



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY

 **Facultad de
Psicología**
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Trabajo Final de Grado

Proyecto de intervención:
Tejiendo memorias,
proyectando sentidos a través de la palabra como legado.
Un espacio grupal para personas mayores

Autora: Sofía Aguilera Vargas. C.I.:5.260.350-1
Tutor: Prof. Ag. Doc. Fernando Berriel Taño

Montevideo, Uruguay.
Octubre, 2025.

Índice

| | |
|--|-----------|
| Resumen..... | 3 |
| Introducción: al filo del comienzo..... | 4 |
| Más allá del final: ¿Cómo podría influir la percepción de la muerte en la construcción subjetiva del envejecimiento?..... | 6 |
| La vejez a través del tiempo..... | 9 |
| Estereotipos que envejecen: prejuicios hacia la vejez..... | 12 |
| Entre los factores presentes y el porvenir: sentido y deseo en el entramado del proyecto vital en la vejez..... | 14 |
| La muerte que se vuelve propia; la vida que busca trascender..... | 20 |
| Narrar para habitarse: identidad y narración en la vejez..... | 22 |
| Entre ausencias y sentidos: la soledad en la vejez..... | 24 |
| Taller heterotópico: habilitando otros modos de habitar la vejez y sus silencios..... | 25 |
| Tejidos de encuentro: entre voces, silencios y construcción grupal..... | 30 |
| Diseño de intervención..... | 34 |
| Problema de intervención..... | 34 |
| Objetivo General..... | 34 |
| Objetivos Específicos..... | 34 |
| Metodología: la forma que toma el andar..... | 35 |
| Planificación: trazar líneas, dejar espacios..... | 38 |
| Técnicas en acción: dinámicas que mueven los talleres..... | 39 |
| Reflexiones abiertas: un camino que continua..... | 42 |
| Referencias bibliográficas..... | 44 |

Resumen

El presente Trabajo Final de Grado de la Licenciatura de Psicología de la Universidad de la República consiste en un proyecto de intervención. El propósito del mismo es proponer un trabajo grupal con personas mayores.

El proyecto se centrará en desarrollar un programa de talleres, en los cuales se llevarán a cabo dinámicas de grupo que tendrán como objetivo promover un sentido crítico sobre las narrativas negativas y limitantes de la vejez e integrar en la reflexión los cambios y pérdidas que las personas puedan estar experimentando. El presente proyecto concibe la vejez, los duelos y la soledad, no solo como experiencias individuales, sino como procesos sociales, culturales e históricamente contruidos. Desde esta perspectiva se habilitará el abordaje de la problematización y la construcción colectiva de narrativas en torno a lo que representa la vejez, los duelos, la muerte y la soledad, propiciando de esta manera que dichos procesos sean compartidos, trabajados y eventualmente resignificados de manera colectiva.

De este modo, se adoptará un enfoque psicogerontológico latinoamericano y psicosocial del envejecimiento, situándose desde una perspectiva teórica sobre el proyecto vital y sobre las narrativas de las personas mayores, retomando los aportes de Salvarezza, Pérez y Iacub, quienes hacen énfasis en la dimensión subjetiva del envejecimiento.

Se promoverá el intercambio de saberes y experiencias dentro del grupo. De esta manera, se propiciará la construcción colectiva de la percepción que se tiene sobre la vejez, ahondando sobre el sentido de la vida en dicha etapa, la conexión con ella y las múltiples formas en que se despliega. Se buscará que las propias personas mayores, protagonistas del proceso, se sitúen en el centro de sus narrativas, fomentando de esta manera su participación activa y apropiación del momento en que se encuentran.

La elaboración de los talleres implica una revisión detallada de bibliografía científica sobre la vejez y la estigmatización que habitualmente se realiza de ella.

Palabras claves: vejez, narrativas, taller, proyecto vital, estigmatización.

Introducción: al filo del comienzo

La Organización de los Estados Americanos (2015), entiende como persona mayor, a todos los individuos que tengan 60 años o más. Sin embargo, la Organización de los Estados Americanos considera fundamental tener en cuenta la ley interna de cada país, siempre que la edad para la categorización no sea superior a los 65 años de edad. En el caso de Uruguay, la Ley N° 17.796 (2004) expresa que en el territorio se define como persona mayor a todo aquel individuo que alcance los 65 años de edad o más y que posea residencia permanente en el país, sin importar la ciudadanía.

El presente proyecto de intervención, fundamenta su visión en lo que propone la Organización de los Estados Americanos (2015), la cual plantea la necesidad de enfocarse en la integración y participación activa de las personas mayores en la sociedad; reconociendo en simultáneo el pleno goce de los derechos humanos, a los cuales se accede promoviendo, protegiendo y asegurando el reconocimiento de dicha población dentro de la misma.

En el marco de este trabajo, se buscará que las propias personas mayores narren sus vivencias y su sentir respecto de su envejecimiento. De esta manera, se intentará generar un espacio donde tengan la oportunidad de reflexionar sobre cómo están transitando la vejez. Asimismo, se generará un espacio para que las personas mayores puedan reflexionar grupalmente acerca del sentido de la vida, de la conexión con ella, del duelo como proceso colectivo y del miedo a la muerte.

Entiendo que mi implicancia con este proyecto, parte de una mirada a la muerte como un proceso. Acevedo (2002) rememorando a Lourau, alude al término implicación de la siguiente manera:

[...] la implicación viene con nosotros en tanto sujetos socio históricos y políticos, y es activada por el encuentro con en el objeto: el otro, los grupos, las instituciones, en fin, todo aquello que involucre un pronunciamiento o una acción de nuestra parte (p.9).

De esta manera, el autor enfatiza la necesidad de visibilizar las implicaciones que nos atraviesan, sacando a luz aquello presente en nuestras elecciones teóricas e institucionales, para de ese modo reverlas y trabajarlas, no permaneciendo de este modo sobre implicados. El proyecto de intervención, se orienta a la construcción colectiva de nuevas miradas sobre la vejez. Sin embargo, mi conexión y la elección teórica, surgen en un principio, vinculados a la reflexión en torno a la muerte y al duelo. En un primer momento me interesaba trabajar el tema del miedo a la muerte como proceso que cualquiera puede transitar y por ende reflexionar al respecto.

En el presente trabajo destaco la importancia de visibilizar al duelo no como proceso que se transita como única vez, sino como un proceso abierto en el cual el sujeto comprende cómo vivir con el dolor de la pérdida, preservando de esta manera los buenos recuerdos.

Me resulta interesante mencionar el concepto de reminiscencia y de nostalgia a los que alude Salvarezza (1988) en su libro. Este autor ubica ambas concepciones dentro del desarrollo del incremento de la interioridad, menciona que ambos generalmente se experimentan en la mediana edad. Define a la *reminiscencia* como una reflexión enriquecedora de recuerdos antiguos que conduce y favorece a la integridad del sujeto; mientras que la *nostalgia* es una evocación dolorosa, centrada en lo perdido o en lo que pudo haber sido. Según el autor, esta última conduce a la persona a la desesperación, pudiendo de esta manera derivar en una depresión.

Siguiendo esta línea, se podría enunciar que, por un lado, la reminiscencia implica la posibilidad de comprender cómo vivir con el dolor de una pérdida, así como resguardar los recuerdos significativos como parte de la propia historia. Por otro lado, en la nostalgia, el dolor por lo perdido se instala como centro dentro de la conflictiva interna de la persona, lo cual genera que esta, entre otras cosas, no pueda separar los pensamientos dolorosos del recuerdo que tiene de la persona.

Al hablar sobre *reminiscencia*, Viguera (1997) explicita que la misma actúa como exploradora de vida, permitiendo a las personas resignificar situaciones vividas. De este modo, permite acercar experiencias vitales placenteras a la memoria, reforzando el sentido

de identidad y colaborando para la mejora de la autoestima de la persona, dándole de este modo cierta continuidad de sentido a su vida.

A través de la lectura de diferentes textos comprendí la importancia de trabajar las pérdidas desde una visión integral con las personas mayores.

En el envejecimiento, para Viguera (1997), la vivencia de pérdida es una característica relevante ya que en las personas mayores confluyen diferentes pérdidas, por ejemplo pérdidas en relación a lo corporal (cuerpo joven), pérdida de roles laborales o paternos y pérdida de seres queridos, entre otras. Según la autora, estos cambios y vivencias requieren la elaboración de un duelo por parte de la persona.

Desde esta perspectiva, me resulta enriquecedor para el presente proyecto retomar la mirada de Viguera (1997), ya que para la autora es fundamental no concebir a la vejez y al envejecimiento como experiencias únicas sino reconocer que cada persona vive esta etapa de una manera diferente, con una mirada propia. Es así, como de esta manera, se desarrolla la vejez y el proceso de envejecimiento único de cada persona.

Más allá del final: ¿Cómo podría influir la percepción de la muerte en la construcción subjetiva del envejecimiento?

Tal como lo expresa Didi-Huberman (2020) en la introducción de su libro *Desear desobedecer*, podríamos pensar la pérdida y el duelo como propio levantamiento. En la introducción, el autor cuenta cómo dos niñas a pocos días del deceso de su madre, simbolizan la muerte jugando a estar muertas en la cama de la fallecida. En dicho episodio se entremezclan gritos de miedo con risas. En esta línea y analizando esta situación, el autor se adentra en el inicio del libro mencionando lo siguiente:

<<Decididamente -concluye el psicoanalista- el duelo pone al mundo en movimiento.[...] El mundo es presa de una movilidad nueva desde el momento en que la muerte tiene, de repente, su evidencia de un juego que cumple simbólicamente el deseo>>. Deberíamos decir, incluso, que la pérdida que primero

nos abruma puede también -por la gracia de un juego, de un gesto, de un pensamiento, de un deseo- levantar al mundo entero. Y tal será la primera fuerza de los levantamientos. (Didi-Huberman, 2020, p. 8).

Atendiendo a lo expresado por el autor y de acuerdo a su visión, el duelo y la pérdida posibilitan el levantamiento. El autor señala que existen fuerzas, las cuales pueden ser representadas a través de un juego, un pensamiento, un gesto o un deseo que nos ayudan a resurgir, literalmente a levantarnos. De esta manera se puede explicar cómo la muerte, ya sea propia o ajena, no opera como final solamente, sino como presencia simbólica que reorganiza el sentido de vida en cada etapa.

Del mismo modo, me parece interesante relacionar el texto de Didi-Huberman (2020) con el concepto de heterotopía que plantea Foucault (2008). Aquí el autor describe a las heterotopías como espacios reales, donde confluyen múltiples lugares que serían en principio antagónicos: “La heterotopía tiene como regla yuxtaponer en un lugar real varios espacios que normalmente serían, o deberían ser incompatibles” (p.6). Se trata entonces según Foucault (2008) de espacios reales de tensión simbólica y de intersección de lo contradictorio.

Volviendo a la escena planteada por Didi-Huberman (2020), la misma puede ser interpretada como una heterotopía, donde el mismo espacio (la cama de la madre muerta) alberga al mismo tiempo, el juego, la muerte, el duelo, el deseo y la vida. Para un niño, la cama de los padres se puede transformar en una nave, en una cama elástica, en un auto. Muchas historias y juegos ocurren en este espacio. En la introducción de su libro, Didi-Huberman (2020) relata como la cama de la madre difunta, ocupa el lugar de ataúd, permitiéndoles a las menores de 4 y 6 años, comenzar a elaborar el duelo de su madre a través del juego, transitando desde el miedo y el llanto hasta la risa.

Por otro lado, me parece interesante mencionar a Despret (2021) para reflexionar sobre el duelo a través de su libro *A la salud de los muertos*. Esta psicóloga y filósofa nacida en Bélgica, a través de testimonios, hace referencia a que los duelos siempre se mantienen activos. Despret (2021) muestra como los ritos y recuerdos reflejan cómo los fallecidos

siguen presentes influyendo, transmitiendo, uniendo, transformando y movilizand o nuestras acciones. La autora no coincide con la mirada de que el duelo se entienda como un ciclo, en el cual la persona tiene que transitar por diferentes etapas. De hecho, señala que el duelo se desarrolla de manera continua y destaca la importancia de hacerle lugar a los muertos en nuestras vidas, instalándolos simbólicamente y permitiéndoles seguir existiendo de esta manera.

Conforme fue pasando el tiempo de elaboración del presente trabajo y con ello mi exploración y conocimiento del tema y de la bibliografía utilizada, he podido revalorizar y reafirmar la importancia que tiene para mi el trabajo con las personas mayores.

En las últimas épocas esta población ha sido dejada de lado, se ha tornado invisibilizada.

Sin embargo, en los últimos años han logrado alzar su voz, manifestando así sus necesidades y contando sus narrativas. Considero que es de suma importancia que los ¹viejos tomen conciencia del papel que la sociedad les ha adjudicado, para de este modo, poder ser ellos mismos los que levanten su voz y busquen un cambio en sus propias vidas.

Tomando en cuenta los autores mencionados anteriormente, se podría pensar al envejecimiento como una etapa del curso vital en donde conviven el deterioro físico con la lucidez reflexiva, el duelo con el deseo, el cierre con la apertura. Asimismo, se puede reflexionar sobre cómo la percepción de la muerte puede llegar a influir en la construcción subjetiva del envejecimiento no sólo como amenaza o límite, sino también como un escenario representativo que permite resignificar la existencia, reorganizar los sentidos y construir nuevas formas de habitar el tiempo.

El presente proyecto de intervención tiene como pilar fundamental la articulación de la narración del envejecimiento por parte de las personas mayores con las vivencias personales respecto de la etapa que transitan, propiciando de esta manera la reflexión profunda sobre su propia vida.

¹ Se utiliza la palabra viejos no con el afán despectivo, sino con la aspiración de resignificar la palabra que hace referencia a un grupo de personas que se encuentran transitando una etapa valiosa del curso vital.

La vejez a través del tiempo

Me parece fundamental en el presente trabajo elaborar una reconstrucción histórica sobre la vejez. Lehr (1988) en su libro *Psicología de la Senectud* menciona cómo en la Antigüedad, sea en la Grecia clásica, en Roma y/o en algunas culturas orientales, se percibía al anciano como portador de sabiduría, de experiencia y de juicio. Según autores como Sócrates y Cicerón, en esas épocas, el anciano ocupaba el lugar de consejero o maestro dentro de la sociedad, considerándolos de esta manera como expertos de la reflexión y poseedores del conocimiento sobre la vida. Por otro lado, Aristóteles resaltaba la imagen negativa del anciano, asociándolo con una persona compasiva y por ende una figura débil en la sociedad.

Durante la Edad Media, particularmente en la Edad Media europea, según Lehr (1988), el anciano continuaba siendo venerado por su cercanía con lo espiritual o religioso. Sin embargo, poco a poco se iba desvaneciendo la imagen positiva de la persona mayor. La sociedad comenzaba a vincular a la vejez con una imagen física de deterioro y en consecuencia se iniciaba el declive de la imagen del anciano, el cual deja de ser visto como una persona llena de sabiduría para pasar a ser un sujeto que se encuentra en el último tramo antes de la muerte. Según esta autora en el Renacimiento y en la Edad Media se acentuó la tensión entre estas dos visiones. Por un lado la vejez como sinónimo de decadencia, intensificando la tendencia a valorar la juventud y la vitalidad, y por otra parte la imagen del anciano como sinónimo de sabiduría y experiencia, mayoritariamente en expresiones culturales.

Por último, en los siglos XIX y XX, con el comienzo de la industrialización y la valorización de la productividad, se devalúa totalmente la figura del anciano. Se comienza a valorar ampliamente el trabajo y la eficacia, por encima del saber. Lehr (1988) expresa que en esta época se marca una ruptura en relación a la imagen de la vejez, la cual se comienza a percibir como un tiempo de inactividad y dependencia. Para la autora, la visión del anciano sabio fue degradada por procesos históricos, sociales y económicos que empezaron a

valorar más la juventud, la fuerza física y la productividad, por encima de la experiencia. Ella describe que en la segunda mitad del siglo XX, con el progreso de la gerontología y la psicología del desarrollo, se inicia un proceso que busca recuperar lentamente la imagen positiva de la vejez, acentuando el valor cognitivo, emocional y social junto al desarrollo de la madurez y la sabiduría vital de las personas mayores.

En su libro, Lehr (1988) presenta a la *psicología de la senectud* como una subdisciplina de la gerontología, dedicada al estudio integral del sujeto en el envejecimiento. Desde esta perspectiva la autora no se limita a una mirada estática de la vejez, sino que busca comprenderla en relación a los procesos vitales que la preceden. Según Lehr (1988), es necesario reconocer que para llegar a abordar el envejecimiento a través de la psicología de la senectud, se ha transitado por tres enfoques teóricos diferentes desde los cuales se ha abordado la vejez.

En primer lugar, se halla la *psicología del viejo*. Para la autora este enfoque ligó a la persona de tercera edad a la dependencia, al declive, teniendo como resultado una mirada homogénea del viejo, marcando sus limitaciones, sus pérdidas y caracterizándolo por la ayuda que necesita.

En segundo lugar, menciona la *psicología de la vejez*. Este enfoque reconoce las características propias de la persona mayor, comprendiendo sus particularidades, sus cambios, el bienestar y los desafíos propios de esta etapa a nivel biológico y psicológico.

Por último, se encuentra la psicología que se inscribe en su libro, denominada la *psicología del envejecimiento*. Esta se caracteriza por una mirada dinámica, procesual y compleja. A diferencia de la psicología de la vejez, la cual ya resaltaba la importancia de observar a la vejez a través de cambios que se generan en las etapas de la vida; la psicología del envejecimiento propone una mirada de carácter progresivo y constructivo a la etapa de la vejez. La autora resalta que no hay una sola forma de envejecer ni una única perspectiva ya que entran en juego los factores sociales, biológicos, psicológicos, económicos y culturales de las personas mayores dándole importancia a los aspectos fisiológicos y sociológicos dentro del estudio del envejecimiento. Es en dicho entramado, según la autora, en donde se

construye el propio envejecimiento de cada persona. Este enfoque se aleja de concepciones deficitarias, resaltando la posibilidad de desarrollo y adaptación, propios de esta etapa.

Desde mi perspectiva, es de suma importancia establecer un vínculo entre la mirada desarrollada por Lehr (1988) en torno a la psicología del envejecimiento y la mirada crítica y socioconstruccionista del envejecimiento que propone Berriel (2021) en su tesis doctoral. Ambas concepciones coinciden en entender al envejecimiento como un proceso dinámico, complejo y situado; constituido por factores personales, históricos, sociales y culturales. Berriel (2021) en su tesis doctoral amplía estos planteos desde una perspectiva crítica, analizando cómo los discursos, las prácticas sociales y en particular las políticas públicas, configuran modos específicos de envejecer. En su trabajo, al revisar las teorías del curso de vida y del transcurso vital, destaca que el envejecimiento debe de ser comprendido desde una mirada multidireccional e históricamente situada. Por dicho motivo señala que la psicología del envejecimiento se encuentra a su vez determinada tanto por factores estructurales, como por factores subjetivos propios de cada persona.

Berriel (2021) retoma el concepto de ²*enactment* de Annemarie Mol, con el fin de superar las visiones homogéneas y esencialistas, visualizando así la multiplicidad de modos en que la vejez se vive e interpreta. En su tesis doctoral, destaca el aporte de la gerontología crítica y del análisis de las formaciones discursivas, mostrando cómo los enfoques tradicionales, (como la teoría del declive o de la desvinculación), han contribuido a construir una imagen pasiva y negativa de la vejez. Del mismo modo, evidencia cómo estas perspectivas poco a poco han sido progresivamente cuestionadas y desplazadas por enfoques más complejos, los cuales reconocen que no existe una única manera de envejecer. Por último, Berriel (2021) señala la importancia de abordar el envejecimiento desde la interdisciplina, con una mirada multidimensional y multidireccional, considerando elementos tales como el medio

² La traducción al español de la palabra *enactment* no hace referencia a su sentido literal originario, por este motivo no se utiliza la traducción en sí misma sino que se toma el concepto vinculado a la idea de *hacer real*.

ambiente, las instituciones, el género o las generaciones y centrándose a su vez en la biología de la persona, la psicología, la estructura social y las interacciones de estas. Resulta de suma importancia en el presente trabajo, repensar a la vejez desde un enfoque del curso vital, considerando al envejecimiento desde una construcción social y política que se encuentra en permanente transformación, en constante dinamismo, comprendiendo de esta manera a la persona y al envejecimiento a través de la articulación entre los niveles subjetivos, relacionales e institucionales, en donde confluyen de este modo las políticas públicas, los discursos y las prácticas sociales.

Estereotipos que envejecen: prejuicios hacia la vejez

En línea con lo expresado anteriormente, Salvarezza (1988) en el capítulo uno Viejismo: Los prejuicios contra la vejez, en su libro *Psicogeriatría: Teoría y clínica*, manifiesta cómo la vejez está arraigada a prejuicios y a una visión negativa asociada a esta etapa del ciclo vital. Este autor menciona que se suelen percibir a los viejos como frágiles, dependientes y aislados. La sociedad, al verlos de esta manera, tiende a percibir que estas personas se encuentran cerca de un declive mental.

Salvarezza (1988) hace uso del término viejísimo acuñado anteriormente por Butler: “el término viejismo define el conjunto de prejuicios, estereotipos y discriminaciones que se aplican a los viejos simplemente en función de su edad” (p.23). A su vez la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025) hace referencia al concepto edadismo, refiriéndose a cómo los estereotipos, los prejuicios y la discriminación toman protagonismo en la manera en que pensamos, sentimos y actuamos con respecto a ciertas edades, ya sea contra nosotros mismos o contra un tercero. La organización expresa que los prejuicios y estereotipos a ciertas edades se interiorizan desde la niñez ya que el edadismo se percibe en las instituciones, en las relaciones y en nosotros mismos. Resalta que la mitad de la población mundial es edadista con respecto a las personas mayores. Como resultado, según la OMS (2025) el edadismo puede transformar la percepción que tenemos de

nosotros mismos y puede deteriorar la solidaridad entre generaciones, ya que se subestiman tanto los aportes de los jóvenes como de las personas mayores en nuestra vida. Asimismo enfatiza que para confrontar al edadismo y hacer frente a la desigualdad, se debe actuar a través de medidas políticas y legislativas. Por otro lado, señala la importancia del rol que cumplen las actividades educativas, las cuales deben impulsar el desarrollo de la empatía de las personas, desvaneciendo de esta manera las ideas erróneas que acarrear los prejuicios y discriminaciones. La OMS (2025) especifica que un espacio en donde se reúnan personas de todas las edades puede contribuir a la desvinculación de los prejuicios y estereotipos edadistas.

Berriel (2021) en su trabajo doctoral pone de manifiesto que algunos gerontólogos y movimientos sociales consideran que la gerontología no está siendo lo suficientemente crítica con respecto al edadismo y al viejismo institucional, produciendo de esta manera una gerontología del empobrecimiento, con énfasis en los aspectos económicos de las personas mayores y de sus derechos.

En el presente trabajo se acompañará a las personas mayores a reflexionar sobre los prejuicios y estereotipos que suelen asignarse a las distintas edades comprendidas en el período mencionado, explorando específicamente los propios prejuicios y estereotipos que ellas mismas adoptan o reconocen que se les imponen.

Chocarro (2010) en su tesis doctoral *Representación social de la muerte entre los profesionales sanitarios: una aproximación psicológica desde el análisis del discurso*, dedica un capítulo de su trabajo al desarrollo de los estigmas, retomando los aportes de Goffman. Hace referencia a que los estigmas son "...una marca, una conducta desviada, es algo anormal, en definitiva, es una alteración en la identidad" (Chocarro, 2010, p.79). La socióloga española en dicha cita señala que a través del estigma social, la persona es descalificada en su identidad social, esto genera que dicho estigma se percibe como una característica negativa. Chocarro (2010) en su trabajo examina cómo el estigma puede estar presente en los profesionales de la salud, cómo éstos perciben y se relacionan con los pacientes que enfrentan enfermedades. De la misma manera agrega que los estigmas

también están presentes en la muerte ya que es un suceso que está socialmente cargado de sentidos negativos. Siguiendo la línea de la autora, los profesionales de la salud pueden tener dificultad para trabajar con pacientes con enfermedades graves o crónicas. Ella menciona que dicha complejidad posiblemente puede estar asociada a sus propias percepciones y miedos relacionados a la muerte y a la enfermedad. La autora hace hincapié en que la falta de formación y de manejo ante la muerte por parte de los profesionales, interfiere en cómo éstos pueden acompañar y cuidar adecuadamente a los pacientes de cuidados paliativos.

En el apartado de su trabajo, la Conceptualización del objeto de estudio: La negación de la muerte, Chocarro (2010) hace mención al filósofo Levinas, quien alude a que huir de la muerte promueve que la angustia ante la misma se transforme en miedo.

A través del trabajo de Salvarezza (1988) y Chocarro (2010), se puede observar como la muerte y la vejez son altamente estigmatizadas por la sociedad actual, lo cual hace visible la importancia de promover un espacio para reflexionar sobre la mirada hacia estos dos acontecimientos a partir de este proyecto de intervención.

Entre los factores presentes y el porvenir: sentido y deseo en el entramado del proyecto vital en la vejez

Como mencioné anteriormente, resulta de suma importancia en el presente proyecto apoyarse en la tesis doctoral de Berriel (2021) para comprender al envejecimiento desde una mirada interdisciplinaria.

Este autor señala la importancia de una gerontología crítica, la cual reconozca la capacidad de acción de las personas mayores para reflexionar sobre su propia vida.

En concordancia con la disciplina mencionada, alude a la posgerontología o psicogerontología latinoamericana. Ante esto, es pertinente subrayar que, por medio de esta, en el presente proyecto de intervención se reflexionará acerca del envejecimiento. Berriel (2021) entiende la psicogerontología latinoamericana como aquella disciplina en

donde las propias personas mayores se encuentran en el centro de la capacidad de acción. Destaca la importancia del carácter multidisciplinario e interdisciplinario del envejecimiento, en el análisis crítico de las políticas públicas del envejecimiento, en estrecha conexión con su propia dimensión subjetiva, su propia sensibilidad histórica, cultural y social que atraviesan.

Salvarezza (1988) en el segundo capítulo de su libro *Psicogeriatría: Teoría y clínica* hace referencia a los factores sociales, biológicos y psicológicos; subrayando la relevancia de contemplarlos de manera integrada en dicha persona ya que actúan en constante interacción. El conjunto de factores sociales, biológicos y psicológicos generan como resultado el desarrollo del envejecimiento propio de la persona.

Este autor, al hablar de los factores biológicos, menciona que dentro de éstos se encuentran la disminución de funciones cognitivas y motoras; las cuales suelen generar depresión, sobre todo cuando la persona se siente incapaz de mantener un ritmo de vida.

Dentro de los factores sociales, alude al aislamiento social, a la pérdida de la red de apoyo, al retiro de las actividades laborales y a las disminuciones de las actividades de interacción social. Este conglomerado de acontecimientos, puede generar sentimientos de soledad, depresión y ansiedad en la persona mayor.

Como mencioné anteriormente, según Salvarezza (1988) los ideales sociales tienden a visualizar a las personas mayores como dependientes e incapaces, lo cual genera que se refuerce una autoimagen negativa hacia esta etapa, dificultando de esta manera el proceso de adaptación a la vejez por parte de los implicados.

Dentro de los factores psicológicos, este autor menciona que se encuentran el autoconcepto, la autoestima, la adaptación a los cambios y la resistencia a los mismos. De igual manera, según el autor también se encuentra la capacidad de reinventarse, de mantener un sentido y propósito de vida. Según Salvarezza (1988) dentro de los factores psicológicos adquiere particular importancia la forma en cómo la persona percibe su propio envejecimiento. Es por este motivo que el factor tiempo tiene gran relevancia, ya que entre la mediana edad y el envejecimiento, la persona tiene un determinado *timing* de lo que le

resultaría esperable para cada edad. Salvarezza (1988) en el segundo capítulo de su libro alude a Neugarten para explicar este fenómeno:

Todos los individuos, no importa el grupo social al que pertenezcan, desarrollan la idea de un “ciclo vital normal y esperable”, es decir ciertos eventos deben ocurrir en determinados momentos de la vida, y que un reloj mental interno señala si “están a tiempo” o si están “fuera de tiempo” (p.53).

Teniendo en cuenta lo antes mencionado, según Salvarezza trayendo a Neugarten, se entiende que dependiendo del timing que la persona mantenga sobre los sucesos, estos le resultarán críticos o no.

Salvarezza (1988) por su parte, afirma que las crisis deben reservarse para aquellos acontecimientos que alteren el ritmo y/o la secuencia del ciclo vital.

En continuidad con los factores psicológicos, el autor señala que dentro de este grupo se encuentran los afrontamientos de pérdidas, los cambios de la percepción del cuerpo, el manejo del estrés y la percepción del envejecimiento social. Esta última, se entiende como la forma en que el individuo percibe el modo en que la sociedad trata a las personas mayores, ya sea valorizándolas o marginándolas.

En estos dos primeros capítulos de su libro Salvarezza (1988) deja entrever cómo el proyecto vital es singular, ya que depende de la propia historia de vida del sujeto, la historia psíquica de cada persona, de los factores biológicos y su contexto social. Este autor señala la importancia de que las personas mayores deben transmitir sus saberes, deben seguir manteniendo sus actividades intelectuales, sus relaciones significativas, sus compromisos sociales y culturales.

Señala que muchas personas sienten frustración al transitar la vejez ya que intentan sostener los objetivos propios de la juventud (productividad, éxito, poder). En este sentido, el autor reafirma que el cambio de mirada es fundamental y necesario para lograr transformar el proyecto vital ya que hay que adaptarlo a las nuevas condiciones físicas, psicológicas y sociales de la persona. De esta manera Salvarezza (1988) hace hincapié en que la persona mayor debe redefinir sus fines y deseos de manera coherente a sus nuevas

condiciones, reconfigurando así el sentido de su vida, integrando y resignificando su pasado para generar una continuidad personal en el presente. Asimismo destaca la importancia de que las personas mayores mantengan vínculos con otras personas, mantengan su creatividad y la transmisión de saberes a otros, ya que según el autor son dimensiones fundamentales en el proyecto vital de la persona mayor. De esta manera, como se mencionó anteriormente, según Salvarezza (1988) el proyecto vital no desaparece, sino que se adapta a las nuevas posibilidades y al tiempo subjetivo del envejecimiento de cada persona, se transforma.

Me resulta interesante incorporar a lo recién mencionado, la visión a la que alude Viguera (1997). Esta médica y psiquiatra especializada en psicogerontología se centra en el concepto de *diferente*. Expresa que para pensar la vejez y poder visualizar sus potencialidades, resulta útil reflexionar sobre dicho concepto. A través del mismo, se debe entender a la vejez no como una etapa peor o mejor a las demás, sino como una nueva etapa diferente, en donde podemos encontrar nuevas resignificaciones y posibilidades de vivir la vida. Según la autora de esta manera, se debe incorporar al propio envejecer como un aprendizaje sobre un nuevo rol, un nuevo espacio en la sociedad del cual nos podemos apropiar y dar vida. Retomando a Salvarezza (1988), este hace referencia a Erikson, quien plantea que en la adultez tardía el proyecto vital debe centrarse en enseñar, transmitir y crear un legado. A través de este proceso, según los autores, la persona da sentido a su vida vivida y logra reconciliarse con lo que ha sido. Desde este proyecto entendemos al legado como un aspecto más que puede surgir para ser desarrollado, por parte de los integrantes. Entendiéndolo de esta manera, como una huella que va tejiendo el integrante a partir de sus historias, sus deseos, sus palabras y del encuentro con los otros. De este modo, se le da un lugar central al legado simbólico, ese que no se mide en objetos, sino en lo que cada persona siente que quiere dejar, transmitir a los demás.

Pérez (2011) concuerda con Salvarezza (1988) respecto de que el envejecimiento es un proceso psicológico, social, biológico y físico. Pérez (2011) enfatiza la importancia de entender al envejecimiento como proceso subjetivo. Plantea que dicho proceso se configura

a través de las experiencias, percepciones y significados que cada persona le atribuye, los cuales se construyen a través de su historia personal, sus creencias, sus expectativas y el entorno social en el que vive.

Es de suma importancia resaltar que para Pérez (2011) la vejez se constituye a través de una producción subjetiva que involucra el plano psíquico y vincular de la persona en las diferentes dimensiones sociales, grupales e individuales. Él alude a que en la actualidad coexisten dos teorías para concebir al proceso de envejecimiento. La primera refiere a la teoría del desapego, la cual sostiene que a medida que las personas envejecen tienden a perder el interés por aquello que lo rodea, centrando su atención en sí mismos, apartándose de esta manera del entorno y preparándose para la muerte. La segunda, la teoría de la actividad, afirma que las personas deben mantenerse realizando diferentes actividades para impedir caer en un estado depresivo.

Con respecto a las dos teorías mencionadas, el autor entiende que en ambas el punto de coincidencia es que sitúa a la persona mayor en un lugar de despojo respecto de su capacidad como sujeto reflexivo y de su cualidad deseante. De este modo es necesario pensar al proceso de envejecimiento desde la mirada de cada persona teniendo en consideración las diferentes lógicas temporales. Pérez (2011), al hablar sobre las diferentes lógicas temporales, expresa que coexisten diferentes dimensiones y ritmos, los cuales van produciendo sentido a la vida. Aludiendo a Castoriadis, Pérez (2011) hace referencia al tiempo identitario como un tiempo compatible socialmente y lo define como aquellos años que separan a la persona de su nacimiento, refiriéndose a la edad que tiene la persona en el momento presente. Según este último autor, se encuentra también el tiempo imaginario, este tiempo es totalmente subjetivo, es la propia persona la que le otorga un sentido a través de su historia. Por otra parte, menciona también al tiempo social. A través de este se miden los acontecimientos en relación a lo que espera la sociedad de la persona. Por último, Pérez (2011) expresa que los procesos inconscientes tienen su propia lógica temporal. Según este, en los impulsos y por ende en los procesos inconscientes, no repercute ninguna otra lógica temporal.

Pérez (2011) expresa que en el trabajo psicológico con viejos, se ha enfrentado a la necesidad de incluir el proyecto de vida de la persona y su construcción a lo largo de la misma, ya que dicha tarea, al igual que en el trabajo con adultos, se remite a la dimensión de los deseos, anhelos, afectos e identificaciones.

Siguiendo por la línea del autor, él alude a que el proyecto vital es constituido entre un yo actual y un yo futuro, retoma a Aulagnier para hacer referencia a que en la distancia entre estos dos yo, es donde se asienta el deseo y el proyecto identificadorio.

Es así, como este proyecto de intervención, busca integrar los aspectos mencionados como pilares fundamentales, para que las propias personas mayores puedan pensar y reflexionar su proyecto vital en relación con sus vivencias y consigo mismas. Un proyecto vital en donde el centro de atención, como expresa Pérez (2011), se sitúe en el deseo de la persona, comprendiendo de esta forma los emblemas identificatorios de ella, su potencialidad y su cuerpo.

Carr, Biggs y Kimberley (2015) realizan una búsqueda detallada y a partir de la misma, elaboran y detallan la cantidad de significados y experiencias que existe sobre el envejecimiento. Los autores expresan que se debe de desafiar los estereotipos que plantean que existe una sola manera de envejecer, para, de esta manera, comprender que existe un sin fin de trayectorias, identidades, roles, formas de contribuir socialmente y maneras de dar sentido al envejecimiento. Carr, Biggs y Kimberley (2015) aluden que en dicho sin fin, lo que debe hacer cada uno es buscar nuevos modelos de lo que significa envejecer para cada persona. De esta manera, se entiende que cada persona incide en la producción de sentidos sobre el envejecimiento e incluso sobre su propio envejecimiento. Es en este momento, donde entra en juego la agencia en la construcción de sentidos, comprendiendo la agencia como la capacidad que tiene cada persona de incidir, transformar y actuar en la producción de sentidos, en este caso en la construcción y producción de sentidos del envejecimiento. A partir de este concepto de agencia, se puede trasladar y comprender al legado. Este se forma a través de los sentidos que desarrollan los propios participantes. El legado también forma parte de aquello que los integrantes, a través

del agenciamiento, van construyendo en torno a los múltiples sentidos sobre qué es el envejecimiento y la vejez para ellos y qué es lo que representa para cada uno.

La muerte que se vuelve propia; la vida que busca trascender

Salvarezza (1988), en el segundo capítulo de su libro, al hablar de la muerte explicita que esta no es solo un miedo individual, sino que es un conflicto estructural, psíquico y social que la persona comienza a transitar desde el momento en que es consciente de su propia finitud. El autor menciona que cuando el individuo transita por la mediana edad (alrededor de los 40-50 años) atraviesa un quiebre temporal, en donde comienza a sentir la muerte más cercana y personal, volviéndose así más consciente de su finitud.

Salvarezza (1988) utiliza el concepto de personalización de la muerte, aludiendo a Elliott Jacques, para referirse al momento en donde el sujeto asume psíquicamente que va a morir. Es en esta instancia cuando la persona empieza a internalizar la noción de finitud, a partir de ciertas vivencias, pérdidas, enfermedades o a través de su propio envejecimiento visible.

Aludiendo a Freud, Salvarezza (1988) intenta explicar el conflicto inconsciente a la negación de la propia muerte. Menciona que en el inconsciente no existe la representación de la propia muerte; es así que mientras que la persona a nivel racional y consciente comienza a aceptar que la muerte es inevitable, el inconsciente sigue operando como si la muerte fuera algo ajeno y distante. De este modo, como resultado de este conflicto, el autor señala que en la persona pueden aparecer episodios hipocondríacos, de angustia, ansiedad, depresión, y/o negación activa al envejecimiento. Este último aspecto, puede observarse, por ejemplo, en las prácticas de rejuvenecimiento que muchas personas se realizan, con el afán de seguir pareciéndose jóvenes.

Por último, y con respecto a lo recién mencionado, Salvarezza (1988) destaca que los factores socioculturales inciden significativamente en las vivencias del miedo a la muerte en las personas mayores, ya que la cultura occidental hace unas décadas promueve valores

centrados en la juventud, la productividad y el rendimiento, intentando así alejarse del envejecimiento y la mortalidad. Este modelo cultural, según el autor, genera que, al envejecer, las personas experimenten una sensación de pérdida de valor social, lo que intensifica en el sujeto el conflicto psíquico vinculado a la finitud.

Por otro lado, el autor hace una diferencia de género, mientras que en las mujeres predomina el temor a la viudez y a la soledad, en los hombres suele observarse con mayor incidencia una angustia centrada en la posibilidad de su propia muerte.

En relación con lo anteriormente expuesto, Serra y Abengózar (1990), en un trabajo que denominan *Ancianidad y preparación para la muerte*, destacan que una adecuada preparación para el deceso puede estar relacionada con un mejor bienestar emocional en la vejez; lo cual implica una aceptación y un proceso de adaptación frente a la idea de muerte. Según las autoras, la aceptación, la ansiedad o el miedo frente a la muerte, dependen del contexto psicológico y social de cada individuo. Dentro de éstos factores se incluyen la salud física, el apoyo social, las creencias religiosas, la historia de vida y las experiencias previas. Las autoras comparten la idea a la que hace referencia Salvarezza (1988), frente a la cual aluden a que las normas sociales y expectativas culturales también influyen en la forma en que las personas mayores se enfrentan a la muerte.

Como resultado de este trabajo, las autoras exponen que, a medida que las personas envejecen, tienden a aceptar la muerte, ya que en esta etapa del ciclo vital las personas cuentan con una mayor capacidad reflexiva sobre el sentido de su vida y de la muerte.

Serra y Abengózar (1990), como mencioné anteriormente, arriban a la conclusión de que en la aceptación de la persona hacia la muerte puede llegar a influir su estado de salud, la situación emocional o las creencias religiosas. Añaden que las personas con mayor creencia religiosa y con mayor apoyo emocional, tienden a estar más tranquilas y mejor preparadas para enfrentar la muerte. Por otro lado, es posible que presenten mayor preocupación hacia la muerte, los individuos con alguna complicación física.

Al finalizar su trabajo, las psicólogas españolas señalan la importancia de que las personas mayores cuenten con un espacio seguro para poder hablar de sus temores, sus

preocupaciones y sus sentimientos, pudiendo abordar así aspectos existenciales, emocionales y espirituales. Del mismo modo, recalcan la importancia de formar a los profesionales de la salud para que puedan intervenir de manera efectiva con aquellas personas que se encuentran próximos al deceso, promoviendo de esta manera espacios de reflexión sobre el sentido de la vida y de la muerte.

Tanto este trabajo como los capítulos del libro de Salvarezza (1988), generan una apertura hacia el foco de este proyecto, invitando a reflexionar acerca de dónde debemos posicionarnos y cómo hacerlo frente a la temática en cuestión.

El presente proyecto de intervención se enfoca en las propias narrativas, preocupaciones, temores, historias y sentimientos personales de las personas mayores, en tanto que, a través de ellos, la persona mayor va narrando lo vivido y expresando lo que le gustaría vivir, dejar o transmitir.

Narrar para habitarse: identidad y narración en la vejez

En el marco del presente proyecto con personas mayores, considero que los aportes de Pérez (2011) y Salvarezza (1988) vinculados con los aportes del psicólogo argentino Iacub (2024), enriquecen la teorización de este trabajo. En su capítulo *El envejecimiento según la identidad narrativa*, Iacub (2024) plantea que la identidad en la vejez se configura a través de los relatos de vida de las propias personas. Para Iacub (2024), la identidad es un constructo necesario para que las personas mayores organicen, direccionen y controlen los cambios o crisis vitales que les toca vivir. Según el autor, este constructo precisa flexibilidad para incorporar las variaciones que se producen en el curso vital de la persona y por ende en los cambios contextuales.

Iacub (2024) resalta que la identidad narrativa toma como base al narrativismo, por el cual la persona a través de la narración permite conectar los eventos pasados, el presente y el futuro, ayudando de esta manera a la persona a crear su identidad personal y a comprender su propia vida. Según el autor, el relato cobra importancia ya que se vuelve esencial contar

la experiencia en donde se encuentra el sujeto, ubicado en el escenario junto a sus creencias, sus valores y sus historias. De esta manera, sostiene Iacub (2024), que si las personas comparten la narración de sus historias personales, esto contribuye al fortalecimiento de las relaciones sociales.

Junto al narrativismo, el autor recurre al constructivismo para subrayar la relevancia de los significados que cada individuo asigna a la realidad y a su experiencia. Él entiende al conocimiento y a la identidad narrativa, como una construcción, a la cual se le van incorporando significados adaptables a la experiencia y a la coherencia de cada persona, en este caso, de la propia persona mayor. Iacub (2024) revela en su libro, la importancia de trabajar las formas identitarias con las personas mayores ya que ofrecen la posibilidad de superar el vacío y la inestabilidad que pueden llegar a promover las reconfiguraciones propias de esta etapa del curso vital. Es así como el autor hace referencia que a través de las formas identitarias la persona puede otorgar control, seguridad, nuevas modalidades de sentido, intercambios y reconocimiento a su propia identidad. Asimismo es de suma importancia para este psicólogo argentino, que los adultos mayores a través de sus modos de ser y de sus representaciones, mantengan relación con los niveles de bienestar y salud propios. De esta manera, como menciona Iacub (2024), el presente proyecto de intervención resalta la importancia respecto de que las personas mayores comprendan los cambios propios de la vejez y construyan sus sentidos personales a través de la reflexión y la narración de su identidad narrativa, la cual a su vez se encontrará entrelazada con la identidad narrativa de los demás integrantes del grupo. En tal sentido, los aportes de Iacub (2024) respecto de cómo las personas mayores a través de la narración construyen su identidad, junto con las ideas de Pérez (2011) y Salvarezza (1988) acerca la elaboración del proyecto vital en la vejez, constituyen un marco enriquecedor para el presente proyecto de intervención. Cada persona construye su propio envejecimiento. De esta manera, se puede reflexionar acerca de cómo la construcción de la propia narración nos constituye y cómo a través de ella es posible transformar y/o pensar nuestra propia experiencia y por ende nuestro proyecto vital.

Entre ausencias y sentidos: la soledad en la vejez

Actualmente me encuentro cursando la práctica de Graduación “Vejez y Atención a la Salud” la cual se desarrolla en el APEX (Aprendizaje, Programa, Extensión, Investigación). Durante una recorrida realizada por los estudiantes de Trabajo Social en la localidad del Municipio A, se constató que la población expresa la necesidad de trabajar sobre la soledad. Por este motivo, me resulta pertinente introducirlo en el proyecto como una temática que puede ser trabajada y abordada con los participantes.

Las autoras Muchinik y Seidmann (1999) entienden que “La soledad es una emoción, se trate de desesperanza, tristeza, abandono y pérdida; también de goce y creación” (p.12). Según las autoras cuando la persona se halla en soledad, se encuentra en una situación de expectativa, en la cual se puede sentir conforme con la situación o le puede generar un estado de ansiedad. De la misma forma, plantean que las personas que se sienten solas, en realidad se perciben más aisladas de lo que realmente se encuentran. Por otro lado, expresan que los que manifiestan estar aislados y no tienen inconveniente con ello, no se sienten solos.

Muchinik y Seidmann (1999) expresan que las emociones, incluida la soledad, se encuentran ligadas a un contexto histórico, social y lingüístico. Por otro lado, señalan que hay otras emociones, las cuales denominan emociones primarias, (por ejemplo la felicidad), que se relacionan con lo innato del ser humano, con la adaptación y supervivencia de este. Ellas sostienen que las emociones son fenómenos adaptativos, que regulan la interacción con los demás y que en dicha interacción la respuesta del otro afecta la acción que realizará la persona. Por último, con respecto a este tema, me interesa aludir a que, según las autoras, la soledad es un constructo psicológico social, significativo para la persona, en la cual se integran experiencias, emociones, sentimientos propios de la persona, así como también un significado social propio de la época.

Taller heterotópico: habilitando otros modos de habitar la vejez y sus silencios

En el presente trabajo para adentrarnos en lo que implica realizar un taller considero relevante citar un fragmento de un artículo de revista escrito por Cano (2012) *La metodología de taller en los procesos de educación popular*. Según el autor para pensar en un taller, es de suma relevancia tener en cuenta los siguientes lineamientos:

...la integración del trabajo manual con el trabajo intelectual, la reunión de personas trabajando en torno a una tarea común, la transformación colectiva de una situación, y la creación colectiva de una nueva forma de producto. En efecto, desde la concepción metodológica ya planteada, el taller constituye: a) un dispositivo de trabajo con y en grupos; b) una metodología de trabajo educativo que buscará alcanzar objetivos preestablecidos, la utilización de determinadas técnicas (Cano, 2012, p.33).

Como menciona Cano en el pasaje que seleccioné, el taller es una herramienta altamente poderosa para la transformación colectiva. Según este, para que el mismo resulte poderoso, debe estar interconectado por las prácticas mencionadas, ya que el taller implica un unir, un hacer, un pensar, promoviendo al mismo tiempo trabajar colectivamente en torno a una tarea común. Implica transformar realidades de manera conjunta y co-crear colectivamente nuevos conocimientos. Con el fin de lograr lo anteriormente expuesto, el autor sostiene que deben cohabitar tres dimensiones fundamentales: la dimensión política, la dimensión pedagógica y la dimensión ético metodológica. Según su planteo, la dimensión política comprende tanto el poder crítico como el potencial transformador. Esta dimensión representa el propósito esencial del taller, ya sea enseñar, reflexionar, pero sobre todo transformar y crear de algún modo una realidad o una visión que tengan las personas con respecto a un tema. En el presente proyecto de intervención, el eje central sería propiciar la reflexión acerca de la visión que tienen las personas mayores con respecto a la vejez, especialmente con respecto a su vejez.

Dentro la dimensión pedagógica, Cano (2012) señala la importancia de que el taller sea activo, transformador y participativo, así como también un lugar en donde todos aporten y desarrollen sus saberes, llegando así a la construcción de un conocimiento colectivo. Por último, se encuentra la dimensión ético metodológica. En ésta se entrelaza la coherencia entre lo que se quiere lograr y la forma de cómo hacerlo. En otras palabras, el autor plantea que a través de los métodos, las dinámicas y el lenguaje utilizado, el taller debe promover la construcción y la transformación del conocimiento de una forma colectiva, incorporando objetivos éticos claros. Todo ello, sin perder de vista que los procesos participativos deben estar orientados a la emancipación colectiva.

Según el planteamiento de Cano (2012) se puede comprender que el presente proyecto de intervención buscará abordar colectivamente a través de los propios participantes, cómo comprenden la vejez y cómo atraviesan su proceso de transformación personal.

En su planteamiento, refiere al taller como un dispositivo, entendiéndolo como un espacio estructurado que propicia condiciones para el aprendizaje colectivo, la participación crítica y la transformación social. Si bien me interesa recuperar esta concepción de taller como dispositivo, considero fundamental interpretarlo desde una perspectiva distinta. Por tal motivo, entiendo al taller como dispositivo a partir de la definición propuesta por Deleuze (1990) haciendo referencia a Foucault. Deleuze (1990) menciona que un dispositivo puede comprenderse como un ovillo o una madeja. Este ovillo al que referencia el autor, está compuesto por líneas que se encuentran en constante modificación, líneas de visibilidad, de enunciación, de fuerza, de poder, de subjetivación, entre otras. Por ejemplo las líneas de fuga, las cuales se caracterizan por ser espacios de escape dentro del dispositivo. Es así, como se puede pensar al taller como un espacio en donde están en permanente interacción las líneas de visibilidad, de poder, de enunciación y de subjetivación. Las líneas de visibilidad y de enunciación se hacen presentes en las historias personales de los sujetos y en las problemáticas sociales que los atraviesan, dichos aspectos serán lo que se buscará que las personas mayores enuncien. En este sentido, las personas mayores poseen sus propios conocimientos y saberes buscando contar, transmitir y dejar huellas de sus

vivencias y sus voces, las cuales han sido silenciadas históricamente y aún en ocasiones son calladas. Este proyecto de intervención generaría, de esta manera, un espacio en el que lo estigmatizado pueda hacerse visible. Así, se promovería un ámbito para la expresión de voces silenciadas, dando lugar a la participación activa y la construcción colectiva de significados. De este modo, se contribuye a la transformación social.

Por otro lado, las líneas de poder y fuerza pueden surgir en los roles que ocupan tanto los participantes como el equipo coordinador. Estos roles pueden perpetuar o reproducir dinámicas de poder. De esta manera, es responsabilidad de la coordinadora y de la observadora que dichos roles que ocupan los participantes, como señala Del Cueto y Fernández (1985), se movilicen y roten. Así, el taller podrá convertirse en un espacio donde sea posible reconfigurar y resistir a los poderes establecidos, habilitando otras voces; en este caso, las voces de las personas mayores.

Del Cueto y Fernández (1985), en el capítulo el dispositivo grupal, especifican que en un grupo existen roles, los cuales se adoptan a través del inter juego de asunción y adjudicación de roles. En esta adopción y adjudicación, Del Cueto y Fernández señalan que los participantes comienzan a constituirlos. Las autoras aluden a Pichón-Riviére para explicar que los roles se generan en el entramado grupal, entendiendo así, el entramado grupal como la red de relaciones, dinámicas e interacciones que se generan entre los integrantes. Sin embargo, las autoras señalan que la personalidad del sujeto y su manera de ser, pueden llegar a influir en el rol que asuma la persona dentro del grupo.

Del Cueto y Fernández (1985) en este capítulo, hacen referencia a cuatro roles. Uno de ellos es el portavoz. La persona que asume este rol suele ser el vocero encargado de enunciar lo que el grupo está transitando. De esta manera se convierte en el interlocutor de las fantasías, las ansiedades y las necesidades del grupo. Según ambas psicólogas sociales y comunitarias, el participante que se encuentra posicionado en este rol a través de su historia personal y la situación en la cual se encuentra aquí y ahora en el grupo. Revela la situación en la que se encuentran la mayoría de los miembros del conjunto con respecto a la tarea. El segundo rol es el de chivo emisario. Este miembro suele ser aquel a quien

todos los integrantes le suelen adjudicar los aspectos negativos, lo que conlleva a que esta persona termine siendo excluida por el grupo.

En contrapartida al rol recién mencionado, según Del Cueto y Fernández (1985), se encuentra el líder. Al asumir este rol, la persona suele convertirse en depositaria de los aspectos positivos del grupo, los cuales pueden estar vinculados por ejemplo al liderazgo o a lo democrático. Por último, como señalan se encuentra el saboteador, integrante cuya influencia es resistirse al cambio, generando como resultado la obstrucción de la tarea.

Siguiendo con el planteo, resulta importante destacar que según Cano (2012), el taller debe contribuir a formar sujetos críticos y participativos. Es ahí cuando las líneas de subjetivación que menciona Deleuze (1990) toman importancia dado que el taller se presenta como un espacio privilegiado para la construcción del conocimiento a partir de las subjetividades de los participantes, de la experiencia compartida, del diálogo y de la acción colectiva de los integrantes.

Complementariamente, a partir de la definición de dispositivo propuesta por Deleuze (1990), el taller puede ser comprendido como una red dinámica de saberes, prácticas y relaciones de poder que inciden en la producción de subjetividades. En este sentido, debe fomentar el cuestionamiento de ciertos supuestos, estigmatizaciones y estructuras, intentando de esta manera generar un espacio de visibilización y enunciación para las personas mayores, generando por consiguiente, que se desarrolle un espacio en donde se promueva que los propios integrantes sean capaces de pensar, hablar y actuar desde una lógica emancipadora.

Sostengo que es igualmente pertinente pensar al taller desde la perspectiva heterotópica. Como mencioné al principio del trabajo, Foucault (2008) hace uso de este concepto, haciendo referencia a que se constituyen como espacios de resistencia, de exclusión y de ruptura. Siguiendo esta línea, el taller puede ser visto como un *lugar otro*, que rompe con la lógica de la cotidianidad. Se configura como un espacio de encuentro en el que un grupo de personas se reúne, transformando de esta manera la experiencia y el recorrido de cada una. De esta manera, comprendo que dicho lugar heterotópico, se configura por los propios

participantes, mediante la capacidad de agencia que poseen. Por este motivo resulta de suma importancia que los integrantes del grupo reconozcan, perciban y desarrollen su propia capacidad de agencia narrativa ya que será a través de esta que ellos impulsarán al taller a convertirse efectivamente en un taller heterotópico, explotando de esta manera esa posibilidad que poseen de desarrollar y transformar a través de la agencia, asumiendo un rol activo y despegando acciones que permitan generar ese lugar otro en el taller, tal como lo referencia Foucault (2008).

En los encuentros se condensarán distintos tiempos, como por ejemplo las experiencias personales, las historias sociales y los conocimientos populares. Del mismo modo se integrará el pasado (experiencia previa), el presente (la interacción del taller y la situación actual de cada persona) y el futuro (lo que busca la persona).

Como mencioné anteriormente, el taller es un espacio de resistencia y lucha, ya que en éste se cuestionan las estructuras de poder, por ejemplo las jerarquías de poder sociales generando así la emergencia de nuevas formas de relación, diálogo y producción de saberes en el grupo. Siguiendo esta línea, el taller busca ser un lugar seguro frente a la exclusión social o cultural, generando un espacio donde las voces estigmatizadas se pueden expresar sin ser juzgadas o silenciadas.

Retomando el concepto de lugar otro recientemente mencionado, el taller busca resignificar los modos de enseñar y aprender, frente a la lógica dominante de la educación formal, caracterizada por la verticalidad y pasividad. En contraste, el taller promueve una dinámica participativa y colectiva, construyéndose así un espacio donde se experimentan nuevas formas de aprendizaje y de ser. Es así, como resulta pertinente aludir al taller como heterotopía según la conceptualización de Foucault (2008). Este autor nombra bajo el concepto lugar otro, a aquel espacio real y concreto que permite una coexistencia. El autor expresa que es en este escenario, donde se cuestionan las normas habituales, se mezclan tiempos y saberes, se generan resistencias y se promueven nuevas formas de subjetivación y relación colectiva.

Tejidos de encuentro: entre voces, silencios y construcción grupal

Me resulta interesante en el presente trabajo, agregar la mirada que desarrollan Del Cueto y Fernández (1985) sobre el grupo, ya que su enfoque va a permitir enriquecer la manera en que se va a observar e intervenir en los talleres. Estas autoras explican que se deben generar ciertas condiciones para que un grupo se forme: “Dados un tiempo, un espacio, un número de personas y algún objetivo común, se crean las condiciones de posibilidad para que un agrupamiento se constituya en un grupo” (Del Cueto & Fernández, 1985, p.51).

En resonancia con lo que plantea Del Cueto y Fernández (1985) respecto a lo grupal, y en conexión con lo anteriormente señalado por Deleuze (1990), al entender al taller como dispositivo, se comprende al mismo como un dispositivo grupal. Del Cueto y Fernández (1985) señalan que un conjunto de individualidades, conforma un nudo o un círculo de personas. Del mismo modo expresan que en este nudo o círculo de personas se pueden percibir los múltiples sucesos que ocurren en los acontecimientos grupales cuando se comienzan a desdibujar los límites adentro-afuera, arriba-abajo. De esta manera las autoras consideran que el grupo constituye algo más que la suma de sus individualidades, ya que el grupo por sí mismo produce y favorece la creación de imágenes y significados propios. Es en este marco, donde lo grupal toma importancia por fuera de la tarea ya que opera como convocante del grupo. Estas representaciones imaginarias según las autoras, pueden impulsar la realización de la tarea, generando una gran eficacia grupal. Sin embargo también pueden obturar la realización de la misma, produciendo conflictos.

Al hablar de identificaciones grupales, las autoras hacen referencia a que resulta de suma importancia el lugar que ocupa la red de transferencia, las ilusiones grupales, los mitos del grupo y la institución como disparador grupal. Estas representaciones según ellas deben de comprenderse en el transcurso del devenir grupal. Del Cueto y Fernández (1985) enfatizan la importancia de cómo se construyan estas representaciones ya que las mismas posibilitarán la transformación grupal y la construcción de la historia del grupo. Es así, como el proceso grupal es un conjunto dinámico y complejo, en donde se encuentran y se ponen en juego las experiencias personales, las emociones y los sentimientos de cada persona.

Asimismo, tal como plantean las autoras, constituye un elemento esencial el proceso grupal en sí mismo, en donde se ponen en juego múltiples atravesamientos de inscripciones deseantes, institucionales, históricas, sociales y políticas. Estas describen la transversalidad como una herramienta crítica por la cual el coordinador comprende cómo se constituyen los saberes y los vínculos en el grupo, aquellos que al mismo tiempo se encuentran en un entramado con las inscripciones deseantes, institucionales, históricas, sociales y políticas. Según las autoras, los roles anteriormente mencionados en el trabajo, son funcionales y rotativos, ya que a partir de una situación grupal, el integrante tomará un rol con respecto a su historia personal y dependiendo de la situación que se encuentre el grupo. Agregan que, cuando los participantes rotan los roles, esto favorece a la realización de la tarea y al grupo en sí, contribuyendo a la formación del *grupo sujeto*. Pichón-Riviére (2011) comprende al grupo sujeto como aquel grupo que tiene la capacidad de enunciar lo que está ocurriendo en el aquí y ahora, enunciar aquello incongruente que está en juego en el proceso grupal. Por otro lado, según el autor, se encuentra el *grupo objeto*, el cuál al quedar fijado en las ansiedades paranoides (miedo al porvenir) y/o ansiedades depresivas (miedo a perder algo ya encontrado) se sitúa obstaculizando el cambio, la tarea, imposibilitando con ello poder pensar la situación grupal en la que se encuentran. Pichón-Riviére (2011) expone que es responsabilidad del coordinador señalar los estancamientos que observa en la dinámica grupal, de modo que los integrantes puedan reconocerlos y generar cambios.

Del Cueto y Fernández (1985), con respecto a los grupos sujeto y a los grupos objeto, plantean las dinámicas que pueden surgir dentro de ellos. Estas autoras expresan que en los procesos grupales se encuentran en permanente interjuego dos dialécticas. Por un lado, *serialidad y grupo* y por otro *repetición-reproducción y creatividad-transformación*. En cuanto la primera, las autoras hacen referencia a que los grupos se encuentran en permanente tensión. Por un lado se encuentra la serialidad, concepto que hace referencia a un conjunto de individuos que comparten un mismo espacio pero que no generan vínculos para constituirse como grupo consolidado. Por otro lado, se encuentra el concepto de grupo,

al cual lo forman un conjunto de personas que se encuentran entrelazadas grupalmente y sostenidas por representaciones imaginarias comunes.

Con respecto a la segunda dialéctica las autoras consideran que todo grupo alberga aspectos repetitivos y aspectos transformadores. Sin embargo, señalan que cada grupo suele caracterizarse por desarrollar más fácilmente uno de ellos. Dicha caracterización puede deberse a la institución en la que se encuentra enmarcado el grupo, así como también a las ilusiones, las red de identificaciones, los mitos grupales, los aspectos transferenciales entre la institución y el grupo, así como entre el coordinador y los miembros. Las autoras agregan que el ejercicio de poder de lo instituido dentro del grupo, forma parte de esta dialéctica y por ende también de cómo se posiciona el grupo con respecto a la repetición y transformación.

Para comprender con mayor precisión a qué me referiero al hablar de instituido, aludiré a Castoriadis (2007) quien expresa que al hablar de lo instituido, hacemos referencia a las instituciones, las normas, las leyes y las estructuras sociales que regulan la vida colectiva, representado de este modo lo que está históricamente instaurado.

Por otro lado, menciona que lo instituyente es la capacidad de transformación, mediante la cual la sociedad genera nuevas formas de organización y de significado. Este autor, expresa que existe un conjunto de significados, producidos socialmente que permiten a esta sociedad reconocerse y reproducirse a sí misma. El autor lo denomina imaginario social.

Pérez (2011) adoptando estos conceptos en su trabajo, explica cómo el imaginario social instituido influye en las representaciones sociales sobre la vejez. El autor expresa que este se construye a través de las formas de comunicación verbal y no verbal, por ejemplo los comportamientos. Él señala que ambas formas de comunicación refuerzan las normas y valores establecidos por la sociedad. Es así como Pérez (2011) en su trabajo, destaca cómo es necesario una continua construcción y reconstrucción de los imaginarios instituidos sociales que producen realidad, para así no caer en la repetición de estos y de esta manera poder llegar a construir modelos identificatorios propios. El psicólogo uruguayo ejemplifica

con respecto al envejecimiento, aludiendo a que los imaginarios sociales afectan la manera en que las personas mayores se perciben a sí mismas y son percibidas por la sociedad. Como mencioné anteriormente, por su parte, Del Cueto y Fernández (1985) aluden a los imaginarios grupales. Según las autoras a través de los imaginarios se construyen colectivamente significados y representaciones dentro de los grupos. Especifican que los imaginarios grupales emergen de las interacciones de los miembros y están condicionados por su contexto histórico social. Es así, como el grupo tiene la posibilidad de crear nuevos sentidos compartidos, nuevas normas y formas de vincularse pudiendo modelar o construir sus propias realidades sociales.

Al llevar a cabo el taller, resulta fundamental tener en consideración lo recientemente mencionado respecto a lo instituido, a lo instituyente, al imaginario social instituido y a aquello que se pone en juego en un dispositivo grupal ya que la coordinadora y la observadora tendrán la responsabilidad de atender a estos aspectos, para de esta manera, poder acompañar el proceso colectivo en torno a cómo se desarrollarán los talleres. Esto permitirá, por ejemplo, poder detectar y señalar a los integrantes, ciertos factores que podrían llegar a obstruir el desarrollo de los objetivos planteados en el presente proyecto de intervención.

Antes de puntualizar los objetivos del presente proyecto, me interesa destacar que, en los encuentros que se llevarán a cabo, se reconocerá como igualmente significativo, en relación con lo previamente planteado, el concepto de acontecimiento tal como lo definen Del Cueto y Fernández (1985) y Lee Teles (2013).

Lee Teles (2013) apoyándose en la filosofía de Deluze, entiende al acontecimiento como un punto de quiebre que desafía las concepciones tradicionales de realidad. Para la autora, los acontecimientos no son eventos fijos, sino singularidades intensivas, momentos de transformación, que emergen en el devenir de la realidad abriendo nuevas posibilidades.

Por su parte Del Cueto y Fernández (1985), incorporan el componente grupal a lo que entienden por acontecimiento, lo identifican como aquello que irrumpe, desestabiliza y

produce sentido, dando lugar a observar lo que emerge, se visibiliza y se construye colectivamente en el aquí y ahora grupal.

Es así que, en este proyecto de intervención, para garantizar que los talleres respondan a las dinámicas y necesidades de las personas mayores, el equipo referente (integrado por una coordinadora y una observadora) se apoyará en lo que acontece grupalmente, en lo que emerge del grupo, tomando como referencia los cuestionamientos que el mismo enuncie.

Diseño de intervención

Problema de intervención

El problema de intervención se centra en la necesidad de poder trabajar aspectos conflictivos que presentan las personas mayores.

Objetivo General

Diseñar un programa de talleres para las personas mayores en donde además de abordar las temáticas mencionadas, se trabaje sobre los aspectos que emergen grupalmente en los encuentros.

Objetivos Específicos

Promover dinámicas de grupo que desafíen las narrativas negativas y limitantes sobre la vejez propiciando en este sentido la construcción colectiva de narrativas en torno a la misma.

Visibilizar y promover el análisis colectivo de los participantes sobre el edadismo y cómo éste opera en la vida concreta de ellos/ellas.

Acompañar en la reflexión propia sobre el envejecimiento, integrando las expectativas pasadas con los desafíos presentes.

Propiciar un espacio donde se problematicen y se construyan colectivamente narrativas acerca de lo que representa la muerte para ellos y ellas reflexionando sobre cómo han atravesado y transitado las pérdidas y los duelos que vivieron.

Promover la reminiscencia y el valor de los recuerdos, favoreciendo la conexión y construcción colectiva de memorias entre los integrantes.

Propiciar la construcción colectiva sobre el sentido de la vida, la conexión con ella y las múltiples formas en que se despliega.

Metodología: la forma que toma el andar

El proyecto de intervención denominado “ Tejiendo memorias, proyectando sentidos a través de la palabra como legado. Un espacio grupal para personas mayores”, propone generar un espacio de reflexión y construcción grupal para personas de 65 años o más.

El programa de talleres constará de seis encuentros presenciales, los cuales tendrán una frecuencia semanal de aproximadamente dos horas de duración y podrán participar como máximo doce personas, las cuales contarán con el acompañamiento de una coordinadora y una observadora.

En la planificación de los talleres se fomentarán las actividades grupales, para promover la construcción de una red vincular y una referencia grupal de las personas mayores.

Los encuentros se desarrollarán siguiendo tres momentos delimitados: apertura, desarrollo y cierre. La apertura se llevará a cabo en los primeros 20 minutos realizando en los primeros tres encuentros, actividades orientadas a promover el conocimiento mutuo entre los integrantes y generar una cohesión grupal. A partir del cuarto encuentro en dicho momento se realizarán actividades que favorezcan la disposición y participación para la actividad central.

Posteriormente, en la siguiente hora, se llevarán a cabo actividades expresivas o ejercicios lúdicos, ya sea grupalmente, sub grupalmente o individualmente. De este modo se buscará

que los integrantes reflexionen acerca de la temática planteada, favoreciendo al mismo tiempo, que relacionen los temas trabajados con sus propias experiencias vitales.

Por último, en los últimos treinta minutos, se propondrá que los integrantes intercambien oralmente lo trabajado, buscando de esta manera generar un conocimiento e intercambio grupal. Como disparador de este momento, el observador hará una lectura de emergente señalando alguna situación, hecho o frase, que le resulte significativo restituirla en el grupo.

Según Sobrado (1980) la persona que se encuentre en el rol de observador debe poder visualizar para luego enunciar los emergentes que ocurren en el grupo. Del mismo modo debe poder analizar los efectos que tiene el coordinador sobre el grupo, para poder ayudarlo a reubicarse a través de los emergentes o en la lectura posterior del registro realizada por el observador. Es así, como el observador capturará en su registros las interacciones y emociones de los participantes, colaborando de esta manera en el desarrollo de los encuentros, así como también aportando al coordinador su visión de lo sucedido, con el afán de facilitar la identificación de áreas de desarrollo, aportando a pensar estrategias a utilizar y contribuyendo a la construcción colectiva del conocimiento. Por este motivo, considero enriquecedor que en el taller participen una coordinadora y una observadora, de modo que ambas puedan contribuir al desarrollo de los encuentros y fomentar la creación de un ambiente de aprendizaje mutuo.

En el cierre de cada encuentro, se abrirá un espacio de diálogo para que los participantes expresen sus opiniones y preferencias respecto de la continuidad de los próximos encuentros, por ejemplo, la elección del tema a desarrollar.

De tal manera, en cada taller se procurará fomentar que las personas mayores intercambien y reflexionen acerca de sus propios relatos actuales y experiencias pasadas, construyendo narraciones y sentidos propios de ellos mismos transitando la vejez. Del mismo modo, se buscará que el grupo identifique las estigmatizaciones sociales asociadas a esta etapa, propiciando un espacio de resignificación, en el que los participantes reflexionen sobre cómo desean vivir en conexión con su propia vida.

En lo que refiere al ámbito físico en donde pueden desarrollarse los encuentros, se plantean tres opciones de locación posible. En primer lugar, en la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, enmarcado en la diplomatura en psicogerontología. Como segunda opción, se podría llevar a cabo en el Club Social Nacional, institución a la cual pertenezco como socia e hincha. Dentro de la institución existe un subgrupo de personas mayores, socias del club que podrían constituir el grupo destinatario de la propuesta. En tercer lugar, se contempla la posibilidad de desarrollar el proyecto de intervención en el programa interdisciplinario integral de la proyección comunitaria APEX. Este es un programa que se lleva a cabo en el Cerro y extiende sus actividades de extensión a todo el Municipio A.

Como mencioné anteriormente, me encuentro realizando la práctica de graduación “Vejez y atención en salud” en las instalaciones del APEX. Es por este motivo que considero dicho espacio como una de las tres opciones más pertinentes para presentar el proyecto de intervención. Para poder llevarse a cabo en el Municipio A, dentro del marco del APEX, el proyecto deberá postularse en los fondos concursables de extensión de la facultad.

Tal como fue mencionado, en el presente proyecto de intervención se considerarán las demandas que surjan de los grupos, según el contexto en el que se lleve a cabo el proyecto, los aconteceres grupales y lo que emerja de la experiencia singular y propia de cada grupo. Por ejemplo, si los talleres se realizan en el Club Social Nacional, podrían emerger temas relacionados con una faceta más deportiva de la persona, así como también con el cambio de la vivencia del propio cuerpo en relación al deporte. En cambio, si el proyecto se realiza en el APEX, teniendo en cuenta la información de la que dispongo en referencia a dicha población, es probable que la soledad se presente como un tema relevante para el grupo de personas mayores.

Planificación: trazar líneas, dejar espacios

A cada participante se le realizará una entrevista inicial con el fin de conocerlo y explicarle cómo se desarrollará el programa de talleres. En dicho encuentro se les solicitará el consentimiento informado por su propia voluntad para participar en los talleres. Se brindará información acerca del funcionamiento de los espacios en los cuales se promoverá un ambiente de respeto, en donde los participantes sean los actores principales del mismo, destacando la importancia de expresarse en un marco confidencial.

Como mencioné anteriormente, se tomará en consideración el acontecer grupal, lo que el grupo enuncia. Es por este motivo, que no se plantea una planificación estructurada y cerrada de cada encuentro.

En el primer encuentro se presentará el encuadre en el cual se sustentarán los talleres. Se propiciará un espacio de presentación y conocimiento mutuo entre los participantes y el equipo coordinador. Asimismo, se señalará a los integrantes del grupo la importancia de lo narrativo como dimensión constitutiva de nuestra identidad, la cual nos conforma, subrayando al mismo tiempo la capacidad de transformación de lo narrativo que poseemos. En los siguientes cuatro talleres se fomentará que los participantes trabajen los objetivos y contenidos propios del proyecto y de cada encuentro, abordando temas como la reminiscencia y el valor de los recuerdos, favoreciendo la conexión y construcción colectiva de memorias entre los integrantes, con el objetivo de ir generando una cohesión grupal. Asimismo se propiciará la construcción colectiva sobre el sentido de la vida, la conexión con la misma y las múltiples formas en que se despliega.

Como ya fue mencionado en este trabajo, la vejez, ya sea por los propios protagonistas o por la sociedad, suele estar arraigada a prejuicios negativos y limitantes. Por este motivo se promoverán dinámicas de grupo que desafíen dichas narrativas negativas e ideales.

Se estimulará a visibilizar y promover el análisis colectivo de los participantes sobre el edadismo y cómo éste opera en la vida concreta de ellos/ellas y se propiciará un espacio en donde se problematicen y construyan colectivamente narrativas acerca de lo que representa

la muerte y duelos para ellos/ellas y cómo los han transitado. Del mismo modo, el taller se constituirá como un espacio contenedor en donde los integrantes puedan reflexionar. De esta manera se promoverá la reflexión, el intercambio y el fortalecimiento de los vínculos dentro del grupo.

El último encuentro, el cual tendrá una duración de tres horas, será el encuentro de cierre. En este, se fomentará la restitución de lo trabajado anteriormente en los encuentros, promoviendo la reflexión propia sobre el envejecimiento de los integrantes, vinculando las expectativas pasadas con los desafíos presentes. Además, se facilitará un espacio en donde los integrantes puedan hablar y reflexionar sobre cómo se sintieron, cómo transitaron los talleres y que fue lo más significativo para cada uno.

Al finalizar los seis encuentros, se les brindará a los participantes la posibilidad de que soliciten (si así lo desean), una entrevista de cierre del proceso, con el fin de abordar en un espacio personalizado e individual, aspectos que consideren que hayan quedado pendientes o que les hayan generado inquietud.

Técnicas en acción: dinámicas que mueven los talleres

Las siguientes técnicas o dinámicas buscan ser un punto de partida para el desarrollo de los talleres. Se utilizarán de manera flexible, dependiendo de lo que surja en los encuentros, buscando que resulten enriquecedoras para promover, organizar y estimular al grupo en su tarea. Es así, como la observadora y la coordinadora deben estar atentas a lo que ocurre individual y grupalmente para fomentar un ambiente favorable y abierto a la reflexión y la construcción colectiva. Para la elaboración de dichas dinámicas, se tomaron como base las técnicas y dinámicas desarrolladas en los trabajos de Benedetti (2023) y Gómez (2007).

- **Dinámica de presentación:** La misma consta en realizar una ronda con todos los participantes en la cual uno de ellos (elegido al azar o postulado de forma voluntaria), comienza presentándose diciendo su nombre, donde vive, una palabra que lo defina y un gesto corporal de presentación. El siguiente participante deberá

evocar los datos que dio el primero y presentarse él mismo. Así se hará de forma sucesiva hasta que todos queden presentados.

- **Baile:** Cada participante va a tener una lapicera y un papel, en el que deberán anotar la respuesta a una pregunta. Ejemplos de preguntas serán: ¿Qué actividad te gustaba realizar en tu trabajo? ¿Consideras que tienes algo pendiente? ¿Qué actividad disfrutas hacer? Si tuvieras que presentarte con un recuerdo de tu vida ¿Cuál elegirías? Posteriormente colocarán el papel tomado con alfileres a su ropa. Comenzará a sonar una canción y los participantes se moverán por el espacio. Cuando la música se detenga deberán enfrentarse a un compañero y al encontrarse cada uno contará a su dupla lo que escribió en el papel en respuesta a la pregunta y el porqué de dicha respuesta. Cuando comience nuevamente la música, comenzarán a bailar juntos, pero posteriormente, frente al aviso del coordinador, pasarán a bailar solos nuevamente hasta que la música se vuelva a detener y en ese momento deberán encontrarse con otro compañero y repetir la dinámica de lectura y comentario.
- **El retrato:** Cada participante hará su propio retrato utilizando papeles, lápices, lapicera, crayolas. Luego del dibujo, anotarán alrededor del mismo características propias, como por ejemplo cualidades personales y/o aspectos que lo identifiquen. A través de esta dinámica el participante podrá desplegar y explorar su propia autoimagen, desarrollando al mismo tiempo cómo se ve en esta etapa del curso vital.
- **Meditación:** Esta es una herramienta que podría utilizarse al principio de los encuentros para que los participantes se concentren en el presente, fomentando un espacio de calma y reflexión para dedicar toda su atención en el desarrollo del taller. La misma será guiada por la coordinadora y se realizará con música de fondo, propiciando un ambiente tranquilo y relajado mientras las personas se encuentran sentadas.

- **Hilo conector:** Los participantes se colocarán realizando un círculo en el espacio. Un participante sostendrá un ovillo de lana, ese participante comenzará comentando una anécdota y/o opinión relacionada con el tema propuesto. Luego de mencionar su experiencia u opinión tirará la lana a otro participante el cual sosteniendo el ovillo, comentará su experiencia o dará su opinión y repetirá la acción. Cuando todos los integrantes hayan participado, se creará una red que representará las conexiones entre las experiencias y emociones de los participantes.
- **Técnica de preguntas:** Se proporcionarán tarjetas con preguntas disparadoras con respecto al tema a reflexionar. A través de las preguntas, los participantes podrán mencionar lo que creen al respecto del tema en cuestión, pudiendo intercambiar opiniones y/o experiencias.
- **Afiche:** Habrá un afiche en tamaño grande colocado en la mesa, los participantes podrán representar de forma simbólica su opinión o experiencia con respecto al tema determinado. Posteriormente cuando se encuentren sentados en círculo, los participantes expresarán verbalmente lo representado y su opinión con respecto al tema.
- **Rompecabezas:** Cada participante tendrá tarjetas con forma de pieza de rompecabezas y en ellas anotará una frase o palabra relacionada al tema seleccionado. Posteriormente dejarán las tarjetas en la mesa entrelazando las piezas para armar el rompecabezas. Se hará una ronda, se leerán las tarjetas en voz alta y se generará un espacio en donde se podrá dialogar y reflexionar abiertamente y grupalmente con respecto al tema.
- **Narración de historias en imágenes:** Se proporcionarán imágenes de emociones relacionadas con el tema determinado, posteriormente se le solicitará a los participantes que elijan una de esas imágenes o fotografías y compartan en el grupo el porqué de la elección.
- **Escritura:** En una hoja los participantes podrán escribir sus pensamientos o sentimientos con respecto al tema elegido. Posteriormente, en forma oral, podrán

compartir algún fragmento que deseen con el grupo. A través de la escritura, los participantes podrán explorar, manifestar sus sentimientos y creencias con respecto al tema.

Reflexiones abiertas: un camino que continua

En un primer momento mi implicación con respecto a la muerte y su proceso me llevó a acercarme y a adentrarme en esta etapa del curso vital. Fue así como a través del acompañamiento de Fernando Berriel y las lecturas que me sugirió, comencé a vincularme con la temática de la vejez y sus interacciones. Esta experiencia, junto a la práctica de graduación que me encuentro cursando, me permitió reconocer mi propia estigmatización hacia las personas mayores y a partir de ello comprendí la importancia de generar espacios en donde ellas puedan vincularse, expresarse y construir conocimiento colectivamente. En este proceso, comprendí que existen tantas formas de envejecimiento como la cantidad de personas mayores que la transitan, ya que cada una crea, vive y desarrolla su propia vejez.

Cada persona mayor constituye una realidad en sí misma, es allí en donde se pone en juego la forma en que transitan la vejez, sus narrativas, los duelos que atraviesan, así como también sus propios deseos y proyectos.

El presente proyecto de intervención, busca fomentar la construcción colectiva de saberes, generando nuevas oportunidades de encuentro, en donde se desplieguen los sentimientos, conocimientos y emociones de los participantes.

Para finalizar, considero fundamental destacar la complejidad de la temática abordada y subrayar que el presente trabajo no representa un punto final en mi formación profesional, sino un punto y seguido para seguir abriendo puertas con respecto a esta temática y su complejidad.

Me interesa que este trabajo final no solo aporte reflexiones, sino que también deje preguntas abiertas con respecto a la temática y a uno mismo. Es por ello que luego de este

recorrido, cierro el trabajo con las siguientes interrogantes: ¿Cómo te replanteas tus propias percepciones y actitudes hacia envejecer? ¿De qué manera nuestras percepciones sobre la vejez podrían transformarse si escucháramos más atentamente las voces de quienes la viven?

Referencias bibliográficas

- Acevedo, M. (2002). *La implicación. Luces y sombras del concepto lorauniano*. Universidad de Buenos Aires. Recuperado de:
https://drive.google.com/file/d/0B7J9iPodw_--Y1BrVERKZzdRQ0E/edit?resourcekey=0-rJiFW-8K5cpS6TortTDYRg
- Benedetti, A. L. (2023). *El taller como dispositivo productor de nuevas narrativas sobre el cuidado de personas con diagnóstico de Alzheimer* (Trabajo final de grado, Universidad de la República). Recuperado de:
https://sifp.psico.edu.uy/sites/default/files/trabajos_finales/archivos/tfg_-_antonella_benedetti_4.966.074-4_3.pdf
- Berriel, F. (2021). *Envejecimiento y políticas públicas en el Uruguay del ciclo progresista: Análisis de la formación de un objeto múltiple* (Tesis doctoral, Universidad de la Republica).
- Cano, A. (2012). La metodología de taller en los procesos de educación popular. *Revista Latinoamericana de Metodología de las Ciencias Sociales*, 2(2), 22–52. Recuperado de:
https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.5653/pr.5653.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Carr, A; Biggs, S; & Kimberley, H. (2015). Ageing, diversity and the meaning(s) of later life: Cultural, social and historical models to age by. *Contemporary Readings in Law and Social Justice*, 7(1), 7–60.
- Castoriadis, C. (2007). *La institución imaginaria de la sociedad* (Trad. A. Vicens & M. A. Galmarini). Tusquets. ISBN: 978-987-1210-56-5

Chocarro, L. (2010). *Representación social de la muerte entre los profesionales sanitarios: una aproximación psicosociológica desde el análisis del discurso*. (Doctoral dissertation, Universidad complutense de Madrid facultad de ciencias políticas y sociología departamento de psicología social). Recuperado de:
<https://hdl.handle.net/20.500.14352/47611>

Deleuze, G. (1990). ¿Qué es un dispositivo? *En: Michel Foucault, filósofo*. Gedisa.
Recuperado de:
http://www.kaleidoscopio.com.ar/fs_files/user_img/Problematica_Filosofica/9-2_DEL_EUZE-Que%20es%20un%20dispositivo%20en%20M%20F.pdf

Despret, V. (2021). *A la salud de los muertos: Relatos de quienes quedan*. Cactus.
ISBN:978-987-3831-58-4

Didi-Huberman, G.(2020). *Desear desobedecer: Lo que nos levanta*. Abada Editores.
ISBN:978-84-17301-57-6

Del Cueto, A. M; & Fernández, A. M. (1985). El dispositivo grupal. En Pavlovsky, E. (Coord.) *Lo Grupal 2*. Búsqueda. ISBN:950-560-019-4

Foucault, M. (2008). Topologías. *Fractal*, 12(48), 39-40. Nota y traducción por Rodrigo García. Recuperado de:
https://hipermedula.org/wp-content/uploads/2013/09/michel_foucault_heterotopias_y_cuerpo_utopico.pdf

Gómez, M. de J. (2007). *Manual de técnicas y dinámicas*. En colaboración con el Colegio de la Frontera Sur y su Sistema de Información Bibliotecario (SIBE). Villahermosa, Tab.
Recuperado de:
<https://www.uv.mx/dgdaie/files/2013/02/zManual-de-Tecnicas-y-Dinamicas.pdf>

- Iacub, R. (2024). *Narrar el envejecimiento desde la identidad*. Portal Edições. Recuperado de: <https://drive.google.com/file/d/1H9-mUw2SamDBkRfnb5CxLlxeWxJY2nAP/view>
- Lee Teles, A. (2013). *Acontecimiento y subjetividad*. Trabajo elaborado a partir de dos conferencias dadas en AUPCV en Mayo de 2006. Recuperado de:
<https://epensamiento.com/?p=865>
- Lehr, U. (1988). *Psicología de la senectud: Proceso y aprendizaje del envejecimiento* (2ª ed.). Herder. ISBN:84-254-1104-1
- Muchnik, E; & Seidmann, S. (1999). *Aislamiento y soledad*. Eudeba. ISBN:950-29-0762-3
- Organización de los Estados Americanos. (2015). *Convención Interamericana sobre la Protección de los Derechos Humanos de las Personas Mayores*. Adoptada el 15 de junio de 2015, Washington, D.C. Recuperado de:
https://www.oas.org/es/sla/ddi/docs/tratados_multilaterales_interamericanos_A-70_derechos_humanos_personas_mayores.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2025, 28 de abril). *Envejecimiento: edadismo*. Recuperado de:
<https://www.who.int/es/news-room/questions-and-answers/item/ageing-ageism>
- Pérez, R.(2011). La construcción subjetiva del envejecimiento:Proyecto de vida e imaginario social en la clínica psicológica con mayores. En F. Quintanar (Coord.), *Atención psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias en psicología del envejecimiento* (1.ª ed., Cap. 13, pp. 279–299). México, DF: Pax.
- Pichón-Riviére, E. (2011). *El proceso grupal: Del psicoanálisis a la Psicología Social*. Ediciones Nueva Visión. ISBN: 978-950-602-000-2
- Salvarezza, L. (1988). *Psicogeriatría: Teoría y clínica*. Paidós. ISBN:950-12-4124-6
- Serra, E; & Abengózar, M. C. (1990). Ancianidad y preparación para la muerte. *Anales de Psicología*, 6(2), 147–158. Recuperado de:

<https://revistas.um.es/analesps/article/view/28201/27311>

Sobrado, E. A. (1980). La observación del observador. En A. Bauleo (Comp.), *Grupo operativo y psicología social* (pp. 97–100). Imago.

Uruguay. Ley N° 17.796. (2004). Centro de información oficial. Recuperado de:

<https://www.impo.com.uy/bases/leyes-originales/17796-2004>

Viguera, V. (1997). Prejuicios, mitos e ideas erróneas acerca del envejecimiento y la vejez.

Boletín de la Sociedad Española de Psicoterapia y Técnicas de Grupo, Época

IV(12), 72–79. Recuperado de:

<https://septg.eu/wp-content/uploads/2025/01/Boletin-12-Epoca-IV.pdf>