

ESPACIO ABIERTO

Un estudio sobre las historias de vida de los sujetos mayores*

A study on life stories of elderly people

Pilar Alejandra CORTÉS PASCUAL¹
Concepción MEDRANO SAMANIEGO²
Ana AIERBE BARANDIARÁN²

Fecha de Recepción: 21-11-2002

Fecha de Aceptación: 02-03-2005

RESUMEN

En este trabajo se recogen mediante entrevistas semiestructuradas las historias de vida de personas mayores, entre 65 y 90 años, con el fin de indagar en los ámbitos del desarrollo personal y social a lo largo de su historia. Estos, en primer lugar, conducen a la creación de una línea o trayectoria de evolución y crecimiento de la vida de los sujetos de personas mayores. Además, se halla como la sabiduría vital es un rasgo que alcanza diferentes esferas de la personalidad, véase, una actitud de coherencia, satisfacción personal, éxitos vividos con humildad y fracasos que intentan relativizarse. Por otra parte, respecto al ámbito social, se encuentra como los acontecimientos sociopolíticos de la postguerra y la dictadura les han marcado a nivel personal. El dato más significativo es el cómo la familia constituye su contexto prioritario de desarrollo personal, al que más tiempo dedican durante su estado de jubilación y el que mayor satisfacción les produce. A parte de estos resultados, se presentan algunos aspectos para la intervención.

PALABRAS CLAVE

Tercera edad, Teoría y método narrativo, Historias de vida, Ámbitos de desarrollo.

ABSTRACT

This work is focussed on life stories of elderly people, from 65 up to 90, who have been interviewed with the purpose of researching in the fields of personal and social development

¹ Universidad de Zaragoza.

² Universidad del País Vasco.

* Este trabajo es parte del proyecto de investigación UPV 00087.230-HA.-7942/2000, financiado por la Universidad del País Vasco.

during their lives. Firstly, these results lead to the creation of an evolutionary line or experience of elderly people. Moreover, vital wisdom is a characteristic which influences the different areas of personality, such as an attitude of coherence, personal satisfaction, successes experienced with humility and failures, which have been softened. On the other hand, with regard to social environment, we find out that the socio-political events of postwar and dictatorship have marked them to an extent. The most significant data is that family constitutes a priority context for personal development, to which they devote more time during their retirement and which satisfies them most. Apart from the results, several aspects are presented for intervention.

KEY WORDS

Elderly people, Narrative method and theory, Life stories, Areas of development.

Este estudio compila un recorrido teórico en cuanto al método narrativo y el ciclo vital del envejecimiento y una parte empírica sobre el proceso de la investigación, con el fin de conocer la trayectoria vivida, así como la percepción y reconstrucción que tienen sobre los sucesos personales y sociales que les han acontecido a los mayores hasta el momento evolutivo en el que se sitúan: la adultez tardía o vejez. Este análisis tiene interés en el campo de la intervención, puesto que el acercamiento biográfico puede ser un medio terapéutico y de optimización.

LA NARRATIVA Y LOS FACTORES PSICOSOCIALES DE LOS MAYORES

En este apartado se alude a la narrativa, y a los aspectos evolutivos y contex-

tuales de los mayores. Ambos focos de estudio se vinculan ya que la narrativa constituye un marco idóneo para la comprensión de los ámbitos vitales de las personas mayores, por lo tanto, al conocimiento del curso de sus vidas.

La narrativa: una teoría y un método de estudio de las historias de vida.

La narrativa, ya sea como perspectiva teórica o como método de indagación e interpretación, puede contribuir a mejorar la comprensión del desarrollo personal (Plummer, 1989; Day, 1991; Medrano, Aierbe y Cortés, 2002).

Como *ámbito de estudio teórico* es una herramienta que nos posibilita la representación y la comunicación. Es una

forma de caracterizar los fenómenos de la experiencia humana, por ello, su estudio es adecuado en muchos ámbitos de las ciencias sociales. Es decir, se trata de una manera de comunicarse, que puede ser analizada y categorizada en distintas secuencias modales. A modo de *metodología*, las historias de vida posibilitan el uso descriptivo, interpretativo, reflexivo, sistemático y crítico de documentos vitales que describen momentos puntuales de la existencia, a la vez que aportan una significación e intencionalidad a los mismos. El análisis biográfico trata de responder a una cuestión fundamental: qué hacen las personas para dar sentido y significado a sus propias vidas (Lopez Barajas, 1996). Por esta razón, desde los enfoques cognitivos, se subraya la importancia de la percepción de las personas en su interpretación de la experiencia por la incidencia en su desarrollo cognitivo, afectivo y comportamental (Witherell y Noddings, 1991; Aznar, 1996; Bolívar y Domingo, 2000).

En este terreno, Rincón y Verdura (2001) reflexionan sobre la diferencia entre narración narrante, contar la vida mientras se va haciendo, y narración narrada, contarla mirando hacia el pasado y, por lo tanto, esta última más propia del envejecimiento, mayormente cuando éste se identifica con un entendimiento en el que el psiquismo del mayor posee una concentración tal que es capaz de revisar toda su trayectoria.

Factores normativos de la tercera edad.

Lejos de teorías sobre la vejez, como la de la desvinculación, en la que se presenta una persona mayor que reduce sus relaciones con el entorno y se vuelve sólo a sí mismo, o como la de la actividad, que plantea que envejecer es asumir los roles correspondientes a ese momento evolutivo concreto, la vejez, se hallan perspecti-

vas (Schroots, 1996) más contemporáneas y reales de cómo es el mayor. Y es que la adultez tardía requiere una integración de perspectivas que cubran esta pesquisa.

Así, para la comprensión de las características del primer tipo, esto es, las individuales, como son el desarrollo personal, éxitos y fracasos, coherencia personal, satisfacción personal y principios de integridad de la personalidad, recogemos tres teorías: la del *life-span*, la *gerotranscendencia* y el *gerodinamismo*. Y para el abordaje de los ámbitos contextuales, como son el trabajo, la familia o la participación social, se retoma de nuevo el *ciclo vital* y la perspectiva *psicosociológica*.

En primer lugar, **en relación con la parte idiosincrásica o de la personalidad**, se atienden a aspectos como son la inteligencia cristalizada, la optimización, la memoria retrospectiva, la integración y coherencia, la satisfacción ante lo sucedido y la sabiduría.

Desde la teoría del *life-span* (Baltes, 1987), las ideas sobre el desarrollo, las variables no normativas y la capacidad cognitiva (cristalización y optimización selectiva) son claves en el cometido del presente trabajo. Para este enfoque la persona está en un continuo crecimiento desde que nace hasta el final de su vida, además una de las variables del desarrollo son las influencias no normativas, es decir, las experiencias personales que cada uno vive, y que no se relacionan con la edad evolutiva o los contextos históricos. Éstas se pueden explicar desde el recorrido vital y, abarcan los acontecimientos familiares, amistades, profesionales, educativos, etc.

Además la persona mayor posee unas características cognitivas propicias para dicho fin, como es el tipo de memoria con una visión autobiográfica y retrospectiva

de los hechos, de los cuáles los que mejor recuerdan son los vividos hace tiempo (Serrano y otros, 2000; Cortés, Aierbe y Medrano, 2002; Medrano, Aierbe y Cortés, 2002). También, la inteligencia cristalizada puede caracterizar el pensamiento de las personas de la tercera edad (Sternberg, 1987), como capacidad meta-cognitiva para aplicar los conocimientos adquiridos durante el ciclo vital a los problemas de la vida cotidiana. Por otra parte, en este momento los sujetos ancianos tienden, siguiendo un modelo de S.O.C (selección-optimización-compensación), a utilizar sus repertorios según las necesidades personales (selección) al usar el máximo sus potencialidades (optimización) para contrastar sus pérdidas a nivel cognitivo (compensación).

Por otro lado, Tornstam (1994) propone un modelo, el de la *gerontranscendencia*, influido por la psicología de Jung y la filosofía oriental, en el que postula que durante la vejez los sujetos son capaces de desarrollar un cambio de percepción de los asuntos cotidianos a través de una visión más espiritual. En esta línea, el proceso de madurez que alcanza la persona mayor es una parcela importante en su personalidad que ahonda en una forma de saber vivir bien en un mundo oscilante y no siempre propicio (Fierro, 1999). La vejez es un momento óptimo para reflexionar sobre el recorrido vivido y aceptarlo y, quizá, por ello se connota una introversión o un mayor interés por la vida interior. López (1998) apunta que los mayores aceptan los signos del envejecimiento, las transformaciones de la vida familiar y profesional y, poseen una aceptación de la vulnerabilidad ante la vida y una experiencia subjetiva de la temporalidad de la misma. En esta línea, para Erikson (1968), en la vejez se alcanza un sentido de integridad y coherencia como mejor vía, en vez de dar paso a la desesperación por no poder cambiar el pasado o por cómo se encuentran en la actualidad. Para este autor, en esta etapa

se desarrolla la sabiduría como una virtud de aceptación de la vida, entendimiento con uno mismo y una reconciliación con la gente que se ama aunque no hayan sido perfectos.

También mediante el enfoque del *gerodinamismo* de Schroots (1995) se presenta un sistema dinámico sobre la tercera edad, basado en el termodinamismo y las teorías sistémicas, en el que es necesario llegar a un equilibrio entre los cambios intrapsíquicos y extrapsíquicos. Para ello se pasa por momentos críticos que llevan a una organización personal hacia ese punto intermedio. En ese momento evolutivo se mezclan las expectativas altas de vida junto con la posibilidad de enfermedad y de muerte. Ante esta situación, esta teoría invita a un equilibrio entre ambos eventos para alcanzar una calidad de vida, entendida ésta como un bienestar personal y una vida satisfactoria. En un trabajo de Hickson, Housley y Boyle (1988), realizado con 122 personas entre 61 y 80 años, se concluye que existe una relación entre la satisfacción ante la vida y el locus de control respecto a la ansiedad frente a la muerte. Así, los que poseen un control interno, éste les confiere una tranquilidad ante el fallecimiento y logran alcanzar una actitud satisfactoria ante la vida. Actitud ésta que también recoge Wirth (2001) en otro trabajo con sujetos mayores, que ante la pregunta "por qué consideran que vale la pena vivir", la mayoría recogen la belleza de la vida, además de la importancia de la salud.

En resumen, todos estos componentes del pensamiento y personales, que se han abordado a través de las tres vertientes teóricas (life-span, gerotranscendencia y gerodinamismo) aglutinan y conducen a una virtud que se desarrolla en esta etapa como es la sabiduría (Kramer, 1990), tanto en sentido cognitivo como recurso psicológico, puesto que supone una habilidad para el manejo de aspectos prácticos de la vida, así como un estilo o

una capacidad de integrar lo afectivo, lo volitivo y lo cognitivo a través de un juicio reflexivo y una conciencia de los propios límites personales.

En un segundo momento, **en relación con el ámbito social**, se atienden a aspectos como son la familia y las relaciones intergeneracionales (padres, hijos, abuelos y nietos), el trabajo y, la participación y preocupación por contextos sociales próximos y lejanos. Y ello, desde la teoría de *life-span* (Baltes, 1987), que sugiere que existen unos factores normativos propios de la edad y del ambiente que típicamente se han tratado en psicología evolutiva. Además de considerar una perspectiva *psicosociológica*.

En primer lugar, y desde un marco macrosistémico o macrosocial, un acontecimiento normativo histórico que ha influido en estas personas es el hecho de haber pasado, en algunos casos, una guerra (Civil Española) y, en la mayoría, un proceso socioeconómico de postguerra y dictadura, que ha condicionado sus experiencias pasadas y presentes, y que junto a las preocupaciones políticas actuales de nuestro país y fuera de él, les puede provocar conflictos en temas de índole sociopolítica (Gidenns, 1994; Puig Rovira, 1995; Cortés, 2001, 2002).

Además de estos acontecimientos sociales, a un nivel microsistémico se aprecia que las relaciones sociales del mayor cambian cualitativamente al no tener, por ejemplo, una vida laboral cuando se jubilan y, por lo tanto, puede establecer y cuidar una vida familiar, es decir, con su cónyuge, sus hijos y sus nietos (Bueno, Vega y Buz, 1999).

Las relaciones de pareja adquieren una gran importancia puesto que integran elementos de intimidad y de compañerismo. La satisfacción marital alcanza los niveles más altos que en cualquier otro momento vital como apuntan Parker y Parrott

(1995), y desde una introspección personal buscan el apoyo de su cónyuge y familia, antes que el de los amigos, al contrario de lo que ocurre cuando se es más joven. Como apunta López (1998), durante la vejez la relación de pareja va hacia una búsqueda de la afectividad y, compromiso para dar y recibir placer. También, uno de los conflictos que acontece en la vejez es el enfrentamiento entre la búsqueda del bienestar familiar y la satisfacción personal (Corraliza, 1999). Asimismo, en un estudio realizado por Koenig, Georges y Siegler (1988) con sujetos mayores destacan el apoyo familiar como la primera "estrategia" en la solución de experiencias vitales estresantes. Aunque sí el contexto familiar es una fuente de satisfacción y de bienestar personal (Wirth, 2001), una de las preocupaciones que tienen las personas mayores es el reencuentro con uno mismo tras una pérdida de autonomía o independencia personal por la dedicación que han hecho a la familia, principalmente a los hijos. Holahan y Holahan (1999) sugieren que los mayores tienen una habilidad especial para integrar ambas situaciones.

Los ancianos, aunque sus hijos hayan abandonado el hogar y estén en situación de "nido vacío", siguen ocupándose por sus hijos, y también por sus descendientes, los nietos. Esta dedicación, según Lázaro y Gil (2002), es de un 75,8% y se manifiesta en diversas labores: llevar los niños al colegio, cuidarles mientras los padres trabajan o jugar con ellos, sobre todo por parte de abuelas más jóvenes y abuelos más mayores. Las abuelas que cuidan a los nietos eran sentidas por las madres más activas y afectivas de lo que lo hubieran sido en otras condiciones, a la vez que dan apoyo y exigencia. En este sentido, los autores añaden la necesidad de crear las redes familiares. En un estudio realizado por Kivnick (1988) se concluye que el ser abuelos es un rol significativo para las personas mayores porque les mantiene valiosos, les ayuda a resol-

ver aspectos de su vida anterior, como pueden ser actividades lúdicas que no pudieron hacer con sus hijos, y les ayuda a compensar pérdidas de su vida. Además los abuelos son un modelo esencial para los más jóvenes. Así, para los nietos, el abuelo favorito (Sapena y Viquer, 2002) es el que tiene entre 60 y 70 años, vive en la misma ciudad que los nietos, mantiene un contacto frecuente con ellos y participa en actividades regularmente como son el juego, la lectura y pasear juntos. Aunque el ser abuelo es un aspecto satisfactorio en su doble vertiente, para él mismo y como un canon, también se aprecia que, en ocasiones, los mayores deben elegir entre la atención a sus nietos o hacer su propia vida (Cortés, Aierbe y Medrano, 2002).

Otro acontecimiento social importante es la jubilación que, interpretada como un merecido descanso laboral y una oportunidad de realización personal, se relaciona estrechamente con un momento de satisfacción. Por ello, tienen la ocasión de mantenerse ocupados en otros quehaceres, no laborales, que según Koenig, Georges y Siegler (1988) es el segundo tipo de estrategia para resolver situaciones ansiosas. Esto puede relacionarse con que, cada vez más, los mayores llegan a la tercera edad con una mayor calidad de vida, y actualmente desean la participación en actividades sociales (educación de adultos, Universidad, participación en asociaciones, voluntariado...).

Para finalizar este apartado dedicado a los aspectos psicoevolutivos de la vejez, nos detendremos en algunas **aportaciones dirigidas a la intervención y la educación**. Así pues, a pesar de que cada vez existe una actitud más positiva ante la vejez, siguen persistiendo estereotipos negativos (Gómez, Pérez y Vicente, 2002) como que los ancianos son solitarios, desmemoriados, achacosos, miedosos o quejicas. Ello es importante porque tanto los papeles sociales como los estereotipos

que se manejan en un determinado momento histórico y en una sociedad concreta influyen en el autoconcepto que el viejo tiene de sí mismo, así como también las expectativas que los ciudadanos en general tienen sobre la vejez. Claro que la vejez es un periodo de pérdidas, pero también posee la plasticidad para manejar esas carencias; así algunos programas de intervención trabajan en la resolución positiva de esos cambios o pérdidas (Fernández Ballesteros, 1998). Desde el campo de la educación, además de las aulas de educación para adultos, cabe destacar la constitución de Escuelas de Mayores en diferentes Universidades de nuestro país.

También, respecto al ámbito de la intervención, se destaca el propio método de entrevista, utilizada en la presente investigación, con la cuál recuerdan su vida, y que posee un fin terapéutico, puesto que a través del análisis retrospectivo de su biografía vital, no sólo nos transmiten sus experiencias, sino que les sirve para revisar su pasado y agradecen este espacio temporal para ser escuchados (Colby y Damon, 1994; Serra y Cerda, 1997; Serrano y otros, 2000; Cortés, 2002). En este sentido, Beechem, Anthony y Kurtz (1998) explicitan ocho áreas de revisión de vida de los mayores: social, espiritual, salud, actividades de recreación, economía, cognición, educación y familia. Relacionado con esta última esfera, Aznar (1996) acentúa las historias de vida familiar como un recurso para la educación intergeneracional, por ser un material autobiográfico valioso de comunicación entre hijos, padres y abuelos al recoger episodios familiares.

CONTEXTO DE APLICACIÓN

Objetivos de intervención

— Comprobar que los factores personales y contextuales influyen en las his-

torias de vida narradas por los sujetos mayores.

Respecto a los ámbitos idiosincrásicos del desarrollo:

— Describir y comprender los fracasos y las crisis que se atraviesan a lo largo del ciclo vital como una oportunidad para el crecimiento y el desarrollo personal.

— Comprobar que la coherencia con los propios principios facilita un bienestar.

— Demostrar que las personas mayores tienden a la búsqueda del bienestar.

Respecto a los ámbitos contextuales del desarrollo:

— Describir cómo los acontecimientos sociopolíticos y estructuran o conforman el desarrollo personal y las opciones de vida.

— Comprobar que el ámbito social más importante es la familia, antes que la amistad y el trabajo que facilita la capacidad de relativizar las situaciones conflictivas así como que es una fuente de satisfacción, aunque también una pérdida de autonomía personal.

— Relacionar la profesión con el crecimiento personal y las prioridades de valores.

— Comprobar que la implicación en organizaciones sociales, de tipo voluntario y de ayuda a los otros, proporciona una satisfacción personal.

Muestra

Para poder llevar a cabo estos objetivos y comprobar las hipótesis, se entrevista-

ron a 38 personas con edades comprendidas entre los 65 y los 90 años. Los sujetos entrevistados pertenecen a las Comunidades Autónomas de Aragón (20 individuos) y País Vasco (18 individuos). De la primera se obtuvieron datos de personas mayores de Benasque, en Huesca, y de la segunda de Fuenterrabía, en Guipúzcoa.

Los informantes son los mismos que los de una investigación anterior donde las firmantes de este trabajo indagamos a través de una entrevista semiestructurada los dilemas reales contextualizados de 60 adultos y 60 personas de la tercera edad en el País Vasco y Aragón (Medrano, 1999; Aierbe, Medrano y Cortés, 2001). Al azar de entre los 60, se volvieron a escoger 20 mujeres y 20 hombres, dos de estos últimos cayeron en el proceso. Ninguno vivía en residencia a tiempo completo, 10 eran solteros, 15 viudos y 13 vivían con su cónyuge. De los casados, todos, excepto dos personas, tenían hijos, con una media de 2 a 3, y sólo en 6 casos se encontró un hijo viviendo con sus padres. Los mayores de la muestra son independientes, aunque algunos, la mayoría de los solteros y viudos acudían a la residencia a comer.

METODOLOGÍA

En este contexto de investigación y con el propósito de indagar en las historias de vida de las personas de la tercera edad, se elaboró una *entrevista* con cuestiones en profundidad. Existe flexibilidad para recabar nuevos datos a partir de las respuestas de los sujetos. Por lo que, a pesar de llevar un guión, éste no fue totalmente dirigido. La entrevista consta de 15 preguntas y tiene tres partes: una primera donde además de recoger los datos personales se realiza un primer sondeo a partir del dilema relatado por cada entrevistado en la investigación anterior; una segunda donde se introduce una pregunta abierta para indagar en

aspectos cronológicos; y una tercera en la que se indaga más específicamente en cómo y qué acontecimientos, tanto pasados como presentes, han influido en el crecimiento y desarrollo personal. Todas las entrevistas fueron grabadas en magnetófono para su posterior transcripción y corrección interjueces. La duración media ha sido de unos 40 minutos aproximadamente.

El análisis de los resultados exige principalmente un método cualitativo, puesto que analiza los sucesos personales desde la propia experiencia del individuo, no obstante se efectuará una aproximación comprensiva de los datos más gráfica y cuantitativa (Reyes, 1996). Al final se han considerado los mapas conceptuales como forma de mostrar la relación los datos obtenidos como sugieren García, Gil y Rodríguez (1994). Con esta base, se intenta integrar las categorías para "visión" las trayectorias vitales.

RESULTADOS.

Los resultados se dividen en tres grupos:

1. La trayectoria de los sujetos mayores: la línea de la vida.

En relación al primer propósito, se encuentran tres tipos de **trayectorias**, que hemos denominado así: la línea afectivo-pareja, la línea afectivo-hijos y la línea pragmática.

En el recorrido *afectivo-pareja*, que se ubica el 53% de los entrevistados, tenemos aquellas personas mayores que trazan su vida al primar la compañía en pareja o, en el caso del fallecimiento del cónyuge es el enviudar, seguido casi siempre del de tener hijos. Así, la mayoría apuntan que el primer hecho significativo es el casamiento. Y éste es más importante que el tener hijos en el momento con-

creto evolutivo que se encuentran, porque puede que los descendientes, al ser ya adultos e independientes, los padres ya mayores no deban responsabilizarse tanto de ellos y, por lo tanto, parecen volver al núcleo matrimonial como contexto de crecimiento. Por otra parte, las personas viudas viven de forma un tanto angustiosa la soledad por la pérdida de su pareja.

En el grupo *afectivo-hijos*, con un 21 %, están los sujetos que comienzan narrando su vida desde el rol de la paternidad, seguido normalmente del de ser abuelos y, por último, el de haberse casado. El hecho de tener descendientes es algo significativo, además de que ser padre es un rol de crecimiento, responsabilidad y madurez.

En el último grupo, con un 26 %, que se ha denominado grupo *pragmático*, frente a los otros dos más afectivos, se hallan aquellos sujetos con un recorrido de vida que cuentan la ocupación laboral como el primer suceso más importante, también en ocasiones mencionan sucesos sociales que les han influenciado en sus vidas, seguido en la mayoría de las veces por ser padres. El ámbito laboral ha sido muy significativo en su vida productiva, aunque parece que luego vuelven a la familia: hijos y pareja.

Respecto a la segunda pregunta acerca de los sucesos más importantes **del desarrollo personal**, se señalan los siguientes, de mayor a menos proporción: compromiso de la vida en pareja (20%), la educación de los hijos (18%), la superación de los conflictos personales (13%), la superación de los conflictos sociales (11%), el trabajo (9%) y otros como la familia extensa (11%), la fe (9%), la viudedad (5%) y la amistad (5%). En el intento de relacionar estas variables de desarrollo personal junto con la triada de trayectorias descrita, se deduce que puede existir una vinculación entre, primero; el com-

promiso de vivir en pareja y la línea de vida afectivo-pareja, por otra parte; la responsabilidad y el papel educativo de los padres y el grupo de trayectoria afectivo-hijos y, por último; la superación de crisis personales, sociales o el trabajo con el recorrido del grupo denominado pragmático.

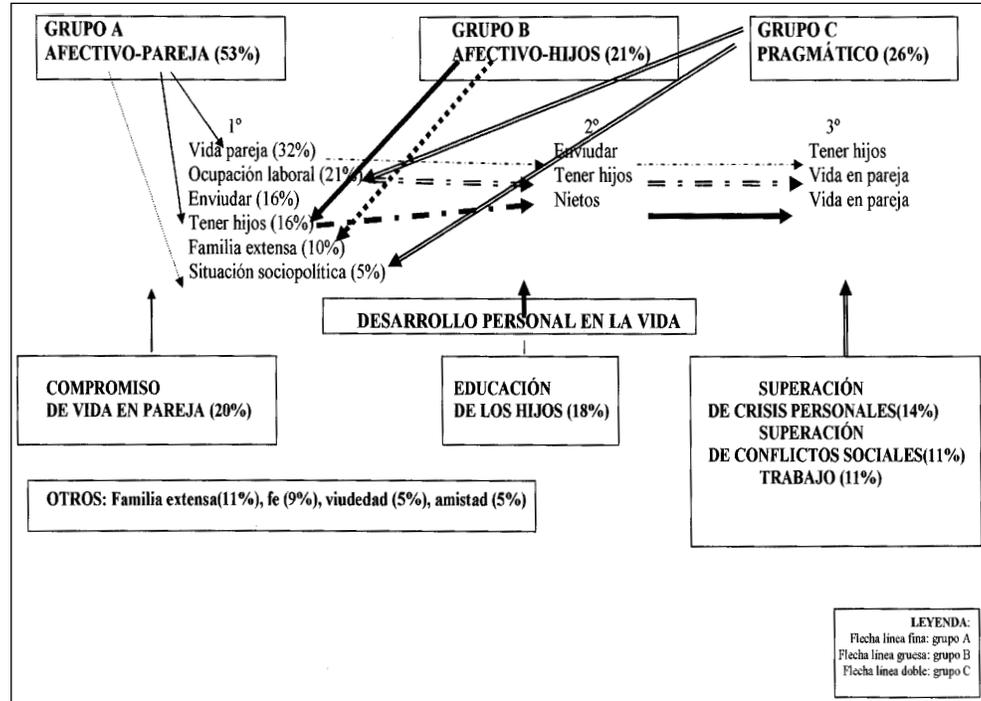
2. Sabiduría al final de la vida: satisfacción vital, principios de fortaleza y serenidad y coherencia personal.

Aquí se analizan las cuestiones sobre la percepción de los éxitos y fracasos, la coherencia ante los sucesos, la satisfacción de la vida y los principios personales.

Ante la pregunta *¿Piensa que de los*

fracasos vividos ha aprendido algo?, ¿y de los fracasos? y ¿por qué? aparecen estos contenidos. Todos afirman que de los fracasos se aprende algo, sobre todo a madurar y a ser más tolerante con uno mismo. Estos fracasos son producidos sobre todo por desengaños con personas que apreciaban o aprecian. En cambio, también afirman que estos sucesos negativos pueden ser tomados como algo positivo ante la exclamación de "no hay mal que por bien no venga". Frente a los éxitos opinan que les aportan una satisfacción personal y una recompensa a un logro conseguido, pero la mayoría sugiere que deben ser tomados con cautela y humildad. Varias preguntas del guión hacen referencia a la *coherencia personal*, como son: *El hecho de comportarse de acuerdo a sus propias ideas, ¿le ayuda a estar mejor consigo mismo y a sentirse más satisfecho?; ¿Te sueles comportar de*

Gráfica 1. Líneas de vida de la tercera edad



acuerdo a cómo piensas o cedes ante las presiones de los demás?, ¿por qué? y ¿cuándo te ocurre? y ¿Cuándo te comportas de acuerdo a lo que usted cree que debe hacer, le surge algún conflicto o se siente mejor? ¿cuándo tiene conflicto o cuándo se siente mejor?

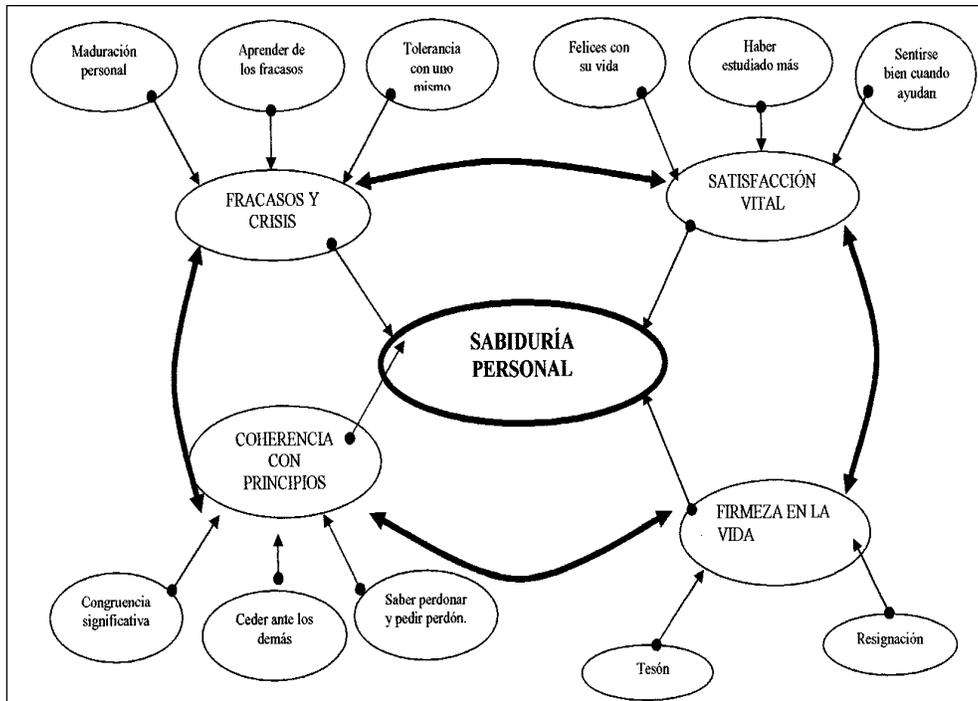
La congruencia ante su historia es algo notable y significativo en la mayoría de los sujetos mayores entrevistados que, desde una perspectiva retrospectiva, son capaces de repasar toda su vida. Y a través de esta revisión, llegan a la conclusión de que en la mayoría de las ocasiones son coherentes, pero que a veces hay que ceder por los demás. En estas respuestas también se encuentran alusiones sobre saber pedir perdón cuando uno se equivoca y evitar tener sentimientos de culpa que atenúan el desarrollo.

En torno a la *satisfacción vital*, algunas preguntas abordan esta temática como son: ¿Cuándo y cómo puede en su vida sentirse mejor consigo mismo?; ¿Qué es lo que haría diferente en su vida si pudiera volver a vivirla?; ¿Qué es lo que cambiarías de tu vida para vivir más de acuerdo con lo que usted piensa que contribuiría a su desarrollo personal? y ¿Hay mucha diferencia entre cómo vive y cómo le gustaría vivir?

El grado de sentimiento de bienestar personal es alto entre los mayores entrevistados. En general, no cambiarían nada de su historia si volviesen a vivirla, en todo caso poder estudiar más. Se encuentran satisfechos con su vivencia actual y lo que más agrado les aporta es ayudar a los demás sintiéndose útiles.

Respecto a los *principios* que rigen la

Mapa conceptual 1. Sabiduría personal en la tercera edad



vida de la persona y sus actuaciones la cuestión clave es *¿qué le ha mantenido firme ante las dificultades?* En esta respuesta hay dos posiciones un tanto antagónicas ya que, por un lado, se refieren a la fortaleza y el tesón y, por otro, aluden a la resignación, al conformismo y a la tranquilidad.

3. La familia: el ámbito social de desarrollo más significativo.

En este apartado se van a analizar aquellas cuestiones que se refieren a los ámbitos de crecimiento sociales como son la familia, el trabajo y la participación social.

Respecto a la pregunta *¿Crees que las circunstancias sociales y políticas que has vivido o atravesado en tu vida te han influido?, ¿cómo? y ¿por qué?*, aunque algunos cuantos mayores responden que no tienen sensación de ello, gran parte aluden al periodo de la postguerra y dictadura como una situación que les afectó personalmente y a nivel familiar, puesto que muchos de ellos tuvieron que ir a refugiarse e inmigrar a Francia para protegerse durante el periodo franquista. Así el contexto familiar estuvo e incluso está dividido geográficamente en algún momento de su historia personal.

Todos los sujetos mayores comparten la anterior idea relatada, pero además existe una pequeña diferencia cultural. Los vascos expresan el impedimento que les supuso la represión de la dictadura a nivel lingüístico y cultural. Los aragoneses también se refieren a la manera en que el nacer en un contexto rural, como es el valle de Benasque, les marcó para su desarrollo a nivel profesional y personal, al tener que ocuparse y continuar con las tareas agrícolas y ganaderas que acometían sus familias.

En alusión a la manera en que perci-

ben el *empleo laboral* que les ha ocupado, contestando a la cuestión; *¿El tipo de trabajo que realizas te facilita en tu desarrollo como persona y en qué sentido?*, la mayoría lo viven como un medio para ganarse la vida de forma responsable. Todos recalcan que les ha exigido mucho esfuerzo, sobre todo físico, y que puesto que lo han vivido como una imposición, muchas veces de "herencia" familiar, no lo sienten como algo que les haya aportado en su desarrollo como persona. Es llamativo cómo las mujeres que han sido amas de casa tienen una sensación positiva de este trabajo en el hogar, aunque es más bien actual ya que anteriormente no lo vivían de forma placentera.

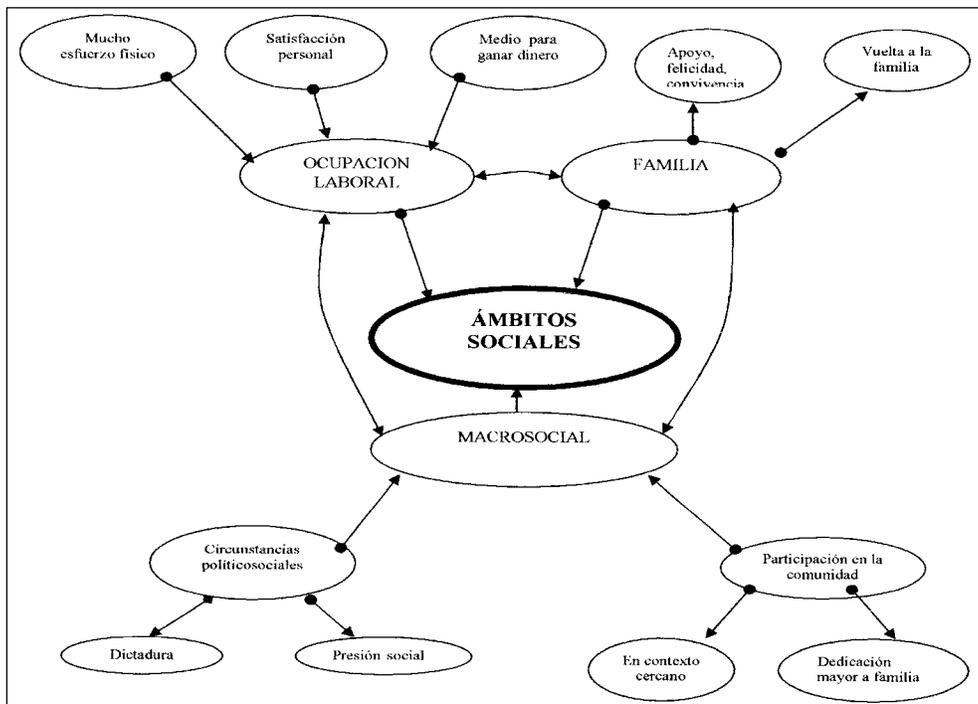
Si nos referimos al objetivo séptimo de este trabajo, no sea del todo cierto que las profesiones que han desempeñado los mayores se relacionan con sus valores, puesto que no se ha vivido de forma esencial para el crecimiento y sí como vehículo para subsistir.

La *familia* ocupa el lugar más importante en toda la totalidad de las respuestas ante la pregunta sobre las prioridades vitales, es decir, *Dentro de tus prioridades, ¿la familia que lugar ocupa?*, puesto que les aporta apoyo, una situación de convivencia y felicidad. No tienen una sensación de pérdida de autonomía, sino casi al contrario, es decir, de ganancia en su personalidad. En la vejez asumen el rol a nivel familiar de forma placentera y no les resta en otras facetas de su independencia, aunque quizá hayan podido sentir esto último en algún momento cuando eran más jóvenes con los hijos más pequeños, pero ahora a pesar de que puedan ocuparse de los nietos, viven este evento como un hecho agradable a la vez que les hace sentirse valiosos. Posiblemente la situación de jubilación les invita a tener más tiempo para dedicarlo a los descendientes de sus hijos, a la vez que a *participar en alguna asociación o actividad social* de su contexto. No es que sean la

mayoría quienes se vinculan regularmente a estas organizaciones, pero algunos de ellos lo hacen con la parroquia, fiestas de su pueblo, en el ayuntamiento o en el hogar de jubilados. Esta ocupación les hace estar más activos a la vez que sentirse útiles para los demás, aunque, como ya se ha dicho, gran parte se sienten satisfechos con su vida, sin recurrir a los ámbitos de participación social.

A través del análisis de la trayectoria de la vida de los sujetos mayores, se comprueba cómo dicha línea está cercana a los factores normativos, según la teoría del ciclo vital (Baltes, 1987), que marcan el desarrollo de una persona que ha pasado por la adultez intermedia y se sitúa en una adultez madura o tardía, es decir, hechos como el casarse, la ocupación laboral, el tener hijos, el tener nietos, la

Mapa conceptual 2. Los ámbitos sociales en la tercera edad



CONCLUSIONES

La primera conclusión es que la narrativa es una metodología adecuada para ahondar en las historias de vida de los mayores. Así, aporta datos de sus características personales y ámbitos sociales como diversos autores han explicado (Witherell y Noddings, 1991; Aznar, 1996; Bolívar y Domingo, 2000; Serra y Cerda, 1997).

jubilación y la viudedad. A pesar de esta universalidad, también pueden encontrarse algunas diferencias, como se manifiestan en un análisis más profundo, y que llevan a tres tipos de trayectorias distintas, como expresan Bueno, Vega y Buz (1999) respecto a que los cursos de vida normativos de los individuos, que aunque se asemejan, también difieren al depender de los acontecimientos externos y sociales. En el presente trabajo, la línea

de vida de mayor porcentaje es la afectivo-pareja y, quizá el dato más llamativo es ese reencuentro con la familia, y más aún con su pareja, ya que si en un primer momento de unión familiar el cónyuge había sido la persona más importante, quizá con el trabajo, los hijos y otros eventos, el esposo o la esposa pasa a ocupar un segundo lugar. Pero cuando estas circunstancias desaparecen, con la jubilación, o se minimizan con el nido vacío, hay una vuelta a esa unión de pareja que le da lo que en ese momento necesita: una satisfacción personal. Por esta razón, destacan tanto el compromiso y las dificultades de vivir en pareja, como unas variables tan significativas en su crecimiento. Los otros dos grupos o trayectorias vitales, es decir, pragmático y afectivo-hijos, no se llevan mucha diferencia entre sí en cuanto a frecuencia e intensidad. Evolutivamente, el desarrollo profesional y parental son ámbitos muy relevantes, aunque en ambos casos, vuelve a apreciarse ese reencuentro con el vínculo marital.

Las variables individuales como son los fracasos, los éxitos y la coherencia personal, estos desde una vertiente idiosincrásica del desarrollo, son relevantes para el crecimiento pleno como facilitadores de la satisfacción y el bienestar personal del mayor. Posiblemente, esta situación podría argumentarse desde los enfoques de la gerotranscendencia (Tornstan, 1994) y el gerodinamismo (Schroots, 1995), porque si desde el primero se pone de relieve la capacidad de reflexión sobre la vida que poseen los mayores, a través del segundo se evoca la habilidad de equilibrar situaciones de crisis, cuando por ejemplo existen fracasos o decepciones. Esa sabiduría como inteligencia cristalizada que expresa Sternberg (1987) o como sentido de la integridad según Erikson (1968) les permite vivir con coherencia y plenitud. La persona ha alcanzado una madurez que le hace estar centrada en los problemas, aceptarse a sí misma y

a los demás, y por ende posee una cosmovisión unificadora de la vida.

En referencia a los contextos sociales, es significativo como los sucesos históricos de la Guerra Civil Española, la postguerra y la dictadura han marcado el desarrollo de sus vidas, al igual que se hace referencia en otros trabajos (Puig Rovira, 1995; Cortés, 2001, 2002). La familia, ocupa el principal foco de atención de los sujetos mayores siendo un contexto de bienestar y desarrollo personal de un cariz muy importante, ya sea por esa satisfacción marital (Parker y Parrott, 1995; Corraliza, 1996) o ese cuidado por los nietos (Kivnick, 1988; Medrano 1999). Y por ello, la ocupación en roles familiares no lo viven, la mayoría de los sujetos de la tercera edad entrevistados, como una pérdida de autonomía como se expuso en el objetivo sexto.

Por otra parte, el ámbito profesional en el que han ocupado su vida laboral no se relaciona con las prioridades en cuanto a sus valores como se supuso en el objetivo séptimo. Posiblemente se mueven mayoritariamente por una motivación extrínseca, es decir, por ganar dinero para subsistir. Las causas intrínsecas, relacionadas con la satisfacción personal, no acontecen en los mayores entrevistados, porque el trabajo ha sido para ellos una carga (Bueno, Vega y Buz, 1999). Tampoco la participación en organizaciones sociales es una variable muy significativa entre la muestra, aunque los que sí colaboran lo relacionan con un incremento en su satisfacción vital. En este sentido, Béjar (2001) expone algunas historias de vida de personas mayores, y de ellas extrae algunas conclusiones. Entre éstas, que la autoayuda al propio anciano que proporciona el apoyo al otro, se origina de una intención altruista y redundante en un bienestar moral general, además les hace estar activos. También la autora propone una política intergeneracional, a través de la cual los mayores enseñasen, por ejem-

plo, juegos antiguos a los pequeños e instruyesen a los jóvenes cómo abrirse camino en el mundo laboral. Así, "renacimiento personal, reincorporación ocupacional y capacitación cívica van de la mano" (Béjar, 2001:160).

Estas conclusiones son significativas para poder conocer más la personalidad de la persona mayor y, desde ello, las historias de vida pueden constituir un recurso para trabajar en el campo psicoevolutivo y psicopedagógico. Así, por ejemplo, la

realización de este trabajo podría hacerse a nivel de contexto sistémico-familiar, como apunta Aznar (1996), al aportar un método de relevancia en la educación de la misma. La narración de nuestra vida, en momentos difíciles o de cambios no normativos facilita y mejora la adaptación y el ajuste a las nuevas situaciones. El mismo hecho de narrar proporciona significado a nuestra trayectoria, por ello es un método de optimización evolutiva y terapéutico para las personas mayores, como expresa Serra y Cerda (1997).

BIBLIOGRAFÍA

Aierbe, A., Medrano, C. y Cortés, P. A. (2001). El desarrollo de los valores en la tercera edad: Un estudio desde el marco cultural-contextual. *Revista de Psicodidáctica*, 11-12, 119-132.

Aznar, P. (1996). La autobiografía guiada como técnica facilitadora de comunicación intergeneracional en la familia (171-186). En E. López-Barajas, *Las historias de vida y la investigación biográfica*. Fundamentos y metodología. Madrid: UNED.

Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: on the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 5, 611-626.

Beechem M. H., Anthony C., Kurtz J. (1998). A Life Review Interview Guide: A structured Systems Approach to Information Gathering. *International Journal of Aging and Human Development*, 46, 25-44.

Béjar, H. (2001). El mal samaritano. El altruis-

mo en tiempos de escepticismo. Barcelona: Anagrama.

Bolívar, A. y Domingo, J. (2000). Las historias de aprendizaje institucionales como instrumento para el aprendizaje de la organización. En *Liderazgo y Organizaciones que aprenden. III Congreso Internacional sobre Dirección de Centros Educativos* (161-171). Bilbao: ICE de la Universidad de Deusto.

Bueno, B., Vega, J. L. y Buz, J. (1999). Desarrollo social a partir de la mitad de la vida. En J. Palacios; A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva* (591-614). Madrid: Alianza.

Colby, A. y Damon, W. (1994). *Some do Care*. New York: The Free Press.

Corraliza, J. A. (1999). Calidad de vida en la tercera edad. Ponencia en *Congreso Hispano-Luso de Mayores*. Servicio de publicaciones de la Universidad de Cáceres: Cáceres.

- Cortés, P. A. (2001). Los conflictos éticos de las personas mayores a través de la teoría ecológica de Bronfenbrenner. *Revista de Gerontología*, 11, 3, 109-115.
- Cortés, P. A. (2002). *Hacia un modelo de comprensión del desarrollo moral desde Kohlberg y Bronfenbrenner: Un estudio comparativo e intergeneracional*. Bilbao: Servicio de Publicaciones de la UPV.
- Cortés, A., Aierbe, A. y Medrano, C. (2002). La cultura de la tercera edad: dilemas contextualizados. *Intervención Psicosocial*, 11, 1, 7-25.
- Day, J. M. (1991). Role taking revisited: narrative and cognitive-development interpretations of moral growth. *Journal of moral education*, 20:3, 305-315.
- Erikson, I. (1968). *Identity, young and crisis*. New York: Norton.
- Fernández Ballesteros, R. (1998): Hacia una vejez competente: un desafío a la ciencia y a la sociedad. En M. Carretero; J. Palacios y A. Marchesi (Eds.). *Psicología evolutiva 3. Adolescencia, madurez, senectud* (239-258). Madrid: Alianza.
- Fierro, A. (1999): El desarrollo de la personalidad en la adultez y la vejez. En J. Palacios; A. Marchesi y C. Coll, *Desarrollo psicológico y educación 1. Psicología Evolutiva* (567-590). Madrid: Alianza.
- García, E., Gil, J. y Rodríguez, G. (1994). Análisis de datos cualitativos en investigación sobre las diferencias educativas. *Revista de Investigación educativa*, 23, 231-255.
- Gidenns, A. (1994). *Sociología*. Madrid: Alianza Editorial.
- Gómez, T., Pérez, P. y Vicente, F. (2002). Estereotipos en la tercera edad (491- 505). En M. Fajardo, M. Ruíz, A. Ventura, F. Vicente y JA. Julve, *Necesidades educativas especiales. Familia y educación. Nuevos retos, nuevas respuestas*. Madrid: PSICOEX.
- Hickson, J., Housley, W. F. y Boyle, C. (1988). The relationship of Locus of Control, Age and Sex to Life Satisfaction and Death Anxiety in Older Persons. *International Journal of Aging and Human Development*, 26 (3), 191-199.
- Holahan, C. y Holahan, C. (1999). Being Labeled as gifteg, self-appraisal, and psychological well-being: a life span development perspective. *International Journal of Aging and Human Development*, 48 (3), 161-173.
- Kivnick, H. O. (1983). Dimensions of grandparenthood meaning: deductive conceptualization and empirical derivation. *Journal of personality and social psychology*, 44 (15), 1056-1068.
- Koenig, H. G., Goerges, L. K. y Siegler, I. C. (1988): The use of religion and other emotion regulating coping and gies among older adults. *Gerontologist*, 28 (3), 303-310.
- Kramer, D. A. (1990): Conceptualizing wisdom: The primacy of affect-cognition relations. En R.J. Sternberg (Ed), *Wisdom. Its nature, origins, and development* (pp 279-313). Cambridge: Cambridge University Press.
- Lázaro, V. y Gil, A. (2002). La dedicación de los ancianos a la educación de niños y jóvenes (pp. 561-579). En M. Fajardo, M. Ruíz, A. Ventura, F. Vicente y JA. Julve, *Necesidades educativas especiales. Familia y educación. Nuevos retos, nuevas respuestas*. Madrid: PSICOEX.
- López Barajas, E. (1996). Las historias de vida. Fundamentos y metodología. En E. López Barajas (coor.), *Las historias de vida y la investigación biográfica* (5-12). *Fundamentos y metodología*. Madrid: UNED.
- López, F. (1998): Evolución de los vínculos de apego en las relaciones familiares. En M.J. Rodrigo y J. Palacios, *Familia y desarrollo humano* (pp 117-138). Madrid: Alianza Editorial.
- Medrano, C. (1999): El nivel de desarrollo del juicio moral en la tercera edad. Un estudio cualitativo mediante dilemas reales. En E. Pérez-Delgado y MV, Mestre Escrivá, *Psicología moral y crecimiento personal* (pp 303-317). Barcelona: Ariel.
- Medrano, C., Aierbe, A. y Cortés, A. (2002). Hacia una comprensión de los ámbitos de desarrollo personal desde el enfoque narrativo. *Revista Española de Pedagogía*, 223, 523-541.
- Parker, R. G. y Parrott, R. (1995). Patterns of self-disclosure across social support networks: elderly, middle-aged, and young adults. *Agind and human development*, 41, 4, 281-297.
- Pineau, G y Legrand, G (1993). *Les histories de vie*. Paris: PUF.
- Plummer, K. (1989). *Los documentos personales. Introducción a los problemas y la biografía del método humanista*. Madrid: Siglo XXI.
- Puig Rovira, J. M. (1995). *La educación moral en la enseñanza obligatoria*. Cuadernos de educación 17. Barcelona: Horsori.
- Reyes Rebollo, M. M. (1996). Propuestas para el análisis de datos obtenidos de la aplicación de métodos biográficos. En E. López Barajas (coor.), *Las historias de vida y la investigación biográfica. Fundamentos y metodología* (pp. 255-261). Madrid: UNED.
- Rincón i Verdera, J. C. (2001). José Luis López

Aranguren: reflexiones sobre la vejez des la vejez (99-113). En AJ. Colom Cañeññas y C. Orte Socías, *Gerontología educativa y social*. Illes Balears: Universitat de les Illes Balears.

Sapena, C. y Viquer, P. (2002). La figura del abuelo favorito y la participación en actividades con su nieto (pp. 721-736). En MI. Fajardo, MI. Ruiz, A. Ventura, F. Vicente y JA. Julve, *Necesidades educativas especiales. Familia y educación. Nuevos retos, nuevas respuestas*. Madrid: PSICOEX.

Schroots, J. J. F. (1996). Theoretical developments in the Psychology of aging. *The gerontologist*, 36, 6, 742-748.

Serra, E. y Cerda, C. (1997). Historias de vida en sujetos mayores: cuestiones metodológicas, función terapéutica y aplicación en programas intergeneracionales. *Revista de Psicología de la Educación*, 21, 63-81.

Serrano, JP., Montañés, J. y Latorre, J. M.

(2000). Un modelo de entrenamiento en memoria autobiográfica como método para mejorar la sintomatología depresiva en las personas de la tercera edad. En Marchena Consejeros, E y Alcalá Cuevas, C. *La perspectiva de la educación en el siglo que empieza* (pp 492-494). Servicio de Publicaciones de la Universidad de Cádiz: Cádiz.

Sternberg, R. J. (1987). The use and misuses of intelligence testing: Misunderstanding meaning, users over-rely on scores. *Education Week*, 22, 28.

Tornstam, L. (1994). Gero-transcendence: A theoretical and empirical exploration. In L.E. Thomas y S.A. Eisenhandler (Eds.), *Aging and the religious dimension*. Westport, CT: Auburn House.

Wirth García, C. (2001). *Acción educativa en la vejez*. Barcelona: Edicions universitat de Barcelona.

Witherell, C. y Noddings, N. (1991). *Stories lives tell: narrative and dialogue in education*. New York: Teachers College Press.