

Tertulias para personas mayores

Josep Lluís Conde

Centro de Servicios Sociales Sarriá. Barcelona

Correspondencia:

Josep Lluís Conde

Centro de Servicios Sociales Sarriá

Salvador Mundi, 6

08017 Barcelona

Introducción

Hace unos años propusimos realizar un trabajo de grupo con personas que estaban en edad de jubilarse. El objetivo era dar información sobre diversas actividades alternativas y acoger la crisis que para algunas personas significaba el hecho de la jubilación en sus vidas.

Pronto nos dimos cuenta que la información por si sola tenía poca capacidad de dinamización. Constatábamos al mismo tiempo que, además del tema laboral, las personas que asistían al primer grupo tenían también otras preocupaciones que iban ocupando progresivamente el tiempo dedicado al coloquio. La salud, la disminución de los ingresos, las relaciones familiares y las actividades de ocio eran los temas más frecuentes.

En los grupos siguientes, de manera progresiva, la parte informativa, más estática y pasiva, iba cediendo terreno a la parte de conversación libre y espontánea, más dinámica y activa, en el sentido de que cada uno de los participantes aportaba su visión desde su posición personal. Hasta la fecha se han convocado cuatro grupos que han pasado por las tertulias, habiéndose iniciado el proyecto en Septiembre de 1988.

El proyecto inicial quedó constituido a partir del tercer año como un Trabajo de Grupo con personas mayores alrededor de la conversación sobre los temas que iban saliendo de una manera espontánea. De las cuestiones externas fuimos pasando a las cuestiones internas, de las actividades a las vivencias y sentimientos de cada uno. De aspectos relacionados con el hacer a otros relacionados con el ser.

Definición del espacio de tertulias

El espacio de tertulias es un lugar para hablar de las ilusiones y preocupaciones de cada uno. Es un lugar para hablar y para escuchar a los demás, para compartir la palabra.

En el espacio de tertulia puede participar quien quiera y tenga más de 55 años. La dimensión del grupo será de un mínimo de 8 personas y un máximo de 14. Las personas que participen en el grupo deben comprometerse a una asistencia regular. Los conductores del grupo mantienen una entrevista previa de conocimiento con cada uno de los participantes. Quedan excluidos los casos de personas con trastornos mentales graves.

Los conductores del grupo son dos, un psicólogo y una animadora. Puede participar una tercera persona en calidad de animador. Los conductores del grupo se distribuyen los roles en función de atender por una parte a los aspectos más formales y por otra a los aspectos más de contenido. La conducción del grupo se sitúa en una línea de no directividad y de neutralidad respecto a lo que se dice. Respecto a la dinámica del grupo, los conductores intervienen en el sentido de dar fluidez a la conversación del grupo y puntualmente de aportar elementos que permitan una mayor elaboración de las cosas habladas.

El objetivo del espacio de tertulias es el trabajo personal sobre las propias emociones y la interacción con los demás. Se trabaja sobre el material verbal que las personas aportan. Este trabajo ha de permitir una mayor elaboración de las situaciones vividas, pasadas, presentes o futuras. Pueden producirse efectos de mayor dinamismo y

actividad fuera del grupo, con diversa intensidad según los momentos, aunque no es un objetivo propiamente del trabajo grupal, sino una consecuencia.

Los encuentros tienen una periodicidad semanal de hora y media, con un pequeño intervalo en el cual se comparte una merienda ligera. El trabajo grupal se alarga aproximadamente de 9 meses a un año.

Es necesario remarcar como elemento central del trabajo grupal el tema de la elaboración. Definimos como cosas elaboradas aquellos procesos, situaciones, vivencias, que han podido ser dichas, pensadas, digeridas y que han perdido por tanto buena parte de la capacidad de producir dolor, tristeza, ansiedad, etc.

Poner término al trabajo grupal siempre es una cuestión problemática. Dentro de este margen de 9-12 meses, fijado por los condicionamientos institucionales, el final suele venir definido por el nivel del trabajo del grupo. En cuanto a la temática, el tema de la muerte suele definir un punto de inflexión importante. En general 3 meses antes del término, los conductores fijamos el final de las sesiones de grupo.

A nivel de resultados, uno de los indicadores más objetivable lo constituye el grado de relación social. En general hay un incremento de las actividades sociales y participativas. Muchas personas acaban integrándose en la dinámica de algún Casal para personas mayores. Algún grupo se ha continuado encontrando en el marco de un Casal, con el soporte esporádico de algún animador. Otro grupo, con el soporte de los profesionales de Servicios Sociales, crearon un grupo estable de encuentro y actividades para gente mayor, en un barrio donde no habían funcionado las iniciativas de este tipo, con gran éxito de participación. En general, en los contactos esporádicos posteriores que hemos tenido con las personas que participaron en las tertulias hemos constatado que existía un buen recuerdo del trabajo grupal, quizás más vivo en aquellas personas que viven solas.

Comentarios y valoraciones generales

La mayor parte de los proyectos pensados para las personas mayores que se realizan desde los Servicios Sociales ponen el acento en la actividad, en ocupar el tiempo de estas personas haciendo cosas. Me parece en general positivo proporcionar un amplio abanico de actividades para ocupar el tiempo libre: viajes, pintura, gimnasia, manualidades, etc. Pero al mismo tiempo creo que son importantes los Espacios donde se coloca el acento en la relación, en el contacto, en la conversación. No podemos

olvidar que muchas personas mayores tienen asociada a su problemática habitual el tema de la soledad y el aislamiento. La mayoría de las veces, no tanto por un deseo de ellos, sino por una serie de circunstancias: el fallecimiento del compañero/a, la estructura de la familia actual entre otros, los abocan a esta situación de soledad donde sus problemas se magnifican.

Las tertulias para personas mayores suelen resultar muy beneficiosas para aquellas personas que por diversas razones no conectan con los servicios normalizados ya existentes, en una situación donde la soledad y el aislamiento suelen ser la tónica más habitual.

Reencontrar la relación con los demás, la conversación alrededor de los temas que preocupan, son una forma de favorecer la socialización. Primero en un pequeño grupo, el cual se convierte para algunas personas en algo como su propia familia y poco a poco abriéndose a otras realidades diferentes.

Las tertulias ponen el acento en esta dinámica racional y en otro tema importante, permiten expresar, pensar, contrastar, compartir y elaborar unas situaciones pasadas, presentes y futuras que provocan síntomas. En este sentido, para algunas personas, las tertulias han representado un verdadero trabajo terapéutico, para otras un complemento y finalmente para otras el situarse en una dinámica vital menos sombría.

Es preciso decir que no todas las personas toleran un tipo de trabajo vivencial e íntimo como el que proponen las tertulias. Intentamos no forzar las situaciones. Cada persona sabe cuál es el momento y su disponibilidad para hacerlo. Las tertulias ofrecen una posibilidad pero no obligan a nadie.

Finalmente, desde la perspectiva de los conductores del grupo hay que decir que resulta una experiencia apasionante y muchas veces dura. Presenciar una destitución de la posición y del saber que se les supone a las personas mayores, o bien escuchar las preocupaciones más íntimas, relacionadas muchas veces con el tema de la muerte, requiere un trabajo interno de los conductores del grupo que evite actuaciones. tanto en el sentido de paralizar la dinámica grupal, como en el sentido de una fuga hacia el tema de las actividades y la distracción.

Poder sostener un espacio donde la palabra circule libremente con la participación de todos requiere un cierto entrenamiento y conocimiento de los temas grupales, así como un cierto nivel de teorización de las dinámicas también individuales. En todo caso se hace imprescindible una reflexión posterior a cada sesión para poder discriminar qué procesos ocurren en el grupo y qué dinámicas individuales se proyectan.