

PRÁCTICAS NARRATIVAS COLECTIVAS: INTERVENCIÓN EN UN GRUPO DE ADULTOS MAYORES DE VALPARAÍSO, CHILE. ESTUDIO DE INTERVENCIÓN GRUPAL

COLLECTIVE NARRATIVE PRACTICE: INTERVENTION IN A GROUP OF OLDER ADULTS IN VALPARAÍSO, CHILE. GROUP INTERVENTION STUDY

Natalie Rodríguez-Covarrubias

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3209-8482>

Pontificia Universidad Católica de Valparaíso (PUCV), Chile

Este trabajo fue presentado en el XIV Congreso Internacional y XIX Nacional de Psicología Clínica (<https://es.clinicalpsychologycongress.com/>) y fue elegido por el comité científico para ser publicado en la Revista de Psicoterapia.

Cómo referenciar este artículo/How to reference this article:

Rodríguez-Covarrubias, N. (2021). Prácticas narrativas colectivas: intervención en un grupo de adultos mayores de Valparaíso, Chile. Estudio de intervención grupal. *Revista de Psicoterapia*, 32(120), 125-141. <https://doi.org/10.33898/rdp.v32i120.1043>

Resumen

El presente trabajo es un estudio de intervención grupal centrado en un grupo de adultos mayores que participan en un centro comunitario de la ciudad de Valparaíso, Chile. El objetivo de este estudio es describir y evaluar un proceso de intervención de un taller de prácticas narrativas colectivas con un grupo de adultos mayores en Valparaíso. La metodología correspondió a una intervención clínica grupal de Prácticas Narrativas Colectivas y técnica de Tree of Life de Denborough y Ncube, siendo adaptada a las necesidades del grupo. Se produjeron datos cualitativos mediante recursos audiovisuales y notas de campo. Además, se aplicó una escala de Depresión Geriátrica GDS de Yesavage en pre y post-test. En el análisis cualitativo se reporta un cambio en la percepción identitaria de los participantes. En cuanto a la escala, el tamaño de efecto entre las dos mediciones es relevante ya que se caracteriza como un efecto nivel "medio". En conclusión, esta perspectiva permite significar y resignificar la experiencia de la adultez mayor a partir de las fortalezas que puedan reconocer en sí mismos y su comunidad. Siendo las prácticas narrativas colectivas un enfoque que rescata sus narrativas en pos de conocer críticamente la experiencia de la adultez mayor.

Palabras clave: prácticas narrativas colectivas, adulto mayor, intervención grupal

Abstract

The present work is a case study focused on a group of older adults who participate in a community centre in the city of Valparaíso, Chile. The objective of this study is to describe and evaluate an intervention process of a collective narrative practices workshop with a group of older adults in Valparaíso. The methodology corresponded to a group clinical intervention of Collective Narrative Practices and Tree of Life technique by Denborough and Ncube, being adapted to the needs of the group. Qualitative data were produced using audio-visual resources and field notes. In addition, a Yesavage GDS Geriatric Depression scale was applied in pre and post-test. In the qualitative analysis, a change in the identity perception of the participants is reported. Regarding the scale, the effect size between the two measurements is relevant since it is characterized as a "medium" level effect. In conclusion, this perspective allows them to signify and resignify the experience of older adulthood from the strengths that they can recognize in themselves and their community. Being the collective narrative practices an approach that rescues their narratives in pursuit of critically knowing the experience of older adulthood.

Keywords: collective narrative practice, older adult, group intervention

Fecha de recepción: 20 de septiembre de 2021. Fecha de aceptación: 8 de octubre de 2021.

Correspondencia sobre este artículo:

E-mail: natalie.rodriguez@pucv.cl

© 2021 Revista de Psicoterapia



Este trabajo se centra en describir y evaluar un proceso de intervención en Prácticas Narrativas Colectivas (PNC) que tuvo seis sesiones de duración, con un grupo de 20 adultos mayores (AM) en el Centro Comunitario para la Educación en Salud de San Roque. Esta intervención tuvo lugar en el contexto del Magíster en Psicología Clínica de la Universidad de Valparaíso, la cual se encuentra vinculada al centro en que se realizó.

Adulto Mayor

La adultez mayor ha ido en aumento a nivel mundial, ocupando un espacio extenso en nuestra sociedad. El Servicio Nacional de Adulto Mayor (Ministerio de Desarrollo Social y Familia, 2021), define como adulto mayor a toda persona que ha cumplido los 60 años, sin diferencia entre hombres y mujeres. La Organización de Naciones Unidas pronostica que para el 2045 la cantidad de AM en el mundo sobrepasará a la de niños/as (Pan, 2017), estimándose que para el año 2050 la población mayor de será del 22,6% de la población mundial; mientras que, para el caso de Chile, de acuerdo con las proyecciones de población realizadas sobre la base del censo de 2017 (INE y Godoy, 2020), para 2035 se corresponderá con el 18,9% del total de la población. Esto implicará consecuencias en lo social, económico, psicológico, político y cultural (Árraga et al., 2016), por lo tanto, es central desarrollar estudios que permitan conocer en mayor medida las intervenciones que contribuyan al bienestar de la adultez mayor.

Para el caso de este estudio, es importante visibilizar que los AM atraviesan por diversas crisis (Lovo, 2021), como, por ejemplo, la preparación para la llegada de malestares físicos y cognitivos, el fallecimiento de un AM perteneciente a la familia o amigos cercanos, el deceso de los cónyuges, pues quien sobrevive debe sobrellevar todo un proceso de duelo (Lovo, 2021). Además, existe una alteración en el proyecto vital, algunas actividades cotidianas desarrolladas hasta el momento comienzan a finalizar y, en torno a eso, existen discursos hegemónicos, en la consolidación de la identidad, asociada a la asunción de las tareas adultas y específicamente al ingreso al mundo del trabajo y de otras labores.

Sumado a lo anterior, existen perspectivas que se centran en el envejecimiento a nivel individual, como es el caso del discurso de tener una “vida saludable y activa” en la vejez, esta perspectiva de la salud, representa a las metanarrativas en interacción con factores institucionales y políticos (Baars, 1991 citado en en Iacub, 2011), lo cual se evidencia en las iniciativas institucionales que producen y reproducen la política dominante. Pero el envejecimiento no sólo debe ser visto a nivel individual, sino también social, económico y político (Flores y Leal, 2019).

A partir de esta visión social, este estudio se sitúa desde la comprensión del envejecimiento como relato, incorporando también la idea de que el bienestar se relaciona con los vínculos y el acceso a espacios comunitarios. Como exponen Villar y Serrat (2015), “una visión del envejecimiento que va más allá del fenómeno puramente biológico y que trata de abordarlo como un proceso construido cultural-

mente y, por ello, inherentemente definido por los significados que la sociedad y la propia persona le atribuyen” (p.24). Lo que permite situarse desde una perspectiva cultural y política de la visión de la vejez, y plantear estrategias desde una mirada narrativa, cultural y comunitaria, desde la cual intervenir.

Narrativas Identitarias en Adulto Mayor

La identidad se organiza en la forma de una historia de vida (McAdams, 2001), las historias de vida se construyen con las personas que la rodean, así como con el contexto sociocultural en el que viven. Estas historias, son no sólo lo que construyen y mantienen, sino también la propia forma de la identidad de su autor. Ellas tienen también la capacidad de organizar las creencias y posicionamientos ante la vida en términos de un proceso de cambio y transformación: antes pensaba y actuaba de tal modo, mientras que hoy pienso algo diferente (Guirland y Rangel, 2014). La etapa de AM, por lo tanto, presenta un desafío para la construcción de identidad, ya que los elementos anteriormente mencionados se encuentran en proceso de transformación frente a un cambio en la cotidianidad.

Otro elemento identitario a considerar es el género. Grigoryeva et al. (2019) plantean que el enfoque de género, permite el reconocimiento de conflictos generacionales y rechazo al envejecimiento, siendo las mujeres mayores particularmente afectadas en esta situación, porque las tradiciones patriarcales de nuestra sociedad prevalecen, y ellas son especialmente desplazadas en la esfera de la vida personal, donde a su vez se les visibiliza como aptas sólo para criar nietos o labores de casa. Para el presente estudio de intervención, este elemento se debe tener en cuenta al momento de revisar la intervención, puesto que la mayoría de las participantes son mujeres.

Desde lo anterior, se observa que la identidad de las y los AM se transforma en la medida en que los roles cotidianos cambian, existiendo la necesidad de re-narrar la identidad, y encontrar nuevas historias del sentido de sí mismos. De esta manera, incentivar una visión identitaria no solamente en términos individuales, sino en cuanto a valores y grupos en los que participan cotidianamente, con un sentido de lo comunitario, compartiendo y aprendiendo valores con otros. Por esto, es clave desarrollar la solidaridad territorial a través de un gobierno local, instituciones y trabajo comunitario (Grigoryeva et al., 2019) y así ofrecer soluciones colectivas a las personas mayores.

Visión del Modelo Terapéutico Utilizado

El abordaje de esta intervención se encuentra en el marco de un trabajo postmoderno, específicamente una intervención narrativa (White y Epston, 1993). Desde este punto de vista, una terapia con enfoque postmoderno contempla una forma de relación con los consultantes que permita comprender al otro como una interrogante, en lugar de situarse como un experto en el problema del otro. Se fundamenta en la colaboración, la autoría, las redes solidarias y la construcción conjunta (Grandesso,

2015). El terapeuta postmoderno se sitúa desde el desconocimiento del problema del otro, en la que el consultante aporta su explicación, por tanto, no trabaja desde la certeza sino desde la incertidumbre y desde lo relativo.

En cuanto a la intervención narrativa (White y Epston, 1993), si bien, dentro de este modelo podemos identificar gran cantidad de métodos, en esta intervención se trabajó específicamente con los relatos que las personas realizan acerca de sus vidas. Estas no sólo determinan el significado que atribuyen a sus vivencias, sino que también determinan qué aspectos de la experiencia vivida seleccionan para asignarles un significado (White y Epston, 1993). Por tanto, estaríamos trabajando a nivel de significado, y para esto es importante tomar recursos de la perspectiva desarrollada por White y Epston (1989, 1993) y White (1995, 2000, 2004, 2006, 2007, 2011) entendiendo la terapia como un proceso de deconstrucción y creación de sentido que se logra a través de preguntas y la colaboración con el consultante.

En cuanto a algunas prácticas relevantes en terapia narrativa que diseña White (1995), las que se adoptaron en esta intervención fueron: adoptar una posición colaborativa de coautoría, ayudar a los consultantes a mirarse a sí mismos como separados de sus problemas a través de la externalización, y a recordar aquellos momentos de su vida en los cuales no se sentían oprimidos por sus problemas, conectar los acontecimientos extraordinarios a otros acontecimientos en el pasado y extender esta historia hacia el futuro para formar una narrativa alternativa en la cual el sí mismo es visto como más poderoso que el problema, invitar a los miembros significativos de su red social a presenciar esta nueva narrativa personal, y, finalmente documentar estas nuevas prácticas y conocimientos que apoyan esta nueva narrativa personal a través de medios literarios.

Prácticas Narrativas Colectivas y el Árbol de la Vida

Esta intervención es específicamente basada en Prácticas Narrativas Colectivas (PNC) (Denborough, 2008), las que forman parte de un campo desarrollado por la Dulwich Centre Foundation para el trabajo con individuos, grupos y comunidades que se encuentran experimentando trauma y dificultades. Estas metodologías están hechas para ofrecer aproximaciones respetuosas y efectivas, que pueden permitir a las personas contar sus historias de forma que se vean fortalecidas y que otros que también las están experimentando, puedan contribuir (Epston, 2011).

Dentro de este campo, se trabajó con la metodología de “árbol de la vida”, propuesto por Ncube-Mlilo y Denborough (2007) que, originalmente, está pensado para ser dibujado y conversar, sin embargo, el grupo manifestó en una reunión previa al taller que “querían pasarlo bien” y que fuese “dinámico y divertido” porque estaban abiertos a “experiencias distintas en esta etapa”. Por lo tanto, en esta intervención se incorporaron algunos recursos de corporalidad y dinámicas en duplas o grupos, sin ser modificado a nivel de método, en cuanto a sostener la misma estructura conversacional. Respecto a la adaptación, según Rodríguez-Jiménez y Dueso (2015) todas las terapias creativas son métodos orientados a la participación

activa, de modo que ésta es un elemento dinámico en su propio proceso terapéutico.

El Árbol de la Vida de Ncube-Mlilo y Denbourough (2007) consta de cuatro partes: en la primera, las personas dibujan su propio árbol de la vida, en el que identifican sus destrezas y habilidades, esperanzas y sueños, y personas significativas. Cada parte del árbol simboliza aspectos particulares de sus vidas y su comunidad. Las raíces simbolizan a nuestros ancestros, historia familiar (de dónde venimos), nuestras tradiciones. El tronco corresponde a nuestras habilidades, destrezas, creencias y valores, que han guiado nuestra vida. Las ramas se refieren a las esperanzas, sueños y deseos que tenemos para nuestra propia vida y la de las personas significativas. Las hojas representan las personas significativas (vivas o muertas; pueden ser mascotas, personajes ficticios, grupos, organizaciones, etc.) y por qué son especiales para nosotros.

Los frutos corresponden a los regalos que hemos recibido durante nuestra vida (pueden ser materiales o no; pueden ser valores o algo que se aprecia). Algunos terapeutas incluyen flores (o pájaros), que representan la contribución que hemos hecho o quisiéramos hacer a la vida de las otras personas/nuestra comunidad/nuestro planeta. La segunda parte, corresponde al “bosque de la vida” y se forma juntando los árboles de cada participante, apreciando las diferencias y semejanzas de los distintos árboles. La tercera parte, se refiere a la metáfora de “la tormenta”, en la que identifican las dificultades que han enfrentado las personas y las maneras en las que han respondido a ellas. Finalmente, se otorgan certificados, con el objeto de asegurar que las personas participantes terminen con un reconocimiento de sus habilidades y destrezas.

Objetivos

El objetivo general es: describir y evaluar un proceso de intervención de un taller de prácticas narrativas colectivas con un grupo de adultos mayores en Valparaíso.

Los objetivos específicos son: (1) Describir una intervención en Prácticas Narrativas Colectivas en un grupo de adultos mayores teniendo como eje central sus narrativas identitarias, (2) Analizar el proceso de intervención de Prácticas Narrativas Colectivas en torno a los cambios en la narrativa de los participantes, (3) Evaluar el proceso de intervención de Prácticas Narrativas Colectivas de manera conjunta con los participantes.

Método

Este trabajo consiste en un estudio cualitativo, específicamente un estudio de caso descriptivo. Se define el estudio de caso como “la examinación o investigación de forma intensiva, detallada y profunda de una unidad simple: el caso” (Luck et al., 2006, p. 104).

La selección del caso fue mediante un muestreo por conveniencia (Miles y Huberman, 1994). Y corresponde a un estudio diacrónico, que, según Starman (2013) se sigue un caso a lo largo de todo el proceso psicoterapéutico, analizando

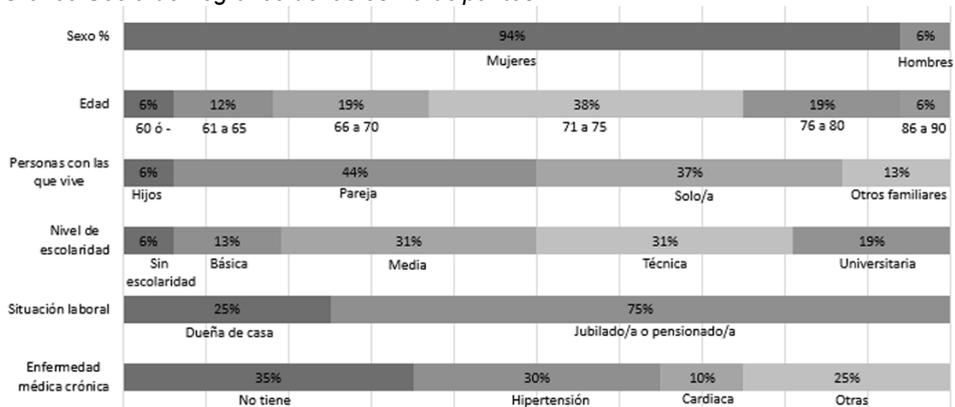
y observando los cambios que se producen en el paciente como resultado de la intervención. Para este caso, aplicaría para el grupo en el que se intervino.

En este estudio se han respetado los principios éticos de acuerdo al Código de Ética Profesional del Colegio de Psicólogos de Chile (1999) de los aspectos relativos a la investigación en psicología. Se preservó el anonimato de las/os participantes y del centro y se trabajó mediante un consentimiento informado.

Descripción de los Participantes

Los participantes son 20 personas en total, con asistencia de entre 16 y 18 participantes en cada sesión, en su mayoría miembros del taller de estimulación cognitiva que se realiza en el mismo Centro Comunitario en el que la intervención tuvo lugar. Las edades fluctúan entre los 57 y los 86 años; 94% mujeres y 6% hombres; 75% jubiladas/os y 25% dueñas/os de casa (ver figura 1).

Figura 1
Gráfico Socio-demográfico de las/os Participantes



Instrumentos

Se realizaron notas de campo (Gibbs, 2007) después de cada sesión de la intervención, por parte de la terapeuta y al mismo tiempo de los tres estudiantes de psicología que acompañaron y apoyaron la intervención, además de triangulaciones posterior a cada sesión. Las sesiones fueron grabadas mediante audio y video, previa autorización en el consentimiento informado señalado en el método, las que posteriormente fueron transcritas. Como también supervisiones del caso con un supervisor clínico narrativo.

La evaluación se realizó cada sesión en conjunto a las/os participantes, lo que orientó el curso de las siguientes sesiones, así como también se realizó un seguimiento posterior a la sesión de cierre con una pauta semi-estructurada sobre las fortalezas y debilidades del taller.

Análisis de datos

Se realizó un análisis de contenido (Cáceres, 2003) para analizar las transcripciones de las sesiones y las notas de campo. Desde allí se desprendieron las diferentes categorías para analizar y evaluar el proceso de intervención realizado.

Las categorías emergentes fueron: (1) Rescatar recuerdos significativos les permitió encontrarse con sus propias fortalezas; (2) los aprendizajes que han tenido a lo largo de su vida hoy son un legado; (3) la participación en iniciativas comunitarias en sus territorios es relevante; (4) un elemento sustancial del proceso fue haber podido compartir experiencias con un grupo de similares inquietudes.

Intervención

La intervención se realizó en el espacio de taller ocupacional al que el grupo asiste semanalmente. Se planificaron 5 sesiones grupales de PNC de 90 minutos cada una, desarrolladas con periodicidad semanal, una sesión de cierre y una de seguimiento. Estas se estructuraron según los diferentes temas propuestos por el modelo del árbol de la vida (Ncube-Mlilo y Denborough, 2007) siguiendo la estructura de la tabla 1.

Tabla 1
Estructura de las Sesiones

Sesión	Momento	Descripción
Sesión 1: Inicio del viaje, caminando hacia nuestras fortalezas	Bienvenida	Presentación del taller, y de las/os participantes
	Preparación para la actividad central	Caminata centrada en la propia respiración y sensaciones corporales
	Actividad central	El museo: se realizan esculturas en movimiento sobre los juegos que jugaban en su infancia. Y, posteriormente, sobre una fortaleza que considerasen tener
	Plenario	¿Por qué elegí estas esculturas? ¿Qué dice de mí? ¿Tiene alguna relación lo que me gustaba hacer de niño con las fortalezas que tengo hoy?
	Evaluación y cierre	¿Qué nos gustaría abordar en un siguiente taller? Cierre: Qué me llevo del taller, en una palabra

Sesión	Momento	Descripción
Sesión 2: Identidad: Visitando mis sueños, y las personas que son (o han sido) importantes en mi vida	Bienvenida y preparación para la actividad central	Caminata centrada en la propia respiración y sensaciones corporales. Finaliza yendo al encuentro de otros
	Actividad central	Se les pide que piensen en un sueño que sea importante en su vida, y lo puedan representar en un gesto al ritmo de la música
	Plenario	¿Cómo era ese sueño que bailé? ¿A quién invité a ese sueño y por qué era un invitado importante?
	Evaluación y cierre	Cierre: ¿Qué me gustaría decirle a mi invitada/o? Invitación a conversar o ponerse en contacto con este invitada/o, o escribir una nota simbólica en el caso de no poder hacerlo para expresarles lo significativas/os que han sido
Sesión 3: Un paseo por los regalos	Bienvenida y preparación para la actividad central	Caminata de inicio
	Actividad central	Se realiza una imaginería de caminar por un espacio lleno de regalos que la vida nos ha dado. Conversación en duplas
	Plenario	¿Cómo son estos regalos que nos ha dado la vida? ¿Qué contribución he hecho o quisiera hacer a la vida?
	Evaluación y cierre	Cierre: Se actúa la contribución que han hecho o que les gustaría hacer, y la explican en un par de palabras. El grupo aplaude la actuación

Sesión	Momento	Descripción
Sesión 4: El bosque de nuestros recursos como colectividad	Bienvenida y preparación para la actividad central	Caminata: Invitación a jugar a ser un árbol con una historia, y a encontrarnos con otros árboles
	Actividad central	Con música, se les invita a ser árboles, árboles que llevan la historia que hemos contado en las sesiones anteriores, y que danzan con el viento. Luego, viene una tormenta, y seguimos danzando ante la tormenta
	Plenario	Observar cómo es esa tormenta, cuáles son las tormentas que enfrentan en la vida, y de qué manera. Cuáles son los recursos que el grupo utiliza
	Evaluación y cierre	Cada una/o, en un gesto, muestra un recurso con el cual protegerse de la tormenta. Se crea una coreografía colectiva con cada uno de los gestos Cierre: Tomar un acuerdo colectivo sobre un producto a crear próxima sesión, representativo del taller
Sesión 5: Creación de productos colectivos	Bienvenida y preparación para la creación del producto	¿Con qué me quedo de este taller? ¿Hay algo que me gustaría no olvidar? ¿Cómo lo plasmariamos?
	Actividad central	Se les invita a generar el producto colectivo. El grupo definió dibujar un gran árbol con contenido grupal
	Evaluación y cierre	Explicación del producto, reflexiones finales y danza de cierre

Resultados

A continuación, se realiza un recorrido por el proceso terapéutico en el que observaremos las diferentes sesiones del taller destacando los momentos de cambio asociados a narrativas identitarias.

Primera Sesión e Inicio del Proceso

Cada sesión se inicia con una caminata que permite llevar la atención al cuerpo, de manera individual, para posteriormente centrarse en el grupo. Se trabajó en duplas sobre la pregunta: *¿Qué me gustaba hacer cuando niña/niño?* usando la metáfora

de un museo de juegos, representando esculturas en movimiento a cerca de sus juegos. Luego, se trabajó con la pregunta en torno a las fortalezas y se realizó el mismo ejercicio. Sin embargo, en este último, presentan mayores dificultades para pensar una respuesta y crear la escultura. Se cierra con un plenario que tiene como objetivo relacionar ambas preguntas. A lo que una de las participantes responde que su infancia fue difícil, pero que tuvo aprendizajes:

Ser responsable, y ser buena mamá también. Fui muy responsable con mis hijas. Al menos me considero yo. Porque a mí no me dieron cariño, no me dieron nada... Yo se lo di a mis hijas. (Participante n° 4, sesión 1)

Cuando la participante termina la historia el grupo la acoge y la anima, lo que muestra el clima de respeto en la sala. Desde esta cita se desprende la idea de que una experiencia en la infancia le llevó a decidir que quería dar cariño a sus hijas a través de la responsabilidad. Desde allí se rescata la responsabilidad como un valor. Otra de las participantes se refiere a la última pregunta sobre sus fortalezas:

En la última actividad como dices tú, las empiezo a valorar. La solidaridad el cuidado de los hermanos, me entiende, la responsabilidad que hasta el día de hoy yo soy el colmo de lo responsable. Y con mi hermana yo creo que todas esas cosas en común. (Participante n°2, sesión 1)

Nuevamente emerge la responsabilidad como valor, en este caso la participante señala que estuvo al cuidado de sus hermanos y eso la fortaleció. Luego, otra participante reflexiona sobre una continuidad identitaria que comienza a notar a raíz de la pregunta:

Pero me costó contar estas pequeñas experiencias y tomar conciencia de algunas cosas. Yo personalmente tomé conciencia como dije hace un rato de que algo de que no me había dado cuenta, que desde chica era así. (Participante n°10, sesión 1)

Esta cita sobre “desde chica era así”, da cuenta de una continuidad en su identidad, a la que llegó luego de una reflexión que le tomó esfuerzo durante la sesión. Finalmente, se realiza un cierre en torno a un valor presente en las reflexiones de esta sesión. Emergen valores como la amistad, el compañerismo, ser responsable, solidaridad, ser constante, ayudar a las personas, el esfuerzo. Esto se relaciona con la concepción narrativa, que busca permanentemente conectar las ideas identitarias o de sentido de vida que presenten.

Desarrollo del Proceso

En la sesión 2, 3, 4 se trabaja con las preguntas en torno a sus sueños (ramas del árbol), personas o personajes que son, o han sido, importantes en sus vidas (hojas), regalos que la vida les ha dado (frutos) y los legados que han dejado en sus vidas (adornos del árbol). En la quinta sesión se trabaja un producto del proceso de elección de las participantes, que fue un árbol de la vida en papel representativo del grupo. De estas reflexiones destaca una conversación sobre un sueño en común sobre el territorio en el que habitan:

Valparaíso como una ciudad próspera, limpia, hermosa, atractiva, atrac-

tiva para los habitantes que vivimos acá. Sin ... ojalá sin esos volantes. Entonces a veces uno piensa que es una utopía porque pucha que... yo creo que todo porteño tenemos ese sueño. Eso sí, es un sueño todo lo que queremos, es un sueño. Vamos avanzando pero a pasito lento... muy lento. (Participante n° 5, sesión 2)

Lo anterior fue compartido por las/os demás participantes, sumando sus propios comentarios. Así como ocurre en esta cita, todos los participantes del taller mostraron tener sueños con relación a lo colectivo, y no a lo individual, y eso es algo que caracterizó al grupo hasta el final del taller. En cuanto a la conversación sobre las personas que han sido importantes, la mayoría trajo a los familiares a la conversación, algunos presentes, como en el caso de una participante que dijo que admiraba a su nieta por cómo cuidaba a los animales. Pero también, otros participantes evocaron recuerdos de personas inspiradoras que ya no están, como es el caso de sus padres:

Yo invité a mi papá, mi papá me ayudó a hacer mi casa, él se fue, y no alcanzó a hacerla. Entonces me hubiese gustado que hubiese estado en la fiesta. Me hubiese gustado que él viera la casa –yo soy llorona [emergen unas lágrimas] cómo él quería que tuviera [...] Porque yo sé que él en algún momento está. (Participante n°7, sesión 2)

Esta conversación se cierra hablando del recuerdo de las personas que ya no están, y de qué manera nos podemos comunicar con ellos o con su recuerdo. Emergen diversas ideas y creencias y en el espacio se genera un clima de respeto. Al final de este diálogo se les invita a reflexionar sobre: *¿Qué pasaría si estas personas supieran lo que hemos conversado?* a la siguiente sesión algunas participantes habían extendido las reflexiones a sus familiares.

En la cuarta sesión se trabaja en torno al sentido comunitario, simulando ser un bosque. Algo que compartieron como una característica del “bosque que son” es la siguiente:

Este bosque, lo que tiene es que somos muy diferentes. Que ninguno es más que el otro y... somos bosques iguales, somos iguales... no tenemos diferencias del tipo tú piensas distinto en política, religión, plata...etc... somos un bosque que venimos y venimos con una finalidad yo encuentro que aquí venimos a pasarlo bien ni a discutir ni nada. Es un compartir, tener un ...unos minutos, unas horas de diversión. De relajo. (Participante n°6, sesión 4)

Lo anterior permite ir dando forma a una narrativa de comunidad e identidad de grupo. Posteriormente pasamos a la fase del árbol de la vida de “qué ocurre cuando viene la tormenta hacia este bosque”. Para esto se realiza la misma actividad de la simulación de un bosque, pero con música de tormenta. En el momento se introduce la pregunta: *¿qué vamos a hacer ahora?* A lo que el grupo responde: “protegernos”, “las ramas”, “Juntarse”, “Podemos protegernos las ramas juntándonos...” Luego de esto, el grupo se reúne en el centro de la sala, juntan sus brazos simulando ramas.

Manifiestan: “Podemos afirmarnos entre nosotros” mientras se toman las manos y comienzan a moverse de forma rítmica hacia un lado y al otro con las manos y raíces (pies) muy juntos, solamente equilibrando el peso con el contrapeso de las y los compañeros. Se equilibran en silencio por un momento. Finaliza la actividad y en el espacio para la reflexión metaforizan que sintieron una tormenta fuerte e inmediatamente surge la idea de que permanecieron unidas. Las participantes ejemplifican con momentos en los que han tenido estas costumbres colaborativas. Sobre la decisión de reunirse y distribuir el peso con las demás comentaron:

Yo creo que es parte de nosotros. Es una sensación protectora. Como cuando hay un temblor yo estoy con mis nietas y nos abrazamos todos. Nada que uno por allá y otro por acá, sino que todos unidos así, si va a caer algo nos va a caer a todos. Es como una protección.” (Participante 12, sesión 4)

En cuanto a las tormentas que están presentes en sus vidas, mencionaron los duelos, la muerte, las enfermedades, la menopausia, las separaciones y la falta de trabajo de más de alguno de los integrantes de la familia. En relación a ejemplos de momentos en los que han pasado por dificultades y han salido adelante de alguna forma, rescatando los recursos comentan lo siguiente:

Un árbol fuerte que yo creo que los años que nos da a todas esa fortaleza, es el tronco, por más que hayamos tenido problemas todas, igual uno mira desde otra perspectiva, el árbol significa para mí la vida de uno y de que ahora el hecho de que sea grande ¡como que estamos grandes todas! La madurez... más poderosa. (Participante 15, sesión 4)

Y encontramos un árbol que sí a lo mejor tenía ramitas débiles, encontramos ramas fuertes... y terminamos con un árbol lleno de virtudes que ni siquiera sabíamos que estaban. (Participante 3, sesión 4)

Yo como que he como revivido de pequeña...clase a clase hemos ido hablando y como recordando situaciones y de repente cuando tú me decías con qué soñaba yo nunca he pensado mucho o qué tiene de bueno cada una ¿Te acuerdas que había una parte que decía qué es lo que a uno le gusta de uno? Y yo ¡oy! ...nunca me había imaginado decir tengo bueno esto. (Participante 10, sesión 4)

Se les invita a pensar una forma de plasmar lo recorrido. Proponen realizar un gran árbol que una las ideas de todas/os las/os participantes. Ellas piensan en la idea de dibujar este árbol del que tanto se ha conversado. Se les comenta que el árbol de la vida originalmente es una actividad de dibujo, aunque nunca se dibujó en este taller. Durante la quinta sesión, en la actividad del dibujo propuesto, se mostraron sorprendidas/os porque si bien nadie la dirigió, coordinaron de manera en que se respetó la opinión de todas/os.

Cierre y Documento Colectivo

El cierre consistió en tres momentos y se realizó un mes después del fin de los talleres. El primero fue un video que sintetizaba las sesiones con fotografías

y videos tomadas durante su realización. El segundo fue la lectura y revisión del documento colectivo y finalmente la entrega de certificados de cierre del proceso, en el cual el grupo eligió el contenido del certificado. A continuación, un fragmento del documento colectivo realizado:

La unión hace la fuerza cuando viene la tormenta

A través del taller, nos hemos conocido a nosotras mismas, a través de la confianza, la amistad que se ha generado en el grupo. En esta comunidad no existe el qué dirán, todas respetamos nuestra opinión, sin fijarnos en nuestra situación económica, igual que en el colegio. La unión hace la fuerza cuando viene la tormenta. Como la gente se une para protegerse de pequeños problemas y grandes catástrofes. La unión hace la fuerza cuando viene la tormenta. Comprender lo positivo de no ser individualista porque, así como damos vamos a poder recibir. La unión hace la fuerza cuando viene la tormenta. Pues la fuerza y poder del amor familiar provoca mayores y mejores fuerzas.

Y el futuro, con respecto a los sueños....

Saber que unidos alcanzaremos más logros. Y el futuro, con respecto a los sueños...Para darnos cuenta que aún somos capaces y útiles para proyectarnos a nosotras con nuevos desafíos. Y el futuro, con respecto a los sueños ... Fue bonito empezar con el árbol de la vida que nos hizo recordar el pasado, el presente y el futuro, con respecto a los sueños. Así lo haremos extensivo a nuestros hijos y nietos, para así lograr una raíz fuerte y llegar a hacer un árbol firme. (Documento colectivo, sesión de cierre)

Con estas reflexiones finalmente se documenta estas nuevas prácticas y conocimientos que apoyan la nueva narrativa personal a través de un medio literario (White, 1995) como es el documento colectivo.

En cuanto a los resultados cuantitativos de pre y post-test aplicados, para el instrumento Escala de Depresión Geriátrica GDS de Yesavage et al. (1983), se realizó un análisis de medidas repetidas para muestras relacionadas a través del paquete estadístico Jamovi®. Las medias para los grupos disminuyeron desde 2,44 al inicio de la intervención hasta 1,69 al término de esta (ver tabla 2). Es importante mencionar que esta escala se toma solamente como una referencia al comienzo para conocer las características del grupo. Ya que la depresión no es un elemento abordado de forma teórica en este trabajo.

Tabla 2
Medias de Sintomatología Depresiva de los Grupos Pre-Post Intervención

	N	Media	Mediana	DS	EE
Pre	16	2.44	2.00	1.71	0.428
Post	16	1.69	1.00	1.85	0.463

Debido a que los datos no se distribuyeron normalmente, se aplicó la prueba no paramétrica de rangos de Wilcoxon, observándose una diferencia estadísticamente significativa entre las medias pre-post ($W = 42,5$; $p = 0,018$). Adicionalmente, se calculó el tamaño del efecto entre estas dos mediciones observándose un tamaño de $d = 0,75$. Este último valor es de gran relevancia dado que da cuenta de que la intervención tuvo un efecto que puede ser caracterizado como “medio” (Cohen, 1988).

Discusión

En cuanto a las fortalezas de la concepción teórica que guio la intervención, tuvo una importante acogida en el grupo la facilitación de tipo posmoderna (Grandesso, 2015), que buscó que las participantes tomen el protagonismo necesario para llevar adelante el taller, declarando que se sintieron libres en este aspecto. El elemento que aportó novedad en esta intervención correspondió a las actividades corporales y de juego en el taller, siendo esta adaptación evaluada por el grupo desde su aporte al dinamismo. Por lo tanto, es importante continuar explorando con intervenciones en las que se incorporen actividades corporales y de movimiento para AM. La recomendación para los próximos terapeutas que trabajen con este formato, es calcular el tiempo de participación que requerirá el grupo según su tamaño, de modo que puedan todos tener oportunidad de participar.

Respecto a las preguntas que orientaron las sesiones, al grupo le aportó sentido la pregunta por las fortalezas, aunque resultó difícil de responder por motivos culturales. Posteriormente lo valoraron como algo nuevo, que no habían conversado antes y fue un hallazgo para varias de las participantes. Queda abierta la interrogante sobre género, ya que en su mayoría las participantes eran mujeres y muchas señalan haber tenido dificultades para pensar en sus propias fortalezas a propósito de la propuesta social de “no hablar de forma presuntuosa de sí mismas”. Para futuras intervenciones se sugiere generar andamiaje antes de llegar a la pregunta por las fortalezas, es decir, preparar la pregunta previamente acercando el tema.

En cuanto a la pregunta por las personas que han sido importantes o inspiradoras en sus vidas, lo relacionaron con los propios legados: es decir, al pensar en ellas, muchos recordaron a sus padres o cuidadores, y tomaron valores que ellos les enseñaron. Esperan que estos mismos valores sean un legado para las siguientes generaciones. Además, el grupo valoró en gran medida que el trabajo haya sido colectivo y el poder compartir con otros que se encuentran en circunstancias similares, lo que abre reflexiones nuevas y esperanzadoras. Como también un sentido de comunidad.

Como limitaciones se plantea la imposibilidad de generalizar los resultados, ya que como estudio se centra en la particularidad y en la profundización del caso. Además, los valores de la escala aplicada deben ser tomados con cautela ya que el diseño pre-post test no cuenta con grupo control y, por tanto, no es posible concluir realmente que la intervención es “efectiva” en términos de lo que se espera para

un diseño cuasi-experimental.

Se propone que futuras líneas indaguen en mayor medida en los elementos de género presente en AM al momento de referirse al trabajo con fortalezas. Plantearse la pregunta sobre conocer si es que la sensación de estar sujetas a un rol de cuidador/a, y el no tener tiempo para pensar su propia identidad se relaciona más con lo generacional, con elementos de género (Grigoryeva et al., 2019), o con ambos.

Conclusiones

Respondiendo a la pregunta central de este trabajo: ¿de qué manera puede aportar un trabajo de prácticas narrativas colectivas en la percepción identitaria de un grupo de adultos mayores? Se puede decir que el grupo de este taller de PNC valoró especialmente las preguntas sobre las raíces de su vida, y sobre los aprendizajes que tuvieron en etapas iniciales de su vida. Porque recordar les conecta con sensaciones agradables de su pasado, como también la oportunidad de conversar con otras personas con intereses en común. Además, integraron recuerdos que, según señalan, “estaban guardados bajo cuatro llaves”, lo que les permitió posteriormente generar una articulación con otros elementos identitarios y reconocer que hay valores que han sido transversales en sus vidas.

Los cambios observados en cuanto a las narrativas identitarias son: (1) Inicialmente tenían la sensación de que no tenían algo que decir a las generaciones posteriores, pero este relato cambia cuando se habla del legado. Se observa un cambio en la forma de percibir los aportes que han realizado o que pueden realizar a la sociedad. (2) Cuando se abre la pregunta sobre las propias fortalezas, fue inicialmente difícil porque es una pregunta que no estaban acostumbrados a hacerse, por lo tanto, se elabora una respuesta en este proceso. Esta nueva respuesta se relaciona con la forma en que perciben su identidad.

En cuanto al enfoque posmoderno que guió la intervención, las participantes percibieron mayor libertad en las actividades, junto con un clima de respeto. Y el trabajo en colectividad resultó importante en términos de afrontar dificultades, ya que el grupo disminuye su sensación de soledad al compartir un problema en común. La participación ciudadana o social resulta muy importante para las/os AM, quienes se encuentran altamente comprometidos con sueños, que más que individuales, son comunitarios. En definitiva, el modelo de PNC fue de gran utilidad para el desarrollo del trabajo, ya que les permite desprender reflexiones colectivas y esperanzadoras.

Agradecimientos

Al Centro Comunitario para la Educación en Salud de San Roque (CCESSR). A la formación de Magíster en Psicología Clínica de la Universidad de Valparaíso.

Referencias

- Árraga, M., Sánchez, M., Pirela, L. y Mariotti, L. (2016). Actitud de adultos venezolanos hacia la vejez. *Espacio Abierto: Cuaderno Venezolano de Sociología*, 25(4), 299–313.
- Cáceres, P. (2003). Análisis cualitativo de contenido: Una alternativa metodológica alcanzable. *Psicoperspectivas*, 2(1), 53-82.
- Colegio de Psicólogos de Chile. (1999). *Código de ética profesional*. <http://colegiopsicologos.cl/wp-content/uploads/2021/06/1999-Codigo-de-Etica-2a-Edicion.pdf>
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2ª ed.) [*El análisis del poder estadístico para las ciencias de la conducta*]. Lawrence.
- Denborough, D. (2008). *Collective Narrative Practice. Responding to individuals, groups, and communities who have experienced trauma* [*Práctica narrativa colectiva. Respondiendo a personas, grupos y comunidades que han experimentado traumas*]. Dulwich Centre Publications.
- Epston, D. (2011). El poder del conocimiento: la recuperación del poder a través del conocimiento local (M. Campillo Trad.). *Revista Electrónica: Procesos Psicológicos y Sociales*, 7(1 y 2), 1-8.
- Flores, M. y Leal, J. (2019). Envejecimiento y políticas públicas. Un desafío en México para la intervención del trabajo social. *Trabajo Social Hoy*, 86(1), 53-66. <https://doi.org/10.12960/TSH.2019.0004>
- Gibbs, G. R. (2007). *Analysing qualitative data* [*Analizando datos cualitativos*]. Sage.
- Grandesso, M. (2015). *Terapia comunitaria: un espacio colectivo de diálogo y conversaciones transformadoras. En diálogos para la transformación. Experiencias en terapia y otras intervenciones psicosociales en Iberoamérica*. WorldShareBooks.
- Grigoryeva, I., Vidiasova, L., Dmitrieva, A. y Sergeyeva, O. (2019). What does it mean to be old? “elderly” identity as a sociological problem. En I. Grigoryeva, L. Vidiasova, A. Dmitrieva y O. Sergeyeva (Eds.), *Elderly Population in modern Russia* (pp. 55-71). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-96619-9_4
- Guirland, A. y Rangel, M. (2014). A construção narrativa da identidade [Una construcción narrativa de la identidad]. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, 27(1), 163-170. <https://doi.org/10.1590/S0102-79722014000100018>
- Iacob, R. (2011). *Identidad y Envejecimiento*. Paidós.
- INE. y Godoy, G. (2020). *Adultos mayores en Chile: ¿Cuántos hay? ¿Dónde viven? ¿Y en qué trabajan?* <https://www.ine.cl/prensa/2020/04/15/adultos-mayores-en-chile-cu% C3%A1ntos-hay-d% C3%B3nde-viven-y-en-qu% C3%A9-trabajan>
- Lovo, J. (2021). Crisis familiares normativas. *Aten Fam*, 28(2), 132-138. <http://dx.doi.org/10.22201/fm.14058871p.2021.2.78804>
- Luck, L., Jackson, D. y Usher, K. (2006). Case Study: A Bridge across the Paradigms [Estudio de caso: un puente a través de los paradigmas]. *Nursing Inquiry*, 13(2), 103-109. <https://doi.org/10.1111/j.1440-1800.2006.00309.x>
- McAdams, D. P. (2001). The psychology of life stories [La psicología de las historias de vida]. *Review of General Psychology*, 5(2), 100-122. <https://doi.org/10.1037/1089-2680.5.2.100>
- Ministerio de Desarrollo Social y Familia. (2021). *Guía práctica salud mental y bienestar para personas mayores*. http://www.senama.gob.cl/storage/docs/SD_OK_-2.pdf
- Miles, M. y Huberman, A. M. (1984). *Qualitative data analysis. A source book of new methods* [*Análisis de datos cualitativos. Un libro de consulta de nuevos métodos*]. Sage.
- Ncube-Mlilo, N. y Denborough, D. (2007). *Tree of life, mainstreaming psychosocial care and support: a manual for facilitators* [*Árbol de la vida, transversalización de la atención y el apoyo psicosocial: manual para facilitadores*]. REPSSI.
- Pan, L. (2017). Vejez y envejecimiento en China. *Estudios de Asia y África*, 52(2), 459–470. <https://doi.org/10.24201/ea.v52i2.2322>
- Rodríguez-Jiménez, R. M. y Dueso, E. (2015). Consideraciones alrededor de la Danza-movimiento Terapia y sus aplicaciones en el ámbito social. *Arteterapia. Papeles de Arteterapia y Educación Artística para la Inclusión Social*, 10(1), 127-137. https://doi.org/10.5209/rev_ARTE.2015.v10.51687
- Starman, A. B. (2013). The case study as a type of qualitative research. *Journal of Contemporary Educational Studies*, 64(1), 28–43.
- Villar, F. y Serrat, R. (2015). El envejecimiento como relato: Una invitación a la gerontología narrativa. *Revista Kairós Gerontología*, 18(2), 9-29.
- White, M. (1995). *Re-Authoring Lives: Interviews and Essays* [*Re-autorización de vidas: entrevistas y ensayos*]. Dulwich.
- White, M. (2000). *Reflections on Narrative Practice* [*Reflexiones sobre la práctica narrativa*]. Dulwich.
- White, M. (2004). *Narrative Practice and Exotic Lives: Resurrecting diversity in everyday life* [*Práctica narrativa y vidas exóticas: resucitar la diversidad en la vida cotidiana*]. Dulwich.

- White, M. (2006). *Narrative Therapy with Children and their Families* [Terapia narrativa con niños y sus familias]. Dulwich.
- White, M. (2007). *Maps of Narrative Practice* [Mapas de práctica narrativa]. Norton.
- White, M. (2011). *Narrative Practice: Continuing the conversations* [Práctica narrativa: Continuando las conversaciones]. Norton.
- White, M. y Epston, D. (1989). *Literate Means to Therapeutic Ends* [Significados literarios para fines terapéuticos]. Dulwich.
- White, M. y Epston, D. (1992). *Experience, Contradiction, Narrative and Imagination: Selected papers of David Epston & Michael White, 1989-1991* [Experiencia, contradicción, narrativa e imaginación: artículos seleccionados de David Epston y Michael White, 1989-1991]. Dulwich.
- White, M. y Epsom, D. (1993). *Narrative means to therapeutic ends* [Medios narrativos para fines terapéuticos]. Norton.
- Yesavage, J. A., Brink, T. L., Rose, T. L., Lum, O., Huang, V., Adey, M. y Leirer, V. O. (1983). Development and validation of geriatric depression screening scale: A preliminary report [Desarrollo y validación de la escala de cribado de depresión geriátrica: un informe preliminar]. *Journal of Psychiatry Research*, 17(1), 37-49. [https://doi.org/10.1016/0022-3956\(82\)90033-4](https://doi.org/10.1016/0022-3956(82)90033-4)