

“Envejecemos tu y yo. Una mirada intergeneracional desde la Psicología”

Prof. Teresa Orosa Fraíz
Facultad de Psicología
Presidenta Sección Psicogerontología Sociedad Cubana de Psicología
Universidad de la Habana
Cuba

Estimadas autoridades, delegados y delegadas:

Sin dudas, una de las dimensiones más interesantes en el estudio psicológico de la vejez lo constituye el tema acerca de las relaciones intergeneracionales. Por eso, me anima tanto este tema como gerontóloga.

En una ocasión escuché de un colega que la relación existente entre los adultos mayores y los niños es mas frecuente, porque simplemente ambas edades disponen de mas tiempo para compartir.

Ese día comprendí como psicóloga, todo lo que nos faltaba por estudiar alrededor del contexto psicológico de las relaciones intergeneracionales, las características del desarrollo de cada etapa de la vida y cómo se ponen de manifiesto, cuando estas interactúan.

Por supuesto, no creo que sea cuestión de disponibilidad de tiempo, sino de en qué momento psicológico nos encontramos durante nuestros procesos interactivos. Por tanto, en la primera parte de esta exposición trataré de resumir algunas cuestiones esenciales de punto de partida en cada etapa de la vida, para el análisis de las relaciones intergeneracionales.

Si analizamos el desarrollo psicológico a partir del enfoque Histórico Cultural encontramos categorías tales como “situación social del desarrollo”, “neoformaciones”, “zona de desarrollo próximo”, posibles de describir para cada una de las edades. Entendiendo por “situación social del desarrollo” aquella combinación irrepetible entre lo interno (desarrollo biológico y formaciones psicológicas precedentes) y lo externo (sistemas de actividad y comunicación), que dan lugar a las neoformaciones de cada edad.

Algunas cuestiones acerca del desarrollo psicológico por edades.

A lo largo del desarrollo, vamos adquiriendo un conjunto de formaciones psicológicas nuevas. Por ejemplo, si en la edad temprana aparece la conciencia de si, en la edad pre escolar será el desarrollo de la esfera volitiva emocional, y en la edad escolar las cualidades morales. Ya en la adolescencia se destaca el desarrollo de la autoconciencia, y en la juventud la concepción científica del mundo y la autodeterminación. Pero el desarrollo continúa y en la edad madura la formación que regula nuestro comportamiento es la denominada autoconciencia crítica o reflexiva, mientras que en la vejez lo es la llamada autotranscendencia.

Como sabemos la Psicología del Desarrollo se ha caracterizado por resultados tradicionalmente ponderados hacia las primeras etapas del desarrollo. Sin embargo, hoy se estudian a profundidad la edad adulta madura y la edad adulta mayor. La madurez como larga etapa y compleja, plena de auto

reflexiones acerca de la vida y de si mismo. La vejez también como larga etapa, pero regulada en este caso por la necesidad de quedarnos en los que nos rodean, tanto desde el punto de vista cognitivo como emocional, es decir, autotrascenderse.

Volviendo al ejemplo de la comunicación entre el niño y el abuelo, sería entonces el niño tratando de descubrir el mundo y el adulto mayor tratando de transmitirlo, de quedarse espiritualmente, de legarse en su nieto.

A su vez, el sistema de comunicación también va cambiando a lo largo de la vida.

Como sabemos, para el niño pequeño los “otros” mas importantes lo son sus padres, en especial su madre. En el escolar aparece como más significativa la figura del maestro, y en el adolescente lo son sus coetáneos. En la adultez madura aparecen como sus “otros” mas significativos la pareja, los hijos, los laborales y las amistades. En la vejez un “otro” importante lo constituye la pareja, los nietos, y también los coetáneos. Inclusive no siempre la comunicación se desarrolla por igual. Función más bien regulativa del adulto mayor en el contexto familiar, y función más de descarga emocional en la interacción con sus propios coetáneos.

Son esos “otros” que nos potencian o frenan nuestro desarrollo personalógico, considerando siempre que el “otro”, mas importante somos nosotros mismos, y mas aun cuando transitamos por edades mayores de la vida.

Desde toda esta perspectiva del desarrollo se han llevado a cabo diversas investigaciones acerca de los estereotipos que en cada etapa de la vida se tienen sobre la vejez. Si el niño le atribuye características positivas a la vejez por su asociación con la figura del abuelo, ya en la adolescencia se puede tornar en designaciones negativas por su carácter intransigente y estético. Pero cuando vamos madurando nos conciliamos positivamente con la imagen de la vejez, con nuestros padres, hasta que llegamos a nuestra propia vejez. “El viejo ese”, cuando ya tenemos la misma edad, y vuelve a tornarse positiva cuando ya se transita por la adultez mayor.

Por supuesto, he estado refiriendo el asunto desde las llamadas tendencias del desarrollo pero es muy importante referir la importancia del desarrollo desde lo individual, desde cada historia de vida, así como, también del entorno cultural y educativo en que estas se producen.

En un mundo aun no preparado para envejecer se agudizan los estereotipos y ni siquiera podemos identificarnos con nuestro propio proceso de envejecimiento, sin embargo, todos envejecemos.

A mi modo de ver existen tres tipos fundamentales de estereotipos o falacias hacia la vejez, a saber, de tipo negativos, o de tipo idealizantes y los confusionales. Estos últimos muy nocivos cuando quizás queriendo rescatar la vejez la confundimos con aquello de la eterna juventud o con el retorno a la niñez.

En realidad en cada edad se vive una “situación social del desarrollo” diferente. Inclusive dentro de una misma edad cada uno de nosotros vive su propia “situación social del desarrollo” porque disponemos de diferentes vivencias. Así se ha llegado a decir, que la vejez no existe sino que lo que existe son muchas, muchas vejeces, de acuerdo a como cada cual la vivencia. De todas formas, en la

vejez como en cualquier otra edad, nos enfrentamos a eventos o crisis circunstanciales de la vida que nos conducen a realizar elaboraciones típicas dentro de la etapa. Es el caso de la vejez, donde se elaboran (aunque de manera personal) la jubilación, la viudez y la propia abuelidad.

Ahora bien, cada uno de nosotros es el resultado de sus procesos de aprendizaje a lo largo de la vida.

Por tanto lo cultural es muy importante. ¿En qué sociedad estamos aprendiendo a ser viejos y viejas? ¿Será que puedo reproducir los patrones de referencia de cómo ser abuelo desde lo que aprendí de mis abuelos? Imposible.

Imposible, porque he envejecido en otra época y cultura de relaciones interpersonales. Hoy tenemos que comprender los cambios que se han producido a lo interno de la familia como institución universal, los cambios de referentes de género y mucha tecnología que acompaña a esta sociedad actual.

Impactos que han llegado también a esta generación de mayores. Me complace decir que esta generación es un laboratorio social. Permanecen referentes tradicionales pero son portadores, a su vez, de emergentes de cambios. Hay protagonismo social, proyectos de vida, proyectos de emprendimiento, de voluntariado. En fin, como decían los mayores en el recientemente celebrado VI Encuentro Internacional de Mayores en La Habana: Con los adultos mayores hay que contar!

¿Cuándo pensamos que en un Congreso de especialistas geriatras y gerontólogos reunidos para diseñar estrategias de atención a los mayores, colateralmente los mayores estaban debatiendo en otro salón sus talleres de crecimiento personal, sexualidad, derechos humanos, salud, bienestar psicológico, y desarrollo sostenible, entre otros?

Experiencia personal en la docencia con jóvenes y mayores.

Pero aun queda mucho por hacer. En lo personal tengo la suerte de ser docente de jóvenes y de mayores.

Como profesora de los jóvenes estudiantes de la Facultad de Psicología imparto la asignatura Psicología del Adulto Medio y del Adulto Mayor. Desde el primer día de clases es sencillamente maravilloso y a veces hasta doloroso, para algunos jóvenes. Darse cuenta que se ha vivido como nietos y como hijos sin haber conocido realmente quiénes son sus padres y quiénes son abuelos. Apreciar sus dimensiones humanas más allá del rol que han jugado para con ellos. Es una asignatura maravillosa. Conducir a los jóvenes al estudio profesional de dos edades no vividas todavía por ellos, y sin embargo muy creídas culturalmente desde lo estereotipado, lo cual implica el desmontaje de mitos, e identificación de nuevas formaciones.

Solo a manera de ejemplo el siguiente verso de una alumna joven de 22 años, al final del curso:

“Mi vejez no será la de los pasos perdidos,
los anhelos prestados,
los aplausos de cristal a los demás
y los años que se quedan atrás.

Mi vejez no será la del frío en los huesos,
el carácter agrio y doblegado,
las canas que me avergüencen,
y las caricias que sobren.

Mi vejez será la de la mirada ardiente,
la precisión en el oído,
la palabra justa en el momento exacto,
y los ojos puestos en el futuro.

Mi vejez será la del yo renovado,
los niños revoloteando por doquier,
los paseos en la tarde
y los labios pintados de deseos.

Mi vejez será la de los sueños que se cumplen,
la de los amores que visiten mi memoria,
el orgullo a flor de piel,
y la sonrisa siempre, en el rostro reluciente de arrugas”.

Como docente de mayores también pudiera referir transformaciones espirituales en los propios alumnos de la Universidad del Adulto Mayor. Donde también se aprende a desaprender.

En nuestro país disponemos de 927 Universidades de Mayores a través del Programa de Cátedras Universitarias del Adulto Mayor. Se han beneficiado más de 59,000 personas mayores a nivel nacional, desde los 9 años de la creación de este programa de extensión universitaria.

Al haberse creado también el programa de universalización de la educación superior, en cada municipio existen las sedes universitarias municipales. De ahí que nuestras propias universidades de mayores sean atendidas por la universidad en cada municipio.

Ello permite múltiples actividades de carácter intergeneracional. En ocasiones los jóvenes se capacitan para ofrecer talleres a los mayores, o damos clases de forma unida, o los mayores son invitados a formar parte de sus ejercicios de graduación. Una muestra de esta sensibilización con el tema es que en el pasado curso la mayoría de las tesis de graduación de los jóvenes, en la carrera de Psicología de las sedes municipales, fueron realizadas en el tema de envejecimiento y vejez.

Pero también los mayores son portadores de estereotipos acerca de la juventud. Y por supuesto, uno de los objetivos de la Universidad del Adulto Mayor es poder alcanzar una nueva cultura del envejecer y comprensión del entorno familiar y social.

Porque tenemos que aprender a ser adultos y adultas mayores de esta época y comprender los cambios que refería anteriormente. Cambios irreversibles en la familia como institución. La familia puede disfrutar hoy de una mayor democracia interna, sin lugares de silencio para los nietos, y en definitiva legalizar la no gerontocracia. Una vez, una adulta mayor me hablaba con nostalgia de lo

que significó su abuela en la familia, pero resulta que su abuela era iletrada, de actividad doméstica y cuidadora de toda su familia desde muy pequeña, y de pronto me dijo: Bueno en realidad, esa adulta mayor que fue mi abuela, yo no quisiera ser.

Es cierto que aun tenemos mucho por hacer. El factor educativo es fundamental y en particular la educación gerontológica desde las más tempranas edades.

Conflictos intergeneracionales. Algunas reflexiones y resultados investigativos.

Existen como sabemos diferentes formas de maltrato, y no sólo hacia el adulto mayor. Es necesario crear espacios educativos hacia una cultura de convivencia y de dialogo, hacia una cultura de paz.

Vamos por partes. En primer lugar, creo que uno de los espacios mas ausentes o débiles desde el punto de vista de la comunicación familiar son las relaciones entre los adultos y los adultos mayores. Esto es, entre los hijos y sus padres mayores. Sin embargo y paradójicamente, los hijos maduros se caracterizan por estar en la edad de la responsabilidad y la creatividad, y los padres mayores se caracterizan por estar en la edad de la experiencia. Pero los hijos se encuentran atrapados en sus propios asuntos, competencia laboral, y estrés económico.

Y pienso entonces en la convocatoria de este congreso que nos ha reunido: Experiencia y Creatividad: Hacia una cultura de paz.

Entonces debemos impulsar una nueva mirada acerca de la creatividad y el éxito en la vida adulta. Casi nunca apreciamos la inteligencia de una persona por haber logrado ser una buena persona. Haber sabido construir una buena familia, una pareja armónica, y ser creativos en las relaciones interpersonales. Hay quien sabe mucho. Posee un alto coeficiente intelectual medido en los test psicológicos, y pueden hasta gozar de reconocidos éxitos profesionales, pero son desastres de personas, déspotas, no han aprendido nunca a amar, y por tanto no pueden educar lo que no se siente.

Por tanto la creatividad pasa por procesos emocionales que también hay que educar. Y qué ocurre en el caso de la vejez? Tampoco se es inteligente por poseer una alta experiencia acumulada y ser consejeros constantemente, sin saber colocarse en el lugar de la otra persona, creyendo que tenemos toda la razón. Que los años, tampoco son literalmente, sinónimos de sabiduría. Ello depende de la historia de vida, la plenitud de eventos por los que hayamos transitado, y resueltos de manera creativa.

Así, cuando investigamos la percepción de familia en adultos mayores aun encontramos dificultades de integración familiar. A continuación algunos ejemplos de resultados obtenidos por los propios estudiantes jóvenes de la carrera de Psicología en sus trabajos investigativos.

Al pedirles a adultos mayores que hagan un dibujo de su familia aparecen un conjunto de expresiones que permiten analizar dificultades en las relaciones familiares. Por una parte, cuando los mayores investigados se colocan en el dibujo aparecen de manera aislada y pasiva. Y en otros casos, cuando están los adultos mayores vinculados a los nietos en diferentes actividades, entonces no aparecen dibujados los hijos.

Ahora bien, cuando los conflictos han sido investigados en las relaciones nieto-adulto mayor aparece un abanico también de factores que impiden una relación adecuada. En una investigación realizada con abuelos (dedicados a la actividad doméstica tradicional), y sus nietos, se obtuvieron los siguientes resultados:

- Expresión por el adulto mayor de expectativas no cumplidas por la familia construida.
- Contraposición de la necesidad de independencia y autonomía del adolescente y de los jóvenes, con la necesidad de cuidado y protección a los nietos del adulto mayor.
- Expresión de estilos autoritarios por el abuelo en la dinámica familiar, imposición de criterios, y normas, así como irrespeto y agresión verbal por parte del nieto.

Por supuesto, también pueden apreciarse positivas relaciones intergeneracionales en otros contextos familiares. Pero deben constituir señales de alarma situaciones de desarmonía familiar. Otro asunto interesante a investigar es el adulto mayor, en tanto agente mediador, a lo interno de la familia.

¿Y qué ocurre, en los espacios sociales y comunitarios?

Un espacio importante en nuestro país lo constituyen los grupos de jubilados que se han incorporado de manera voluntaria a sus sindicatos de procedencia, como asesores en fábricas, escuelas, entre otros. Allí la relación adulto mayor- aprendiz joven resulta de gran importancia no sólo para la búsqueda de soluciones productivas, sino para la trasmisión de valores.

Las propias Universidades de Mayores. En nuestro caso son auspiciadas por el Ministerio de Educación Superior, la Central de Trabajadores y la Asociación de Pedagogos de Cuba. Pero también constituyen colaboradores el Programa Nacional de Trabajadores Sociales formado por jóvenes técnicos en esta labor, así como, el Ministerio de Educación, Cultura, Salud Pública, Seguridad Social, Instituto de Deporte, y Ministerios de Agricultura y de la industria Azucarera.

Por tanto, ya sea en las universidades de mayores de tipo urbanas como rurales, un factor importante es garantizar acciones que tributen al intercambio intergeneracional.

Que como dijera nuestro Apóstol José Martí: “Si hay algo que ennoblezca a la juventud, es el miramiento y el respeto a los ancianos”.

Los niños y jóvenes aprenden la Patria. Este próximo semestre nos hemos propuesto profesores y alumnos de las Universidades de Adultos Mayores la elaboración de testimonios a punto de cumplir los 50 años del proyecto social cubano. Testimonios, vivencias de ese día para ser contadas en las escuelas y centros laborales de toda la comunidad. Porque la historia hay que contarla, no basta con ser memoria histórica.

Unas breves conclusiones.

Finalmente, quisiera resumir, a mi criterio, algunas cuestiones importantes:

1. Que las relaciones intergeneracionales dependen en gran medida del desarrollo psicológico que caracteriza a cada etapa de la vida. Es imposible pensar desde otro lugar que no sea desde la propia "situación social del desarrollo" en que cada uno de nosotros se encuentre. Como le digo a mis alumnos jóvenes, dialogamos, pero ni yo puedo pretender que ustedes piensen como yo, ni ustedes pueden pretender que yo piense como ustedes.
2. Que el factor educativo en su sentido mas amplio, y gerontológico en particular, es fundamental en el mejoramiento de las relaciones intergeneracionales. Porque envejecemos tú y yo.
3. Que la creatividad y la experiencia tienen momentos cúspide en el desarrollo psicológico en la edad adulta madura y la edad adulta mayor, respectivamente. Por ello estamos llamados, a mi modesto criterio, a diseñar estrategias concretas de espacios intergeneracionales para el mejoramiento de dichas relaciones.
4. Que la imagen social de la vejez se encuentra en proceso de cambio. Decididamente hacia el desmontaje de esquemas nocivos. Para ello todos los factores de la sociedad deben contribuir. Estrategias de integración.
5. Que debe constituir un reconocimiento a FIAPAM el darle continuidad al tema de las relaciones intergeneracionales. Que estos encuentros temáticos, sin dudas, contribuyen a un mejor conocimiento de cada generación, es decir, de la historia y de la vida.

Mi agradecimiento por el empeño de los organizadores de este evento, para nuestra invitación.

Quisiera también socializar lo siguiente: He recibido en mi persona, numerosos mensajes de solidaridad de organizaciones acá presentes, para con mi pueblo, debido a los devastadores huracanes del pasado mes. Es realmente hermoso cuando uno siente el apoyo de otras personas.

Y que por devastadoras que puedan ser las situaciones en algún momento de la vida, no estamos solos.

Gracias!.