

XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2007.

Estudio comparativo sobre madurez y bienestar en adultos mayores.

Luque, Leticia Elizabeth, González Verheust, María Cristina y Burba Pons, María Cristina.

Cita:

Luque, Leticia Elizabeth, González Verheust, María Cristina y Burba Pons, María Cristina (2007). *Estudio comparativo sobre madurez y bienestar en adultos mayores. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-073/234>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/e8Ps/9pS>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

ESTUDIO COMPARATIVO SOBRE MADUREZ Y BIENESTAR EN ADULTOS MAYORES

Luque, Leticia Elizabeth; González Verheust, María Cristina; Burba Pons, María Cristina
Maestría en Gerontología - FCM - UNC. Argentina

RESUMEN

Analizamos el bienestar psicológico y la madurez personal de adultos mayores que atraviesan o atravesaron recientemente por el proceso de disolución de su relación, después de más de veinte años de convivencia. Objetivos: -Analizar los factores psicológicos que prevalecen positivamente y son reconocidos por los sujetos encuestados. -Comparar varones y mujeres, mayores de 55 años, en su bienestar psicológico. Luego de relevar datos sociodemográficos se aplicó la escala de Ryff; la muestra estuvo conformada por 65 mujeres y 35 varones que aceptaron participar voluntariamente. Todos son mayores de 55 años y todos han finalizaron su relación después de 20 o más años de convivencia. Los resultados muestra que los varones parecerían seguir un modelo de crecimiento saludable, indicado por los altos puntajes en autoaceptación, autonomía y propósito de vida; las mujeres en cambio presentan mayor habilidad de comunicación y tolerancia hacia los otros. Consideramos que las diferencias tienen relación con las prioridades que unos y otros establecieron a lo largo de su vida, siendo éstas el trabajo en los varones y la familia en las mujeres.

Palabras clave

Adultos mayores Madurez Bienestar

ABSTRACT

STUDY COMPARATIVE ABOUT MATURITY AND WELL-BEING IN BIGGER ADULTS

We analyze the psychological well-being and the biggest personal maturity of adults that cross or they crossed recently for the process of breakup of their relationship, after more than twenty years of cohabitation. Objectives: - To analyze the psychological factors that prevail positively and they are recognized by the interviewed fellows. - To compare males and women, bigger than 55 years, in their psychological well-being. After raising demographic data, the scale of Ryff it was applied; the sample was conformed by 65 women and 35 males that accepted to participate voluntarily. All are bigger than 55 years and all have they concluded their relationship after 20 or more years of cohabitation. The results sample that the males would seem to follow a model of healthy growth, indicated by the high scores in self-acceptance, autonomy and purpose of life; the women on the other hand present bigger communication ability and tolerance toward the other ones. We consider that the differences have relationship with the priorities that some and others settled down along their life, being these the work in the males and the family in the womens.

Key words

Elders Well-being Personal maturity

INTRODUCCIÓN

Uno de los constructos elaborados en la psicología actual, referido a los adultos mayores, es el de "madurez psicológica". Según Zúcares y Serra existen tres perspectivas para "entender" la madurez psicológica: la perspectiva teórica, la fenomenológica o experiencia interna, y la perspectiva lega o realidad contextual.

El concepto de madurez, en los aspectos integradores del ser humano, han cambiado con el tiempo; podemos resumir el mismo considerando que: los adultos serían razonablemente maduros si dispusieran de los recursos personales, sociales y materiales para satisfacer sus necesidades, pudiendo desarrollar su verdadero yo (ser tú mismo). Desde este enfoque, la madurez personal implicaría la posibilidad de autorrealización, salud mental y competencia social por parte del sujeto.

Podemos sintetizar que la madurez abarcaría cinco dimensiones evolutivas; según Heath, las mismas son: simbolización, alocentrismo, integración, estabilidad y autonomía; estas dimensiones de desarrollo se integrarían en un "sistema de maduración", que pueden describirse en cuatro sectores de la personalidad: habilidades cognitivas, autoconcepto, valores y relaciones personales.

El tema ha sido abordado en distintos períodos y con diferentes posturas, lo que lleva al autor antes mencionado, a reconocer que no hay o no existe un "modelo", sino mas bien una aproximación para la comprensión de complejas cuestiones personales que abarcarían un reconocimiento del yo en su integridad bio- psico- social. En este punto podemos considerar que la "madurez personal" incluiría: realización personal, ajuste a la realidad, efectividad y bienestar subjetivo. Nuestro interrogante es pues, existe relación entre la madurez psicológica y el bienestar subjetivo.

Al respecto, Ryff y Waterman han trabajado sobre la relación entre madurez de la personalidad y bienestar, primeramente rechazando el "negativismo implícito", de ocuparse de las medidas de malestar (soledad, síntomas somáticos, índices de ansiedad, etc.), relacionando a "bienestar" con aspectos positivos del envejecimiento satisfactorio.

Así los criterios de "bienestar" según Ryff son: Autoaceptación (el sujeto posee una actitud positiva hacia si mismo, reconociendo los aspectos positivos y negativos de su existencia), Relaciones positivas con otros (se preocupa por el bienestar de los demás, busca desarrollar su empatía), Autonomía (es independiente, autodeterminado, no influenciado por terceros) Dominio del ambiente (puede adaptarse a la realidad y crear sus propios contextos) Propósito en la vida (tiene metas y objetivos, su vida tiene un significado) Crecimiento personal (sentido de desarrollo continuo, expansión y crecimiento). Al observar estos criterios vemos que el sentido de "bienestar" incluiría la totalidad del sujeto en si mismo y en su contexto, representando estados ideales finales de la persona en su funcionamiento pleno, constituyendo metas para el completo desarrollo.

Considerando lo anteriormente expresado, hemos buscado conocer cómo la integridad y plenitud de la unidad bio- psico-social posibilita una buena "calidad de vida", por tanto analizamos la madurez personal y el bienestar psicológico en un grupo de adultos mayores, que desde el aspecto físico no presentan problemas, más allá de los propios de su edad, socialmente

activos y psicológicamente estables, comparando las diferencias entre varones y mujeres.

OBJETIVOS

- Analizar los factores psicológicos que prevalecen positivamente y son reconocidos por los sujetos encuestados.
- Comparar varones y mujeres, mayores de 55 años, en su bienestar psicológico.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se trabajó con una muestra de 100 sujetos, 65 mujeres y 35 varones, mayores de 55 años, cuyo nivel de escolaridad es media y/o superior; estado civil: casados, viudos o separados, con o sin hijos, socialmente activos. Solo tres hombres son jubilados; el 65% de las mujeres nunca trabajó fuera del hogar aún contando con estudios superiores.

Se administraron a todos los sujetos un cuestionario y la escala de Ryff, que cuenta con un total de 84 afirmaciones, tales como: *Es importante para mí escuchar cuando mis amigos cercanos me cuentan sus problemas* (item 28), *Soy una persona activa para llevar a cabo los planes que me propongo* (item 53), *He sido capaz de construir un hogar y un estilo de vida como yo quería* (item 80), *Las demandas de la vida diaria a menudo me desaniman* (item 8).

Se contesta en una escala del 1 (fuerte grado de desacuerdo) a 6 (muy de acuerdo).

RESULTADOS

El análisis de las respuestas permitió determinar un alto bienestar psicológico en los varones; el 80% obtuvo altas puntuaciones en Autoaceptación, lo que permitiría reconocer en los mismos una actitud positiva hacia sí mismo, reconociendo y aceptando los múltiples aspectos del yo, tanto positivos como negativos. Datos similares (82%) se registraron en Autonomía, lo que nos determina su independencia y autodeterminación, capaz de resistir a diversas presiones sociales y actuar de determinada manera. Respecto a Relaciones positivas con los otros y Dominio del ambiente la puntuación positiva solo alcanzó un 65%, lo que implica que hay un grupo importante donde faltan las relaciones con otros, dificultad para ser cálido o demostrativo, como así también dificultad para el manejo de los asuntos diarios. Las respuestas fueron más elevadas (91%) en: Propósito en la vida y Crecimiento personal, lo que implicaría un fuerte sentimiento de significado en el presente y de desarrollo continuado, mejorando a través del tiempo.

En el grupo de mujeres, respecto a Autoaceptación, a Autonomía y a Crecimiento personal, las respuestas positivas llegando a un 60%, lo que habla de cierta insatisfacción consigo misma, preocupación por las evaluaciones de terceros, deseando ser diferente a lo que es. Las respuestas respecto a Relaciones positivas con los otros, Dominio del ambiente y Propósito en la vida, el 78% obtuvo una alta puntuación lo que expresaría el mantenimiento de relaciones interpersonales cercanas, satisfactorias, preocupadas por los otros, como así también un manejo adecuado del ambiente y un sentimiento de significado en el presente y en el pasado.

En líneas generales, los datos permitirían determinar un positivo estado de "bienestar psicológico" para los sujetos encuestados. Suponemos que el hecho de pertenecer a una clase media o media-alta, con cierto poder adquisitivo, socialmente facilitaría la interacción y la posibilidad de ciertos logros que no todos los adultos mayores de nuestro medio alcanzan.

Comparativamente podemos afirmar que se sienten integrados socialmente más los varones que las mujeres, manteniendo una mayor y mejor comunicación en el aspecto social. En este sentido, puede suponerse que incide la continuidad en el trabajo. Las diferencias más notorias se expresan en Autoaceptación, Autonomía y Propósito de vida; los varones parecerían seguir en un modelo de crecimiento saludable, mientras las mujeres no asumirían un comportamiento autónomo e inde-

pendiente. Las mujeres, en cambio, presentan mayor habilidad de comunicación y tolerancia hacia los otros.

DISCUSIÓN

Al respecto y repitiendo lo anteriormente expuesto, el grupo encuestado no es una representación de la sociedad de adultos mayores de nuestro país, es un grupo relativamente pequeño de adultos mayores socialmente activos, capaces de valerse por sí mismos, preparados para enfrentar su vida, ya que la familia les dio esa posibilidad de desarrollarse y crecer; sin embargo, en este grupo en particular hay diferencias de género respecto a los criterios de Bienestar psicológico propuesto por Riff. Es notorio que los varones se presentan como más autónomos y autoaceptándose, mientras que las mujeres se avienen a las presiones sociales y familiares, para pensar y actuar de determinada manera; consideramos que esto se debe a que la mayoría de las mujeres han vivido en un ámbito reducido y selectivo (su hogar), donde no han necesitado para lograr una madurez social, al decir de Carter, una visión realista de sí mismo y de los otros, vivir el momento presente, y plantearse metas futuras, desarrollando habilidades y afrontando los problemas cotidianos, la competencia constante de la sociedad en un medio competitivo e inhóspito.

Las relaciones positivas con los otros y el dominio del ambiente, en cambio, son mayores en las mujeres, quizás debido a la propia sensibilidad hacia las relaciones interpersonales y al desarrollo de determinadas variables evolutivas asociadas a la madurez personal (Serra y Zacarés), tales como desarrollo de afecto, y de sentido de responsabilidad social, pérdida progresiva del egocentrismo, capacidad para establecer una convivencia adecuada; en el grupo estudiado la familia y las relaciones familiares fueron la prioridad.

Podemos concluir que la noción de madurez está presente en la realidad cotidiana de la sociedad, respondiendo a parámetros tradicionales de la distribución de roles por género. Es preciso, entonces, optimizar el desarrollo de los sujetos, contribuyendo a elevar los niveles de bienestar psicológico, físico y social en pro de una madurez psicológica adecuada equivalente en todos los grupos.

BIBLIOGRAFÍA

- ALBARRACÍN, M. (1991). Divorcio destructivo: particularización sobre aspectos del conflicto. *Revista Sistemas familiares*. Asociación sistémica de Buenos Aires. Año 7. Número 2.
- BAGAROZZI, Dennis; ANDERSON, Stephen (1996). *Mitos personales, Matrimoniales y Familiares*. Formulación teórica y estrategias clínicas. Paidós. Buenos Aires. Argentina.
- BALDO, M.; SALAMA, R. (1999). *Familia. Problemáticas actuales*. Jornadas conmemorativas 10 aniversario ITEF. La Strada. Córdoba. Argentina.
- BROWN DORESS, P.; LASKIN SIEGAL, D. (1993). *Envejecer juntas - Las mujeres y el paso del tiempo*. Paidós. Barcelona.
- CAMDESSUS (1995). *Crisis familiares y ancianidad*. Paidós. Barcelona.
- CAPRA, Fritjof (1998). *La trama de la vida. Una perspectiva de los sistemas vivos*. Anagrama Colección Argumentos. Barcelona.
- FALICOV, Celia (comp). (1991). *Transiciones en la familia*. Amorrortu. Buenos Aires.
- FREIXAS FARRÉ, A. (1992). *Mujer y Envejecimiento: aspectos psicosociales*. Fundación "La Caixa". Barcelona.
- SAGER, C. (1980). *Contrato matrimonial y terapia de pareja*. Amorrortu. Buenos Aires.
- ZACARÉS, J.; SERRA, E. (1998). *La Madurez Personal: Perspectivas desde la Psicología*. Pirámides S. A. Madrid.