

**ARTE TERAPIA Y APOYO INTERGENERACIONAL
EN LA RESOLUCION DEL DUELO DE ADULTAS
MAYORES EN LA COMUNA 13 DE MEDELLIN,**

2004 - 2007



ASOCIACION CRISTIANA DE JOVENES

ACJ - YMCA

Beatriz Elena Alvarez Franco

Psicóloga

Área Promoción de la Salud Mental

Medellín

ARTE TERAPIA Y APOYO INTERGENERACIONAL EN LA RESOLUCION DEL DUELO DE ADULTAS MAYORES EN LA COMUNA 13 DE MEDELLIN, 2004 - 2007

RESUMEN

Objetivos: Los objetivos propuestos desde esta práctica estaban encaminados a contribuir a la elaboración de los duelos de un grupo de 38 mujeres afectadas por la violencia socio política en la ciudad de Medellín, además de brindar espacios de escucha grupal que les permitiera expresar las emociones relacionadas con las manifestaciones del conflicto

Método: Estudio descriptivo – retrospectivo con enfoque cualitativo

Resultados:

- En el proceso se encontró que la mayoría de las mujeres respondían más a las técnicas plásticas (manualidades, pintura, modelado) quizás por ser prácticas asociadas con su cotidianidad. De igual manera el 100% de las participantes acogieron muy bien la cuentería, dada la tendencia de las adultas mayores a contar historias propias de la tradición Antioqueña
- Durante el estudio se evidenció que la presencia constante del grupo de jóvenes, posibilitó el intercambio cultural, de experiencias generando una imagen diferente tanto de la juventud hacia la adultez como viceversa. Las adultas acogieron positivamente a los y las jóvenes aceptando su apoyo y creando relaciones de afecto y confianza.
- Se encontró que el grupo deseaba olvidar los hechos violentos vividos durante las operaciones militares, aspecto que dificultó por un lado el estudio, ya que era preciso recordar y hablar de lo sucedido para la elaboración de los duelos; sin embargo, este también fue un punto que instó al desarrollo de mayor creatividad en el proceso para lograr los objetivos.

Conclusiones:

- Con la práctica se puede concluir que la Arte Terapia es una técnica efectiva en procesos grupales que contribuye a la elaboración de los duelos, aportando a la Salud Mental.
- El encuentro intergeneracional, evidenciado en el relacionamiento y apoyo permanente de un grupo de jóvenes, facilita el proceso al generar reconocimiento de la experiencia de la adultez contribuyendo al mejoramiento de su auto estima
- Los resultados esperados por las instituciones que desarrollan las prácticas, muchas veces son distintos a las expectativas del grupo, lo que requiere de un proceso de negociación con el grupo para alcanzar los objetivos propuestos.

INTRODUCCIÓN

La práctica Arte Terapia y Apoyo Intergeneracional en la resolución del duelo de adultas mayores, surge como respuesta a una demanda de apoyo psicológico de un grupo de 38 mujeres frente a los efectos que dejan operaciones militares en la comuna 13 (Zona Centro Occidental de Medellín), lugar que ha sido atravesado por múltiples conflictos a través de la historia: por el espacio público, por la segregación socio económica, político armado con la presencia de distintos actores que luchan por el control de la zona. Es así, como se ve la necesidad de crear un programa que contribuyera a la elaboración de los duelos y brindara espacios de escucha grupal que les permitiera expresar las emociones relacionadas con las manifestaciones del conflicto.

Teniendo en cuenta que la elaboración de los duelos requiere de estrategias de expresión de emociones y sentimientos, situación complicada en el contexto en el que se desarrolla la práctica, dada las condiciones de vulnerabilidad del grupo afectado que recurre al silencio como mecanismo de protección, se piensa en la Arte Terapia como herramienta que posibilita tramitar dolores, crisis y malestares a través de otras formas simbólicas que ayudan a la resolución de las crisis.

Sin lugar a dudas, la práctica generó aprendizajes tanto para el grupo beneficiario de la misma como para el equipo ejecutor, reafirmando que el arte es una herramienta que permite hablar de sí mismo, descubrirse a sí mismo y expresarse por medios distintos a la palabra.

METODO

La práctica corresponde a un estudio descriptivo retrospectivo con enfoque cualitativo y fue realizada del 2004 al 2007, con un grupo de 38 mujeres adultas mayores, afectadas por la violencia sociopolítica de la comuna 13 (Zona Centro Occidental) de Medellín. Pertenecen a estratos socio económicos 0, 1 y 2, la mayoría de ellas analfabetas, algunas de ellas desplazadas por la violencia socio política, procedentes de pueblos Antioqueños, de costumbres campesinas, humildes, sencillas, muy creyentes, aspecto que les dio mucha fortaleza en los momentos de los ataques militares.

La práctica se llevó a cabo a través de dos fases:

- Diagnóstico: daba cuenta de la cultura, costumbres, historia, antecedentes de los grupos a trabajar. En esta fase se pretendía conocer y comprender las condiciones en las que se encontraba el grupo para definir un plan de intervención psico social.
- Intervención Psico Social: de acuerdo al diagnóstico realizado y teniendo en cuenta las dificultades para hablar en los espacios de los encuentros, se pensó en el arte en sus distintas manifestaciones (danza, plástica, literatura, teatro, música) como dispositivo que permite la exteriorización de pensamientos y emociones, aspecto fundamental para el logro de los objetivos propuestos. Esta fase se concibe como un proceso de

acompañamiento que busca restablecer la integridad emocional de las personas así como sus redes sociales.

Para el desarrollo de las fases se trabajó en sesiones grupales semanales de 2 horas, realizadas en el salón comunitario del barrio El Salado, la sede de la ACJ (Asociación Cristiana de Jóvenes) y otros espacios de la ciudad. Se trabajó en grupo, ya que este actúa como un espejo y permite descubrir que hay personas que han vivido situaciones similares a las propias y esta información sirve de retroalimentación y posibilita la identificación de otras formas de resolución y afrontamiento. Después de cada sesión se realizaba una evaluación verbal donde se hablaba de aspectos positivos, negativos, sugerencias y aprendizajes. Para el análisis de la información se tuvo en cuenta la búsqueda de categorías emergentes en cada una de las sesiones y relatorías de las mismas.

Como instrumentos de recolección de datos primarios se contó con registro fotográfico del proceso, relatorías de cada sesión y evaluación verbal.

El equipo estaba conformado por una psicóloga, una artista plástica y un grupo de 14 jóvenes de la misma comunidad, con presiones por parte de sus familias, dificultades familiares, crisis de adicciones en proceso de resolución, ansiedad, condiciones económicas precarias, situaciones que los hacía bastante vulnerables para el trabajo comunitario. Un grupo de apoyo con dificultades afectivas, emocionales, situaciones similares al grupo objetivo, lo que les facilitó en cierta medida, ponerse en el lugar de ellas y con el paso del tiempo se fueron compenetrando y conociendo hasta establecer relaciones de afecto y respeto mutuo. Los y las jóvenes del grupo siempre tuvieron una actitud no solo de querer aportar, sino que también se ubicaron en el lugar de aprender, creándose una relación de doble vía que generó un ambiente de confianza, respeto y escucha hacia el otro.

RESULTADOS

- La mayoría de las 38 mujeres participantes en el proceso preferían las artes plásticas (manualidades, pintura, modelado con arcilla) ya que estas son prácticas asociadas a su cotidianidad tanto por la cultura donde las mujeres han sido asociadas con las labores manuales y domésticas desde el hacer, como desde su vivencia, pues el barrio el Salado tiene tradición de trabajo con barro, tejares, etc. Esta relación tan cercana con estas labores les reportaba cierto grado de confianza en sí mismas, puesto que les permitía sentirse eficientes y conocedoras de la técnica, aspecto importante si se tiene en cuenta que en su mayoría reflejaban baja autoestima manifestada en sentimientos de inutilidad e ineficiencia dada su baja o nula escolaridad.
- El 100% de las mujeres del grupo respondían muy bien a la cuentería, aspecto relacionado con la tradición oral Antioqueña y la tendencia de los abuelos y abuelas a contar y recordar historias que dan cuenta de su vida y la de sus antepasados. En ocasiones en las que habían resistencias para hablar de ciertos temas como la muerte y los apegos, el cuento

funcionó muy bien, puesto que permitía depositar en una tercera persona (personajes del cuento) los sentimientos y emociones propias.

- La participación de 14 jóvenes durante todo el proceso fue muy positiva en el sentido de que se dieron intercambios culturales, de experiencias, generando una imagen diferente tanto de la juventud hacia la adultez como viceversa. Las adultas acogieron positivamente a los y las jóvenes aceptando su apoyo y creando relaciones de afecto y confianza. Igualmente los y las jóvenes lograron entablar diálogos respetuosos y de escucha con las adultas mayores, aspecto relevante si se tiene en cuenta que la brecha generacional es constante en la medida que no hay adecuados canales de comunicación joven – adulto, pues este casi siempre tiene una postura pre juiciosa frente a estos y los y las jóvenes no aceptan el discurso adulto por parecerles aburrido y lejano. El diálogo, el apoyo mutuo, el encuentro, posibilitaron que una generación aprendiera y reconociera a la otra facilitando el proceso e identificándose con él.
- Durante la práctica se encontró que muchas veces los diseños metodológicos y los pre supuestos teóricos pensados previamente, se modifican al momento de la intervención, dado que no responden a las expectativas del grupo por lo que es necesario realizar un proceso de negociación que permita el logro de los objetivos propuestos. Por ejemplo, desde la ACJ como institución ejecutora del programa, se tenía previsto la importancia de la memoria oral, la recordación como elemento indispensable en el proceso psicológico de la resolución de los duelos que contribuye a una buena Salud Mental, pero el grupo contrario a esto, deseaba olvidar, no recordar lo sucedido, solicitando actividades lúdicas que les permitiera alejarse de la realidad. Para ello se tuvo que entrar a explicar la importancia de la memoria y se recurrió al arte como estrategia que posibilitó a través del dibujo, el cuento, la música, acceder a aquello tan doloroso que después de ser tramitado a través del arte, podía nombrarse.

DISCUSION

Como se señala en los resultados, puede decirse que a través de este proceso se pudo verificar la eficacia de la arte terapia con la población adulta mayor. Esta población es abierta, receptiva y con una gran disposición al trabajo, lo que facilitó el trabajo y el logro de resultados. Si bien es cierto que el grupo respondió más a la plástica y la cuentería, es importante anotar que esto no quiere decir que no respondiera a las otras técnicas como la danza, el teatro y la música. Igualmente fueron receptivas para estas, pero se identificaron más con las mencionadas. Es así como se evidencia la importancia del arte no solo en los procesos de resolución de crisis sino también en la promoción de la Salud Mental.

Es de anotar que en la Arte Terapia como tal, no se tiene en cuenta tanto el producto final, la obra en sí, sino el proceso que se lleva a cabo para llegar al producto, pues la persona representa desde el presente, su pasado o su futuro,

permitiéndole realizar elaboraciones internas que estimulan el análisis y la reflexión. Igualmente los ejercicios realizados con las adultas mayores, también se realizaron con los y las jóvenes dado que era indispensable que se identificaran con ellos para después apoyar el trabajo y de igual forma permitieron la simbolización y expresión de emociones. Si bien es cierto que también se trabajaron distintas técnicas con ellos y ellas, estos respondieron más a la música y el baile, aspecto relacionado con su ciclo vital.

El hecho de que el grupo de jóvenes conociera previamente los ejercicios y que conocieran de cerca la realidad que vivían las mujeres por ser el mismo contexto, facilitó el encuentro y el relacionamiento de jóvenes y adultas.

En cuanto al hecho de que las expectativas del grupo estuvieran puestas en la necesidad de olvidar, lejos de ser una limitación como se vio al principio, se convirtió en una oportunidad en el sentido de que esta situación obligaba a hacer nuevas exploraciones desde el arte para ser puestas en escena y poder acceder a lo que pretendía la práctica pero sin presionarlas. Es así como se desplegó una mayor creatividad en el equipo entrando a diseñar nuevas estrategias que permitieran acceder a la memoria.

Como debilidades en la práctica se señala la forma de evaluación estipulada, que era verbal después de cada sesión. Esta forma se estableció dada la dificultad con el nivel escolar del grupo, pues la mayoría de ellas no sabían leer. Si bien es cierto que la evaluación verbal fue importante y permitió hacer virajes metodológicos dados los resultados obtenidos, es importante contar con instrumentos más rigurosos que den cuenta de las transformaciones alcanzadas por la práctica. El acudir a entrevistas semi estructuradas tanto con ellas como con personas cercanas a ellas podría haber dado cuenta de datos más objetivos.

Otro factor que limitó bastante el desarrollo del proceso fue el contexto de tanta violencia que obligaba a veces a hacer pausas, buscar otros espacios y retomar temas vistos, puesto que se incrementaban los niveles de miedo y desesperanza tanto en el grupo participante como en el equipo de trabajo.

Como fortalezas se señala la estrategia del arte como tal, que brindó un amplio abanico de posibilidades contribuyendo al logro del programa. Igualmente la participación de jóvenes en el equipo se considera como fortaleza en la medida que contribuye a posicionarlos y posicionarlas de una manera diferente frente al mundo adulto favoreciendo las relaciones inter generacionales

CONCLUSIONES

- La Arte Terapia es una herramienta válida para el trabajo con adultas mayores, en la resolución de duelos, pues permite la simbolización, expresión, análisis y resignificación de los sucesos, aspectos claves en la elaboración de los duelos.
- El encuentro inter generacional enriquece el trabajo con adultas mayores en la medida en que se genera reconocimiento de la experiencia de la adultez contribuyendo al mejoramiento de su auto estima.
- Los resultados esperados por las instituciones pueden ser diferentes a las expectativas que el grupo tiene con relación a una intervención, lo que amerita procesos de negociación que permitan el logro de los objetivos.

Elaborado por:
Beatriz Elena Alvarez Franco
Psicóloga
Área Promoción de la Salud Mental
ACJ – YMCA
Medellín
Teléfonos: 314 615 99 02 – 496 12 35 – 253 11 04
Calle 47 C N 99 - 120

Fuentes consultadas

Tesis: Grupo de Estudios Clínicos y Sociales: línea de Psicología Social, aproximación al estado del arte de las investigaciones y experiencias de intervención psicosocial en salud mental en el campo de la violencia en Colombia entre 1999 – 2003. Diego Albeiro Restrepo Ochoa

Historia y desarrollo del conflicto en la comuna 13: “las independencias I,II y III, El Salado, Nuevos Conquistadores y 20 de Julio”. Lina Marcela Villegas, Jaime López C. ACJ – YMCA. Medellín. 2003

Página web www.psiqiatría.org.co

Resiliencia y subjetividad. los Ciclos de la vida. Aldo Melillo, Nestor Suárez y Daniel Rodríguez. 2004

ARTE TERAPIA Y APOYO INTERGENERACIONAL EN LA RESOLUCION DEL DUELO DE ADULTAS MAYORES EN LA COMUNA 13 DE MEDELLIN, 2004 – 2007 fue una práctica realizada por:

Profesionales

Viviana García Espinal – Artista Plástica
Beatriz Elena Alvarez Franco – Psicóloga

Grupo Jóvenes Comuna 13

Jairo Barbosa
John Ferley Ciro
Jackeline Ciro
Leidy Johana Gaviria
Alexis Castro
Natalia Higueta
Sara García
Freddy Patiño
Andrés Felipe Berrío
Leonel Berrío
Alejandra Cano
Giovanni Hinostroza
Esteban Sánchez
Leidy Montoya