
		Que la casa este limpia y el almuerzo para mi hijo ya que trabaja pero siempre a medio día llega a la casa para almorzar" La nuera de la entrevistada no cumple sus obligaciones y le toca a la entrevistada asumir ese rol, pero lo realiza con caminar mucho dificultad ya que le cuest	Pues es cansado ya que me cuesta caminar y todos los días me tengo que ir al mercado a buscar lo que hace falta en la casa y a veces no tengo para pagar tuc tuc y tengo que caminar con todas las cosas para la casa"  La relación con el hijo y nieto es buena, la relación con la nuera es conflictiva	"Pues me siento bien ya que todo lo que tengo se queda ya que yo ya voy para afuera y lo que uno hizo en sus años mozos pues se queda con los nietos"	Poca importancia dentro e la familia, ningún apoyo ni muestras de cariño, "yo me llevo bien con mi hijo y con mi nieto , con la que discuto mucho es con mi nuera , ya que no cumple sus obligaciones en la casa y cuando las hace las hace mal hechas"	

RELACION – VALORACION CON EL GRUPO  
“HILOS DE PLATA”

NO.	CONSECUENCIAS EMOCIONALES A CAUSA DE PERTENECER AL GRUPO “HILOS DE PLATA”	CAMBIOS POSITIVOS EN LA VIDA PERSONAL DE CADA INTEGRANTE DESDE QUE ASISTE AL GRUPO	CONSECUENCIAS EMOCIONALES AL COMPARTIR CON PERSONAS DE SU MISMA EDAD	ACTIVIDADES DE PREFERENCIA DENTRO DEL GRUPO “HILOS DE PLATA
P. 1	<p>“Me siento feliz de encontrar personas con las que uno comparte su vida, sus problemas, los viajes y las manualidades, aunque a veces hay peleas entre nosotras pero es alegre, aquí se distrae uno de tanto ajeteo (obligaciones) de la casa y puede hasta desahogarse de sus problemas”</p>	<p>“Soy menos enojada, he aprendido a ser más calmada, a buscar solucionar los problemas de otra forma, a veces uno siente que ya no puede más y dan ganas de irse lejos uno solita pero aquí en el grupo una vez me invitaron y dije voy a probar a ver que tal y me gusto los temas que imparten las maestras ya que nos han hecho saber que nosotras valemos y tenemos derechos”.</p>	<p>“Muy bien porque tienen los mismos gustos que uno , pueden estar pasando por situaciones incluso hasta peores que uno y nos apoyamos entre nosotros, ya que nos visitamos cuando alguna integrante falta , y cuando muestran preocupación por uno hace que uno tenga ánimo de nuevo y no se de por vencido en los problemas”</p>	<p>✓ Manualidades ✓ Viajes</p>

P2	<p>Muy bien , me gusta mucho ,aquí se me olvidan mis problemas aunque sea por un rato, me distraigo, me gusta compartir con mis compañeras ya que me escuchan y me apoyan ,cuando necesito un consejo siempre lo encuentro aquí, incluso cuando me ha faltado dinero para participar en una actividad las compañeras se unen y me apoyan ya que yo también pueda participar y quiera que no eso es algo que lo llena a uno y lo pone feliz el hecho de saber que todavía hay personas buenas que se preocupan por uno.</p>	<p>Aquí me he dado cuenta que valgo como persona, que puedo pedir ayuda y ya no me siento tan sola cuando hablo con mis compañeras del grupo</p>	<p>compartimos los mismos gustos ya que los patojos ya no les gusta la marimba ni platicar con uno, eso solo es algo que uno puede hacer con personas de su misma edad</p>	<p>✓ Manualidades ✓ Viajes</p>
P3	<p>"Muy bien , aquí me relajo, me olvido de los problemas,</p>	<p>"yo aquí tome la decisión de aprender a leer aun ya grande aquí</p>	<p>"feliz ya que todos los integrantes del grupo son como mi familia y cuento con</p>	<p>✓ Viajes ✓ Pláticas</p>

	<p>aprendo cosas nuevas, nos motivan a que podamos hacer lo que nos gusta, yo a pesar que uno ya está grande se da cuenta que puede lograr las cosas que se propone"</p>	<p>me dieron valor para poder cumplir ese sueño y eso me hace feliz ya que ya no me enoja tanto mejoro mi enojo"</p>	<p>todo el apoyo de ellos n momentos difíciles y también en los momentos alegres como los viajes y paseos"</p>	
<p>P4</p>	<p>"Feliz , desde que se creó este grupo me recuerdo que éramos más pero empecé a reunirme más con personas de mi edad, las pláticas me gustan porque siempre aprendemos algo nuevo y nos distraemos un poco de todos los problemas y nos sentimos felices de compartir y hablar con los compañeros.</p>	<p>"Salgo más, hago más ejercicio ya que me inscribí a un curso de gimnasia de la municipalidad."</p>	<p>"Bien porque uno se distrae, hacemos cosas que nos entretienen como las manualidades o los viajes y nos mantienen activos para estar mejor y no encerrarnos en los problemas"</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Viajes</li> <li>✓ Pláticas</li> <li>✓ Visitas</li> </ul>
<p>P5</p>	<p>Muy a gusto yo quiero mucho a todos los integrantes le tengo mucho cariño y se muchos</p>	<p>"Aprender mucho acerca de los temas y eso me a enseñado muchas cosas ya que como yo participo en varios</p>	<p>Muy bien y feliz ya que uno tiene los mismos intereses, gustos y nos entendemos y apoyamos entre nosotros</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Cantar</li> <li>✓ Bailar</li> <li>✓ pláticas</li> <li>✓ Viajes</li> </ul>

	de los problemas que algunos tienen y me gusta venir a apoyar y poder servirles en lo que yo pueda.	grupos de la iglesia, el material que me dan aquí lo comparto en los demás grupos y les sirve a las demás personas"		
P6	"es alegre aunque a veces peleamos entre las compañeras pero es parte de convivir con más personas me siento muy bien y se me olvidan los problemas, aprende uno , se mantiene activo uno y compartimos alegrías y tristezas"	"Hago ejercicios ya que salgo a caminar, estoy controlando mejor mi enojo, ya no grito tanto, y tomo de mejor manera las cosas"	"Es muy bonito ya que son de la misma época que uno y eso lo llena a uno, porque hace recordar cuando los tiempos eran diferentes y mejores"	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Caminatas</li> <li>✓ Viajes</li> <li>✓ Pláticas</li> </ul>
P7	"Me siento muy bien ya que me distraigo y aprendo cosas nuevas, como cuando hacemos manualidades, también compartimos nuestras tristezas y alegrías"	"He aceptado mejor vivir sola, es algo que no me pone triste, antes me ahogaba yo sola en la casa me sentía sola sin nada que hacer hasta que inicié en el grupo , ahora yo sola me pongo a cantar en la casa, salgo más y me involucro más en diferentes actividades"	Muy bien porque ellos entienden lo que es pasar por esta edad y saben lo que a uno le gusta y hacer actividades juntos	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ charlas</li> <li>✓ viajes</li> <li>✓ manualidades</li> </ul>

P8	"Muy bien aquí me dan esperanza en la vida y me entretengo con todas las actividades que realizamos aquí."	aquí encontré amigos y apoyo , ya que cuando me enfermo las compañeras me visitan y eso es algo muy bonito porque son como mi familia	Feliz porque ellos no lo juzgan a uno y lo apoyan	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ visitas a los compañeros</li> <li>✓ viajes</li> <li>✓ pláticas</li> </ul>
P9	"Bien ya que viajamos, celebramos cumpleaños ya que a veces en la casa no se puede y eso lo hace sentir bien a uno porque uno se siente importante "	"aquí aprendí a superar la muerte de mi esposo ,el acababa de morir cuando yo empecé en el grupo porque no quería seguir triste encerrada en la casa y con las pláticas he aprendido a no ser tan tímida"	"alegre porque aquí reímos, nos apoyamos cuando alguien necesita algo nos reunimos para hacer algo y poder ayudarlo ya sea con algo , cositas pequeñas o con una llamada cuando uno se enferma es algo bonito porque muchas del grupo no cuentan con el apoyo de su familia y aquí se sienten bien"	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ viajes</li> <li>✓ manuales</li> <li>✓ dades</li> <li>✓ pláticas</li> </ul>
P10	"a mí me gusta venir al grupo yo era antes de las que no faltaba, pero ahora ya me cuesta caminar por lo que a veces faltó cuando no tengo para el tuctuc porque gasto mucho"	"Pues en las pláticas uno aprende mucho a mejorar en su vida y no hacerse de menos"	"Alegría ya que lo entienden a uno y lo apoyan, cuando yo no he podido venir y he estado en el hospital los que han estado al pendiente de mí han sido los del grupo"	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ visitas</li> <li>✓ pláticas</li> </ul>

INTEGRACIÓN DE RESULTADOS

La entrevista semiestructurada aplicada al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" tuvo muy buenos resultados ya que se pudo recabar información muy importante en cuanto al sentir y actuar de los integrantes y poder analizar según su contexto como afrontan día a día cada una de sus dificultades, para lo cual se describe en la siguiente tabla los resultados obtenidos ya integrados de una forma general

Tabla no.6

<u>FUNCIONES DENTRO DEL HOGAR Y SU CONTEXTO</u>					
<b>PERSONAS CON LAS QUE VIVE</b>	<b>FUNCIONES QUE REALIZA DENTRO DEL HOGAR</b>	<b>CONSECUENCIAS EMOCIONALES DEBIDO A LAS ACTIVIDADES REALIZADAS EN EL HOGAR Y RELACIONES FAMILIARES</b>	<b>CONSECUENCIAS EMOCIONALES DEBIDO A DECISIONES EN SU PATRIMONIO</b>	<b>GRADO DE IMPORTANCIA DENTRO DE LA FAMILIA</b>	<b>PADECIMIENTOS FISICOS</b>
1. la mayoría de las personas entrevistadas viven con hijos (as), nueras (yernos) y	1. cuidado y limpieza de la hogar, preparación de la comida para todos los integrantes de	Aquí se encuentra como principal resultado las relaciones conflictivas con las nueras,	1. en primer lugar la mayoría tiene una grado de satisfacción por la situación actual en cuanto a su patrimonio	1. relaciones conflictivas con la familia y sentimientos de haber sido olvidados y	Osteoporosis Presión alta Colon irritable Ácido úrico Columna vertebral Diabetes

<p>nietos</p> <p>2. en segundo lugar los viven con esposo, hijo(a), nietos</p> <p>3. en tercer lugar viven con alguno a varios hijos (as) y nietos o solo con alguno de los dos</p> <p>4. en cuarto lugar viven solos</p>	<p>la familia y cuidado de nietos</p> <p>2. limpieza del hogar , cuidado de familia con discapacidad y trabajo laboral fuera de la casa</p> <p>3. limpieza del hogar con ayuda de familiares</p>	<p>debido a la falta de apoyo , incumplimiento de responsabilidades y compromisos por parte de la misma, lo cual ha generado impaciencia, tensión, tristeza, alejamiento en la relación madre-hijo, aislamiento por cansancio físico y estado de ánimo decaído en la mayoría de la población; pero no en su totalidad ya que también se encuentran relaciones familiares estables que producen tranquilidad y felicidad ya que de alguna manera cuentan</p>	<p>2. en segundo lugar existe un arrepentimiento por haber cedido sus bienes a algún familiar</p> <p>3. conflictos familiares debido a luchas por herencias</p>	<p>poco importantes dentro de la familia</p> <p>2. apoyo familiar de toda la familia o de alguno de ellos</p>	<p>Miopía</p> <p>Gastritis</p> <p>Dolor de huesos y músculos</p> <p>Pie diabético</p>
---	--	---	---	---	---

		con el apoyo de algún familiar			
<b>RELACION- VALORACION CON EL GRUPO "HILOS DE PLATA"</b>					
<b>CONSECUENCIAS EMOCIONALES A CAUSA DE PERTENECER AL GRUPO</b>	<b>CAMBIOS POSITIVOS EN LA VIDA PERSONAL DE CADA INTEGRANTE DESDE QUE ASISTE AL GRUPO</b>	<b>CONSECUENCIAS EMOCIONALES AL COMPARTIR CON PERSONAS DE SU MISMA EDAD</b>	<b>ACTIVIDADES DE PREFERENCIA DENTRO DEL GRUPO "HILOS DE PLATA"</b>		
En su totalidad encontramos emociones positivas como: felicidad por compartir momentos agradables, aprendizaje de nuevas actividades, distracción, escape a los problemas; consejos apoyo económico, relajación y motivación para emprender actividades que los llenan y mantienen activos.	Cambios afectivos y funcionales los cuales son los siguientes:  Cambios afectivos: control del enojo, mejoramiento de autoestima, mejor aceptación de su contexto, superación de duelos y seguridad en su persona.  Cambios funcionales: mejoramiento de toma de decisiones, conocimiento de sus derechos, aprender a leer, ser más activos y mejorar en su autocuidado.	Sentimientos de ser comprendidos, compartir los mismos gustos, tanto en lugares visitados como en otras planificaciones, apoyo moral, motivación para enfrentar los problemas de una mejor forma; compartir recuerdos de antaño y comprensión.	Viajes Manualidades Visitas Pláticas		

## CAPÍTULO IV

### ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE RESULTADOS

#### 4.1 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

*Dentro del subprograma de servicio se plantearon los siguientes objetivos:*

##### 4.1.1 Implementar el servicio psicológico de la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal dirigido al grupo "Hilos de Plata" y población en general

Dentro de este subprograma se encuentra el objetivo de brindar el servicio de psicología dentro de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal para lo cual se asignó una oficina a la par de la secretaria de la parroquia el único inconveniente de la oficina es que se tuvo que compartir la misma con la estudiante de Trabajo Social y como se tenía que dar terapia psicológica la estudiante de Trabajo Social tenía que salir de la oficina para que se pudiera brindar la terapia psicológica , lo bueno fue que solo tres días a la semana eran los que llegaban las estudiantes de Trabajo Social y dos de esos días eran dedicados al grupo "Hilos de Plata" así que sólo un día a la semana era en que se tenía dicho inconveniente, antes de llevar a cabo dicho objetivo, se hizo la respectiva limpieza del salón y se complementaron los diferentes materiales para dar un mejor servicio.

Este servicio desde sus inicios tuvo mucha demanda ya que las personas lo buscaron desde antes que iniciara, se atribuyó la demanda del servicio a diferentes factores entre ellos se encuentra que: durante las diferentes misas y actividades que se realizan dentro de la parroquia siempre hubo un espacio de anuncios en donde se promociona y da a conocer el servicio de psicología con el que cuenta la parroquia, por lo mismo muchas de las

personas que residen a los alrededores de la parroquia tienen ya el conocimiento que desde hace varios años la misma cuenta con un programa de psicología, que inicia en los primeros meses del año, otro de los factores influyentes es que varias de las maestras que laboran en colegios ubicados cerca de la parroquia han sido epesistas de psicología en la misma, y asimismo en su trabajo actual como maestras han observado algunos problemas en alumnos, los cuales son referidos al programa de psicología de la parroquia, otro factor que contribuyó a la demanda del servicio, fue que la parroquia cuenta con una clínica médica y en la misma la doctora pudo observar varios problemas y somatizaciones de diferentes pacientes con lo cual, les platicaba siempre acerca del programa y lo recomendaba a muchas familias y así estas se acercaban buscando la ayuda psicológica, otro factor que contribuyó fue que cuando un paciente era dado de alta les recomendaba el servicio a otros familiares , amigos o conocidos.

Siempre se mantuvo una gran demanda del servicio tanto que se empezaba a atender pacientes desde las 8:00 am hasta las 12:00 del mediodía los lunes, martes y viernes; por la mucha demanda como se mencionó anteriormente , se creó una lista de espera para los pacientes que requerían el servicio, con lo mismo también se les dio la recomendación a estas personas en lista de espera, que se unieran al programa con el psicólogo de la parroquia, solo que este requería de una cuota simbólica de Q.25.00 y pocos fueron los que accedieron, ya que la mayoría, por ser una población de escasos recursos, por mucho que quisieran, no podía costear el pago, para lo cual se tomó la decisión de asistir los sábados una vez cada 15 días para poder dar oportunidad a otros pacientes que lo necesitaron.

La mayoría de la población atendida fueron niños y adolescentes los cuales eran referidos por diferentes problemáticas, las cuales los motivos

prevalcientes fueron casos de agresividad, bajo rendimiento escolar, enuresis y violencia intrafamiliar, en todos los casos de los niños atendidos se encontraba algún tipo de violencia o descuido por parte de sus cuidadores, muchos de los pacientes atendidos, que tuvieron resultados positivos contaban siempre con el apoyo de algún familiar , cuando los pacientes atendidos eran niños siempre se solicitaba la presencia de los padres o cuidadores y estos acudían, se integraban al programa mostrando el interés necesario para contribuir a los cambios en el niño, el apoyo familiar es un buen estimulante para el cambio positivo.

En los casos de los pacientes niños y adolescentes en los que lamentablemente no se tuvo éxito sucedió totalmente lo contrario, cuando se solicitaba hablar con los padres o cuidadores, no se presentaban, y los pocos que llegaron no les gustó las recomendaciones de integrarse al programa y dejaban de asistir o seguían enviando al niño o adolescente para que se logaran los cambios, y sin darse cuenta con su actitud sabotaban el trabajo que el paciente estaba logrando en su terapia psicológica.

La mayoría de los pacientes atendidos eran personas de escasos recursos, y de familias monoparentales y extensas o polinucleares en donde la dinámica familiar era disfuncional, se observaban problemas con alguno o todos los miembros de la familia que convivían juntos y estos problemas eran sobre todo causados por el cambio de roles en las familias, la mayoría de niños eran cuidados por abuelos, tíos o algún otro familiar.

Una de las terapias utilizadas con niños y adolescentes fue la terapia Gestalt que también utiliza la terapia lúdica para que el niño se sienta más cómodo y no sea aburrido para él ir al psicólogo, la terapia Gestalt fue utilizada en primer lugar porque esta se basa en enfocar al paciente en su

presente y considera que su comportamiento es consecuencia de la relación – entorno en la que vive día a día, y en segundo lugar esta misma hace ver la vida en el marco de constantes cambios ubicándolo en “el aquí y ahora”. Para sobrevivir, el individuo tiene que cambiar constantemente y cuando se hace incapaz de alterar sus técnicas de interacción se enferma. La mayoría de los pacientes que fueron llevados a psicoterapia, tenían en su vida muchas vivencias que implicaban cambios, se atendieron pacientes que sus padres habían muerto y vivían con familiares, pacientes que sentían celos fraternos, pacientes con padres separados, pacientes con duelos no resueltos. Todos estos motivos de consulta indican cambios drásticos para la vida de los niños o adolescentes, y en todos los casos existía una actitud de rechazo hacia estos cambios en sus vidas.

Con la ayuda de la terapia Gestalt se pudieron ver cambios positivos para estos pacientes, y el cambio que se dio en los niños y adolescentes no fue solo por lo que comentaron sus cuidadores, sino que en la clínica, a través del juego se pudo observar cambios sorprendentes, la agresividad disminuía, había más concentración y disposición a la terapia y un cambio notorio y muy especial fue ver los dibujos de los niños, cuando llegaban por primera vez a su terapia los dibujos eran carentes de alegría, indicaban falta de amor, de atención, y con muchos sentimientos reprimidos, cuando se les daba de alta sus dibujos fueron alegres y mostraban historias felices.

Se utilizaron muchas técnicas de terapia Gestalt, algunas de ellas fueron las siguientes: el uso del cuaderno de terapia que fue una de las técnicas que a todos los niños les gustaba pues tenían su propio cuaderno (expediente) que adornaban a su gusto y guardaba todas sus emociones, el uso de la silla vacía con un oso llamado “bombi” que fue uno de los momentos preferidos de los niños pues transferían a alguien sus

emociones para ser trabajadas, les gustó mucho poder tener a alguien en sus vidas a quien contarle sus secretos sin temor y la caja de dulces en donde la regla fue tomar dos dulces por sesión, algunos tomaban uno, cuando no se sentían merecedores de los dos, otros querían tres o más y les costaba mucho seguir la regla, precisamente ese era el fin de esta técnica , que aprendieran a encontrar el equilibrio y respetaran las reglas. Lo curioso de algo vivido con los pacientes fue que se tenía planificado desde el principio trabajar terapia Gestalt con niños y adolescentes y cognitivo conductual con adultos pero llegaron varios adolescentes de 12 años aproximadamente a los que les gustó mucho la terapia cognitivo conductual, ya no les gustaba tanto dibujar, jugar; preferían hablar y expresarse abiertamente con una conducta mucho más madura acorde a su edad, y también hubieron varios casos de adolescentes de 16 y 17 años a los que les sucedió lo contrario, ya que les costaba hablar y expresarse, con ellos usamos los dibujos y con ello se sentían mejor, con lo sucedido se puede atribuir que cada persona es diferente, debido a que ha tenido vivencias diferentes que lo hacen comunicarse de una forma en específica, lo importante es descubrir las herramientas efectivas que se pueden dar como terapeutas a cada paciente.

En cuanto a la terapia cognitivo – conductual utilizada con los adultos y algunos adolescentes como se menciona en los párrafos anteriores, también se dieron buenos resultados con los pacientes que fueron constantes en su tratamiento, la mayoría de casos tratados con dicha terapia fueron casos de alcoholismo, violencia intrafamiliar, codependencia y estrés postraumático. Se utilizaron técnicas de relajación y sobretodo de afrontamiento y exposición.

En los adultos atendidos se encontró mucha violencia intrafamiliar, en su totalidad ,los adultos tratados por violencia intrafamiliar fueron mujeres

que se encontraban dentro del círculo de la violencia, muchas de ellas se encontraban en una fase crónica, estaban en estados depresivos graves, baja autoestima, somatizaciones, neurosis de angustia, aislamiento de la sociedad, poco apoyo familiar, no se atrevían a salir del círculo de la violencia por no contar con ningún apoyo familiar ni económico, que era el principal motivo que las obligaba a seguir viviendo en ese tipo de relaciones, claro que todas estas mujeres también en su historia clínica siempre tenían toda una niñez llena de carencias afectivas con ello se puede atribuir a que el autoestima, y relaciones sociales se fomentan en el ser humano desde su infancia, pero cuando lamentablemente el ambiente no es favorable y hay todo un historial lleno de carencias afectivas incluso la violencia ya se da desde sus progenitores; el patrón de crianza se repite cuando este alcanza su adultez y decide formar un hogar.

En relación con las mujeres, les influye la dependencia en que están envueltas al miedo de fracasar, de dejar a sus hijos sin padre o no tener la economía suficiente para sobrevivir, a estas mujeres se les pudo ayudar fortaleciendo su autoestima y autovalía, después de varios meses de trabajo muchas de ellas se animaron incluso a pelear por sus derechos, junto con el tratamiento psicológico se les refería a una institución llamada CICAM, Organización No Gubernamental que brinda servicio, asistencia y desarrollo integral, especialmente persigue el estudio, la investigación, capacitación y apoyo a la Mujer Guatemalteca. Con esta ayuda, aparte de aprender un oficio, también les brindan asesoría legal para salir de la violencia y tener una mejor vida. Muchas de estas pacientes tuvieron una gran mejoría, mostraban cambios tanto afectivos y funcionales positivos para ellas y sus hijos, aunque no han terminado su tratamiento psicológico, este quedó pendiente, el tiempo establecido para la realización del proyecto ha concluido, pero se tiene una gran satisfacción al ver que

se pudo ofrecer una ayuda a la población atendida a parte de la gran experiencia que el mismo deja como profesional de salud mental.

#### 4.1.2 Orientar a los integrantes del grupo "Hilos de Plata" a la búsqueda y mantenimiento de la salud mental y que adopten un estilo de vida acorde a sus condiciones y posibilidades individuales

Para el cumplimiento de dicho objetivo, desde inicios del proyecto a ejecutar en la parroquia, cuando ya se habían establecido los días de las reuniones con el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata", se planificó una forma efectiva para poder llegar a la consciencia de los integrantes, para lo cual, en los días que se utilizaron para diferentes actividades pertenecientes al subprograma de docencia, se utilizaban los últimos quince minutos antes de finalizar las reuniones para darles material promocional enfocado a la importancia que tiene en el adulto mayor la búsqueda de apoyo psicológico y consejos de cómo llevar una vida saludable acorde a sus posibilidades.

Al inicio de esta actividad, varios integrantes del grupo se salían de la reunión pensando que ya había terminado y siempre se despedían de sus compañeros haciendo ver que por la hora ya se iban pues tenían que ir a cumplir con ciertas responsabilidades en sus hogares, y no mostraban mucho interés en la actividad, a pesar de ello se continuó ejecutando dicha actividad, siempre dándoles el material escrito incluso a los que se retiraban antes de concluir la reunión, siempre a la expectativa de si lo leerían cuando estuvieran en sus casas, luego de los primeros tres meses de dichas actividades, se observó que la mayoría de los integrantes no se retiraban antes de terminar la reunión, les gustaba la información que recibían, incluso siempre pedían y preguntaban incluso antes de iniciar las reuniones, de qué se trataría el material que se les daría al finalizar la actividad del día.

Otro factor importante de mencionar en este objetivo es que varios de los integrantes del grupo con el paso del tiempo también se integraron al programa de psicología , haciendo ver que al principio ,ellos tenían la creencia que ya no tenía caso para ellos el integrarse a un programa psicológico, lo bueno fue que se pudieron integrar y así empezar a trabajar en sus vidas para estar más estables emocionalmente, incluso en una ocasión una integrante del grupo perteneciente ya al programa de psicología, se puso de pie en una reunión motivando a sus compañeros a unirse al programa de psicología; a ella en lo personal, le había ayudado mucho, también propuso que se les diera terapia psicológica a todos los integrantes del grupo.

Los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" enfrentan la realidad del envejecimiento en medio de una sociedad que practica muchas veces la marginación, incluso en sus propias familias, logrando que ellos muchas veces se sintieran inservibles , lo que los ha llevado a varios a vivir con una autoestima en decadencia e inclusive hasta la depresión, por lo que se atribuye que el hecho de poder motivar a los adultos mayores al autocuidado tanto emocional como físico, es de vital importancia para que puedan llevar esta etapa de sus vidas de una forma estable, y aprovechar todo lo que esta les permite, cuentan con más tiempo para disfrutar ciertas actividades, y poderse mantener activos.

#### 4.1.3 Fortalecimiento de una red de apoyo e implicación de actividades para el disfrute del ocio y la distracción

Como se menciona con anterioridad en este objetivo, muchas veces era difícil tomar una decisión para realizar alguna actividad dentro del grupo, los integrantes discutían entre ellos por no ponerse de acuerdo; con lo cual se empezó a fortalecer el grupo creando una junta directiva del grupo del

adulto mayor "Hilos de Plata" y con ello se hacía que todos los integrantes del grupo tuvieran una responsabilidad, al principio les daba un poco de miedo hacerse cargo de un puesto porque varios se sentían incapaces de cumplir, sus compañeros los motivaron y apoyaron para que se animaran y poder hacerse cargo del puesto asignado, después se notó que los integrantes se sentían felices, sabían que eran importantes dentro del grupo.

Con estas actividades se hace notar la importancia de cultivar las relaciones sociales, tienen una riqueza emocional durante la etapa del adulto mayor, ayudando a que ellos centren su atención en lo satisfactorio que tiene la relación con otras personas. Por otra parte, el asumir en el grupo algún cargo, los mantiene activos y a la vez los mantiene rescatando potencialidades de cada uno de ellos; dependiendo de sus gustos se les asignó un cargo para que disfrutaran al máximo dicha actividad, por ejemplo hay una persona que es la líder en el grupo, cuando ella propone algo la mayoría la sigue, y fue a ella a quien el mismo grupo la eligió como presidente del mismo. Otra persona que consigue pases especiales a diferentes centros recreativos como el IRTRA, por tener familiares que la ayudaban en ese sentido, el grupo la escogió para el puesto de encargada de recreación, y ella estuvo muy a gusto con su puesto.

Motivar al adulto mayor a realizar dichas actividades aparte de mantenerlos activos, los ayuda a redefinir su valor como seres humanos, después de la jubilación o varios cambios como la partida de los hijos; la muerte del cónyuge, muchas veces hace que se sientan sin un motivo para continuar, pero involucrándolos más en estas actividades los ayuda para que hagan una autoexploración para encontrar nuevos intereses que tomen el lugar de aquellos que inicialmente orientaron y estructuraron su vida.

También dentro de este objetivo se planteó la celebración de los cumpleaños de todos los integrantes del grupo, para lo cual cada dos meses se celebraban a los festejados de esas fechas, la celebración consistió en el respectivo pastel junto con la música de marimba que tanto les gusta; al poner en práctica estas actividades se logró contribuir a que los integrantes del grupo del adulto mayor tengan una mejor calidad de vida, junto con una mejor calidad de relaciones; una actitud básica para lograr un grado apreciable de felicidad es el afecto hacia los demás, unido al efecto de los demás, a la vez los adultos mayores con estas actividades despiertan lazos de amistad, son más creativos y crecen espiritualmente, los integrantes del grupo "Hilos de Plata" tienen la misma creencia religiosa.

#### 4.2 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

##### 4.2.1 lograr una visión optimista y contribuir al afrontamiento sano de los cambios psicológicos propios del adulto mayor en el grupo "Hilos de Plata" por medio de talleres interactivos y charlas motivacionales

Nunca es tarde para que alguien pueda descubrir sus habilidades, nunca es tarde para descubrirse. Aunque ya haya pasado el tiempo, es necesario apoyar y motivar al adulto mayor a que aproveche sus habilidades y sus talentos "Un Adulto Mayor Genial, es el que mantiene activo su buen genio"

Poder contribuir al desarrollo psico-social de los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" a través de talleres y charlas motivacionales, nos ha dejado una gran riqueza como profesionales de la salud mental ya que se ayudó a que muchos integrantes del grupo "Hilos de Plata" pudieran mejorar en su calidad de vida, varios pudieron elevar su autoestima y sentir una mayor integración a la sociedad y a la familia.

Los días utilizados para impartir talleres interactivos y charlas motivacionales fueron dos días a la semana, siendo los días miércoles una vez cada 15 días, pues el párroco de la iglesia impartiría espiritualidad cada 15 días y todos los días jueves. Muchos días en los que al párroco le tocaba estar dando espiritualidad al grupo y tenía que estar cumpliendo con otra actividad, no podía estar presente con el grupo, con lo cual se aprovechaba ese día para dar otro taller o charla al grupo, es por esa cuestión que se impartieron más talleres de los planificados al inicio del proyecto, en la semana se impartían 2 talleres.

Una de las actividades que enriqueció el conocimiento fue el hecho de indagar cuáles eran los temas de mayor interés en el grupo del adulto mayor, para lo cual ellos mismos escribían en papel y depositaban en una caja especialmente para ello, los temas en los que tenían dudas y querían que se impartieran en el grupo. Muchos coincidieron en los temas de relaciones humanas, relaciones familiares, autoestima y depresión, con esto se puede hacer énfasis en los temas de mayor interés y preocupación para los integrantes del grupo del adulto mayor; un tema que ellos eligieron es el de las relaciones humanas, lo interesante de ello es que cuando se dio un taller enfocado en este tema, las dudas y comentarios principales eran acerca de cómo mejorar en la resolución de conflictos y de la negociación en los desacuerdos, tanto en el grupo como en sus familias, cómo tener una actitud positiva en la comunicación.

En cuanto a los temas de las relaciones familiares, los integrantes del grupo se mostraron siempre muy interesados en el tema incluso la mayoría se identificaba con estos temas pues exponían muchas veces, sus vidas y cómo se relacionaban con sus familias, lo interesante también de estos temas, es que en varias ocasiones se terminó dando un apoyo grupal, más de algún integrante estaba muy cargado de conflictos en sus

hogares y con el apoyo de sus compañeros y la orientación que se les daba se pudo cambiar poco a poco la perspectiva para que tomaran mejores decisiones y que pudieran estar más tranquilos emocionalmente, aparte de la catarsis que realizaban.

En cuanto a la autoestima, la mayoría de los integrantes del grupo "Hilos de Plata" tenían sentimientos de inferioridad y de incapacidad personal, de inseguridad, de dudas con respecto a ellos mismos, también de culpa, por miedo a vivir con plenitud, los integrantes que mostraron estos sentimientos fueron aquellos que tenían hogares con muchos conflictos de tipo relacional. Solo con el hecho de poder darles ciertos talleres, de cómo lograr un autoestima adecuada y sana, los hacía reflexionar sobre su autovalía y amor propio, se podía ver en sus rostros esperanza, salían de ellos unas cuantas sonrisas cuando alguien les recordaba lo mucho que valen y todo lo que pueden llegar a realizar.

En cuanto al tema de depresión, cuando se abordó este, la mayoría recordó algún hecho de su vida que los ponía tristes y que muchas veces no habían superado, la mayoría de hechos que se encontraron fue no perdonar a muchas personas que les habían ocasionado algún daño, sobre todo familiares, cuando estos eran pequeños y por lo mismo de no soltar esos recuerdos varios integrantes mostraban personalidades distantes, temerosas y desconfiadas. En los párrafos anteriores se puede ver la importancia de orientar y motivar a los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" para que puedan tener un autocuidado necesario para su salud emocional. La etapa del adulto mayor tiene muchas dificultades, las personas que pasan por esta etapa ya no pueden realizar muchas actividades que realizaban anteriormente, por los cambios físicos y relacionales que se dan a lo largo de la vida, pero también muchas veces dejan de ver lo positivo de esta etapa, como por ejemplo ya tienen más tiempo para ellos y dedicarse a realizar actividades que los llenen, por ello mismo es de vital importancia que el adulto mayor siempre cuente con un

grupo en donde se le pueda motivar a seguir adelante y ver el lado positivo de la vida y de la etapa por la que pasan.

#### 4.2.2 Promover y dar a conocer las habilidades del adulto mayor a través de diferentes actividades recreacionales como festivales y cine foros que promuevan estilos de vida mentalmente sanos

En cuanto a las actividades recreacionales y festivales que se llevaron a cabo durante la realización del proyecto se puede ver que es una de las actividades favoritas para los integrantes del grupo "Hilos de Plata", fue una de las actividades en donde más personas acudían, a pesar de que a veces faltaban algunos integrantes, siempre se enteraban de alguna manera de estas actividades y asistían a los viajes, incluso invitaban a más amigos o familiares para acudir, lamentablemente los viajes al interior fueron pocos. Comparados a los otros años, esta situación se dio debido a la falta de apoyo este año por parte de la municipalidad de San Miguel Petapa ya que otros años brindó un bus para los viajes, pero en esta oportunidad con el cambio de autoridades del mismo, ya no se pudo contar con el mismo apoyo, le daban prioridad a otros grupos como colegios. Y nos respondían que ya los buses estaban ocupados para otras actividades.

A pesar de este inconveniente, no fue impedimento para poder disfrutar de ciertos lugares recreativos cercanos a Villa Hermosa, haciéndoles ver a los integrantes del adulto mayor, que lo más valioso es la convivencia entre ellos y el apoyo entre ellos mismos; muchas veces se encontraron ciertos problemas en algunos para poder acudir a estas actividades de los cuales los principales eran: la economía familiar crítica, convivencia de tres o más generaciones en donde los adultos mayores no tenían tiempo para ir, por el cuidado de nietos, presencia de problemas para caminar, falta de apoyo de otros familiares. Todo esto hizo que el grupo se uniera más, ponían en

práctica ciertos valores como la colaboración y humanidad hacia los compañeros; cuando alguien no podía costear sus gastos, los demás integrantes del grupo le ayudaban en el sentido económico para que no faltara, o con las personas a las que les costaba movilizarse, por la edad se les dificultaba caminar, siempre entre todos colaboraron para ayudarlo a vencer este impedimento y así poder gozar de la actividad que tan necesaria es, para tener un buen estado de ánimo, otra actividad de convivencia fue que cuando se viajaba, todos llevaban algo de comida que compartían con sus compañeros, fortaleciendo así su relación como grupo y limando asperezas que a veces existían entre ellos.

También otra actividad en donde se pudo hacer notar la solidaridad que existe dentro de los integrantes del grupo del adulto mayor fue, el hecho de estar pendientes de todos los integrantes del grupo, cuando alguien faltaba se le llamaba y si tenía algún problema, los integrantes del grupo tomaron la iniciativa de hacerles una visita a estos compañeros, y lo que se logró fue motivar a estas personas a enfrentar de una mejor manera sus problemas.

En cuanto a los festivales que se realizaron con el fin de que el adulto mayor estimulara sus procesos cognitivos, en estos lo que principalmente se hacía era poner en práctica ciertas gimnasias cerebrales, con ello lo que se pudo lograr es cambiar conceptos erróneos, muchas veces los integrantes del grupo "Hilos de Plata" tenían el concepto que a su edad ya no podían aprender o mejorar en sus habilidades, después de ver a sus compañeros hacer las diferentes actividades, ellos se animaron a intentarlo y luego hacían comentarios como lo interesante de las actividades, que representaron una actividad de iniciativa y libertades propias, dirigidas a conseguir vivencias alegres que facilitaron las relaciones personales entre el grupo de adultos mayores. Estas actividades posibilitaron la revitalización de habilidades y hábitos motrices además de proporcionar un buen estado de ánimo y combatir el estrés que

se presentaba en alguno de ellos, a su vez se pudieron dar cuenta que no importa la edad si realmente se tiene la disposición para intentarlo y así propiciar una mayor incorporación de adultos mayores a la sociedad a través de diferentes actividades.

#### 4.2.3 Lograr la distensión y el escape de tensiones frente al cansancio propio del adulto mayor enseñando a los integrantes a que aprendan técnicas encaminadas a la prevención y control de la tensión a través de terapias alternativas.

Entre las actividades más importantes para ocupar los ratos de ocio en el adulto mayor se encontraron las actividades de manualidades, los integrantes del grupo "Hilos de Plata" lograron tener un mejor bienestar psicológico, aparte de que estas actividades los mantiene activos, estimularon su motricidad fina y gruesa, también aprendieron algo nuevo, y esto los hace sentirse orgullosos de su creación, fomenta su autoestima puesto que se dan cuenta de sus habilidades y capacidades y mantienen una red de apoyo entre sus compañeros.

Los talleres de terapias alternativas implementados como lo fueron los talleres de relajación, se atribuye que para los integrantes del grupo "Hilos de Plata" fueron una de las actividades favoritas pues aparte de los comentarios positivos, no solo se despejaron, sino que pudieron pensar con mayor claridad y de una forma más creativa, puesto que al relajarse, la mayoría describía sentimientos de paz, seguridad y tranquilidad, esta sensación se da porque al relajarse se activan ambos hemisferios del cerebro y lo que provoca es una sensación de paz y tranquilidad que dura a lo largo de todo el día. Además estos beneficios son acumulativos y evolutivos: a más relajación, más tranquilidad, por lo que fue uno de los talleres que más se implementó, ya que la mayoría de los integrantes tenía algún conflicto en casa, y las terapias alternativas implementadas

contribuyeron a dar un apoyo emocional para que pudieran tener una mejor claridad mental ante sus conflictos personales y por lo tanto tomar mejores decisiones.

#### 4.3 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION

##### 4.3.1 explorar acerca del contexto de relaciones básicas de las personas que asisten al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" y la valoración que le dan a su participación dentro del grupo.

Este subprograma inició con la visita de reconocimiento a la institución, ya con ello se pudo empezar el contacto de manera más directa con los integrantes del grupo "Hilos de Plata" y asimismo indagar acerca de sus relaciones básicas, cuáles son sus inquietudes, cómo son sus formas de relacionarse y cuál es la valoración que atribuyen a su participación dentro del grupo y principalmente que sentimientos surgen a partir de estos.

Para llevar a cabo el objetivo planteado, se utilizó una entrevista semiestructurada, que fue aplicada a 10 integrantes del grupo del adulto mayor, y con la información obtenida, después de la recolección de datos como se menciona con anterioridad, se pudo enmarcar qué aspectos son los que más se presentan en los integrantes del grupo "Hilos de Plata".

Antes de profundizar en los resultados obtenidos, es necesario explicar cómo estuvo planteada la entrevista que se aplicó a dicha población. Esta estuvo dividida desde un principio en dos bloques, el primer bloque estuvo enfocado a indagar las funciones dentro del hogar y su contexto y qué sentimientos y comportamientos surgen a través del mismo, el segundo bloque de preguntas estuvo enfocado a indagar sobre la relación valoración con el grupo y qué sentimientos, comportamientos y beneficios surgen a través del mismo.

Aclarando el mecanismo de la entrevista aplicada al grupo "Hilos de Plata" se puede dar una mejor explicación de los resultados obtenidos y para ello se inicia explicando un poco acerca de las funciones dentro del hogar y su contexto.

Los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" viven dentro de familias extensas, no solo hay una generación dentro del hogar, sino varias. La mayoría de los integrantes del grupo respondieron en este bloque, que comparten sus hogares con hijos (as), nueras (yernos) y nietos. Hay que reconocer que por muy familiares que sean, los seres humanos siempre tienen formas distintas de convivencia y diferentes modales lo que muchas veces crea problemas si existen más familias dentro de un mismo ambiente, no se pueden desenvolver con sus propias reglas sin afectar a los demás integrantes de la familia. Se pudo captar que la mayoría de los integrantes con problemas dentro de sus familias tienen una difícil comunicación entre todos sus parientes, por lo mismo es muy difícil reunirlos a todos y ponerse de acuerdo en las ideas, con lo que se puede atribuir que mientras más generaciones compartan un mismo ambiente, mayores problemas existen acarreado al resto de los parientes cercanos.

Un dato interesante que surge a partir del análisis de este bloque y sus respuestas fue que gran parte de las personas que indicó sentirse triste por sus relaciones familiares, vive con sus hijos y las parejas de sus hijos (as), los conflictos principalmente eran con sus nueras o yernos debido a desacuerdos en cómo llevan la relación con sus hijos(as) y cómo educan a sus nietos o no cumplen con sus obligaciones en casa.

En cuanto a las funciones que cada integrante realiza dentro de sus hogares, se encontró que se dedican al cuidado y limpieza del hogar, preparación de los alimentos para todos los integrantes de la familia y cuidado de nietos, lo que en muchos ha causado sobrecarga de actividades

físicas y sentimientos de insatisfacción por dejar de hacer actividades que disfrutaban por las responsabilidades impuestas por sus mismos familiares. Hay que recordar que cada etapa por la que pasa el ser humano tiene sus ventajas y desventajas, en lo que respecta a la etapa del adulto mayor esta debiera ser una etapa para valorar la propia experiencia, poder compartir con sus familiares momentos agradables, dedicarse más tiempo para ellos mismos, como salir más, disfrutar del ocio y distracción, la etapa de trabajo ya pasó con anterioridad, el mayor de los conflictos en este sentido, para los integrantes del grupo "Hilos de Plata", es que ellos debieran dedicarse a prestar una valiosa ayuda dentro del ámbito familiar, funcionando como un apoyo para sus hijos (para el padre principiante es una valiosa fuente de información), poder llegar a ser hasta cómplice de sus nietos, pero en estos casos las diferentes funciones que realizan van más allá de ello, muchas veces los integrantes del grupo no son solo un apoyo, sino que reemplazan a los padres, encargándose de actividades del hogar que son muy difíciles de realizar para ellos, y por lo tanto dejar por completo el objetivo de la etapa por la que pasan, no la ven como una etapa de tranquilidad sino todo lo contrario, una etapa llena de estrés, tensión entre otras por cambio de roles y el poco apoyo familiar existente.

Otra cuestión que sobresale en la investigación, son los sentimientos que surgen debido a las decisiones que han tomado con respecto al patrimonio, varios muestran un grado de satisfacción en cuanto a ello, pero también en una minoría existen personas que mostraron arrepentimiento por haber perdido sus bienes y ponerlos en manos de familiares.

En cuanto al grado de importancia dentro de la familia, muchos de los integrantes del grupo "Hilos de Plata" mostró sentimientos de haber pasado a un segundo plano, de no recibir ninguna muestra de cariño dentro de la familia, haber sido olvidados por sus familiares y no darles el

lugar que les corresponde, también se puede ver que gran parte de los integrantes del adulto mayor tienen padecimientos físicos como osteoporosis, presión alta, colon irritable, ácido úrico, padecimientos de la columna vertebral, diabetes, gastritis, dolor de huesos y pie diabético; por lo mismo necesitan una atención especializada y sobre todo el apoyo familiar que es tan necesario para poder sobrellevar dichas enfermedades, lamentablemente cuando no se cuenta con ello es mucho más difícil para ellos tener una mejor actitud para enfrentar las mismas.

Muchas veces cuando no se cuenta con el apoyo familiar, es necesario que el adulto mayor busque algún otro medio como una red de apoyo para poder tener una mejor calidad de vida, por eso mismo el segundo bloque de nuestra investigación estuvo enfocada a la relación – valoración que se analizan a continuación:

En cuanto al análisis de este bloque, se pudo comprobar la importancia que tiene para cada integrante del grupo "Hilos de Plata" pertenecer al mismo, ya que en su totalidad se encontraron resultados positivos y satisfactorios.

Las respuestas obtenidas demuestran que los integrantes del grupo del adulto mayor sienten muchas emociones positivas cuando asisten al grupo, entre estas emociones encontramos felicidad por compartir momentos agradables, aprendizaje de nuevas actividades, distracción, escape a los problemas, consejos, apoyo, económico, relajación, motivación para mantenerse activos

El grupo ha funcionado en los integrantes del adulto mayor como una red de apoyo que los alienta y estimula a no decaer, a enfrentar sus problemas con una mejor actitud, a encontrar apoyo de un amigo y también motivación para hacer cambios afectivos y funcionales en sus

vidas, dentro de estos cambios se encuentran: control de emociones, pues muchos hicieron saber que eran menos enojados en diferentes circunstancias, búsqueda de mejores soluciones en los problemas personales, cambio de perspectivas erróneas; muchos tenían el pensamiento de que por su edad ya no eran seres humanos valiosos con capacidades de brindar un aporte a la sociedad; con el apoyo que encontraron aquí los integrantes del grupo, han podido controlar mejor sus emociones conociéndose , aceptándose con sus defectos y cualidades, han aprendido acerca del valor que tienen como seres humanos, reencontrándose con actividades que los entretienen, los mantienen activos, los motivan a buscar ser mejores y cumplir con metas que tenían pendientes en la vida, los integrantes del grupo "Hilos de Plata" también hicieron consciencia sobre la vital importancia que tienen dentro de la sociedad y las familias, una mejor aceptación de su contexto y situación, mejoramiento en la toma de decisiones, conocimiento de sus derechos, aprender a leer y mejoramiento en su autocuidado.

En cuanto a las emociones que prevalecen al compartir con personas de su misma edad se encuentran: satisfacción de encontrar compañía social, sentimientos de ser comprendidos pues comparten con más personas de edades similares los mismos gustos, apoyo emocional por la relación de amistad que se forma dentro del grupo y que les brinda confianza, comprensión y empatía; lo que genera que el adulto mayor pueda mantener el sentido de pertenencia a la sociedad y que pueda mantener estable su autoestima.

Dentro de las actividades favoritas de los integrantes encontramos viajes, en ellos los adultos mayores se relajan, tienen un contacto con lugares que les transmiten paz y tranquilidad, la realización de manualidades los entretiene, los hace sentirse valiosos, capaces y orgullosos de sus

creaciones, motivándolos a seguir aprendiendo; las visitas los acerca más a sus compañeros y fortalece sus lazos de apoyo, las pláticas debido a que en ellas reciben conocimientos nuevos, con todas estas actividades se pueden elevar sus posibilidades funcionales, mejoramiento y mantenimiento de la autonomía física y mental, al participar en los juegos y actividades sociales los adultos mayores fortalecen sus procesos afectivos y volitivos, para una mejor salud mental.

#### 4.4. ANALISIS DE CONTEXTO

El Ejercicio Profesional Supervisado de licenciatura en Psicología, se llevó a cabo a partir del 26 de marzo del año 2012, hasta el 26 de marzo del año 2013, estuvo enfocado principalmente al grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, ubicada en la colonia Villa Hermosa I, San Miguel Petapa, Departamento de Guatemala. Desde el comienzo del proyecto, el mismo tuvo una buena aceptación en todos los subprogramas en los que se divide el Ejercicio Profesional Supervisado.

En lo que se refiere a los pacientes atendidos durante el proyecto, se alcanzaron logros satisfactorios, muchos de ellos pudieron trabajar y enfrentar sus problemáticas de una mejor forma y encontrarle una solución a los diferentes malestares por los cuales eran remitidos al programa de terapia psicológica. En cuanto al grupo del adulto mayor, se tuvo mucha colaboración por parte de los integrantes, desde que inició el proyecto se mostraron alegres de volver a empezar el año con actividades nuevas dedicadas exclusivamente para ellos, asimismo se lograron muchos cambios afectivos en ellos, como lo fueron: el control de emociones, aprendizaje de temas nuevos, mejoramiento de autoestima, y

conocimiento de sus derechos y habilidades. También se lograron cambios funcionales atreviéndose a realizar actividades nuevas que siempre habían deseado hacer, pero por el pensamiento de incapacidad que tenían no lo habían llevado a cabo.

Dentro de los factores que contribuyeron al buen desenvolvimiento del proyecto, se encuentran: accesibilidad, disposición y colaboración por parte de los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata", el apoyo del personal de la parroquia, que incluye a la secretaria; ella nos facilitó algunos materiales necesarios para realizar algunas actividades, estos materiales fueron: la fotocopidora, computadora, hojas, y las llaves del salón de la clínica de psicología. Otro factor importante para poder realizar el proyecto, fue el apoyo del párroco Miguel Ángel Girón y del nuevo sacerdote, Carlos Amado que permitió concluir el proyecto a pesar de varios cambios que hizo como nueva autoridad de la misma.

Asimismo se contó también con el apoyo de la escuela de Trabajo Social, a través de ella y de la Licda. Elsa Arenales coordinadora del Programa Extensión de Trabajo Social se contactó a la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal para que se autorizara la realización del proyecto en dicho centro.

Se contó también con el apoyo de la estudiante de Trabajo Social, que era cambiada cada cierto tiempo, lo que permitió compartir con dos de ellas, y aunque tienen sus propios proyectos, se tuvo siempre el apoyo de ellas desde el ámbito social, colaboraron en muchas actividades con el grupo "Hilos de Plata", y ayudaron a organizar fechas y diferentes actividades como las visitas, paseos a centros recreativos, lo que hizo que el trabajo fuera ameno y sin ningún conflicto, también se contó con la asesoría brindada por el supervisor de EPS de Psicología el Lic. Rafael Estuardo Espinoza Méndez quien dio asesoría durante todo el trayecto de la realización del proyecto.

Dentro de las limitantes que se encontraron durante la ejecución del Ejercicio Profesional Supervisado se encuentra lo siguiente: el salón en donde se hacían las reuniones con el grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" lo utilizaban varios grupos de la iglesia, que en varias ocasiones no cuidaban los adornos que se hacían para el grupo del adulto mayor, lo que tuvo como resultado cierta molestia por parte de los integrantes del grupo, ellos cuidaban mucho el salón cuando lo utilizaban y no dañaban el material de los otros grupos, pero no eran respetados igualmente por los demás grupos, en cuanto a los viajes ya no se pudieron realizar más debido a que ya no se contó más con el apoyo de la municipalidad de San Miguel Petapa para el transporte, aunque sí se viajó pero solo a lugares cercanos, por ser ellos personas de la tercera edad hay que tener cuidado con ellos para movilizarlos.

Otro factor que limitó en cuanto a la atención de terapia psicológica a toda la población que lo requirió, fue que por la mucha demanda del servicio, y que solo se contó con una Estudiante de Psicología no se pudo atender a todos los pacientes; y muchos se quedaron en lista de espera, a pesar de que se les recomendó algún otro lugar, ellos prefirieron esperar por lo cercano a sus viviendas.

CAPÍTULO V  
CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

5.1 CONCLUSIONES

5.1.1 CONCLUSIONES GENERALES:

- El Ejercicio Profesional Supervisado, brinda un gran aporte a la población del adulto mayor por medio de sus diferentes programas, a través del mismo se logró, la "Creación de un Programa Motivacional para un buen afrontamiento de los cambios psicológicos en el adulto mayor", logrando que los integrantes del grupo "Hilos de Plata" mejoren su autoestima, formas de relacionarse y sigan motivados a emprender actividades que generen en ellos crecimiento emocional y educativo.
- La parroquia Beata Madre Encarnación Rosal ha permitido que se desarrolle dentro de la misma un programa de psicología el cual ayuda a la población del adulto mayor y población en general en el ámbito psicológico y social; contribuyendo a cambiar sus vidas.
- Los adultos mayores requieren que la sociedad y familia valoren el papel que ellos juegan dentro de estas; así sentir el apoyo necesario para enfrentar los retos que conlleva esta edad.

## CONCLUSIONES ESPECÍFICAS:

### 5.1.2 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

- El programa de terapia psicológica implementado en la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal brindó atención psicológica de manera ética y profesional, ayudando a disminuir el índice de problemáticas psicopatológicas en la población que utilizó el servicio.
- la utilización de espacios pequeños en diferentes talleres impartidos, por medio de diferentes anuncios y material escrito contribuye a que los adultos mayores hagan conciencia sobre la importancia de la psicología en sus vidas, poniendo en práctica sus habilidades, el autocuidado y la práctica de hábitos para una mejor calidad de vida.
- El grupo del adulto mayor es una red de apoyo que realiza actividades de convivencia, dando bienestar emocional a los integrantes del grupo "Hilos de Plata"
- El cambio de autoridades de la parroquia, causó cierto descontento y nostalgia en varias personas que pensaron que se iba a suspender el servicio psicológico.

### 5.1.3 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

- Los talleres interactivos y charlas motivacionales enfocados al grupo "Hilos de Plata" logran motivar al adulto mayor a la búsqueda de mejoras de tipo afectivo como funcional.

- los festivales recreativos implementados con el adulto mayor logran que los integrantes del grupo "Hilos de Plata" aprendan ejercicios para una mejor calidad de vida.
- las terapias alternativas utilizadas en el grupo del adulto mayor tales como los talleres de relajación, talleres de risoterapia, manualidades entre otros contribuyen a que los adultos mayores se mantengan activos y con salud mental.
- las actividades recreativas en el grupo del adulto mayor fomentan el compañerismo, amistad y la buena comunicación entre los integrantes del grupo, funcionan como escape de tensiones, distracción y relajación.

#### 1.4 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACIÓN

- La afectividad y las relaciones familiares que se brindan o se niegan al adulto mayor son determinantes para que los adultos mayores puedan enfrentar de una manera sana las dificultades que tiene la etapa.
- Los adultos mayores del grupo "Hilos de Plata" que viven en una familia extensa y con una dinámica de relaciones familiares conflictivas, presentan baja autoestima y sentimientos de tristeza, por no sentirse importantes dentro de su hogar.
- los adultos mayores del grupo "Hilos de Plata" que realizan múltiples funciones en casa, descuidan sus intereses y dejan de practicar actividades necesarias para gozar de la etapa.

- Los adultos mayores del grupo “Hilos de Plata” dan mayor énfasis a las relaciones familiares disfuncionales, dejando el factor económico en segundo plano.
- Los integrantes del grupo que se recuperan más rápido de sus diferentes enfermedades, cuentan con el apoyo de más de algún familiar o tienen mejores relaciones familiares.
- Los adultos mayores que pertenecen a una red de apoyo como el grupo “Hilos de Plata” encuentran motivación para realizar cambios positivos en sus vidas, enfrentan sus diferentes problemas de una manera más estable y se encuentran nuevamente con actividades que los mantienen activos.

## 5.2 RECOMENDACIONES

### 5.2.1 RECOMENDACIONES GENERALES:

- Promover en la Escuela de Ciencias Psicológicas al departamento de EPS, para que estos centros siempre cuenten con estudiantes dispuestos a integrarse a esta modalidad con fines de graduación y estas poblaciones no se queden sin un profesional de Psicología.
- Concientizar a las nuevas autoridades de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal sobre la importancia de los diferentes programas, tanto de servicio, docencia e investigación que se han implementado en la institución y los resultados que se han obtenido a través de los mismos; de manera que estos servicios puedan seguir en funcionamiento.

- Motivar a los adultos mayores del grupo “Hilos de Plata” a seguir funcionando como red de apoyo, para que practiquen todo el conocimiento aprendido, obteniendo la riqueza emocional que tiene el hecho de seguir activos y de relacionarse con la sociedad.

### RECOMENDACIONES ESPECÍFICAS:

#### 5.2.2 SUBPROGRAMA DE SERVICIO

- Concientizar a las nuevas autoridades de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal, sobre la importancia que tiene el programa de terapia psicológica y los beneficios que la población atendida obtiene a través del mismo, para que pueda seguir funcionando y ayudar a más personas que lo requieran.
- Motivar a los integrantes del grupo del adulto mayor “Hilos de Plata” a que sigan haciendo cambios positivos en su vida, y si el grupo ya no pudiera funcionar más dentro de la Parroquia que puedan integrarse a algún otro grupo como red de apoyo.
- Referir a las personas que asisten a las oficinas parroquiales en busca del servicio psicológico a otros centros donde exista este servicio y que se les pueda brindar la ayuda adecuada a la población que lo requiera.
- Si en algún momento, las nuevas autoridades de la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal retomaran el programa de psicología para que volviese a funcionar, que puedan tener presente que la población que lo demanda

es mucha y un sólo profesional de Psicología no es suficiente para toda la población que lo busca; que puedan tener en cuenta la posibilidad de darle más espacio a dos o más profesionales de la disciplina y brindar una ayuda a más población que lo requiera.

### 5.2.3 SUBPROGRAMA DE DOCENCIA

- Incentivar a la junta directiva del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" a que pueda fortalecer el grupo, implementando diferentes actividades tanto manuales, físicas y recreativas pues cada integrante de la junta directiva tiene muchas habilidades, que si se ponen en práctica y comparten con sus compañeros contribuyen a que el grupo sea más independiente y funcione como una red de apoyo.
- Incentivar a los integrantes del grupo del adulto mayor "Hilos de Plata" a que nunca deje de aprender y que busque siempre mejoras en sus vidas, y que puedan integrarse a un grupo donde existan actividades educativas que los llenen y los hagan sentirse mejor, tanto funcional como emocionalmente.

### 5.2.4 SUBPROGRAMA DE INVESTIGACION

- Que la Parroquia Beata Madre Encarnación Rosal pueda promover e implementar actividades familiares dentro de la misma, para que todos los integrantes de las familias que cuentan con más de algún abuelito, puedan hacer conciencia de las actitudes y pensamientos que tienen en cuanto a la

relación que manejan con ellos y así contribuir a mejorar las relaciones familiares.

- Hacer una investigación más profunda acerca del rol que tiene el adulto mayor dentro de la familia y la valoración que tiene para el ser humano en esta etapa en específico, las relaciones familiares y cómo afectan su salud emocional y física.
- Que se pueda indagar más acerca de los aspectos positivos y negativos que se dan en la convivencia de las familias extensas y cómo afectan estas al adulto mayor, indicando las causas principales.

## BIBLIOGRAFÍA

### Libros:

Aguirre de Trabanino, "Familia, autoestima y Vejez" 1ra edición , México 2000.

Ey, H "Manual de Psiquiatría", sin número de edición, Editorial Masson. París 1960

Fernández Ballesteros, Rocío, "Envejecer Bien" Ediciones Pirámide, Madrid, 2002.

FiskeLowenthal, Marjorie, "¿lo mejor de la vida?", Editorial Harper, 1980.

Merini, Alberto, "Psicología Genética" , libro sin editorial, Buenos Aires Argentina, 2000.

Monedero, Carmelo, "Psicología evolutiva, y sus manifestaciones psicopatológicas", sin número de edición, Madrid 1972.

Nicolás S, Di Caprio "Teorías de la personalidad", segunda edición, Editorial McGraw-Hill Interamericana de México, 2007.

Oriol Argueta, Soto de Sellares, "Como Envejecer y Por qué Morimos" libro sin editorial ,México, 2002.

### Documentos:

Entrevista a habitantes de la colonia Villa Hermosa I que asisten a la parroquia Beata Madre Encarnación Rosal.

Monografía obtenida por la municipalidad de San Miguel Petapa depto. De Guatemala 1ra calle 1-56 zona 1.

Uribe-Rodríguez, Ana Fernanda ,“Intervención Psicológica En Adultos Mayores”, documento sin publicar, Colombia, 2003

## GLOSARIO

**Carácter maniaco-depresivo:** Enfermedad mental caracterizada por la alternancia de fases maníacas y depresivas.

**Climaterio:** período de transición que se prolonga durante años, antes y después de la menopausia, como consecuencia del agotamiento ovárico.

**Codependencia:** ciclo de patrones de conducta, y pensamientos disfuncionales, que producen dolor, y que se repiten de manera compulsiva, como respuesta a una relación enferma y alienante, con un adicto activo o en una situación de toxicidad relacional.

**Comarca:** división del territorio que comprende varias poblaciones

**Depresión:** trastorno mental, que se caracteriza por la presencia de tristeza, pérdida de interés o placer, sentimientos de culpa o falta de autoestima, trastornos del sueño o del apetito, sensación de cansancio y falta de concentración.

**Despersonalización:** Alteración de la percepción o experiencia de uno mismo, de modo que uno se siente separado del propio cuerpo o de los propios procesos mentales, como si se tratara de un observador exterior (p. ej., sintiéndose como si uno estuviera soñando).

**Dislexia:** dificultad en la lectura que imposibilita su comprensión correcta.

**Encopresis:** defecación involuntaria que sobreviene al niño mayor de 4 años, sin existir causa orgánica que lo justifique.

**Enuresis:** Trastorno que consiste en la emisión involuntaria y repetida de orina en edades en las que debería existir un control de esfínteres.

**Estrés postraumático:** trastorno psicológico clasificado dentro del grupo de los trastornos de ansiedad. Se caracteriza por la aparición de síntomas específicos tras la exposición a un acontecimiento estresante, extremadamente traumático.

**Latencia:** fase del desarrollo del niño en el que la sexualidad permanece más o menos adormecida.

**Libido:** Según Freud, forma de la energía vital que dirige y origina las manifestaciones de la energía sexual.

**Manifestaciones ciclotímicas:** cuando existen signos con alternancia periódica de fases de depresión con fases de manía.

**Manifestaciones psicósomáticas:** Término que refiere a que las enfermedades fisiológicas están influenciadas desde lo psíquico.

**Necrofilia:** Trastorno psicosexual en el que se observa una inclinación sexual hacia los cadáveres.

**Neurosis:** Trastorno mental caracterizado por la aparición de síntomas psíquicos y emotivos que se han convertido en crónicos, y que afectan al control de alguna tarea vital.

**Ostracismo:** exclusión de los ejercicios públicos generalmente por causas políticas.

**Paranoicos:** personas que tienen un trastorno mental que se caracteriza por la aparición de delirios e ideas fijas. Suele acompañarse de manía persecutoria y/o manía de grandeza. Tiene distintos niveles.

**Pre senectud:** período de vida entre los 40 a los 65-70 años, este periodo corresponde, por un lado a los años más florecientes y, por el otro, al comienzo del declinar de nuestra existencia.

**Psicosis:** Trastorno psíquico grave que afecta de un modo total a la personalidad y conducta del sujeto, con perturbación del juicio, de la voluntad y de la afectividad.

**Relaciones libidinosas:** Término psicológico acuñado por Freud que designa la puesta de energía de la pulsación sexual en las relaciones personales.

**Senectud:** Último periodo natural de la vida humana, vejez

**Trastorno bipolar I:** trastorno del estado de ánimo caracterizado por la presencia de uno o más episodios con niveles anormalmente elevados de energía, cognición y del estado de ánimo.

# ANEXOS

## ACTIVIDADES DE CONVIVENCIA



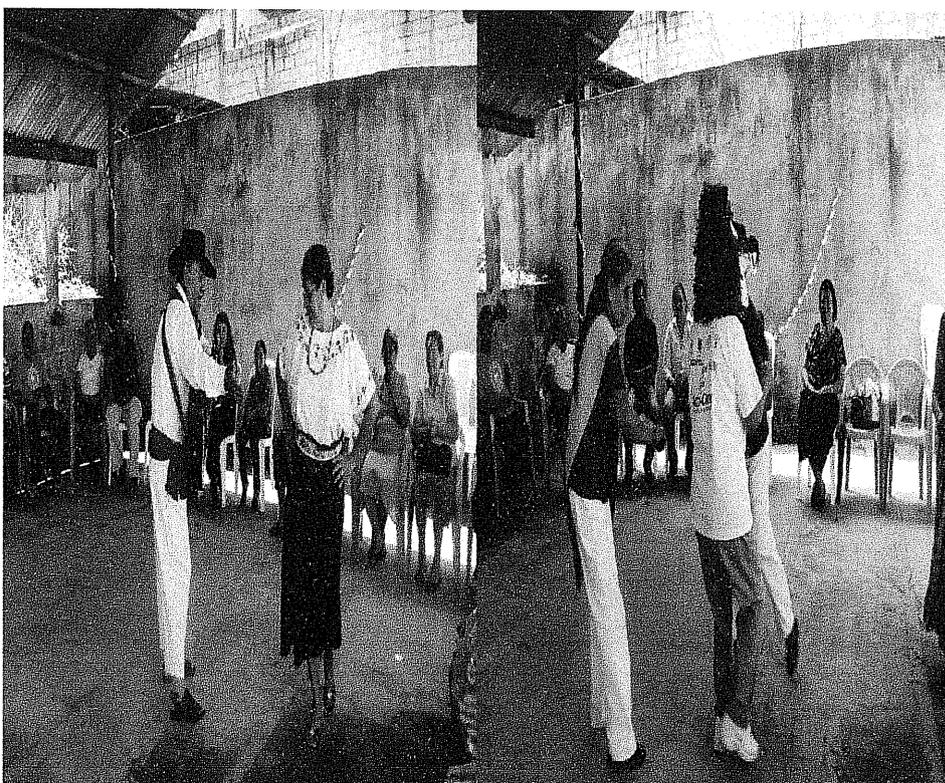
PRESENTACION DE "BAILE DE MARIMBA"  
MUNICIPALIDAD SAN MIGUEL PETAPA



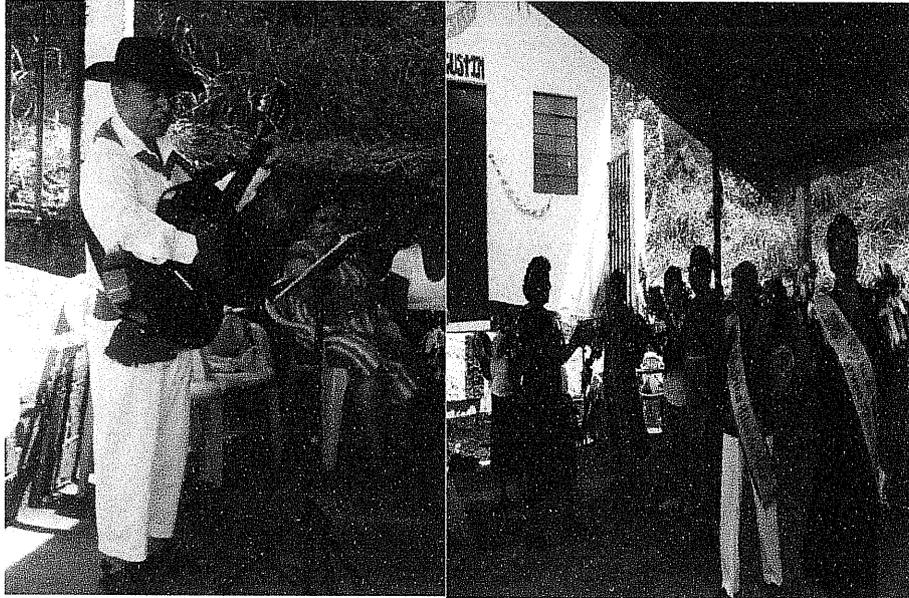
PRESENTACION DE OBRA "EL LEÑADOR"  
DIA DE LA SALUD REPRODUCTIVA



## MOSTRANDO SUS HABILIDADES



## CELEBRACION "MAÑANA CULTURAL"



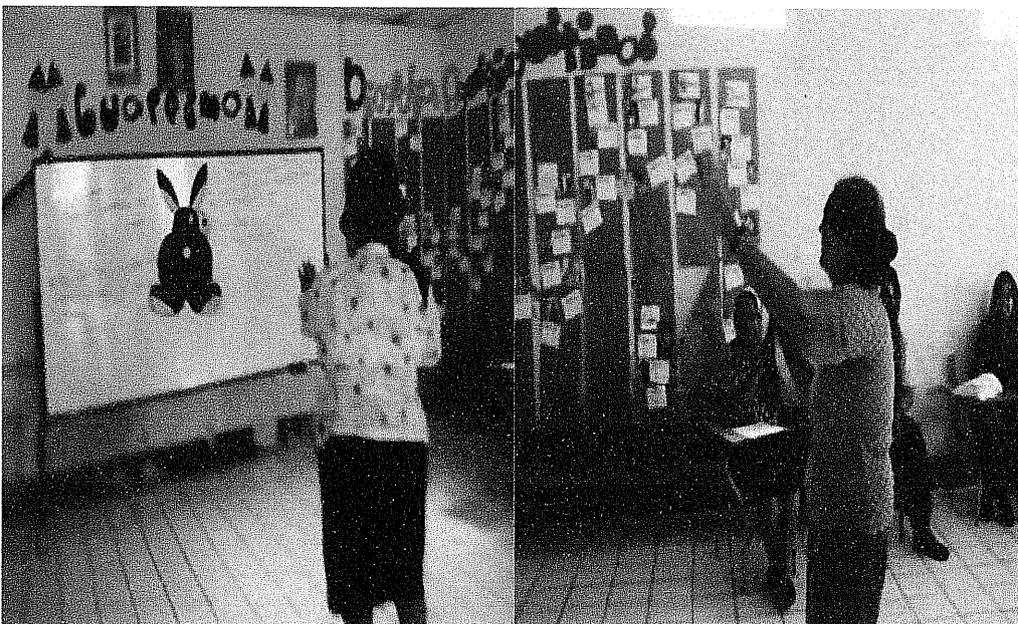
## VISITA AL ZOOLOGICO "LA AURORA"



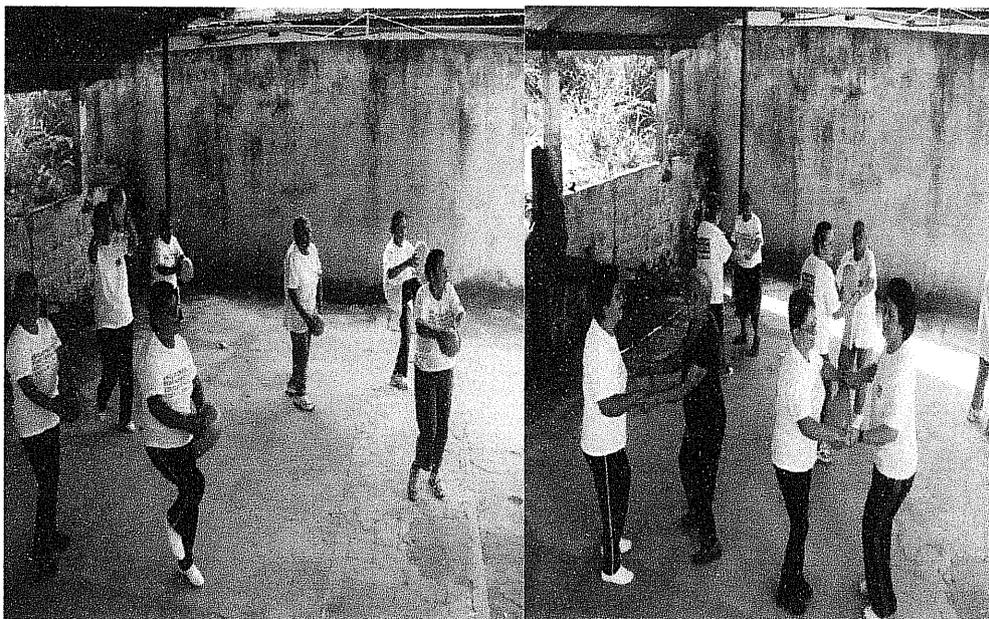
## CELEBRACIÓN "DIA DE LA MADRE"



## FESTIVALES FISICO - RECREATIVOS



## GIMNASIA PARA EL ADULTO MAYOR



## ACTIVIDADES PARA RECAUDACION DE FONDOS

