

TRABAJO DE GRADO – SISTEMATIZACIÓN DE LA PRÁCTICA PROFESIONAL

FORTALECIENDO VÍNCULOS AFECTIVOS Y LAZOS DE AMISTAD ENTRE LOS
ADULTOS MAYORES DE LA FUNDACIÓN HERMANOS DE LOS DESVALIDOS.

JENNI CRISTINA JARAMILLO BUITRAGO.

DOCENTE

CRISTIAN EDUARDO BLANCO GARCÍA

UNIVERSIDAD CATÓLICA LUIS AMIGÓ

FACULTAD DE PSICOLOGÍA Y CIENCIAS SOCIALES

TRABAJO SOCIAL

MEDELLÍN

2022

Tabla de Contenido

Resumen	4
Título.....	5
Descripción de la práctica a sistematizar (que se hace, quiénes son los sujetos de la práctica, cómo, dónde, desde cuándo)	5
Sujetos vinculados a la práctica	8
Pregunta orientadora:	9
Objetivos:.....	9
Objetivo general.	9
Objetivos específicos	10
Justificación Identificación de la necesidad de sistematización	10
Referentes conceptuales que orientan el proceso de sistematización	11
Centros de protección social para el adulto mayor. (CPSAM).	11
Ejes estratégicos, líneas de acción y metas de política:	12
Primer eje: Promoción y Garantía de los Derechos Humanos de las Personas Adultas Mayores:	12
Segundo eje: Protección Social Integral:	13
Tercer eje: Envejecimiento Activo, Satisfactorio y Saludable:.....	13
Cuarto eje: Formación del Talento Humano e Investigación	14
Envejecimiento:	15
Calidad de vida en la tercera edad.	16
Relaciones interpersonales.	17
Trabajo social gerontológico.	18
Enfoque teórico para la comprensión de la práctica.....	20
Diseño metodológico	22
Recuperación histórica de la práctica - análisis y reflexión con los actores del proceso	25
Primer y segundo tiempo: Punto de partida – Llegada a la fundación.....	25
Tercer tiempo: La reconstrucción de la memoria del proceso - La intervención	27
Primer objetivo específico – Comunicación asertiva.....	27
Segundo objetivo específico – Empatía.	28
Tercer objetivo – Normas de convivencia.	29
Tiempo cuatro y tiempo cinco: Análisis e interpretación crítica de la práctica.	30
Significación de la práctica o interpretación, lecciones aprendidas	34
Logros:	35
Desafíos:	36

Lecciones aprendidas:	36
Ayudas tecnológicas:	40
Anexos.....	42

Resumen

El presente trabajo de grado consiste en la sistematización de la práctica profesional realizada en el ámbito socio familiar que se desarrolló en la Fundación Hermanos de los Desvalidos en el albergue de larga estancia de adultos mayores sede Laureles de la ciudad de Medellín entre años 2020-2 y 2021-2. La cual tuvo como objetivo principal fortalecer los vínculos afectivos y lazos de amistad, que permitieran mejorar las relaciones interpersonales entre los adultos mayores de la fundación. En este trabajo se pretende hacer la reconstrucción, interpretación crítica y análisis de la práctica, dar a conocer los resultados, dificultades y aprendizajes obtenidos en el transcurso de la experiencia, además de dar conocer el sentir y las voces de los participantes. Asimismo, se dará a conocer la metodología utilizada para la reconstrucción de la experiencia, la pregunta orientadora, el objetivo general y específicos de la sistematización, el enfoque y las herramientas de recolección de datos que fueron necesarias para el ordenamiento y la reconstrucción de esta, además los referentes conceptuales que orientaron el curso de sistematización y por último se dará a conocer los aprendizajes significativos y las reflexiones obtenidas durante este proceso.

Palabras claves: Sistematización, práctica, adultos mayores, relaciones interpersonales, vínculos afectivos, lazos de amistad, fundación.

Título.

Fortaleciendo vínculos afectivos y lazos de amistad entre los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.

Descripción de la práctica a sistematizar (que se hace, quiénes son los sujetos de la práctica, cómo, dónde, desde cuándo)

La práctica profesional se desarrolló en la Fundación Hermanos de los Desvalidos, entidad sin ánimo de lucro comprometida con las acciones para el servicio humano y la evangelización de la Iglesia Católica. El quehacer de la Fundación está orientado al servicio de las personas que han sido vulneradas en sus derechos fundamentales o en condición de abandono.

La Fundación está constituida desde el 10 de enero de 2012. Es una entidad con fines caritativos y en línea con ello ofrece soluciones eficaces a las necesidades de los más necesitados como son: brindar servicios de asesoría, promoción, capacitación y desarrollo de proyectos para el mejoramiento de la calidad de vida. Proveer apoyo económico, mediante donaciones, ofrecer productos básicos de primera necesidad (alimentos, hogar, vestuario, etc.).

La Fundación tiene como propósito principal brindar herramientas de apoyo que permitan mejorar la calidad de vida de las personas vulnerables que viven en un estado de pobreza solemne y que se ven expuestas a condiciones de salud precarias. Además de llevar a cabo procesos de resocialización, vinculación familiar y reinserción a la vida productiva. A través del restablecimiento de sus derechos, reconociendo sus necesidades, capacidades y potencialidades que contribuyan a la recuperación de la dignidad humana y el bienestar físico, social y

psicológico. Es importante resaltar que además del enfoque asistencialista que la fundación ofrece, busca también el fortalecimiento de los vínculos familiares y reintegración familiar y procesos de resocialización social.

La Fundación cuenta dos programas, albergues para habitantes de calle con capacidad para 205 ciudadanos en condiciones de necesidades especiales y de recuperación física y un CPSAM de larga estancia para atención a población adulto mayor en condición de abandono y discapacidad, bajo modalidad de contratación de prestación de servicios a ciudadanos vinculados al Programa de Adulto Mayor de la Secretaría de Seguridad Social y Familia del municipio de la Estrella, Jardín y Segovia asistiendo a 35 adultos mayores en estado de vulnerabilidad. En este último escenario se desarrolló la práctica profesional con el programa de adulto mayor en condición de abandono, que pueden padecer enfermedades y/o trastornos.

En este orden ideas las actividades y la funciones que se realiza en el marco de las prácticas de trabajo social están encaminadas a la promoción de bienestar social y mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores del albergue de la sede Laureles a través de la creación de espacios de escucha, orientación y promoción de las relaciones interpersonales sanas, valores, normas de convivencia y al mejoramiento de la dinámica grupal. Además de fomentar sus capacidades y habilidades. Del mismo modo uno de los principales propósitos de la práctica es fortalecer los vínculos familiares, para lo cual se ha implementado diferentes herramientas y dispositivos tecnológicos debido que, por la restricción de la pandemia los adultos mayores no pueden recibir visitas por sus familiares, lo que ha generado el debilitamiento de los vínculos familiares, sentimientos de soledad y abandono en el adulto mayor. En este sentido, con el desarrollo de estas actividades se pretende aminorar en los adultos mayores sentimientos de tristeza, angustia, ansiedad y soledad, además de contribuir el fortalecimiento de las relaciones

usuario-familia y vincular a la familia al cuidado del adulto mayor. Por otro lado, se han implementado actividades pedagógicas y lúdicas que permitan espacios de ocio y recreación para adulto mayor con el propósito de fortalecer su área cognitiva, motriz, social y emocional, encaminadas a mejorar las relaciones interpersonales entre los usuarios.

En el primer nivel de práctica realizado en 2020 - 2 se hizo en un primer acercamiento a la población y una caracterización social con el propósito de recolectar y analizar información necesaria para la elaboración del diagnóstico social. Se recolectaron datos relevantes como rangos de edades, nivel educativo, estado civil, creencias religiosas, nivel de autonomía e independencia. Además de estudiar el entorno social y ambiente donde se desenvuelven los adultos mayores. Para ello se implementaron diferentes técnicas como la revisión documental de los expedientes personales de cada adulto mayor que permitió la construcción de la caracterización social. Por otro lado, se desarrolló otras técnicas como una encuesta y un grupo focal que posibilitó la identificación de diferentes problemáticas, siendo estas las más relevantes:

- Malas relaciones interpersonales entre los usuarios.
- Sentimientos de Soledad y abandono
- Falta de empatía social y el reconocimiento del otro.
- Falta de interés de las redes de apoyo primarias.
- Falta de actividades lúdicas y recreativas, e integración entre los usuarios.
- Estrés asociado al encierro preventivo por la Pandemia covid 19

Luego de la identificación de las problemáticas se utilizaron herramientas como la matriz de descripción de problemas, la matriz de Vester y el árbol de problemas que permitieron el análisis

y el reconocimiento de la problemática central a intervenir dando como resultado: Las malas relaciones interpersonales entre los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.

Después de tener claro el objeto de intervención, se planteó un proyecto intervención con el objetivo principal de desarrollar estrategias educativas que permitan el fortalecimiento de los vínculos afectivos y lazos de amistad entre los adultos mayores de la sede Laureles de la Fundación Hermanos de los Desvalidos que favorezcan la dinámica grupal y el bienestar individuales.

Para el segundo nivel de práctica 2021-1 se ejecuta la propuesta de intervención planteada en el nivel de práctica I, donde a través de un trabajo articulado con el área de gerontología se desarrolló diferentes técnicas interactivas y activas lúdico-pedagógicas con el propósito generar espacios de participación e integración entre los usuarios, el reconocimiento del otro, la comunicación asertiva, fomentar actitudes de aceptación, respeto y empatía hacia las diferencias del otro, promover el buen trato y las normas de convivencia entre los adultos mayores. Que ayuden al mejoramiento de la dinámica grupal y las relaciones interpersonales entre ellos, mejorando así el bienestar social y la calidad de vida de las personas mayores pertenecientes a la fundación.

Sujetos vinculados a la práctica

Directos

- Cooperante trabajador social: Edmundo Quezada
- Coordinadora de la fundación: Sandra Gil
- Psicólogo: Juan Felipe Velásquez

- Gerontólogo: Juan Diego Galeano
- Grupo de cuidadores: Auxiliares de enfermería y auxiliares de gerontología
- Sujetos de intervención: 35 adultos mayores
- Practicante de trabajo social: Jenni Cristina Jaramillo Buitrago

Indirectos.

- Asesora de práctica- Nadia Sofía López.
- Director: Hermano Hugo Cifuentes Quintero
- Entidades gubernamentales: Alcaldía de Estrella, Jardín y Segovia

Pregunta orientadora:

- ¿De qué manera las relaciones interpersonales conflictivas de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos, incide en la dinámica grupal y en la calidad de vida?

Objetivos:

Objetivo general.

Analizar la incidencia que tiene las relaciones interpersonales conflictivas en la dinámica grupal y la calidad de vida de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos y que acciones desde el área de trabajo social se han ejecutados para intervenir la problemática identificada.

Objetivos específicos

- Reconstruir el trabajo desarrollado por el área de trabajo social y el cambio obtenido en la dinámica grupal de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.
- Describir el resultado logrado desde el área de trabajo social en el afianzamiento vínculos afectivos y lazos de amistad entre los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos
- Evidenciar el proceso vivido y los saberes obtenidos con el desarrollo de la práctica y la ejecución del proyecto " tú me tratas bien, yo te trato, juntos por buen trato"

Justificación Identificación de la necesidad de sistematización

La sistematización de la práctica surge de la necesidad de visualizar el cambio obtenido por el área trabajo social en ámbito gerontológico en el fortalecimiento de los vínculos afectivos entre los adultos mayores de la Fundación Hermanos de Desvalidos. A través del ejercicio de la sistematización, la interpretación crítica y comprensiva de las experiencias obtenidas en la práctica profesional con lo que se pretende producir conocimientos significativos y saberes para el área trabajo social. Además, se busca demostrar el alcance y el resultado obtenido en la convivencia y la dinámica grupal de los adultos mayores de la fundación con la ejecución del proyecto tú me tratas bien, yo te trato mejor, juntos por buen trato, cuyo objetivo principal es desarrollar estrategias educativas que permitan el fortalecimiento de los vínculos afectivos y lazos de amistad entre los adultos mayores de la fundación que favorezcan la dinámica grupal, el bienestar social y la calidad de vida.

En este orden de ideas la sistematización de la práctica apunta generar conocimiento y un aprendizaje para el desempeño del trabajador social, por medio del análisis y reconstrucción reflexiva, consciente y ordenada de proceso vivido que permite enriquecer el quehacer del trabajador social en el ámbito gerontológico. Además de dar a conocer los procesos sociales que se desarrollaron con propósito de mejorar la calidad de vida de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos encaminados a un envejecimiento activo y el bienestar individual.

Referentes conceptuales que orientan el proceso de sistematización

Los referentes conceptuales descritos a continuación son conceptos claves para la reconstrucción de la experiencia y la comprensión de escenario de práctica desarrollada en la Fundación Hermanos de Desvalidos:

Centros de protección social para el adulto mayor. (CPSAM).

Los CPSAM son Instituciones de protección destinadas al ofrecimiento de servicios de hospedaje, de bienestar social y cuidado integral de manera permanente o temporal a adultos mayores. La Secretaria Seccional de Salud y Protección Social de Antioquia, realizó la cofinanciación de proyectos sociales a los entes municipales para la promoción de estilos de vida saludable, la autonomía y la funcionalidad en el adulto mayor, mejoramiento nutricional, su integración al entorno social y mejoramiento de la calidad de vida. En las diferentes modalidades de atención: diurna a través de los Centros Vida o Día y la modalidad en la que los adultos mayores por sus condiciones de vulnerabilidad deben estar institucionalizados en los Centros de

Protección Social para adultos mayores, Hogares de Paso, Hogares Sustitutos y aquellas otras modalidades que se implementan de acuerdo con la necesidad. (Antioquia, 2019)

La política Colombia de envejecimiento humano y vejez 2015- 2024.

La Política está dirigida a todas las personas de 60 años o más, en especial en aquellas personas en condiciones de desigualdad social, económica, cultural o de género.

El objetivo general de la política es propiciar que las personas adultas mayores alcancen una vejez autónoma, digna e integrada, dentro del marco de la promoción, realización y restitución de los derechos humanos con base en la incidencia activa, a nivel intersectorial y territorial, público y privado, sobre las condiciones de desarrollo social, político, económico y cultural de los individuos, las familias y la sociedad. Crear condiciones para el envejecimiento humano, entendido como el derecho de las y los colombianos, en condiciones de igualdad, a una vida autónoma, digna, larga y saludable, consistente con el principio de corresponsabilidad individual, familiar y social.

Ejes estratégicos, líneas de acción y metas de política:

Primer eje: Promoción y Garantía de los Derechos Humanos de las Personas Adultas Mayores:

Estado Colombiano da garantía de los derechos de los colectivos y personas adultas mayores como sujetos de especial protección, respecto del disfrute de los cuidados adecuados, acceso a la vivienda, a la alimentación, al agua de buena calidad, a la provisión de ingresos, acceso universal a la seguridad social, a los servicios de salud, a programas de protección social, al cuidado y soporte familiar, a promover y garantizar un envejecimiento activo, satisfactorio y saludable.

Segundo eje: Protección Social Integral:

La Ley 789 de 2002 estableció el Sistema de Protección Social en Colombia y lo define como “El conjunto de políticas públicas orientadas a disminuir la vulnerabilidad y mejorar la calidad de vida de los colombianos, especialmente los más desprotegidos, para obtener como mínimo el derecho a la salud, la pensión y al trabajo”. El sistema de protección social en Colombia ha migrado de un enfoque de asistencia social, entendida como caridad, a un enfoque de asistencia y previsión social como derecho, en el cual se enfatiza la igualdad, la democratización, la ampliación de oportunidades, realizaciones y capacidades y el reconocimiento de diversidades sociales y culturales mediante estrategias, políticas, planes, programas y proyectos públicos dirigidos a personas, familias y comunidades insertas en procesos de desigualdad social, garantizando el desarrollo de la promoción y asistencia social, protección del derecho a la salud, seguridad alimentaria y nutricional y vivienda digna y saludable.

Tercer eje: Envejecimiento Activo, Satisfactorio y Saludable:

Se fundamenta en una visión de futuro, con el que se pretenden crear las condiciones para una vida autónoma, digna, larga, y saludable en condiciones de seguridad social integral para toda la población, garantizando mejores condiciones de vida a las personas adultas mayores. Tiene como principio la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad, pretenden garantizar autonomía y desarrollo de capacidades y potencialidades de las personas, busca fomentar estilos de vida saludables y lograr cambios en los hábitos de las personas para garantizar calidad de vida a lo largo de las diferentes trayectorias de vida.

Promover espacios y entornos saludables para la población, crear ambientes seguros para todos, crear una cultura que provea espacios reales de participación de las personas adultas mayores, sin discriminación, superar los estereotipos de la vejez y crear un imaginario positivo de la vejez.

Cuarto eje: Formación del Talento Humano e Investigación

Es indispensable para Colombia la producción y uso de conocimiento válido, pertinente y sólido sobre envejecimiento humano y vejez para mejorar la capacidad de aprender, generar nuevo conocimiento sobre el tema, producir, sistematizar, divulgar y desarrollar capacidades en las personas, colectivos e instituciones para generar un talento humano suficiente y con capacidad de gestionar individual, y colectivamente, el proceso de envejecimiento humano y vejez. (Social, agosto 2015).

Aunque la política está dirigida a la población mayor de 60 años el albergue de larga estancia de adultos mayores la Fundación Hermanos de Desvalidos acoge individuos en estado de vulnerabilidad y abandono. Actualmente la población oscila entre un rango de edad de 36 a 88 años que padecen diferentes patologías no solo asociadas al proceso natural del envejecimiento como son la hipertensión arterial, úlceras varicosas, diabetes y EPOC, sino también enfermedades que son resultado del abuso de sustancias psicoactivas y el alcohol durante varios años. Entre las enfermedades que más se destaca son las enfermedades mentales como la demencia, el deterioro cognitivo, epilepsia, esquizofrenia, Corea de Huntington, parálisis cerebral infantil, trastorno afectivo bipolar, amnesia retrógrada, retardo mental, depresión, trastornos psicóticos agudos y transitorio y afasia de Wernicke.

Por lo anterior y en relación con política pública la misión de la Fundación Hermanos de Desvalidos está orientada a disminuir el estado de vulnerabilidad los individuos, mejorar la calidad de vida y a la recuperación de la dignidad humana a través de servicio integral desde la perspectiva del desarrollo humano, reconociendo en cada persona sus necesidades, derechos y capacidades.

Envejecimiento:

Es el conjunto de transformaciones que aparecen en el individuo a lo largo de la vida. Se trata de cambios bioquímicos, fisiológicos, morfológicos, sociales, psicológicos y funcionales. La edad efectiva de una persona puede establecerse teniendo en cuenta diversas consideraciones que nos permiten diferenciar cuatro tipos de edad: cronológica, fisiológica, psíquica y social. Hay dos tipos de envejecimiento fisiológico y el envejecimiento patológico. Los cambios que se dan en la edad adulta son a nivel físico, psicológico y social. Los cambios físicos que se presentan son: arrugas en la piel, encanecimiento del pelo, pérdida generalizada de vello corporal, reducción de la altura, cambio en los huesos, músculos o articulaciones. Cambio en las funciones orgánicas vitales, reguladoras y ejecutivas como cambios en el sistema cardiovascular, menor rendimiento del sistema respiratorio y el aparato digestivo. Cambios sensoriales como disminución de la agudeza visual, auditiva y disminución general en la sensibilidad en los sabores y olores.

Los cambios psicológicos son cambio en la personalidad y fluctuaciones en el estado de ánimo, tendencia a utilizar estrategias de afrontamiento pasivas y centradas en la emoción, pérdida y disminución de algunas funciones cognitivas y en la memoria, cambio en el lenguaje.

Los cambios sociales son: Jubilación, disminución de los ingresos, en el estilo de vida, en el estatus y papel social, se debilitan los lazos de amistad con las personas que trabajaban. Las redes sociales disminuyen, se producen cambios en la estructura familiar, hay abandono por parte de los hijos y fallecimiento de las principales redes de apoyo, surge una necesidad espacial del adulto mayor de apoyo y demanda de cuidado. Las relaciones interpersonales se empobrecen y hay una disminución notable del círculo de amigos debido a que la imagen social cambia y se generan nuevos estereotipos como inutilidad, la inflexibilidad y la incapacidad por el estado de salud. (Llamas, 2018)

Desde el área de trabajo social articulado con el área de gerontología se implementan estrategias que apuntan a promover el envejecimiento activo que contribuyan a mejorar el bienestar individual dentro CPSAM. Disminuir factores de riesgos y síntomas progresivos de las diferentes patologías. A través de la estimulación del área cognitiva, motriz, auditiva y visual, fortalecer el sistema cardiorrespiratorio y músculo esquelético.

Además de aminorar los efectos ocasionados por los cambios sociales propios del envejecimiento y el deterioro en las relaciones filiales. Se ofrecen espacios de escucha y acompañamiento emocional, orientación en resolución de conflictos y se desarrollan diferentes actividades que permiten afianzar el lazo filial y vincular a la familiar al proceso de atención del adulto mayor.

Calidad de vida en la tercera edad.

Según la OMS la calidad de vida es: "la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influido de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno".

El envejecimiento es en sí mismo un proceso cuya calidad está directamente relacionada con la forma como la persona satisface sus necesidades a través de todo su ciclo vital. Bienestar se ha identificado con desarrollo económico, con la riqueza familiar o individual, con el nivel de vida, con el estado de salud, con la longevidad individual, con la calidad y cantidad de los servicios médicos, con los ingresos o salarios con la satisfacción de necesidades y deseos y con la

existencia de la llamada felicidad, elementos todos que individual o conjuntamente pueden ser sentimientos transitorios y que se traducen en calidad de vida como expresión del bienestar.

Calidad de vida es un estado de satisfacción general, derivado de la realización de las potencialidades de la persona. Posee aspectos subjetivos y aspectos objetivos. Es una sensación subjetiva de bienestar físico, psicológico y social. Incluye como aspectos subjetivos la intimidad, la expresión emocional, la seguridad percibida, la productividad personal y la salud objetiva. Como aspectos objetivos el bienestar material, las relaciones armónicas con el ambiente físico y social y con la comunidad, y la salud objetivamente percibida (Daza, 2015)

Relaciones interpersonales.

Cuando hablamos de relaciones interpersonales, nos referimos al modo de vincularse que existe entre dos o más personas, basándose en emociones, sentimientos, intereses, actividades sociales, etc.

Este tipo de relaciones son la base de la vida en sociedad y se dan de distinto modo en numerosos contextos cotidianos, como la familia, los amigos, el entorno laboral, clubes deportivos, matrimonios, y muchas más, siempre y cuando existe en ellos la posibilidad de que dos o más personas se comuniquen de manera sostenida.

Además, forman parte de la vida humana a niveles tan profundos que pueden estar incluso reguladas por la ley, por convención o por la costumbre. Así se crea un entramado complejo de vínculos y grupos sociales que constituyen la sociedad por completo. De hecho, el manejo de las relaciones interpersonales es un hito fundamental en el crecimiento del individuo. (Concepto, 2021).

En este orden de ideas las relaciones interpersonales forman parte importante en el desarrollo integral del individuo. Favorece a la adaptación de éste en su entorno y al desarrollo de habilidades sociales que permite la satisfacción personal y refuerzan la autoestima.

Para el caso de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de Desvalidos las relaciones interpersonales juegan un papel fundamental en la adaptación del adulto mayor en CPSAM, disminuyendo los sentimientos de miedo, soledad y abandono propios de la institucionalización.

Para algunos casos las relaciones interpersonales con sus pares son la principal red de apoyo primaria debido al abandono familiar y fallecimiento de las principales redes de apoyo. Por consiguiente, desde el área de trabajo social fortalecer y promover este vínculo afectivo y lazos de amistad es trascendental para mejorar la calidad de vida del adulto mayor, el bienestar social, emocional y mental dentro del CPSAM.

Trabajo social gerontológico.

La gerontología analiza el proceso de envejecimiento en todas sus dimensiones: biológica, psíquica, económica, política, educativa y social. Se trata del estudio de la vejez desde un enfoque interdisciplinario, siendo su propósito optimizar el proceso de envejecimiento a fin de que permita mejorar la calidad de vida obtenida durante el ciclo de vida por ello es el centro de atención de nuestra práctica profesional la promoción de nuevos estilos de vida, inserción social y la socialización que genere redes de soporte para los adultos mayores.

En esta perspectiva y acorde a lineamientos de política internacional de la Organización Mundial de la Salud, promueve el envejecimiento activo que va más allá del envejecimiento saludable, desde la reflexión disciplinaria del trabajo social gerontológico, construido a través de las últimas

décadas, considero debe ser ya un campo de especialización pues su acción apunta a potenciar el capital social individual, familiar, grupal y comunitario de los adultos mayores, mejorando la calidad de su vida social y su desarrollo personal, a través de una intervención social basada en enfoques epistemológicos, teóricos y metodológicos que lo empodera para con responsabilizarse del cuidado de su autonomía y auto valencia funcional como sustento de su participación y pleno ejercicio de sus derechos ciudadanos en su entorno social y familiar. Algunas de las funciones son:

- Función preventiva: Detección precoz y prevención de los problemas sociales que dificultan la integración social de las personas mayores.
- Función promocional: Desarrollo de las capacidades naturales de las personas mayores para prevenir su problemática social, fomentando su participación activa.
- Función asistencial: Aumento de la capacidad de la persona mayor y promoción de la utilización de recursos para satisfacer sus necesidades sociales.
- Función rehabilitadora: Rehabilitación y reinserción social de aquellas personas mayores que han sufrido algún tipo de disminución física, psíquica o social.
- Función informativa: Información sobre derechos y recursos sociales para las personas mayores, así como asesoramiento ante las demandas planteadas.

los profesionales en este sector persiguen conocer y transformar la realidad de las personas mayores, contribuyendo en todo momento al bienestar de las personas y a la promoción de sus

potencialidades, previniendo y detectando de manera precoz la existencia de problemas sociales que dificulten o impidan la integración social de las personas mayores. (Llamas, 2018)

Con referencia a lo anterior las actividades y la funciones que se realiza en el marco de las prácticas de trabajo social están encaminadas a la promoción de bienestar social y mejoramiento de la calidad de vida de los adultos mayores del albergue de Laureles de la Fundación Hermanos de Desvalidos a través de la creación de espacios de escucha, orientación y promoción relaciones interpersonales sanas, valores y normas de convivencia. Además de fomentar sus capacidades y potencialidades. Del mismo modo uno de los principales propósitos es el fortalecimiento de los vínculos afectivo adulto mayor-familia.

Promover el envejecimiento activo, la autonomía y la independencia de los adultos mayores.

Enfoque teórico para la comprensión de la práctica.

El enfoque teórico que respalda la sistematización de la práctica profesional es el enfoque hermenéutico, este permite comprender al individuo desde la expresión lingüística con el proceso de vida y cómo a través de la comunicación y la comprensión del otro, se desarrollan las relaciones interpersonales. La comunicación es fundamental en la interacción con el otro, una comunicación clara y asertiva facilita las relaciones cordiales y respetuosas.

El enfoque hermenéutico comprende todo desde las partes y cada parte desde todo, como el individuo tiene interacción con el medio social que rodea y como el medio social que lo rodea tiene influencia en este. En este sentido el enfoque hermenéutico le da significado a la sistematización de la práctica desde el punto de vista que permite comprender la acción

humana con el medio social que lo rodea a través de la comunicación el elemento principal para las relaciones humanas.

Heidegger propuso que la fenomenología hermenéutica es el método de investigación más apropiado para el estudio de la acción humana. Este método es un desarrollo innovador de la fenomenología de Edmund Husserl (por ejemplo, 1931). La hermenéutica involucra un intento de describir y estudiar fenómenos humanos significativos de manera cuidadosa y detallada, tan libre como sea posible de supuestos teóricos previos, basada en cambio en la comprensión práctica. Lo que se quiere decir con comprensión práctica será más claro más adelante. El método de Heidegger es “hermenéutico” porque existe una necesidad de interpretación cuando uno está explicando la experiencia. (Packer, 2005).

Por lo tanto, el enfoque hermenéutico ha permitido la comprensión de las conductas de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos en su entorno social. Son diversos los factores sociales que permea las relaciones interpersonales e influyen en las conductas sociales tales como la institucionalización, la jubilación, la separación de los hijos, fallecimiento del cónyuge, cambios comportamentales y patologías asociados a la edad, abandono de las redes de apoyo y el maltrato. Generando sentimientos y actitudes conflictivas como apatía, hostilidad, baja autoestima, soledad, el aislamiento, el miedo, intolerancia, entre otros. Que no solo afectan las relaciones interpersonales con sus pares sino también la calidad de vida del adulto mayor dentro CPSAM. Por este motivo desde el área de trabajo social se ha propuesto reforzar y promover en el adulto mayor la autoestima, la tolerancia, la empatía y la aceptación de su par. Por medio de la integración grupal y

participación de actividades lúdico-pedagógicas que permitan la interacción, la comunicación y comprensión del otro.

Diseño metodológico

A continuación, se presenta el diseño metodológico que permitirá dar respuesta a la pregunta orientadora de la sistematización de experiencias.

Los desafíos metodológicos –aunque impliquen por supuesto la búsqueda de herramientas técnicas– deben ser asumidos desde la definición de criterios y principios metodológicos que permitan estructurar toda una estrategia de trabajo: planificar, diseñar, ejecutar procesos ordenados y coherentes, que tengan una secuencia lógica acumulativa y que den por resultado una transformación cualitativa de la situación de la cual se partió. (Jara H., 2018)

Se propone desde el planteamiento metodológico del autor Oscar Jara en su libro la sistematización de experiencias: Prácticas y teorías para otros mundos posibles, desde su propuesta general del método en cinco tiempos, que se describirán posteriormente

El primer tiempo y segundo tiempo nombrados por el autor como punto de partida: la experiencia y formular un plan de sistematización proporciona **estrategias e instrumentos de recuperación de la práctica**. El primer tiempo que autor expone para que el proceso de sistematización se logre, es que se tiene que partir de la propia experiencia no es posible sistematizar algo que no se ha vivido y que no es necesario esperar que la experiencia concluya para empezar el proceso de sistematización, pero sí imprescindible que la personas que participaron de la experiencia sean los protagonistas del proceso.

Para la ejecución del primer tiempo descrito anteriormente es esencial contar con los registros y documentos de la experiencia que me permitirá recuperación de los momentos vividos y la práctica para ello se cuenta con: diarios de campo, proyecto de intervención, diseño de actividades, informes mensuales, listado de asistencias y registros fotográficos.

Con los registros podemos dirigirnos hacia los distintos momentos que ocurrieron durante el desarrollo de la experiencia y reconstruir esos momentos tal como fueron, según consta en esa documentación (y no tal como recordamos que fueron o, en el fondo, como hubiéramos querido que fueran). Por ello, cuanto más preciso sea el registro y cuanto más cerca de lo acontecido haya sido tomado, más útil será. (Jara H., 2018)

En el segundo tiempo el autor describe que es necesario plantear preguntas fundamentales para el proceso de sistematización y lo que permite de una forma organizada y estructura dar conocer los aprendizajes adquiridos. Para lo cual se realizará varias preguntas fundamentales que se tomarán como guía para el desarrollo de la sistematización de la experiencia: ¿Cuál es el objetivo y los resultados esperados de la sistematización? ¿Por qué quiero sistematizar esta experiencia? ¿Dónde y en qué periodo se dio la experiencia? ¿Quiénes son los principales actores de la experiencia?

El tercer tiempo que propone el autor es la recuperación del tiempo vivido. Con este tercer tiempo se pretende **la reconstrucción de la memoria del proceso** de una forma detallada y ordenada, para cual se utilizará un matriz de ordenamiento y reconstrucción, con el propósito de describir el proceso en un orden cronológico que permita la reconstrucción de la historia, para esto será necesario los registros y diferentes evidencias del primer tiempo.

En este tercer tiempo vamos a entrar de lleno a la sistematización propiamente dicha, comenzando por un ejercicio fundamentalmente descriptivo y narrativo. Se trata de una exposición del trayecto de la experiencia, que nos permite objetivar, mirando sus distintos elementos desde lejos. Es decir, tratando de no realizar aún la interpretación del porqué ocurrió cada situación, sino esforzándonos por expresarla de la forma más descriptiva posible, utilizando los registros con los que contamos como la fuente principal de información. (Jara H., 2018).

Por último, el tiempo cuatro: las reflexiones de fondo y tiempo cinco: los puntos de llegada se utilizarán para **el análisis e interpretación crítica de la práctica**. Estos dos tiempos permitirán analizar de una forma crítica y reflexiva los diferentes acontecimientos importantes que transcurrieron durante la experiencia y los momentos significativos de cada etapa, los factores que favorecieron y afectaron la experiencia. Para lo que será necesario implementar herramientas con la encuesta y el grupo focal que facilite la recolección de la información a interpretar.

Una vez realizada la fase descriptiva y narrativa, podemos, entonces entrar en el tiempo clave y sustantivo de un proceso de sistematización: las reflexiones de fondo que nos permiten, a través de procesos de análisis y síntesis, construir interpretaciones críticas sobre lo vivido y desde la riqueza de la propia experiencia (Jara H., 2018)

Además, estos dos tiempos nos ayuda a comprender el proceso y lo pasó durante este, durante estos tiempos es importante crear un diálogo e intercambio de saberes entre los protagonistas de la experiencia los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los desvalidos y los demás sujetos vinculados a la práctica, que nos permitan formular las conclusiones de los aprendizajes alcanzados y realizar el informe final.

Recuperación histórica de la práctica - análisis y reflexión con los actores del proceso

Según lo propuesto anteriormente en el diseño metodológico que se planteó desde la teoría del autor Oscar Jara, se realizará la recuperación histórica de la práctica desde cinco tiempos.

Primer y segundo tiempo: Punto de partida – Llegada a la fundación

Para estos dos primeros tiempos se cuenta con instrumentos como diarios de campo, el proyecto de intervención, el diseño de las actividades, informes mensuales, listado de asistencias y registros fotográficos que permitirán la recuperación de la historia. Como se mencionó anteriormente en la descripción de la práctica esta fue desarrollada en la Fundación Hermanos de los Desvalidos, institución sin ánimo de lucro que se especializa en brindar atención integral a población vulnerable habitante de calle y adulto mayor en condición de abandono, que pueden padecer enfermedades o trastornos. A través de la atención interdisciplinaria con profesionales de las áreas de Trabajo Social, Psicología, Nutrición, Terapia Ocupacional, Educación Especial, Enfermería, Deportes, entre otras, que brinda servicios de alojamiento, alimentación y cuidados en la salud.

La llegada a la fundación acontece el año 2020 – 2 tiempo donde inició la práctica, esta fue asignada en el albergue de larga estancia de adultos mayores, durante este periodo de inicio el cooperante me asigna diferentes funciones como practicante de trabajo social entre las cuales se encontraban las intervenciones individuales y grupales con la población. En este primer contacto y acercamiento con adultos mayores ellos se muestran poco receptivos y desconfiados ante la llegada de una nueva persona a la fundación, debido a que no estaban acostumbrados al contacto directo con un profesional de esta área, ya que funciones del trabajador social son más administrativas y tiene poco contacto con los adultos mayores. Poco a poco se fue logrando esa

confianza y afinidad con los adultos mayores que permitió realizar diferentes actividades de recolección de información para el diagnóstico social a intervenir. La observación y las diferentes técnicas aplicadas permitieron conocer el entorno en el que los adultos mayores conviven, como eran sus relaciones interpersonales y como afecta esto a la calidad vida de ellos dentro del albergue

Así mismo la revisión documental de la fundación permitió conocer que durante las diferentes prácticas de la profesión las relaciones interpersonales no habían sido consideradas ni estudiadas por un profesional y por tanto no habían sido intervenidas. Por lo que fue necesario implementar diferentes estrategias que permitieran el acercamiento a la población y la integración entre ellos.

Era una relación menos cercana y de poca interacción entre los adultos mayores, se toleraban menos y eran más indiferentes frente a la presencia del compañero. (Entrevista profesional número 2 de la Fundación Hermanos de los desvalidos)

Es importante resaltar que la población a intervenir posee características especiales como son enfermedades propias de edad, trastornos psiquiátricos y problemas sociales lo que favorece a las conductas inapropiadas y agresivas, la mala adaptación del entorno y relaciones interpersonales conflictivas, generando aislamiento, agudizaciones de las enfermedades de los adultos mayores y problemas de convivencia

Las relaciones interpersonales se vieron afectadas por conductas agresivas o perturbadoras entre compañeros (as), altercados verbales y físicos. Se vivenciaron estados emocionales negativos, por lo general los adultos mayores al sentirse inútiles y limitados por su enfermedad, la comunicación interpersonal, obstaculizan la consecución de una relación potenciadora del desarrollo personal que requiere atención e

intervención. (Entrevista a profesional número 1 de la Fundación Hermanos de los desvalidos.)

Después la revisión documental y la aplicación de los diferentes instrumentos para recolección de información como entrevistas, grupo focales y la observación, técnicas necesarias que se utilizaron para realización del diagnóstico se obtuvo como problemática central las malas relaciones interpersonales entre los adultos mayores, con base al diagnóstico obtenido se plantea el proyecto de intervención.

Tercer tiempo: La reconstrucción de la memoria del proceso - La intervención

Esta se realizó en año 2021-1, periodo en el cual se ejecutó el proyecto intervención: Tú me tratas bien, yo te trato mejor, juntos por un buen trato, cuyo objetivo general era desarrollar estrategias educativas que permitan el fortalecimiento de los vínculos afectivos y lazos de amistad entre los adultos mayores de la sede Laureles de la Fundación Hermanos de los Desvalidos y que favoreciera la dinámica grupal y el bienestar individual. En total se realizaron 16 actividades enfocadas en los objetivos específicos, que se darán a conocer a continuación.

Primer objetivo específico – Comunicación asertiva

En este primer objetivo se realizaron actividades que permitieran generar espacios de participación que propiciarán la integración, el reconocimiento del otro y la comunicación asertiva entre los adultos mayores. Para lo que se desarrollaron cuatro actividades que fueron un mural de situaciones, la técnica del Fotolenguaje, un taller de comunicación asertiva y una actividad lúdica de tingo, tingo, tango. Inicialmente se realizó el mural de situaciones que permitieran que los adultos mayores identificaran y reconocieran como eran sus relaciones

interpersonales entre ellos, buscarán las posibles causas y soluciones a la problemática detectada. Además, se buscaba obtener la percepción que tenía cada uno de los adultos mayores frente a la situación planteada. Así mismo se realizó la técnica de Fotolenguaje que permitiera a través de imágenes fotografías identificar a los sujetos sucesos y acontecimientos de la cotidianidad frente a cómo se relacionaban y como era su dinámica grupal. Durante la actividad se observó poca disposición y participación de algunos adultos mayores, incluso algunos se mostraron apáticos y despectivos frente a las actividades, para lo que fue necesario implementar intervenciones individuales con estos sujetos. Además, se observó que existían varios subgrupos entre el grupo de los adultos mayores lo que no permitía la socialización e integración entre ellos adecuadamente. Después de obtener el reconocimiento por parte de los sujetos de intervención de la problemática identificada, se realizó un taller de comunicación asertiva con el propósito de desarrollar conceptos y definiciones acerca del tema que permitieran que los adultos mayores obtuvieran conocimientos y bases para que se comunicaran de forma más clara, respetuosa y tranquila.

Segundo objetivo específico – Empatía.

Para este segundo objetivo se realizaron actividades que permitieran fomentar actitudes de aceptación, respeto y empatía hacia las diferencias de los otros. Para lo cual se realizó un sociodrama, un taller sobre las relaciones interpersonales y el buen trato, un cine foro de la película “extraordinario” y una cartografía corporal. Lo que se buscó con el desarrollo de estas actividades fue generar espacios de sensibilización, concientización y diálogo entre los adultos mayores que permitirán que cada uno contará parte de su historia personal, experiencias y sentimientos, posibilitando en reconocimiento y el aprendizaje sobre el otro, fomentando la empatía a través de conocer, aceptar y entender la historia personal de cada uno. Además,

también se buscó la integración de grupo a través de las actividades lúdico pedagógicas para obtener reflexiones grupales e individuales.

Tercer objetivo – Normas de convivencia.

En este tercer objetivo se desarrollaron actividades con propósito de promover el buen trato y las normas de convivencia entre los adultos mayores, que mejorará la dinámica grupal. Para lo cual se realizó una colcha de retazos, un taller sobre normas de convivencia, un zoom y una actividad lúdica llamado la lotería del buen trato. Las actividades realizadas tuvieron como propósito resaltar y evocar los valores más importantes para una sana convivencia, además de reflexionar porqué es importante vivir en armonía. Por otro lado, se dio a conocer el manual de manual de convivencia de la Fundación de una forma más dinámica y explícita para los adultos mayores que permitiera comprender las normas y reglas que deben cumplir para pertenecer a la Fundación, además de promover estas normas para facilitar la dinámica grupal y cohabitación entre ellos. Algunas de las normas de convivencia que más sobresalieron entre los adultos mayores fueron:

“El respeto hacia el otro” “La comunicación respetuosa” “El respeto hacia los compañeros” “El respeto y la tolerancia por el otro” “El respeto y ayuda mutua” “Tratar con respeto a los compañeros y no poner apodos.” “Vivir en armonía y respetar al otro, la honestidad y respetar la religión del otro” “No agredir a nadie” “Tratar con respeto, no robar, no gritar”. (Entrevista a los adultos mayores)

Para el desarrollo del proyecto y las actividades realizadas en el transcurso de la intervención fue necesario utilizar diferentes estrategias que permitieran la integración, sensibilización, y concientización de los adultos mayores, entre ellas el juego tuvo un papel muy importante para los sujetos de una manera lúdica reconocieran los valores y normas necesarias para su

convivencia y los pusieran en práctica en su diario vivir, permitiendo fortalecer las relaciones interpersonales entre ellos.

Tiempo cuatro y tiempo cinco: Análisis e interpretación crítica de la práctica.

Para el análisis e interpretación de la práctica se tendrá en cuenta las entrevistas realizadas a los adultos mayores y los profesionales de la Fundación que aportaron significativamente a la práctica y al proceso de intervención. Además de destacar los procesos o momentos más relevantes de los actores.

En la interpretación crítica, ese proceso recuperado nos plantea nuevas interrogantes que nosotros también devolvemos, interrogando a la experiencia. De esta manera se produce un diálogo entre la experiencia y sus protagonistas, que también se expresa como diálogo crítico entre ellos mismos. De este intercambio y confrontación se generan los aprendizajes que provienen de las experiencias. (Jara, 2018)

Como se mencionó anteriormente en la reconstrucción histórica de la práctica la llegada a la institución fue difícil debido a la falta de interés por partes de algunos adultos mayores a participar en las actividades incluso expresaron frases como: “yo no trabajo con estudiantes” “no me interesa relacionarme con otros” “no me interesa hacer amistades con retrasados mentales”, “yo estoy bien así”. Sumado al poco acompañamiento del cooperador dentro de la institución por sus funciones administrativas por fuera de ella y las enfermedades mentales que afectan la objetividad de los participantes. Fueron algunas de las dificultades que se tuvieron que sortear en el transcurso de la experiencia.

Para los que fue necesario crear espacios de escucha y orientación, que permitieran ganar la confianza y credibilidad del adulto mayor y que de esta manera ellos pudieran expresar sus sentimientos y preocupaciones dentro del albergue, posibilitando comprender porque su comportamiento y conductas dentro de la institución y porque se relacionaba de ese modo con las otras personas. Factores como la soledad, la frustración, el sentimiento de inutilidad el abandono e incluso el maltrato por parte de sus familiares son algunas de las principales causas que sobresalieron en estos espacios de escucha, produciendo consecuencias en el adulto mayor como el aislamiento, desconfianza por las otras personas, conductas agresivas y cambios en el estado de ánimo, que no solo afecta su calidad de vida, sino la forma como se relacionan con los demás, haciendo que sus relaciones interpersonales sean distantes y conflictivas.

A pesar de que algunos de los adultos mayores sí presentaban relaciones interpersonales entre ellos, la generalidad en la Fundación era que cada adulto mayor estuviera solitario o presenta diferencias con otros que le impidieron socializar y realizar actividades en conjunto. (Entrevista a profesional número 3 de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.)

Por eso fue importante el acompañamiento continuo y la escucha activa tanto grupal como individual en los adultos mayores, donde se les brindó herramientas que les permitieran relacionarse con los otros de forma adecuada. Además de la implementación de las diferentes actividades diseñadas que tenían como propósito principal dar a conocer y enseñar las bases necesarias para relacionarse y comunicarse de manera asertiva con el otro, a través del respeto, la tolerancia y la empatía, que permitieran fortalecer los lazos de amistad ya existentes o crear nuevos lazos. A través de estos espacios sensibilización y concientización también se buscó que los sujetos de intervención comprendieran que a pesar de las dificultades que vivieron y el

abandono de sus familiares su principal red de apoyo son sus compañeros dentro de la institución, que tener una buena convivencia, no solo mejorar su calidad de vida, el bienestar individual sino incluso su salud física y mental.

La amistad puede ser, en la vejez, un vínculo tanto o más importante que en otras etapas de la vida. El mantenimiento de relaciones de amistad con personas de la misma edad, con las que han compartido muchos sucesos de vida, genera una gran satisfacción a partir del reconocimiento y confirmación mutuos, así como la posibilidad de recordar juntos sucesos que han compartido en el pasado. (Lacub & Sabatini, 2007)

Las actividades que realizó la practicante permitieron a los adultos mayores de la institución, satisfacer sus necesidades de trascender en el otro, de expresar sus sentimientos y emociones, de sentir que para la otra persona es importante el que esté vivo a pesar de no contar con la vitalidad de años atrás. Estas actividades permitieron mejorar las relaciones interpersonales fraccionadas y satisfacer sus necesidades de afecto y reconocimiento. (Entrevista a profesional número 2 de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.)

Se reconoce una incidencia significativa entre las relaciones interpersonales entre los adultos de la Fundación Hermanos de los Desvalidos, las relaciones son más cordiales y hay un trato más respetuoso, hubo disminución de apodos y burlas. Mejoría en la comunicación, se observó más comunicación entre ellos y de forma más asertiva, hubo un importante cambio en la resolución conflictos, conservan la calma y busca ayuda con un profesional para la orientación y resolución del problema, mejorando la dinámica grupal y la convivencia, lo que disminuyó los eventos agresivos físicos y verbales entre ellos. Se presenta mayor ayuda mutua y comprensión del otro en actividades cotidianas e incluso se observa cómo incorporan los valores y las normas de

convivencia en el diario vivir. Estos algunos comentarios de los adultos mayores cuando se le pregunto si las relaciones interpersonales con sus compañeros habían mejorado:

“No creía en comienzo llegar a ese término, por falta de conocimiento en el manejo de las relaciones interpersonales.” “Porque los temas nunca habían sido tocados y ahora las relaciones son diferentes” “Porque hay más entendimiento entre todos” “Se ha notado más unión entre los compañeros” “Se observa mejor convivencia y menos problemas” “Ahora se va más unión” “Porque gracias a las charlas mejoró la integración del grupo” “Porque ya hablo y me relaciono con otros compañeros” “Porque disminuyeron las peleas y hay más ayuda entre todos” “Se ha visto más amistad”. (Entrevista a los adultos mayores)

Lo anterior demuestra la importancia del trabajo que se realizó a generar sentimientos de afecto y comprensión hacia el otro. Además, de desarrollar en los adultos mayores la capacidad de resolver conflictos de forma adecuada, al ponerse en el lugar del otro, entender los sentimientos, circunstancias que está viviendo la otra persona y comprender mejor el comportamiento de su par, lo que permitió que los adultos mayores tomarán mejores decisiones en situaciones conflictivas, favoreciendo a la dinámica grupal y la sana convivencia. Así mismo es importante destacar que los adultos mayores buscan en su gran mayoría la ayuda de un profesional de la institución para resolver los conflictos y hacerlo de forma adecuada. Algunas de las respuestas que dieron a los adultos mayores frente la pregunta como reaccionaban frente a un conflicto fueron:

“ahora conservo la calma” “Con prudencia, dejando hablar al otro, para solucionar el problema y también buscando un moderador.” “Con paciencia y con diálogo, buscar un

intermediario” “Con calma, ayuda de profesionales y pensar antes de actuar” “Trata de resolverlo y ser tolerante” “Antes reaccionaba con un golpe, ahora me alejo.” “Me alejo hasta que la persona se calme”. (Entrevista a los adultos mayores).

Se pudo evidenciar los cambios significativos en los adultos mayores durante la permanencia de la practicante y en su ausencia gracias a los conversatorios grupales e individuales que permitieron a nuestros usuarios expresar y respetar las diferencias y el saber dar la opinión frente a una diferencia. (Entrevista a profesional número 3 de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.)

En este sentido es importante resaltar que, a pesar de haber obtenido buenos resultados con la implementación del proyecto, es necesario seguir fortaleciendo los conocimientos y bases que adquirieron los adultos mayores en el manejo de las relaciones interpersonales que fomenta los vínculos afectivos, además de seguir motivándolos al cumplimiento de las normas de convivencia que facilitan las relaciones interpersonales, la comunicación asertiva, la sana convivencia y el trato digno. Cuando existe respeto en un grupo se reconoce al otro como un igual, con los mismos derechos, hay aceptación del otro y nunca se hace al lado a la otra persona ni se vulnera su dignidad.

Significación de la práctica o interpretación, lecciones aprendidas

En este apartado final de la sistematización, quiero reflexionar sobre los logros, desafíos y aprendizajes obtenidos a lo largo de esta experiencia en base a los objetivos planteados y frente a la pregunta orientadora de la sistematización ¿De qué manera las relaciones interpersonales conflictivas de los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos, incide en la

dinámica grupal y en la calidad de vida? Además de analizar el papel del trabajador social en el área gerontológica y como esta labor ayudó a darle respuesta a la pregunta planteada. Esta experiencia no solo fue un proceso de enseñanza - aprendizaje, requirió poner a practica todos los conocimientos adquiridos en la mi formación profesional, utilizar diferentes enfoques, tener una metodología concreta y estructurada, sino también crear diferentes estrategias que permitiera tener un acercamiento adecuado con los adultos mayores y crear ese vínculo de confianza y seguridad para desarrollar todas las actividades propuestas y lograr una adecuada intervención obteniendo resultados positivos y eficaces.

Logros:

- Se incorporaron las normas de convivencias establecidas por la fundación en el diario vivir de los adultos mayores.
- Acuerdos y reconciliación entre algunos adultos mayores que habían tenido enfrentamientos y disputas en el pasado, causando enemistades por varios años.
- Recuperación de valores y principios que se habían deteriorado en la convivencia e integración de estos en las relaciones interpersonales.
- Sensibilización y concientización acerca de la importancia que tiene las buenas relaciones interpersonales sanas con mi par como red de apoyo.
- El reconocimiento del otro y el fomento de la empatía, hacia la historia personal del otro.
- Aumento en la comunicación y respeto por el otro. Un trato más cordial entre ellos
- Incremento del trabajo en equipo y solidaridad en las actividades diarias con los compañeros con movilidad reducida y más dependientes de cuidados.

- Mejor integración de los adultos mayores a la actividades lúdico-pedagógicas y actividades institucionales.
- Formación de nuevas amistades y afianzamiento de las amistades ya existentes
- Mejor disposición de los adultos mayores al cambio y aprender nuevos temas.
- Disminución de los conflictos, agresiones físicas y verbales.
- Progreso y cambio en la resolución de conflictos.

Desafíos:

- Crear un vínculo de confianza y seguridad con los adultos mayores.
- Falta de interés de algunos adultos mayores a relacionarse con los otros.
- Integrar a todos los adultos mayores a las actividades propuestas.
- Espacio físico reducido en el hogar para realizar las actividades
- La variación de estados de ánimo de los adultos mayores propios de la edad adulta y enfermedades mentales.
- La movilidad reducida y limitaciones cognitivas de algunos adultos mayores.

Lecciones aprendidas:

A nivel profesional y personal son innumerable las lecciones y aprendizajes aprendidos en esta práctica, haber tenido la oportunidad de realizar la práctica en la fundación me permitió conocer el trabajo social gerontológico y ver la vejez desde una perspectiva profesional, que me posibilitará mejorar la calidad de vida y la adaptación en el proceso del envejecimiento de los adultos mayores de la fundación

Cuando se trabaja con seres humanos siempre va a haber un intercambio de saberes significativos y enseñanzas que permiten construir tu propio aprendizaje y más aún el trabajar con adultos mayores que han tenido un largo recorrido en su vida y poseen grande enseñanzas y saberes incontables, aunque en esta época la sociedad ha perdido el respeto por la sabiduría del anciano y la credibilidad de sus experiencias de los años vividos. Estas experiencias, saberes y anécdotas me permitieron no solo crecer a nivel personal sino profesional.

A nivel profesional fue un reto muy grande, debido que el trabajo social gerontológico es un área intervención que ha sido muy poco explorada y ejercida, por lo que los aportes teóricos y autores que hablan del tema son escasos, lo implicó mayor esfuerzo y disciplina para obtener textos significativos y buenos autores que contribuyeron con aportes relevantes que me sirvieran en la práctica. Pero fue gratificante poder entender el proceso del envejecimiento y los cambios biológicos, psicológicos y sociales que se dan durante este proceso, cambios que fueron necesarios estudiar y comprender para poder brindar el acompañamiento y la intervención adecuada durante este proceso de aprendizaje y que me ayudaran a mejorar la calidad de vida de los adultos mayores y la dinámica grupal dentro de la fundación. Analizar todos estos cambios que se dan en las diferentes dimensiones del ser humano y como afecta las relaciones sociales y la forma como nos relacionamos con los otros, me permitió crear estrategias de intervención que apuntarán a mi objetivo principal de mi práctica profesional y poder obtener buenos resultados en el desarrollo de esta.

A nivel personal también significó un desafío y un aprendizaje enriquecedor, ya que mi experiencia laboral se ha limitado a trabajar con una población infantil entre los 0 y 15 años y en un contexto totalmente diferente a la práctica profesional. Enfrentarme a una población mayor que tiene una larga trayectoria en la vida, costumbres, principios y una construcción personal

definida, además una historia personal y experiencia de los acontecimientos vividos ya sean buenos o malos, implicó no solo superar el miedo por lo nuevo y lo desconocido, sino poner en práctica los conocimientos y habilidades adquiridos a lo largo de mi preparación profesional, que me permitiera tener confianza y seguridad en mi misma.

El conocer la historia personal y la situación actual de cada uno me facilitó entender el comportamiento y las conductas que tenía dentro de la institución, por qué sus relaciones interpersonales se habían deteriorado, porque eran relaciones tan conflictivas y el por qué la desconfianza y el temor hacían parte del relacionarse con el otro. Para lo fue imprescindible establecer espacios de escucha y confianza que promovieron la aceptación del otro a través de la empatía y la tolerancia, fomentando las relaciones cordiales y respetuosas ellos, así mismo que fortalecieron los lazos de amistad ya existentes y se crearán nuevos lazos de amistad dentro de la institución.

Al principio fue difícil crear ese vínculo de confianza y ese intercambio de saberes con los adultos mayores debido a los diferentes cambios emocionales propios del envejecimiento, sumado a las diferentes patologías psiquiátricas diagnosticadas que presenta la mayoría de ellos, además del poco interés de algunos usuarios de participar en la actividades y aceptar relacionarse con el otro, fueron varios de los obstáculos que se presentó durante la práctica y para lo que fue necesario no solo poner a pruebas mis conocimientos sino también proponer métodos creativos y pocos convencionales para lograr ese acercamiento y obtener una buena intervención

Uno de los aprendizajes que más rescato y valoro de esta experiencia es el trabajo interdisciplinario, tener la oportunidad de trabajar con otras disciplinas y aprender de cada uno de ellos, es algo invaluable que me deja la práctica profesional. Aprender a escuchar y respetar la postura del otro y que tengan en cuenta tu opinión para tomar decisiones colectivas es una

experiencia muy significativa de este aprendizaje. Lo que no solo significó tener claro las competencias y conocimientos profesionales para no violentar el espacio y la opinión del otro, sino que requiere además una madurez profesional para respetar y aceptar la posición del otro cuando no se está de acuerdo con esta y saber cómo llegar un consenso entre todos por el bien común, que son los adultos mayores y su bienestar dentro la institución.

Por último, rescato la capacidad y deseo de algunos adultos mayores por adquirir nuevos conocimientos, a participar en el proceso de intervención y estar dispuestos a mejorar sus relaciones interpersonales dentro de hogar, su capacidad de resiliencia y asumir el liderazgo de su propia vida, el comprender que a pesar de no contar con una red de apoyo familiar y la dificultades por las que han pasado, cuenta con una red de apoyo institucional y que el tener buenas relaciones con sus compañeros no solo mejora la adaptación al entorno y al proceso de institucionalización, sino que contribuye a su bienestar dentro de ella.

El trabajo social gerontológico permite analizar el proceso del envejecimiento, diseñar y planificar diferentes estrategias que desarrollan nuevas capacidades en los adultos mayores a pesar de la edad avanzadas de los individuos, estrategias que promuevan el envejecimiento activo que contribuyan una mejor calidad de vida y a mejorar el bienestar social, mental, emocional y físico permitiendo culminar la vida con dignidad.

Ayudas tecnológicas:

Antioquia, C. G. (2019). *INFORME DE LA EVALUACIÓN DE LA POLÍTICA PÚBLICA DE "ENVEJECIMIENTO Y VEJEZ EN EL DEPARTAMENTO DE ANTIOQUIA"*.

MEDELLÍN: GOBERNACIÓN DE ANTIOQUIA.

Concepto, E. (16 de Julio de 2021). *Editorial Emecé*. Obtenido de <https://concepto.de/relaciones-interpersonales/>

Daza, V. C. (2015). CALIDAD DE VIDA EN LA TERCERA EDAD. *SCIELO*, 152 -182.

Jara H., O. (2018). Capítulo V: ¿Cómo sistematizar experiencias? Una propuesta metodológica.

En O. Jara H., *La sistematización de experiencias: práctica y teoría para otros mundos posibles* (págs. 133- 164). Bogotá. Colombia: CINDE.

Llamas, C. F. (2018). Trabajo Social para la Tercera Edad. *Revista de trabajo y acción social*, 204-2019.

Medellín, A. d. (2015). *Plan de desarrollo local /Comuna 11/Laureles Estadio*. Medellín: Alcaldía de Medellín.

Packer, M. (2005). La investigación hermenéutica en el estudio de la conducta humana. *Grupo Cultura & Desarrollo Humano*, 1-25.

Social, M. d. (agosto 2015). Política Colombiana de Envejecimiento Humano y Vejez 2015-2024., (pág. 54). Bogotá.

Jara, O. (2018). *La sistematización de experiencias: Prácticas y teoría para otros mundos posibles*. Bogotá: CINDE.

Lacub, R., & Sabatini, B. (2007). Psicología de la mediana edad y la vejez. En R. Lacub, & B.

Sabatini, *Especialización en Gerontología Comunitaria e Institucional* (págs. 167- 197).

Mar del Plata, Argentina: Universidad Nacional de Mar del Plata.

Anexos

Anexo número 1

Entrevista: Adultos mayores la Fundación Hermanos de los Desvalidos

Fecha: _____

Nombre opcional: _____

1. ¿Cómo eran las relaciones interpersonales con sus compañeros antes de la intervención de trabajo social?

2. ¿Cree usted que las actividades realizadas por trabajo social fortalecieron las relaciones interpersonales y la comunicación entre los usuarios del albergue de adultos mayores de la Fundación Hermanos de los Desvalidos sede Laureles? ¿Por qué?

3 ¿Considera usted que haber fortalecido las relaciones interpersonales con sus compañeros mejoró la convivencia y la calidad de vida dentro del albergue?

Muchas gracias.

Anexo número 2.

Entrevista: Profesionales de la Fundación Hermanos de los Desvalidos.

Fecha: _____

Nombre: _____

1. ¿Antes de la llegada de la practicante de trabajo social como eran las relaciones interpersonales entre los adultos mayores de la Fundación de Hermanos de los Desvalidos??

2. ¿Cree usted que las actividades realizadas por la practicante de trabajo social favorecieron a las relaciones interpersonales y la convivencia entre los adultos mayores de la Fundación Hermanos de los desvalidos?

3. Considera usted que las relaciones interpersonales influyen en la calidad de vida de los sujetos y como desde la práctica realizada por la estudiante de trabajo social se fortalecieron las relaciones interpersonales.

Muchas gracias.

Anexo número 3.

MATRIZ DE ORDENAMIENTO Y RECONSTRUCCIÓN DE LA INFORMACIÓN					
Fecha	Actividad	Objetivo	Actores que participan	Descripción	Resultados