

Talleres de Psicología: algo más para la vida



Marina Griselda RAMOS

Ismael Antonio VILTE

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, UNJu.

iavilte@yahoo.com



Talleres de Psicología: algo más para la vida

Marina Griselda RAMOS

Ismael Antonio VILTE

Facultad de Humanidades y Ciencias Sociales, UNJu.

iavilte@yahoo.com

Fecha de recepción: 14.02.2022

Fecha de aceptación: 27.05.2022

Resumen

Los "Talleres de Psicología: algo más para la vida" profundizan intercambios y acciones con adultos mayores como consolidación gradual de aspectos sociales y académicos en el ámbito universitario. Se ofrecen diferentes y nuevos talleres, actividades socio-culturales, entre otras, ya que se observan resultados muy positivos en el ámbito de la Facultad de Humanidades. En ese marco, también es importante la apertura de espacios de escucha, apoyo y aprendizaje dado que esta etapa de vida les abre la posibilidad de iniciar nuevos proyectos y actividades, como por ejemplo, articulaciones con escuelas secundarias y terciarias.

Dentro de este planteo, se apunta fundamentalmente a atender la dimensión humana de un sujeto que necesita ante todo recuperar en muchos casos el valor de su vida, sus vínculos, su historia, su creatividad, su confianza, sus potencialidades y anhelos postergados. La metodología de trabajo empleada son talleres, con la aplicación de distintas técnicas de grupo, siempre construyendo estrategias de acuerdo a esta población. Se toma como ejes de trabajo las siguientes temáticas: identidad, familia, epifenómenos, salud, tiempo libre, actividades productivas, desafíos de la educación permanente, etc. Temáticas que se encuadran como demandas de los adultos mayores y otras que van surgiendo en los talleres. Se desarrollan bajo la modalidad virtual en contexto de pandemia y aislamiento social.

Acciones que tienen sus logros, puesto que el conjunto de actividades previstas de estos talleres, de carácter social, aumentan la participación de las personas y los hacen incrementar su apropiación de la ciudadanía, sus niveles de autogestión y su participación social.

A posteriori, se tiene entre otros objetivos: generar nuevos aprendizajes desde los espacios virtuales desde el estudio y análisis de producciones académicas, artísticas, sociales y culturales; avanzar en la inclusión social comunitaria desde el ámbito familiar, y fortalecer la pertenencia como miembros de la comunidad universitaria. Esta propuesta se proyecta a sectores donde la posibilidad de participación en distintos ámbitos es escasa, dada la vulnerabilidad y/o marginalidad en la que se encuentran.

Palabras Clave: universidad, adultos mayores, talleres, inclusión

Cita sugerida: Ramos, M. G. y Vilte, I. A. (2022). Talleres de Psicología: algo más para la vida. *Investigaciones, Ensayos y Experiencias*, V (5), 302-308. <https://ies7-juj.infed.edu.ar/sitio/publicaciones/>

Introducción

Como actividades de investigación, extensión y docencia en el marco de la cátedra Psicología Evolutiva II de la carrera Profesorado y Licenciatura en Ciencias de la Educación de la Universidad Nacional de Jujuy (UNJu), se llevan a cabo desde el año 2008 distintos proyectos destinados a adultos mayores. Lo que se presenta a continuación es una propuesta y algunos avances que se desarrollan en el marco de la modalidad virtual por las exigencias del contexto de pandemia.

Como su denominación lo sugiere, pretende no solo trabajar aspectos de nuestra área temática sino impactar en otras dimensiones de la vida de los que estamos involucrados. Forma parte como objeto de estudio del proyecto de investigación “Los adultos mayores en la Universidad y en los Institutos de Educación Superior: Nuevos vínculos socio-educativos para promover derechos” (SeCTER- UNJu, convocatoria 2019).

Estos talleres se orientan a profundizar intercambios de acciones con adultos mayores para una consolidación gradual a la actividad social y académica en el ámbito universitario. Se pretende seguir ofreciendo diferentes y nuevos talleres, actividades socio-culturales, participación en eventos académicos, etc., ya que se observan resultados muy positivos en el ámbito de la Facultad de Humanidades. Dentro de este planteo, se apunta fundamentalmente a atender la dimensión humana de un sujeto que ofrece una inmensa riqueza que le han dado sus historias de vida y participan como actores dentro del ámbito universitario.

De allí que se aborden ejes que atraviesan las siguientes temáticas: identidad, la familia, epifenómenos, salud, tiempo libre, actividades productivas, desafíos de la educación permanente; que se encuadran tanto como demandas y necesidades que surgen de esta población en cada taller y otras que se toman del contexto cambiante actual. Esta propuesta además se proyecta a otros sectores sociales, etarios, institucionales para ampliar la participación y generar nuevos vínculos.

El conjunto de actividades previstas para estos talleres es de carácter social, permite acrecentar la participación de las personas e incrementar su apropiación de la ciudadanía, sus niveles de autogestión e inclusión social. Desde el 2020 se desarrollan bajo la modalidad virtual en contexto de pandemia y aislamiento social, y tienen entre otros objetivos: generar nuevos aprendizajes desde los espacios virtuales, el estudio y análisis de producciones académicas, artísticas, sociales y culturales; avanzar en la inclusión social comunitaria desde el ámbito familiar y fortalecer su pertenencia como miembros de la comunidad universitaria.

Antecedentes

La cátedra Psicología Evolutiva II participa desde el año 2008 en el Programa Universidad para Adultos Mayores, convenio UNJu-PAMI. En cuanto a este antecedente se consideró la oportunidad de un trabajo social donde la cátedra interviniese en una población relegada ante propuestas académicas en nuestro medio local. Luego, para fortalecer esa experiencia e incorporar estudiantes para una formación más cercana y comprometida, presentamos el proyecto mencionado dentro del programa de voluntariado. Los resultados de sus acciones ejecutados son graduales e indican diferentes dimensiones que van desde lo académico, lo organizacional, lo ideológico y lo afectivo.

Durante el año 2020, y más allá de las primeras dificultades del aislamiento social y preventivo, se llevaron a cabo las siguientes actividades que resumimos: creación de grupo de Whatsapp denominado “Virtualizados”; Primer taller virtual: “Experiencias en Cuarentena por video llamada de WhatsApp”; creación de ícono de grupo “Virtualizados”; reflexiones de experiencias vividas durante la semana en grupo de WhatsApp con los chistes, aportes, horarios, etc., como forma de comunicación interna; Segundo taller: “Nuestra primera semana virtual por videollamada de WhatsApp”; preparación de video personal de un minuto alusivo al 20 de junio por la creación de la bandera argentina por el General Manuel Belgrano; Tercer taller: “Preparación de video o idea que cada uno pensó por videollamada de WhatsApp”; Cuarto taller: “Análisis de dos opciones de compilación final de videos para el 20 de junio, por videollamada de WhatsApp”; Banderazo virtual y difusión de los videos a diferentes grupos y conocidos nuestros; Quinto taller: “Análisis de repercusión de video” y como tema nuevo “La comunicación escrita”;

Sexto Taller: “Rasgos de nuestras vidas en el Desayuno virtual”; Séptimo taller: “Nuestra Identidad”; 1 de julio, “Idea de hacer un libro con experiencias en talleres y comunicación virtual de nuestro grupo”; Octavo taller: “Pachamama y reencuentro por Google Meet”; taller “Transmisión y Cultura”; taller “La Patria”; taller “Ser latinoamericano”; taller “Adultos Mayores: los vínculos mediados por la Tecnologías en cuarentena”; taller “Trayectorias de nuestra vida escolar: anécdotas y experiencias”; 23 de septiembre, “Fiesta Virtual: Juntos y acompañados Escuela Media y Universidad”; 30 de septiembre, “Derechos infanto-juveniles: realidades y contrastes en la actualidad”; 14 de octubre, “Las emociones en los adultos mayores”; taller “Las influencias en la conformación de las emociones de niños”; taller “Los pasatiempos, hobbies y habilidades”; taller “Día de los Difuntos”; participación en Escuela provincial de Artes con estudiantes secundarios; planificación de IX Jornadas y realización de IX Jornadas “Los Adultos Mayores y la Educación Permanente”.

Referentes Teóricos

Los procesos que estamos transitando son cambiantes, generan nuevas preguntas y requieren de nuevas respuestas; más específicamente en este espacio, que permanece y se actualiza con sucesivos aportes. Nuestros primeros cuestionamientos fueron: ¿Qué podemos hacer para responder a la pandemia de una manera solidaria y con un enfoque potencial? ¿Con qué recursos humanos y materiales contamos? El mantenerse activo fue un desafío antes y lo será después de la pandemia. Los Adultos Mayores son parte de la denominada Revolución Senior, de una batalla contra los prejuicios que hacen a la discriminación de personas de mayores de cincuenta años, que “(...) ni siquiera reconocen esta exclusión las propias víctimas, las y los mayores de cincuenta años, que siguen reproduciendo desde el discurso valores sumamente negativos asociados al envejecimiento” (Campanario, 2019, 10). Pero ocurre que este grupo ya está logrando su incorporación a la educación universitaria, contrapartida de resignarse a solo decaer pasivamente.

Porque la concepción de este equipo de trabajo sobre la vejez no se limita a considerarla solo

(...) en términos de evolución, sino que para cada individuo representa un destino particular y singular que le es propio. (...) Pensar la vejez como concepto implica operar conjuntamente con variables biológicas, psicológicas, sociológicas, antropológicas y filosóficas, para considerar las más relevantes para las ciencias sociales” (Álvarez, 1998, 17)

Según Alicia Arbaje “Mantener la distancia física no significa aumentar la soledad” (citada en blog Pensar Salud, 2020). Fue uno de los detonantes que llevó a reflexionar sobre el cuidado a mantener con los adultos mayores y considerar que el aislamiento social puede tener un impacto negativo en lo físico y en su salud mental. Por esto, es de relevancia destacar la acción del voluntariado, desde conocer más y mejor a la población con la que ya se estaba trabajando para brindarles la posibilidad de seguir compartiendo un espacio de aprendizaje y una cuestión no menor: acompañamiento.

La situación sanitaria crítica que nos llevó a una modalidad educativa on-line, con la propuesta de formas específicas de mediación. Dicha mediación se realizó con la utilización de una gran variedad de recursos (materiales de estudio, tecnologías de comunicación y estrategias de interacción), buscando incorporar los más idóneos y potentes metodológica y técnicamente, comprendiendo las restricciones de los soportes utilizados. Tan cercano como aprender a utilizar diferentes aplicaciones móviles (enviar un mensaje, armar grupos de whatsapps, enviar videos, hacer compras o trámites por vía digital, etc.), para fomentar los vínculos y como generadores de bienestar cotidiano.

Son puntos clave a considerar el lugar que les damos a las personas mayores en nuestra sociedad, la orientación de las prácticas comunitarias hacia la promoción de sus derechos, la autonomía y la inclusión social.

Si queremos una sociedad más inclusiva e igualitaria, necesitamos unir esfuerzos para combatir el viejismo, así como lo hacemos con el racismo o el sexismo. En particular, en el contexto de la pandemia debemos evitar posturas paternalistas e infantilistas, que tienden a estigmatizar a las personas mayores como víctimas, pasivas, débiles o incapaces (Marzioni en UNL Noticias, 1 de octubre de 2020)

Propósitos

Este proyecto se orienta a profundizar intercambios de acciones con adultos mayores para una consolidación gradual a la actividad social, académica y artística, desde una participación integradora. Se pretende la continuidad de diferentes y nuevos talleres, de actividades socio-culturales, etc., ya que se observan resultados muy positivos en el ámbito de la Facultad.

A destacar es la incorporación y participación de los adultos mayores en diferentes espacios disciplinares y la organización de eventos académicos. Momentos de animación social-cultural que van logrando impactar fundamentalmente en representaciones, mitos y prejuicios en nuestro ámbito académico. Actividades que fortalecen lo realizado e incursionan en nuevos desafíos destinados a que adultos mayores encuentren en la Universidad espacios para su desarrollo personal y comunitario.

Las necesidades del adulto mayor son numerosas e incluyen el deseo de aprender el uso de nuevas tecnologías, tener actividades laborales prácticas, crear y participar en eventos artísticos-culturales, volver a emprender algún estudio, etc. En ese marco, también es importante la apertura de espacios de escucha, apoyo y aprendizaje dado que esta etapa de vida les abre la posibilidad de iniciar nuevos proyectos y actividades. Contando a su vez con una inmensa riqueza de sus diferentes trayectorias y experiencias que reflejan un abanico amplio del cual se parte.

Destinatarios

En un primer momento solo eran adultos mayores con jubilación y pensión, pero el grupo fue creciendo con la presencia de participantes en general. La población de adultos mayores que integran el taller tiene una edad que oscila entre los 50 y más de 93 años lo que evidentemente denota una variedad importante. Sumado a esto, la diferencia de género, oficios, grados de escolaridad, posibilidades económicas, familiares, procedencias geográficas, culturales, sociales, historias de vida, etc. Un común denominador es que la mayoría cuenta con su remuneración de jubilado. Al tratarse de una convocatoria abierta, se busca que tanto jubilados como cualquier persona interactúe a partir de lo virtual y en actividades que para los participantes sean novedosas. Para ello se convoca a Centros de Jubilados, asociaciones, obras sociales, entre otros organismos e instituciones, a ser parte de este proceso en forma virtual. El objetivo de que adultos mayores se incorporen activamente a la vida universitaria en diferentes instancias principalmente desde la apropiación simbólica de este universo. También se han sumado jóvenes estudiantes universitarios de la carrera profesorado en Ciencias de la Educación, en ocasiones también adolescentes y adultos invitados a estos talleres.

Objetivos generales

- Generar nuevos aprendizajes desde los espacios virtuales desde el estudio y análisis de producciones académicas, artísticas, sociales y culturales
- Avanzar en la inclusión social comunitaria desde el ámbito familiar.
- Fortalecer la pertenencia como miembros de la comunidad universitaria.

Objetivos específicos

- Afianzar espacios de reflexión y trabajo para una mejor calidad de vida en los Adultos y Adultos mayores a partir de la participación en diferentes propuestas.
- Establecer vínculos con diferentes sujetos de otros proyectos, grupo de pares de otras sedes y voluntarios estudiantes
- Generar espacios de expresión libre en el intercambio de experiencias y producciones intergeneracionales e inter-institucionales.

Cronograma de Actividades, año 2021

| Mes | Actividades generales | Actividades específicas |
|------------|---|--|
| Abril | Preparación y elaboración de instrumentos | Se diseñarán formas de trabajo de campo: encuestas, entrevistas, charlas |
| Abril | Convocatoria y difusión a instituciones y sociedad. | Animación social en forma presencial y virtual: flyer, videos, otros |
| Abril | Planificación de actividades | Roles y funciones de adultos mayores, voluntarios y otros actores |
| Mayo | Trabajo de campo | Talleres y charlas |
| Junio | Nuevos talleres | Continuación de talleres y temas emergentes |
| Julio | Elaboración de encuentros | Conjuntamente con otros actores se elaboran encuentros y debates |
| Agosto | Desarrollo talleres | Nuevos temas y articulación con instituciones del medio y cátedras de psicología |
| Septiembre | Trabajo de campo articulado | Visitas pedagógicas con adultos mayores a otras instituciones desde lo virtual |
| Octubre | Elaboración de encuentros | Concreción de espacios académicos |
| Noviembre | Desarrollo talleres | Continuación de espacios de construcción de conocimientos |
| Diciembre | Elaboración instrumentos de evaluación interna | De evaluación procesual y el trabajo con otras instituciones. X Jornadas los Adultos mayores y la Educación Permanente. |

A modo de conclusión

El trabajo que se despliega efectivamente impacta en la vida de todos los que participan en este proyecto. De allí parte de nuestro título del trabajo. Como se ha mencionado, el eje vertebral lo constituyen los adultos mayores, pero en torno a ellos están otros adultos (sean los profesores o los familiares), los adolescentes y jóvenes universitarios, las instituciones educativas y no gubernamentales con las cuales nos vinculamos, entre otras. Y decimos impacta porque ver y aprender junto a los adultos mayores nos permite vernos a nosotros mismos.

En tal sentido, como equipo de la cátedra Psicología Evolutiva II cuando nos embarcamos en mayo de 2020 en la virtualidad junto a ellos nos hemos dado cuenta que ellos nos llevaron a ese nuevo mundo. La "alternativa" resultó ser la LLAVE para sostener y avanzar con los talleres de psicología desde un espacio virtual que desconocíamos. Dichos talleres fueron desde sus inicios presenciales (2008 a 2019) constituyéndose en un espacio de aprendizaje, intercambio intergeneracional, de socialización, de contención y atención a las demandas de los adultos mayores, es decir como un proceso que propicia la salud mental de sus participantes. Luego, frente a una situación extraordinaria como la del aislamiento social obligatorio (año 2020) y sus consecuencias para la salud mental se presentaba como menester recuperar esta actividad orientada a una población de alto riesgo en nuestro caso los adultos mayores. Es decir, no nos detuvo y ese mérito o logro quizás se deba a la demanda de estos adultos mayores que sostienen cada miércoles este espacio.

Referencias

- Álvarez, M. del P. (1998). El concepto de vejez. En G. A. Ferrero (Comp.), *Envejecimiento y vejez*. Editorial Atuel.
- Burbules, N. C. (2014). Los significados de “aprendizaje ubicuo”. *Education Policy Analysis Archives/Archivos Analíticos de Políticas Educativas*, 22,1-7. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=275031898105>
- Campanario, S. (2019). *Revolución senior. El auge de la generación +45*. House grupo Editorial.
- Castro, J. L. y Arias Fernández, E. (2020). *Educación de personas mayores y envejecimiento activo en Iberoamérica*. Editorial Aullibres.
- Cobo, C. (2016). *La innovación pendiente. Reflexiones (y provocaciones) sobre la educación, tecnología y conocimiento*. Editorial Sudamericana.
- Maggio, M. (2012). *Enriquecer la enseñanza. Los ambientes con alta disposición tecnológica como oportunidad*. Paidós.
- Marzioni, S. (2020). Personas mayores y pandemia: desafíos y oportunidades desde la universidad. [Artículo en la web]. *UNL Noticias*, página web de la Universidad del Litoral. Disponible en: https://www.unl.edu.ar/noticias/news/view/personas_mayores_y_pandemia_desaf%C3%ADos_y_oportunidades_desde_la_unl#.YtSWZKjMLIU
- Redacción Pensar Salud (28 de septiembre, 2020). Adultos mayores: ¿Aislamiento y vida activa son compatibles? *Pensar Salud* [Blog de OSPAT]. <https://www.ospat.com.ar/blog/adultos-mayores-como-cuidarse-durante-la-pandemia-y-envejecer-bien/>
- Vilte, I. (2019, diciembre). Universidad y Adultos Mayores: a una década de proyectos, trabajos socio-educativo y experiencias. *Actas de las VIII Jornadas los adultos mayores y la educación permanente*. Universidad Nacional de Jujuy, Jujuy. ISBN 978-987-86-2934-6.