Universidad Academia de Humanismo Cristiano

Carrera de Psicología

"La vejez y su encuentro con las pérdidas: Un estudio de caso desde la perspectiva del Análisis Existencial sobre el impacto producido por las pérdidas significativas en el valor y el sentido de la vida de una adulta mayor"

Profesor Guía : Gabriel Traverso
Profesor Informante : Mauricio Rodríguez
Integrantes : Andrea Varas
Gloria Riquelme

Tesina para optar al Título de Psicológo
Santiago, Enero 2018.

Resumen

A partir de que la vejez es un proceso que está asociado a la pérdida de capacidades físicas, flexibilidad psicológica, pérdida de relaciones sociales y a la muerte, es que surge la inquietud de conocer las vivencias de una adulta mayor de sesenta y cinco años de edad, quien ha experimentado diversas pérdidas a lo largo de su vida, las cuáles se han ido acentuando en la tercera edad y que han impactado en el valor de su vida y el sentido que se le otorga a ésta.

Para esta investigación se realizaron dos entrevistas en profundidad, donde los temas principales que se abordaron fue: la pérdida de capacidades físicas, la pérdida de agilidad mental, pérdida de la fuente laboral y pérdida del matrimonio. Con el objetivo de dar cuenta cómo éstos repercutieron en el valor que se le otorga a la vida y al sentido que se le brinda actualmente. Todo esto desde la mirada del Análisis Existencial.

Además se realizó la aplicación de dos test, los cuáles son: el Test de motivación existencial y el Test de Escala Existencial, los cuáles son de corte cuantitativo, pero contribuirán al análisis cualitativo de la investigación. Luego de realizadas las entrevistas se realizó el análisis por categorías, dividido en a priori y emergentes.

Luego de llevar a cabo la investigación fue posible concluir que las diversas pérdidas significativas vivenciadas por la adulta mayor han afectado profundamente su existencia, privándole el disfrutar de la vida, tener una apertura positiva, activa y creativa frente a ésta y hacia sí misma, desarrollar estrategias de afrontamiento funcionales ajustadas a su realidad y desplegar procesos de adaptación ante estos intensos y numerosos estresores, y además, impide y dificultan el dejarse asombrar por el mundo y entrar en intercambio con él, encontrar un sentido para su existencia y alcanzar la plenitud vital.

Índice

1. INTRODUCCIÓN……..…6

1.1. Antecedentes y planteamiento del problema…….…6

1.2. Formulación del problema…….....9

1.3. Aportes y relevancia de la investigación……11

2. OBJETIVOS GENERALES Y ESPECÍFICOS…….....13

3. MARCO TEÓRICO……14

3.1. Teoría Analítico Existencial……...14

3.2. Viktor Frankl…….....14

3.3. Alfried Längle…….....15

3.4. Pérdidas significativas…….…...18

3.5. Vejez…….……..19

3.6. Valor de la vida…….…….....21

3.7. Sentido de la vida…….…….…….23

4. MARCO METODOLÓGICO…….…...26

4.1. Enfoque Metodológico…….……...…...26

4.2. Tipo y diseño de Investigación…….……...…...28

4.2.1. Tipo de investigación…….……...….28

4.2.2. Diseño de investigación…….……28

4.3. Sujeto de estudio…….…….....29

4.4. Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de la Información…….……....29

4.4.1. Actitud Fenomenológica…….…….29

4.4.2. Entrevista en Profundidad……..……...30

4.4.2.1 Pauta preguntas guión……..…….....31

4.4.2.1 Procedimiento de recogida de información……..…..32

4.4.3. Escala Existencial……..…….....33

4.4.4. Test de Motivaciones Existenciales……..…….....34

4.5. Plan de análisis de la información…….....34

4.6. Consideraciones éticas…….....36

5. ANÁLISIS Y RESULTADOS…….38

5.1 Análisis descriptivo por categorías y categorías emergentes.....38

5.1.1 Categoría N° 1: Pérdidas significativas vivenciadas……...38

5.1.2 Categoría N° 2: Valoración de la vida en la tercera edad……...39

5.1.3 Categoría Emergente N° 3: Motivaciones para realizar en el futuro…….…….……40

5.1.4 Categoría Emergente N°4: Autopercepción…….…...….....41

5.1.5 Categoría Emergente N° 5: Experiencias y relaciones con entorno familiar/social…….42

5.1.6 Categoría N°6: Impacto de las pérdidas significativas en la vida cotidiana……...….…….…44

5.1.7 Categoría N° 7: Sentido de su vida……..…...……..…..45

6. INTERPRETACIONES TEST……..……..47

6.1 Test de la motivación existencial……..……47

6.2 Test escala existencial…….……..……48

7. CONCLUSIONES……..……52

8. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS……...……..55

9. ANEXOS……...…..59

1. Introducción:

1.1 Antecedentes y Planteamiento del Problema:

La vejez es el destino de todos, es una fase natural del ciclo vital humano que posee particularidades, posibilidades de desarrollo y crecimiento humano y por ende, no es una etapa de involución. Los mitos, sentimientos y expectativas negativas que existen en torno a ella forman parte de representaciones sociales que definen de manera adversa lo que es ser adulto mayor y cómo deben vivenciar esa etapa, lo que repercute de cierta forma en el envejecer pleno de las personas (Villanueva, 2009).

La población de adultos mayores del mundo ha aumentado en las últimas décadas, tal como lo indican las proyecciones demográficas de las Naciones Unidas que revelaron para el año 2000 alrededor de seiscientos millones de ancianos, cantidad que se duplicaría en el año 2025. Además, se estimó que desde el año 2010 el crecimiento de este segmento de la población aumentaría en un 3,1 %, sin embargo, al parecer este incremento en la expectativa de vida no conlleva un aumento en la calidad de vida de los adultos mayores. Al respecto, de acuerdo al Indicador de Calidad de Vida Saludable de la Organización Mundial de la Salud, en Chile sólo hasta los 68.6 años se vive de esta forma (INE y CEPAL, 2004 citados en Merlet & Parra, 2010).

Dentro de este marco, en el año 1940 debido al aumento de la expectativa de vida, surge por parte de las ciencias sociales el interés por estudiar el fenómeno del envejecimiento, creando la disciplina llamada “Gerontología”, la cual se propone el estudio sistemático de la vejez, partiendo desde cómo ésta afecta al individuo, hasta cómo él a su vez transforma a la sociedad (Merlet & Parra, 2010).

Por otro lado, a principios de los años 60, surge la Psicología Evolutiva, disciplina en la cual se encuentran escasas referencias en torno a la tercera edad, en comparación con las otras etapas del ciclo vital, existiendo una gran brecha en relación a las teorías psicológicas del desarrollo infantil o adolescente, ya que más bien son resultados de investigaciones. A la luz de estos hechos, a partir de la década

del 90, comienzan a emerger interesantes teorías y estudios que parten de una nueva perspectiva de la vejez, considerándola como una etapa más de la existencia humana y que puede y debe ser considerada una fase positiva del desarrollo individual y social (Villanueva, 2009).

Es dentro de este contexto y debido a la visibilización y el creciente interés en este grupo etario, que en Chile durante el mes de Julio de 2002 el Congreso Nacional aprueba el Proyecto de Ley para la Creación del Servicio Nacional del Adulto Mayor, cuya ley Nº 19.828 es promulgada el 17 de Septiembre de 2002, de esta forma SENAMA comienza a operar en Enero de 2003, institución que se propone fomentar el envejecimiento activo y el desarrollo de servicios sociales, fortaleciendo la participación y valoración de los adultos mayores en la sociedad, promoviendo su autocuidado y autonomía, y favoreciendo el reconocimiento y ejercicio de sus derechos (SENAMA, s.f).

Así mismo, Fierro (2002 citado en Villanueva, 2009), considera que existen diversos modos de envejecer, uno de ellos es el "buen envejecer" derivado del adquirir la plenitud humana, destacando la capacidad de amor, de comunicación, de goce, de trabajo, de disposición activa y creativa, junto con la elaboración de un sentido de la propia identidad y el despliegue de estrategias de afrontamiento funcionales ajustadas al medio y a la realidad de cada individuo.

Por consiguiente, si la persona puede estar - ahí, amar y valorar la vida, descubrirse y estimarse, también requiere auto trascenderse, es decir necesita encontrar un sentido, un propósito para su vida, el que hace referencia a un "actuar", a un trascender de sí para ir al mundo, pues la vida sin sentido no permite la plenitud humana, al contrario es una de las vivencias más insoportables para el ser humano. (Croquevielle & Traverso, 2011).

Por otro lado, la vejez también es percibida como un proceso ligado a la partida de este mundo, junto al hecho de que el ser humano tiene que decir adiós a una variedad de cosas y personas en el curso de su vida, sobretodo en la tercera edad, ya

que en esta etapa es posible observar múltiples pérdidas significativas, tales como: la pérdida de su estado físico y su fuerza, de flexibilidad psicológica y mental, de su rol profesional y social, de recursos económicos, familia y amigos. Estas circunstancias pueden instalar el sentimiento de que todo es en vano y que no vale la pena ningún esfuerzo porque todo es pasajero y terminará de igual forma en la muerte, razón por la cual una de las ocupaciones más relevantes del ser humano es poder aceptarla (Längle & Probst, 2000).

Al respecto, un estudio sobre las pérdidas vivenciadas en la vejez de Montero - López & Rivera - Ledesma (2008) indica que, una persona puede ser privada de muchas cosas, reales o simbólicas, pero no cualquier cosa de la que se le prive le dará sentido a una pérdida, comprendiendo como pérdida la privación de algún recurso significativo, es decir, algo que forma parte importante del mundo afectivo de la persona, siendo finalmente esta privación la responsable de generar gran dolor afectivo. Dentro de la vejez, se pueden apreciar numerosos cambios asociados con pérdidas en áreas importantes de la existencia, lo que trae consigo una serie de transformaciones físicas, sociales y psicológicas que matizan y definen la vejez, y que exigen de la persona el despliegue de un proceso de adaptación ante estresores intensos y numerosos.

De acuerdo a esto, cuando las pérdidas significativas se presentan como amenaza y no como un hecho consumado, surge entonces la ansiedad, que en el caso del adulto mayor puede tomar la forma de ansiedad frente a la vejez o ante la muerte, al mismo tiempo se pueden producir sentimientos de depresión, desesperanza, baja autoestima y soledad, etc., condiciones que pueden resultar ser una carga muy pesada para el bienestar emocional de una persona que está envejeciendo, vivenciando una total pérdida de control sobre su vida y experimentando emociones negativas que a su vez la pueden conducir al aislamiento social y la apatía.

En esta misma línea, un informe publicado por la OMS (2016) señala que, los adultos mayores que sienten que son una carga para los demás y que tienen un estado

de ánimo negativo viven en promedio 7,5 años menos que las personas con una actitud positiva.

1.2 Formulación del Problema y Pregunta de Investigación:

De acuerdo a lo expuesto anteriormente, la vejez es compleja en varios aspectos, ya que si bien es considerada por algunos como una etapa de madurez y descanso, también se encuentra acompañada de diversas pérdidas, lo que podría conllevar a que el adulto mayor se perciba inútil, además de sentir que es una carga para otras personas.

En este sentido, otro aspecto importante es el aislamiento que vivencian algunos adultos mayores, ya que debido al alejamiento de las personas y/o la muerte del cónyuge, quedan inmersos en una vida solitaria, sin tener con quien hablar ni compartir, perdiendo incluso el interés de establecer conversaciones con otros, situaciones que los pueden llevar a una vida vegetativa, sin relaciones sociales y sin sentido, pues no se perciben necesitados por el mundo. Particularmente, las personas que han dedicado toda su vida al trabajo se ven enfrentadas a una vida sin propósitos, hecho que podría desencadenar diversos sentimientos negativos y depresivos (Längle & Probst, 2000).

Al respecto, es posible inferir que no es viable llevar una vida sin relaciones sociales, ya que como señala Beauvoir (1986 citada en Minsal, 2007) el ser humano es un ser de carácter social por naturaleza, que requiere satisfacer esa necesidad de compartir y relacionarse y principalmente necesita el reconocimiento de los demás para su existencia, siendo precisamente lo que se pierde en la vejez. De igual modo, Croquevielle & Traverso (2011) postulan que, las condiciones necesarias para valorar la vida son justamente las relaciones, el tiempo y la cercanía.

Conforme a esto, los adultos mayores podrían preguntarse: ¿Existe algo por lo que estoy interesado? ¿Hay algo que yo aprecie tanto que me haga desear seguir

viviendo? ¿Me gusta vivir? Por consiguiente, las vivencias en relación a las pérdidas significativas y la desesperanza pueden provocar que el adulto mayor perciba que su vida no tiene ningún propósito, entonces, si no concibe la vida como digna de ser vivida, se generará en su existencia una caída hacia el vacío y la invalidez. Por lo que la vida reclama desarrollo ante la presencia de dificultades, y particularmente la vejez exige este logro y a su vez pregunta por la referencia final de la existencia humana ante la perspectiva de soledad, desamparo y pérdidas, impulsando al adulto mayor a realizar una mirada hacia su interior (Längle & Probst, 2000).

En el marco de lo expuesto anteriormente y a partir de las múltiples vivencias, se desprende que las personas configuran una forma de mirar, interpretar y existir en el mundo, que se constituye en relación a las "cuatro motivaciones fundamentales de la existencia", estructuras basales que contribuirían a una existencia plena, de las cuales particularmente, la segunda y la cuarta motivación fundamental aluden a una profunda conexión con la vida y el mundo, donde emergen las preguntas acerca del valor y el sentido que tiene la vida, y donde es necesario el intercambio con el mundo, así como también es necesario un hacer, un actuar, el salir desde sí, trascenderse para ir al mundo, el que necesita de sí y desde el cual se percibe necesitado. En este escenario, el adulto mayor puede encontrarse en un dilema cuando concibe el seguir viviendo como un inconveniente, tanto para él como para sus seres queridos (Croquevielle & Traverso, 2011).

Esta disyuntiva según Längle & Probst (2000), puede ser resuelta por la persona de dos formas; de forma positiva y creativa, valorando la vida, abriéndose para ser impresionado por el mundo y entrar en intercambio con él, o en su forma negativa, donde la vida parece miserable, compleja y sin esperanza de cambio, manifestándose diversos cuadros depresivos.

A la luz de este complejo panorama, reflejado y vivenciado en esta particular etapa de la vida, rodeada de pérdidas y cambios en todo ámbito, tanto en lo personal como en lo psicológico, físico y social, es que surge la siguiente pregunta que guiará nuestra investigación:

¿En qué aspectos las pérdidas significativas experimentadas en la tercera edad afectan el valor y el sentido de la vida de una adulta mayor de 65 años de edad?

1.3 Aportes y Relevancia de la Investigación:

A continuación se precisarán los aportes y la relevancia de la presente investigación a la Psicología, donde se encuentra la relevancia teórica, la que se enmarca en el hecho de que en la literatura revisada hasta ahora no existen estudios suficientes que profundicen las reales vivencias de los adultos mayores, particularmente en torno a las pérdidas significativas, sino que más bien, son resultados de investigaciones y en general dan una mirada global a la temática.

Conforme a esto, se pretende contribuir a la comprensión, profundización y ampliación de conocimientos con respecto a las vivencias subjetivas de la vejez en relación a las pérdidas significativas y la forma en que esto impacta la valoración y el sentido de la vida, con el fin de responder de forma óptima desde el saber de nuestra disciplina a las reales experiencias que emergen en esta etapa.

Por otro lado, tal como se mencionó anteriormente, la vejez es la etapa del desarrollo que implica una mayor cantidad de pérdidas significativas, por lo tanto, no debemos agregar a este hecho, de por sí doloroso, el desprecio por esta etapa de la

vida, considerando que es posible que en muchos sentidos exista una multiplicidad de obstáculos para identificarnos y empatizar con la vejez y sus vivencias, resistiéndonos a la idea de la propia vejez. Esto probablemente debido a que, como señala Elías (1987 citado en Minsal, 2007), ésta es la única edad normal de la muerte, lo que por otra parte, a su vez revela el hecho de que a pesar de todos los adelantos científicos y tecnológicos no podemos evitar morir (Minsal, 2007).

Por consiguiente, en lo que respecta al ámbito social, esta investigación persigue sensibilizar, humanizar e instruir tanto a las nuevas generaciones como a las ya existentes sobre las particularidades de estas vivencias y sus consecuencias, otorgando una visión auténtica y renovada de los adultos mayores y de su proceso de envejecimiento.

2. Objetivos Generales y Específicos:

❖ Objetivo General:

Determinar en qué aspectos las pérdidas significativas experimentadas en la tercera edad afectan el valor y sentido de la vida de una adulta mayor de 65 años de edad.

❖ Objetivos Específicos:

1. Indagar cuáles son las pérdidas más significativas que ha experimentado una adulta mayor en este momento evolutivo.

2. Describir de qué forma impactan las pérdidas significativas en la existencia de una adulta mayor.

3. Explorar cuál es el valor que una adulta mayor le otorga a su vida producto de sus vivencias de pérdida**.**

4. Indagar cómo concibe una adulta mayor el sentido de su existencia en relación a las pérdidas significativas vivenciadas.

3. Marco Teórico:

El presente trabajo investigativo pretende realizar una aproximación desde la mirada del Análisis Existencial, al valor y sentido de la vida de una adulta mayor, en relación con las pérdidas significativas vivenciadas en esta particular etapa del ciclo vital. Para lo cual se comenzará con una revisión de los orígenes y los principales aspectos teóricos del Análisis Existencial, posteriormente se desarrollará el concepto de pérdidas significativas, así como también las nociones acerca de la tercera edad, del valor de la vida y del sentido existencial.

3.1 Teoría Analítico Existencial:

La noción de "analítico" es originaria del griego "análisis", que expresa "descomposición", lo que vendría a ser la diferencia y separación de las partes de un todo para lograr conocer sus principios o elementos. Por otro lado el concepto "existencial" es originario del "existencialismo", el cual es una corriente filosófica que nace luego de la primera guerra mundial y reaparece nuevamente en la segunda guerra mundial. El existencialismo entiende la existencia humana como la vivencia íntima e intuitiva del hombre. "El pensador se sabe existencia como fruto de una experiencia personal en la que se siente un yo" (Caprio, 2005a citado en Merlet & Parra, 2010).

3.2 Viktor Frankl:

El Análisis Existencial y la Logoterapia aparecen publicados por primera vez por el Neurólogo y Psiquiatra Viktor Frankl en el año 1920 (Längle, 2013).

Frankl llamó al Análisis Existencial al trasfondo teórico y a la Logoterapia a la práctica de su método psicoterapéutico. Es aquí donde aparece la mirada dialógica donde el Yo surge como un Ser, existiendo en un encuentro con el otro.

Frankl desarrolla la Logoterapia, a fin de complementar las psicoterapias que existían en aquella época, las cuales eran el psicoanálisis de Freud y la psicología individual de Adler, que fueron desarrolladas en medio de dos guerras mundiales (Croquevielle, 2009).

Frankl no quiso desarrollar una teoría que reemplazara a las anteriores, sino que se empeñó en realizar una psicoterapia que utilizara la dimensión espiritual, donde podían ser respondidas las siguientes inquietudes que afectaban al ser humano: "¿Para qué estoy aquí?", "¿Qué sentido tiene mi vida?" (Croquevielle, 2009).

3.3 Alfried Längle:

Luego, Alfried Längle discípulo de Frankl, se da cuenta de que el "Sentido", si bien es importante, no es la única forma de comprender al ser humano, sino que era necesario un enfoque psicoterapéutico que abarcara al ser humano de forma íntegra (Croquevielle, 2009).

Es así como surge el Análisis Existencial, el cuál es definido como "una psicoterapia fenomenológica-personal", cuyo objetivo es ayudar a la persona a alcanzar un vivenciar libre (mental y emocional), tomas de posición auténticas y un trato responsable consigo mismo y con su mundo (Längle, citado en Croquevielle, 2009).

El objetivo principal del Análisis Existencial es movilizar la capacidad del hombre a decidirse, dando cuenta que con esto la persona puede ser libre y responsable (Merlet & Parra, 2010).

Es aquí donde Alfried Längle desarrolla las cuatro motivaciones fundamentales (MF) de la existencia, que se relacionan al concepto antropológico de Viktor Frankl, esto es un ser tridimensional (biológico, psicológico y espiritual), al cual Längle agrega una cuarta, referida a la de un ser actuante.

Las cuatro motivaciones fundamentales son: El Poder Ser, que es la dimensión ontológica vinculada con la confianza, en segundo lugar se encuentra el "Gustar vivir", dimensión axiológica referida a los sentimientos, en tercer lugar se encuentra el "Permitirse ser uno mismo", la que se enlaza con la dimensión ética y la autoestima. Por último cabe mencionar la cuarta motivación fundamental, que como se dijo anteriormente, está referida al ser actuante, se trata del "Devenir activo" que se orienta hacia un futuro, referido a la dimensión del Sentido (Längle, citado en Croquevielle, 2009).

A continuación las 4 MF de Alfried Längle, serán revisadas de forma más detallada para lograr una mayor comprensión:

- *La 1ª Motivación Fundamental* como fue mencionado anteriormente, se trata del "Poder ser" en relación a uno mismo, es decir, como "yo soy conmigo", y como soy hacia el mundo externo, por ejemplo: la familia, el trabajo, la cultura, etc. En definitiva se trata de un diálogo entre el mundo interno y externo, donde la percepción ocupa un lugar importante y la perturbación será el principio del sufrimiento (Croquevielle, 2009).

Según Croquevielle & Traverso (2011) la pregunta fundamental de esta motivación es "*yo soy, pero ¿Puedo ser?*" y junto con esto son necesarias ciertas condiciones para que se cumpla esta motivación, las que aluden a: La protección, el espacio y el sostén.

- *La 2ª Motivación Fundamental* se refiere al "Gustar vivir", lo que se relaciona a la conexión con la vida, aquí se encuentran los sentimientos y las relaciones y su desarrollo será fundamental para el gustar vivir del sujeto, ya que si esto no se cumple se vivirá el duelo por la vida no vivida (Croquevielle, 2009).

La pregunta fundamental para esta motivación es: *"Estoy vivo, pero ¿Me gusta vivir?"*. De acuerdo a esto, las condiciones para que esta motivación fundamental sea posible son: Las relaciones, el tiempo y la cercanía. (Croquevielle & Traverso, 2011).

- *La 3ª Motivación Fundamental* de la existencia, se refiere al "Ser sí- mismo", es decir, primero se debe ser consciente de que "yo soy yo", pero ante esto surge la pregunta ¿Me permito ser como soy?", aquí es donde aparece el otro, quien me tratará (o no) con consideración, aprecio y justicia, que son las condiciones elementales en la construcción de la identidad y autoestima (Längle, 2000).

- *La 4ª Motivación Fundamental* se refiere al "Sentido", y es una motivación puramente existencial, es aquí donde surge la pregunta: "Yo estoy aquí, pero ¿Para qué soy bueno?", esta motivación alude a una acción, un salir de sí, trascender para ir al mundo (Längle, 2000).

Croquevielle & Traverso (2011) señalan que, las condiciones para que esta motivación se cumpla son: Un campo de acción, un contexto estructural valorado y un valor para realizar en el futuro. En el caso de que éstas no sean cumplidas el resultado puede ser: frustración, desesperación y sentimientos de vacío.

De acuerdo a esto y en conclusión, si el ser humano puede estar ahí, amar la vida y además encontrarse y valorarse, asimismo necesita trascenderse (auto-trascendencia).

3.4 Pérdidas significativas:

En el proceso de envejecer, se presenta una realidad que viene acompañada de constantes pérdidas y duelos (Rodríguez, 2014). En este sentido, Längle (2006), señala que éstos refieren a la pérdida de un valor vital que está relacionado con algo importante del ser y que produce sufrimiento. Esto quiere decir que una parte de la vida ya no está y esta situación es irreversible, lo que deriva en una despedida.

Significativo/a es definido por la RAE (2014), como algo que tiene importancia por representar o significar algo.

De acuerdo a Cabodevilla (2007), el ser humano desde su nacimiento está expuesto a diversas separaciones y pérdidas, es decir, la persona establece vínculos a lo largo de su desarrollo y por algún motivo se rompen y desencadenan en un duelo. Al respecto, el autor señala que cada pérdida que se viva, traerá consigo un duelo, pero la intensidad de éste no dependerá de la naturaleza del objeto perdido, sino que obedecerá exclusivamente a la intensidad afectiva que se depositó en él o cuan significativo fue para la persona que vivencia su pérdida.

El Análisis Existencial postula que las pérdidas provocan la vulnerabilidad en el hombre (Castillo, 2008). Y tal como se describió anteriormente, la adultez mayor es la etapa en la que se vivencian una mayor cantidad de pérdidas, tanto físicas como psicológicas y sociales. En este caso, el adulto mayor puede caer en la desesperanza y la inutilidad, lo que resultaría en sentimientos depresivos, a menos que éstos puedan ser re direccionados hacia una aflicción activa (Längle y Probst, 2000). Por supuesto que esto dependerá de la actitud existencial que tenga la persona, quien puede sentirse totalmente abatida o abrirse a lo que la vida le ofrezca (Rodríguez, 2014).

3.5 Vejez:

Tal como se mencionó anteriormente, la disciplina que estudia el ciclo vital del ser humano es la Psicología Evolutiva, enfoque que considera a Erick Ericsson (1902-1994) como el autor más relevante, ya que fue el primero en identificar todas las etapas del desarrollo, denominando la fase final de la vida con el término "vejez", según el autor, esta etapa se caracteriza por experimentar crisis en relación a la integridad del yo versus la desesperanza.

No obstante, a pesar de esta mirada, es importante considerar igualmente el carácter activo del ser humano en sus constantes y múltiples interacciones con el mundo en un contexto socio histórico y cultural particular (Villanueva, 2009).

A su vez, las perspectivas y los significados de la vejez son múltiples y diversos a lo largo de la historia. Algunos presentan continuidad, tales como una mayor fragilidad física o de cercanía con la muerte, aunque de todas formas ninguna de estas referencias son significados universales (Iacub & Sabatini, 2009).

Las ciencias médicas, en particular los avances de la Geriatría, evidencian el desarrollo que ha tenido en las últimas décadas el conocimiento de la vejez biológica. Es así como se sabe que hoy en día el umbral fisiológico de la vejez se ubica alrededor de los 80 años, lo que muestra una diferencia de 20 años con respecto a tiempos pasados (Iacub & Sabatini, 2009).

En esta misma línea, Bobbio señala que a los 60 años se es considerado viejo sólo en un sentido burocrático, simplemente por encontrarse en la edad que da derecho a una pensión (1987 citado en Minsal, 2007). En este sentido, el término de la participación activa en el ámbito laboral es sólo un corte artificial en el continuo de vida de una persona que tiene fuertes consecuencias en los planos económico, social y afectivo (Minsal, 2007).

Por su parte, la visión de la Gerontología en torno a la tercera edad discrepa con aquellas premisas que asocian la vejez con la enfermedad, y al contrario, presenta un cuadro de ella muy distinto, que revela potenciales de salud más amplios y nuevas formas de concebirla. El discurso de esta disciplina construyó un modelo de envejecimiento que desafiaba los estereotipos de patología y deterioro, cuestionando las falsas creencias sobre el estado de salud de los adultos mayores, e instaurando un nuevo concepto, el de salud funcional, que permite comprender la salud al margen de esquemas rígidos y poco prácticos para este grupo etario. Sin embargo, aunque este enfoque planteó la temática desde perspectivas diferentes, con diversas teleologías, autoridades y estrategias, se siguió problematizando esta fase de la vida desde el mismo paradigma binario de salud-enfermedad (Iacub & Sabatini, 2009).

En la actualidad continúan existiendo diversas teorías y perspectivas que intentan definir desde diversos espacios disciplinares y multidisciplinares al envejecimiento. En particular, desde la Psicología, el Análisis Existencial postula por un parte que, si bien es cierto que tanto la fragilidad como las aflicciones, las enfermedades y las necesidades de los adultos mayores evidencian que la fuerza de la vida se encuentra quebrada, y que de acuerdo con esto al parecer lo único que queda es esperar la muerte, y si además agregamos a esto que en la vejez la impresión de una vida sin objetivos se intensifica aún más si los adultos mayores se sienten inservibles o si perciben que son una carga para las demás personas.

Por otro lado, plantea que estos singulares aspectos, propios de la existencia y de las experiencias vivenciadas por los adultos mayores junto con las dificultades que éstos conllevan pueden ser comprendidos de forma relativamente sencilla si cada persona se preguntara: ¿Para qué es buena mi vida? ¿Existe algo que realmente me interese? ¿Cómo puedo estar a gusto si estorbo e interfiero en la vida de los demás? ¿Deseo vivir si necesito cuidados?

El descubrimiento de una respuesta a estas interrogantes es uno de los desafíos más trascendentales de la existencia, lo que da cuenta de la más íntima y profunda

relación que existe entre el ser humano y su vida. Esta perspectiva, sostiene que en la vejez el ser humano podría descubrir paulatinamente que la búsqueda de una actitud positiva hacia la vida y el logro de una comprensión total de ella, podría ser el sentido último de la vida (Längle & Probst, 2000).

3.6 Valor de la vida:

De acuerdo a Längle (1991) el valor se refiere a algo bueno que experimenta la persona de modo inmediato y subjetivo, donde percibir ese valor, se refiere a "vivenciar el valor".

La percepción de éste se encuentra en una cercanía corporal o "sensible" al ser, por esta razón es que los valores pueden mover a la persona, ya que éstos la tocan internamente y se aproximan a ella (Guardini citado en Längle, 1991).

Además los valores no son algo que pueda ser pensado, sino que es algo que siente espiritualmente la persona y que tiene la capacidad de moverla afectivamente por medio de la emoción que éste le provoca, ya que para cada valor existe una emoción. Gracias a esto se consolida y se refuerza la fuerza vital de una persona, creando intencionalidad en ésta (Längle, 1991).

Es aquí donde emerge la segunda motivación fundamental, la que alude a una profunda conexión con la vida, las relaciones, la cercanía y los sentimientos, donde la pregunta existencial que se establece es: "yo estoy vivo, pero ¿Me gusta vivir?", instancia en la cual la persona puede cuestionarse además "¿Qué es para mí vivir? ¿Qué necesito para sentir que mi vida es mi vida?", de acuerdo a este vivir y sentir se puede adoptar una postura respecto al gusto por la vida y su relación con el mundo (Croquevielle & Traverso, 2011).

Conforme a esto, la persona toma una posición respecto a lo afectivo, donde el gustar vivir enriquece el valor que se le da a la vida y al deseo de vivirla. En esta motivación, aparece la relación más profunda con la vida, debido a que es en este contexto donde se alimenta el gusto por vivir y se significa la vida de forma valiosa, lo que puede manifestarse mediante las siguientes preguntas: ¿Me interesa realmente vivir? ¿Es realmente buena la vida? ¿Es bueno que yo exista? (Merlet & Parra, 2010).

Para apropiarse de la vida y amarla se requieren tres condiciones, las que resultan imprescindibles para sentir el valor de la vida, éstas son: cercanía, tiempo y relaciones. Si se cumplen la persona puede experimentarse a sí misma en armonía con el mundo y consigo misma, logrando sentir la profundidad de la vida. Estas experiencias constituyen el valor fundamental, el sentimiento más intenso hacia el valor inherente de la vida (Längle, 2003).

La cercanía se define como el acercamiento a la vida, lo que también posibilita la experiencia de ser impresionado por ésta, y donde es conmovida la propia vida y lo más íntimo de ella (Croquevielle & Traverso, 2011).

Es aquí también donde surgen los sentimientos, por el hecho de ser "tocado o conmovido" por la vida, pero para esto es necesario tiempo, ya que los sentimientos necesitan movilizarse y mantenerse para que la vida se vuelva valiosa. Cuando se está en contacto con la vida, ocurren movimientos en la persona, donde se aprehende lo que se recibe, resultando en una relación. Al cumplirse estas condiciones se puede concluir que es posible un sentir, el que es fundamental para que la relación exista, ya que nos indica que hay un sentimiento incluido ahí. Al sentir, la persona está habilitada para mantener una relación con la vida, ya que gusta de ella, y desde ahí toma una postura frente a valores actitudinales (Merlet & Parra, 2010).

Längle (1998) señala que, si la cercanía, el tiempo y las relaciones se encuentran ausentes, la psique como guardiana del bienestar y el sentimiento vital básico reacciona protegiendo a la persona para disminuir el sufrimiento que provoca la

frustración de los supuestos de la existencia personal. Estas reacciones de protección, llamadas usualmente *"Reacciones de Coping"*, tienen como propósito que la persona pueda escapar lo más pronto posible de las situaciones peligrosas, para salvaguardar de esta manera la subsistencia psíquica y física.

Cuando faltan las reacciones de coping se instalan los sentimientos patológicos o si, por el contrario, se convierten en una fijación surge la depresión. Estas reacciones son: retraimiento, esfuerzo y rendimiento, rabia y resignación (Croquevielle & Traverso, 2011)

No obstante, cuando la persona determina "¡Es bueno que yo exista!", logra posicionarse y junto a esto decirse "¡Es bueno vivir para mí!", alcanza la actitud esencial. En esta motivación es fundamental que la persona actúe frente a su vida y que guste de ella, logrando esto es posible que surja la apertura, que permite sentir y disfrutar de vivir, del cuidado, del amor, la alegría, la gratitud, etc. (Croquevielle & Traverso, 2011).

3.7 Sentido de la vida:

El sentido está asociado a la cuarta motivación fundamental, la cual es, según (Croquevielle & Traverso, 2011), estar abierto a los contextos de sentido para que sea posible la existencia del sentido. Así mismo, es necesario que se cumplan las tres motivaciones existenciales anteriores, las cuales son: el poder ser en el mundo, el gustar vivir y el permitirse ser en el mundo.

El ser humano tiene la aptitud de actuar la vida, encontrarse con ésta y valorarse, pero también es necesario auto-trascenderse, surgiendo la pregunta ¿Para qué es bueno estar aquí? En esta motivación no sólo se encuentra el ser humano con su motivación personal - existencial, sino que es puramente existencial. Para esta motivación es necesario el intercambio con el mundo y es necesario el hacer, el

actuar, salir desde sí, trascenderse para ir al mundo, que necesita de sí y desde el cual se concibe necesitado. (Croquevielle & Traverso, 2011).

Vivir existencialmente es sentirse preguntado, ser interrogado y poder dar respuesta, distinguirse por medio de la presencia e instalarse en un horizonte más amplio en el mundo. Ser capaz de relacionarse con otro (trascendencia), con el suceder y con lo que le espera. (Längle, 2000).

Para que el Sentido pueda llevarse a cabo, es necesario que se cumplan las siguientes condiciones fundamentales:

- *Tener un campo de actividad/acción:* Donde el ser se sienta necesitado, exigido y donde pueda entregar, haciéndose productivo, colaborando de forma positiva en el mundo.

- *Vinculación con un contexto mayor:* Es donde el sujeto puede hacer algo, ser activo, de esta forma da orientación.

- *Valor para realizar en el futuro:* El acto debe enfocarse hacia un valor. "La entrega debe ser una contribución a un devenir, a un llegar a ser" (Längle, 2000). En conclusión, el Sentido es el valor principal para lo cual se desea existir.

Si estas condiciones fundamentales no son cumplidas, es donde surgen las reacciones de coping, donde el sujeto forma relaciones provisorias, donde es incapaz de comprometerse con algo o alguien. Así mismo, se encuentra el fanatismo, donde la persona realiza actividades de forma obsesiva con el propósito de no darle espacio a la duda. Por otro lado, puede surgir la idealización a modo de protección de este vacío cubriéndolo con una persona o una idea. También, surge el vandalismo, como forma de hacer saber al otro la falta de sentido por medio de la agresión, la destrucción y daños. (Längle, 2000).

En el momento cuando no se cuenta con más energía surge la desesperación, esto cuando la actividad y lo pasivo están implícitos. Además, está la desesperanza y la victimización, donde el sujeto se siente como una víctima. Y por último, se encuentra el cinismo y el nihilismo. (Längle, 2000).

4. Marco Metodológico:

4.1 Enfoque Metodológico:

Esta investigación se encuentra enmarcada en la teoría del Análisis Existencial, enfoque que utiliza como método de conocer a la Fenomenología, que es una corriente filosófica desarrollada muy especialmente por el alemán Edmund Husserl a principios del siglo XX, y se enfoca en la esencia y singularidad de los fenómenos.

Esta corriente emerge poniendo en tela de juicio el método científico, su objetividad y validez, cuestionando su forma de acceder a la realidad, y postulando que de igual forma intervienen juicios, creencias y valorizaciones, que no dan cuenta de la realidad, sino de una forma particular de aproximarse a ella. En este contexto, Husserl plantea "ir a las cosas mismas", y para que esto sea posible, es necesario poner entre paréntesis las propias nociones acerca de la realidad, hecho que conceptualiza como "Epojé". De este modo, surge una nueva forma de aproximarse a la persona, donde las teorías y el conocimiento previo se dejan de lado para captar la esencia de la persona, entregándose a los contenidos percibidos (Längle, 2007).

A su vez, Längle (2007) señala que la Fenomenología no es sólo un método, sino que es también una actitud que demanda un compromiso, un implicarse personal de quien la practica para lograr acercarse al "fenómeno" y encontrar a la persona. Actitud que es desplegada en el Análisis Existencial y que requiere de una "doble apertura" y de una falta de prejuicios para comprender profundamente al otro y a uno mismo. En primer lugar, está la apertura hacia afuera, la que dirige la mirada hacia el otro, permitiéndole permanecer en su modo propio, y en segundo lugar se encuentra la apertura hacia adentro, que refiere a los efectos que el fenómeno tiene en uno.

Por consiguiente, se propone y se persigue a través de la actitud fenomenológica, alcanzar una descripción sobre los aspectos en que las pérdidas significativas experimentadas en la tercera edad afectan la valoración y el sentido de

la vida de una adulta mayor, exenta de juicios preconcebidos, renunciando a cualquier información que no provenga directamente de ella, excluyendo los conocimientos previos, los juicios de valor y las creencias preestablecidas en torno a esta temática, lo que brindará una aproximación a estas experiencias y a la forma en que ella mira e interpreta tanto su mundo interno como su mundo externo desde sus propias vivencias.

La metodología utilizada en la presente investigación fue la Cualitativa, la cual no busca generalizaciones, sino que más bien ofrece una comprensión y profundización de lo estudiado, riqueza interpretativa, contextualización del ambiente o entorno y experiencias únicas (Rodríguez, Gil & García, 1999).

Esta metodología aporta un punto de vista holístico de los fenómenos observados, donde el investigador no reduce a variables a las personas, escenarios o grupos, sino que los considera como un todo, además trata de comprenderlas dentro del marco de referencia de ellas mismas, separando sus propias perspectivas o predisposiciones (Taylor & Bodgan, 1986).

Conforme a esto, el presente trabajo investigativo buscó comprender el discurso de una adulta mayor e indagar si para ella su vida es o no un valor y si su existencia tiene sentido, de acuerdo a las pérdidas significativas que haya vivenciado en esta particular etapa.

Por otro lado, se aplicó la “Escala Existencial” (EE), test conformado por 46 preguntas cerradas que tratan temáticas en torno al sentir y la existencia. Y también el “Test para medir la motivación existencial” (TEM). Cabe destacar que, aunque la presente investigación es de corte cualitativo, se emplearon estos dos instrumentos cuantitativos, con el propósito de que contribuyeran al análisis cualitativo.

4.2 Tipo y diseño de Investigación:

4.2.1 Tipo de Investigación:

Este trabajo investigativo se llevó a cabo mediante un "Estudio de Caso", los que se caracterizan fundamentalmente por abordar de forma intensiva una unidad, la que puede referirse a una persona, una familia, un grupo, una organización o una institución (Muñiz, 2010).

Así mismo, el estudio de caso se define como una investigación que por medio de la metodología cualitativa, cuantitativa y/o mixta, analiza profundamente una unidad integral para responder tanto al planteamiento del problema, como a la comprobación de hipótesis, según sea el caso, y desarrollar teoría. También, implica un proceso de indagación que se caracteriza por el análisis detallado y comprehensivo de temas o hechos actuales, que representan algún tipo de problemática de la vida real, compleja y particular, en la cual el investigador no tiene control (Hernández, Fernández & Baptista, 2010).

Dentro de este marco, es importante mencionar que el estudio de caso que se llevó a cabo en la presente investigación fue de tipo idiográfico, el que implica una descripción amplia y profunda del caso en sí mismo, sin el propósito de comenzar con una hipótesis o teoría, ni de generalizar las observaciones (Gilgun, 1994).

4.2.2 Diseño de Investigación:

De acuerdo a lo mencionado anteriormente, esta investigación procuró no intervenir ni influir en las percepciones y los significados que la adulta mayor tiene de sus vivencias de pérdida o de sus experiencias, sino que más bien persiguió apreciar su realidad tal cual es, por medio de la actitud fenomenológica y el acercamiento a través de las entrevistas en profundidad.

Por lo tanto, esta investigación mantuvo coherencia con el "diseño no experimental" en el cual el investigador se limita a observar los acontecimientos sin intervenir en los mismos, ya que de este modo se obtiene la información por medio de la observación del sujeto de estudio en su contexto natural (Taylor & Bodgan, 1986).

4.3 Sujeto de Estudio:

El sujeto de estudio fue escogido por las investigadoras, y debió ajustarse al perfil requerido para esta investigación dado los objetivos planteados.

En concordancia con esto, los criterios empleados para llevar a cabo esta selección fueron: una mujer, de 65 años, perteneciente al grupo etario de la tercera edad, quien de acuerdo a la información extraída en el encuentro inicial, vivenció numerosas pérdidas significativas durante esta etapa del desarrollo.

4.4 Técnicas, instrumentos y procedimientos de recolección de información:

Esta investigación buscó aproximarse y junto con esto, determinar los aspectos en que las pérdidas significativas experimentadas por una adulta mayor afectan la valoración y el sentido de su vida, mediante la actitud fenomenológica, la realización de entrevistas en profundidad, la aplicación de la "Escala Existencial" (EE), y el "Test de motivaciones existenciales" (TEM).

4.4.1 Actitud Fenomenológica:

La apertura hacia afuera de esta actitud, que dirige la mirada hacia el otro permitiéndole permanecer en su modo propio, y la falta de prejuicios necesaria para comprenderlo profundamente, fueron indispensables en este trabajo investigativo.

Conforme a esto, al hablar de las pérdidas significativas vivenciadas por una adulta mayor, la presente investigación, a través de la actitud fenomenológica y desde la mirada del Análisis Existencial, pretendió dar cuenta de lo que ella percibe como "su verdad", la que se encuentra íntimamente ligada con sus experiencias y que finalmente determinan si concibe su vida como un valor o no y si su existencia tiene sentido.

4.4.2 Entrevista en profundidad:

La entrevista en profundidad como técnica de recolección de datos es definida por Taylor & Bodgan (1986) como reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y el informante. El desarrollo de esta técnica se basa en la idea de que el informante es un ser humano, una persona que da sentido y significado a la realidad. Desde esta perspectiva, la entrevista en profundidad se concibe como una interacción social entre personas que dará como resultado una comunicación de significados, en la cual una persona va a intentar explicar su particular visión en torno a diversos temas y la otra va a tratar de comprender o interpretar esa explicación.

Por otro lado, Valles (1997) indica que uno de los elementos más relevantes de esta técnica es el guion, el que hace referencia a los temas y subtemas que se desean abarcar de acuerdo con los objetivos informativos de la investigación, sin proporcionar ni sugerir las opciones de respuesta, ni estructurados como preguntas, sino que más bien se trata de un esquema flexible de los puntos a tratar y sin un orden particular a seguir. Esto resultó ser muy relevante en la presente investigación, pues interesaba lo que emergería del relato de la adulta mayor en el devenir de las conversaciones.

Cabe destacar que se realizaron dos entrevistas, en las que se utilizó un dispositivo de grabación con el propósito de registrar la totalidad del contenido de las conversaciones.

4.4.2.1 Pauta Preguntas-Guión:

Las preguntas utilizadas en las entrevistas se enfocaron en la indagación de aspectos vinculados con las pérdidas significativas que la adulta mayor ha vivenciado en esta etapa de su vida y como éstas han impactado en su existencia; además apuntaron a conocer su valoración de la vida, sus motivaciones, sus relaciones familiares, su mirada respecto al trabajo en la tercera edad, su autopercepción y su sentido existencial.

De este modo, el guión se estructuró de la siguiente manera:

1. Mirada de la entrevistada hacia la vejez y sus implicancias:

- Se indagó la visión que la adulta mayor mantiene en torno a su entrada en la tercera edad y a los cambios que ésta ha implicado en relación a su salud, a las relaciones familiares, al trabajo y consigo misma: ¿Ha sido un cambio drástico entrar a la etapa de la tercera edad?, ¿Han sucedido muchos cambios?, ¿Hace cuánto tiempo dejó de trabajar?, ¿Cómo ha sido para usted que no le den trabajo debido a su edad?, ¿Qué capacidades siente que ha perdido, o que han disminuido con la vejez? ¿Siente que es una carga para los demás?, ¿Ud. podría decir que en esta etapa de la vida en que se han ido perdiendo las instancias laborales y sociales, entre otras, su vida se ha convertido en una rutina?

2. Vivencias de pérdidas significativas:

- Se exploraron las pérdidas significativas que ha vivenciado en esta etapa: ¿Ha vivenciado alguna pérdida significativa?, ¿Usted siente que ya superó la pérdida del matrimonio?

3. Valoración y sentido de su vida:

- Se persiguió conocer las percepciones que tiene la entrevistada sobre su existencia, el gusto por su vida y el valor que le otorga: ¿Le gusta vivir?, ¿Existe algo que le guste de su vida?, ¿Usted cree que sería mejor si no existiera?, ¿Nos podría contar qué pasó entre la entrevista anterior y hoy que ha afectado tanto las visiones que tenía de la vida, el gusto por la vida, el sueño de irse a la playa?, ¿Le gustaría hacer algo más adelante?, ¿Usted cree que haya otra cosa que le hubiese gustado hacer?, ¿No se propone nada?

4. Autopercepciones:

- Se indagó en torno a las percepciones que tiene la entrevistada sobre sí misma, y sus creencias sobre cómo la conciben los demás: ¿Y usted se quiere a sí misma?, ¿A pesar de que usted dice que no se siente valorada por nadie y que siente rabia hacia usted, de igual forma usted se valora?, ¿Siente que no sirve para hacer cosas?

5. Otras preguntas:

- Se realizaron diversas preguntas que hicieron referencia y abarcaron los distintos temas que buscaban responder a los objetivos informativos de la investigación.

4.4.2.2 Procedimiento de recogida de información:

Las investigadoras iniciaron el contacto con la adulta mayor en el mes de junio del 2017, quien cumplió cabalmente con los criterios de selección para el estudio, de acuerdo al perfil previamente establecido. De acuerdo a lo anterior, el primer encuentro con la sujeto de estudio se llevó a cabo a mediados del mes de

Agosto, donde las investigadoras se presentaron formalmente y le solicitaron el consentimiento para realizar entrevistas adicionales en caso de ser necesario.

En esta instancia, se estipuló con la entrevistada la realización de 3 reuniones. Cabe señalar que, de estas 3 reuniones, en 2 de ellas se efectuaron las entrevistas y en el tercer encuentro se aplicó el test de "Motivaciones fundamentales" y la "Escala existencial".

4.4.3 Escala existencial (EE):

Es una técnica creada en Austria, por Alfried Längle Orgler y Kundi. Esta escala se centra en la teoría de Viktor Frankl y en el "Método de hallazgo de Sentido" de Längle. El cual ordena en cuatro pasos el encuentro del sentido, estos son: percibir, valorar, decidir y actuar. (Gottfried, 2016).

La escala existencial está conformada por 46 ítems y se encuentra estructurada de acuerdo a las siguientes subescalas:

1.- Autodistanciamiento (AD): Estudia la capacidad de organizar el espacio interior, donde su objetivo es conquistar la distancia de sí mismo, los deseos del sujeto, representaciones, temores, motivos, lo que posibilita una mejor percepción del mundo, a pesar de las ocasiones desfavorables.

2.- Autotrascendencia (AT): Mide la capacidad de resonancia afectiva y la captación de valores. Las que son fundamentales para el compromiso con el mundo.

3.- Libertad (L): Indaga la capacidad de decisión que tiene la persona al encontrarse ante una posibilidad real de acción, concordante a una jerarquía valorativa.

4.- Responsabilidad (R): Mide la disposición para comprometerse a partir de una decisión libre y siendo consciente de la obligación. Además de tareas y valores que dicha decisión implica. (Gottfried, 2016).

4.4.4 Test de motivaciones existenciales:

Es una prueba basada en las cuatro motivaciones fundamentales de Längle, está dividida en cuatro subescalas: Confianza fundamental, valor fundamental, autoestima y sentido, y consta de un total de 56 ítems, formados por preguntas cerradas.

4.5 Plan de análisis de la información:

En concordancia con el enfoque elegido para la realización de este trabajo investigativo, el análisis de la información fue de tipo cualitativo, el que busca descifrar el significado que se encuentra en el discurso del sujeto. Para lograr esto fue necesario comprenderlo y ubicarse en el lugar del otro, trabajando de manera inductiva (Echeverría, 2005).

Por consiguiente, y de acuerdo al propósito de esta investigación que es determinar cómo afectan las pérdidas significativas la valoración y el sentido de la vida de una adulta mayor, se consideró pertinente utilizar el análisis de contenido, el que se define como una interpretación de significados, considerando en ellos un contenido manifiesto y otro latente (Echeverría, 2005).

Otro aspecto importante de este plan de análisis, fue la determinación de categorías o epígrafes, la que consta en: distinguir, separar y priorizar elementos de los discursos realizados en entrevistas individuales o grupales. De esta forma se pueden reconocer y diferenciar los tópicos y lugares comunes que aparecen en los relatos de los sujetos convocados. En definitiva, las categorías serían una forma

reconstructiva de integración del discurso, un conjunto que muestra lo manifiesto y lo latente que expresa el entrevistado (Echeverría, 2005).

Conforme a esto, se estudió minuciosamente la entrevista, con el fin de identificar los temas que de ahí se desprendían. Posteriormente, estos temas fueron desglosados y designados como categorías y categorías emergentes, las que luego se analizaron de forma descriptiva.

En la siguiente tabla se encuentran los temas que emergieron de las entrevistas con sus respectivos códigos:

	Categorías	**Código**	**Definición**
1	Pérdidas significativas vivenciadas	PERD	Pérdidas significativas vivenciadas por la entrevistada en el periodo de la Tercera edad.
2	Valoración de la vida en la tercera edad	VAL	Valor que se le otorga a la vida, cuando las vivencias han impactado de forma negativa en la cotidianeidad y las relaciones familiares.
3	Motivaciones para realizar en el futuro	MOT	Proyectos futuros, los que han sido anhelados desde antes de entrar en esta etapa.
4	Autopercepción	AUTOP	Apreciación y valoración que la entrevistada tiene sobre sí misma.
5	Experiencias y relaciones con entorno familiar/social	REL	Cercanía y vínculo de la entrevistada con los miembros de

			su familia, apreciando el significado que le otorga a estas relaciones. Percepción, sobre cómo es visualizada por los otros (familia/sociedad).
6	Impacto de las pérdidas significativas en la vida cotidiana	IMPAC	Impresión frente a las pérdidas que son vivenciadas en su diario vivir y que han sido acentuadas en la tercera edad.
7	Sentido de su vida	SENT	Postura y comprensión de la entrevistada toma frente a su vida

4.6 Consideraciones éticas:

Para dar curso al presente trabajo investigativo se elaboró un consentimiento informado, en el que se señalaron todas las características y propósitos que perseguía esta investigación, el cual se entregó a la entrevistada solicitando su aprobación para participar en dicha investigación.

Este consentimiento informado comprendió algunas de las "Normas Éticas Específicas" que se deben tener en cuenta en el ejercicio de nuestra profesión y que se estipulan en el Capítulo Tercero del Código de ética profesional, Artículo 11º puntos 4, 5 y 6 que refieren a *"Honestidad y sinceridad, secreto profesional y confidencialidad"* respectivamente. Éstos señalan que el Psicólogo informará a la(s) personas las implicancias en términos del manejo o exposición de la información, como de igual forma el uso de la misma para fines de investigación o estudio, requiriendo su autorización.

Además, se les indica que se tomarán los resguardos pertinentes en torno a su identidad, lo que constituye un deber del psicólogo/a que perdura de forma indefinida. Así como también, se les señala que otro deber del psicólogo/a es manejar los antecedentes mediante procedimientos y métodos que los resguarden del conocimiento de personas no autorizadas, evitando lo que pueda provocar un desmedro personal (Colegio de Psicólogos de Chile, 1999).

5. Análisis y resultados:

5.1 Análisis descriptivo por categorías y categorías emergentes:

La finalidad del análisis descriptivo por categorías y categorías emergentes fue capturar los temas que surgieron de las entrevistas, con el propósito de detallar los contenidos más sobresalientes y responder a los objetivos de la investigación.

En primera instancia, se examinaron minuciosamente las entrevistas obteniendo de esta forma los temas más relevantes que emergieron de ellas, a éstos se les otorgó un código para catalogarlos con el fin de simplificar y esclarecer la comprensión y el modo de proceder.

5.1.1 Categoría N° 1: Pérdidas significativas vivenciadas (código: **perd.**)

Este tema aparece en las entrevistas cuando se señalan ciertos sucesos que se han producido debido a las pérdidas significativas que se han vivenciado: "*Yo creo que lo que primero que se empieza a perder es la agilidad, la rapidez de movimiento, hasta aquí mentalmente…de repente se me olvidan algunas cosas"*. Además menciona: *"…La falta de concentración, me cuesta mucho retener información" (…)* y la memoria: *"yo tenía excelente memoria, memorizaba todo rápidamente, y ahora no (silencio)"*.

En cuanto a su salud física manifiesta lo siguiente: *"ha disminuido mi rapidez porque además yo tengo unos problemas a la rodilla" (…) "tengo problemas en la espalda, que son todos derivados de la misma artrosis".*

También se reflejan perdidas de hábitos que fueron mantenidos durante su vida y que ha tenido que abandonar: *"antes leía harto, pero como ahora me falla la vista me cuesta leer, así que he dejado de leer"*.

En este sentido, por una parte se refleja una actitud de automotivación frente a estos eventos y por otra un intento de supresión del impacto que producen éstos en su vida, junto con una comparación de estas características en etapas previas: *"Me pasa también con las películas, al día siguiente no me acuerdo que vi, pero como yo soy porfiada…me tengo y me tengo que acordar porque yo no voy a dejar que mi mente se quede en blanco".*

También se abordó el tema del matrimonio: **¿Y usted siente que ya superó la pérdida del matrimonio?** *"No yo creo que no, porque como es algo que uno tiene tan adentro que del minuto que uno se casa cree que es para siempre, que además si uno cree en Dios, hasta que la muerte los separe".*

Dentro de esta temática surge la pérdida del trabajo, donde la entrevistada señala que: *"primero no pude seguir trabajando y después cuando quise volver a trabajar ya se me hizo difícil, porque (silencio) por la edad".*

En relación a su sentir por la pérdida y la dificultad de encontrar trabajo manifiesta lo siguiente: *"es frustrante" (…) "cuando he dicho la edad… no, lo dicen de la manera más simple, pero igual uno sabe que le están diciendo "ya no sirve" (…) "Y que me dijeran eso, me hizo sentir mal, pero mal me dio mucha mucha pena"*.

5.1.2 <u>Categoría N° 2: Valoración de la vida en la tercera edad</u> (código: **val.**)

También surge el tema de la valoración, en el cual se manifiesta que la vida es un valor sólo si la forma de vivir y la calidad de ésta no impacta de forma negativa en su cotidianeidad y relaciones familiares: *"Sí, sí, me gusta vivir, pero a veces también quisiera ya no vivir, pero pensando en que la vejez es muy triste" (…) "pero si voy a ser una persona de setenta y cinco años que no me pueda valer por mí o que mi mente no funcione, ahí ya no me gustaría vivir"*.

Sin embargo, al momento de confrontarla con la siguiente pregunta se contradice: **¿Existe algo que le guste de su vida?** *"No, no, porque la vida que tengo es fome, no tiene muchas cosas, no hago cosas, entonces mi vida es como lenta, rutinaria" (...) "no hallo algo que me guste de mi vida porque no estoy haciendo nada de lo que me gustaría o me habría gustado hacer".*

Lo mencionado anteriormente es afirmado con la siguiente respuesta: *"me duele tanto mi cuerpo, me duele tanto y me pasan estas cosas y me pasan otras y me digo no quiero vivir más estoy cansada".*

Conforme a las apreciaciones de la entrevistada sobre el valor de su vida, se puede observar la "resignación" como reacción de coping: *"el otro dije "bueno, me quedaré aquí, hasta que Dios quiera y si voy a vivir muchos años me voy a morir aquí".*

5.1.3 <u>Categoría Emergente N° 3: Motivaciones para realizar en el futuro</u> (código: **Mot.**)

Así mismo, emerge un tema que hace referencia a proyectos futuros, los que han sido anhelados desde antes de entrar en esta etapa: *"Entonces yo me postergué y luego decía "cuando las chiquillas estén grandes yo voy a irme a vivir a la playa", que ha sido mi sueño de siempre" (...)"ese sueño que me mantenía con vida".*

Por otro lado, también señala que siente la necesidad de libertad: *"yo creo que esa es la motivación que tengo, quiero ser libre"(...) "como ser humano, como persona, que no tenga esas cadenas invisibles que con la vejez se acentúan más".*

A propósito de esto, cabe destacar que se observa cierta contradicción en cuanto al tema, ya que en algunos momentos de la entrevista señala no poseer ningún anhelo y en otros, tal como se indicó anteriormente, sí lo tiene: *"Como te decía, un día me dije "ya no voy a ser más así y yo voy a pensar en mí", pero cuando me dije*

eso también pensé que "ya no tengo sueños, ya no me proyecto". (...) "no tengo ganas, no tengo motivación".

En efecto, la entrevistada atribuye su desmotivación a su fracaso en el matrimonio: *"yo a él lo amaba mucho, fue mi pololo, mi primer hombre, fue el hombre de mi vida" (...) "y después llegar a una etapa en la vida donde las cosas no son así, como que la vida va cayendo lentamente y ya no (silencio), yo creo que de ahí parte el desgano que tengo".*

En consecuencia, es posible que estos sentimientos permanezcan debido a que no ha logrado elaborar el duelo por la pérdida de su matrimonio: **¿Y usted siente que ya superó la pérdida del matrimonio?** *"No, yo creo que no".*

5.1.4 <u>Categoría Emergente N° 4: Autopercepción</u> (Código **Autop.**)

Las experiencias vivenciadas en esta etapa han provocado que la entrevistada tenga las siguientes visiones negativas de sí misma: *"como cuando yo quiero hacer las cosas y no las puedo hacer como antes" (...)" y otras cosas que me cuestan físicamente hacer, entonces ahí me siento inútil" (...) "Pero es triste sentirse inútil" (...) "emocionalmente he estado mal…lo he pasado mal y eso influye en que uno se sienta inútil…".*

Esta percepción de sí misma la ejemplifica, relatando la siguiente vivencia: *"digo "¡uy que estoy inútil no soy capaz ni de poner una cortina!" y me reto y me trato mal y digo "¡qué voy a hacer si tengo más años, estoy más vieja!".*

También se aprecia una percepción de soledad: *"emocionalmente ha sido mala porque me he sentido sola", e*specificando que este sentimiento se acentúa en esta etapa de la vida: *"uno se siente solo a esta edad" (...) "al llegar a esta edad empecé a notar la soledad" (...) "es una soledad muy fea".*

En concordancia con estas apreciaciones sobre sí misma es que se observa la "rabia" como reacción de coping: *"Como tengo rabia, estoy enojada conmigo y me enojo y me reto y me crítico y me digo las penas del infierno porque me equivoqué en muchas cosas"*.

Debido a estos sentimientos es que existiría una dificultad para tomar posición en su vida: *"Porque estoy enojada conmigo, yo creo que es la forma en que me estoy castigando" (...) "lo hago porque me reto así, como cuando uno le dice a alguien "te dije y no hiciste caso", entonces yo me digo"*.

En cuanto a su autoestima nos devela lo siguiente: **¿Y usted se quiere a sí misma?:** *"Yo creo que ahora no" (...) "yo no me valoro nada, yo me considero la persona menos valiosa que hay. Ayer no más me estuve diciendo eso, no sirvo, me siento como "bicho"*.

No obstante, por otro lado, refleja una actitud positiva: *"puedo servir para muchas cosas, pero sé que ya tengo algunos impedimentos que son por dolor físico".*

5.1.5 <u>Categoría Emergente N° 5: Experiencias y relaciones con entorno familiar/social</u> (Código: **Rel.**)

De acuerdo a las expectativas de la entrevistada respecto a la forma de relacionarse con los miembros de su familia, es posible observar el modo en que desearía vincularse con sus tres hijas: *"no importa que no tenga plata, pero quiero tener salud, vitalidad, y que mis hijas se acuerden de vez en cuando que yo existo" (...) "Lo que si esperaba alomejor era, que me gusta mucho, estar con mis tres hijas".*

Dentro de lo esperado por la entrevistada respecto a sus hijas, refiere lo siguiente: *"yo a veces quisiera un abrazo y que me dijeran "mami, te eché de menos,*

mami, gracias a Dios que te tengo" (...) "y sentirme querida, así como yo las quiero a ellas".

En particular, hace referencia a la cercanía que tiene con su hija mayor, describiéndola de la siguiente manera: *"A veces estamos todo el día aquí y yo ni la veo, porque a veces se levanta, se sienta y almuerza, después me ayuda con la loza y se va para su pieza y no la veo hasta la tarde" (...) "la Vero no entra a preguntarme como estoy, en toda la tarde nadie me pregunta nada".*

En comparación con su hija menor, de quien señala lo siguiente: *"a mí a veces me duele mucho, mucho mi cuerpo y yo lo puedo decir, pero con dos de mis tres hijas pasa no más lo que digo, no me hacen ningún comentario, no me preguntan nada, solo la menor me pregunta".*

En cuanto a su esposo, indica que: *"somos amigos, no, no somos amigos somos compañeros de vida (silencio)" (...) "yo a él ahora no lo considero mi amigo, pero nos acompañamos" (...) "Yo no me he sentido valorada por él".*

La entrevistada concluye que lo que siente por él en la actualidad es: *"cariño, yo a él lo quiero, le tengo muchos sentimientos, pero ese amor de amar que le tenía hace muchos años atrás yo creo que se desgastó, se terminó todo, se cansó".*

A partir de esto no define esta relación como buena, pero tampoco mala: *"Es como extraña" (...) "pero tampoco la relación es que pasemos peleando, no hay peleas, pero tampoco hay como eso bonito que había hace cuarenta y cinco años atrás" (...) "No, entonces ahí se va cayendo en otra categoría yo te cuido, tú me cuidas, yo te sirvo té, tú me sirves, o sea compañeros de vida, pero relación matrimonial no".*

La entrevistada señala que la causa de la forma de relacionarse con su esposo se debe a que: *"ha habido problemas en el matrimonio, que son problemas irreversibles".*

Conforme a esto, se le pregunta desde hace cuántos no tienen una relación matrimonial, ante lo cual indica que: *"(Silencio) Hace varios, entonces de primera fue más difícil, pero con el pasar del tiempo llegamos los dos a un acuerdo de vivir tranquilos nomás, de vivir en paz".*

En cuanto a sus expectativas respecto al matrimonio, al llegar a la Tercera edad señala que es: *"Malo, porque cuando uno se casa, se casa con harta ilusión" (...) "que el matrimonio es para toda la vida y en que uno va a llegar a viejito con el hombre que uno amó y va a terminar su vejez juntos, pero como los viejitos cariñosos que se quieren, que se amen, eso esperaba yo".*

Este hecho lo vincula a su gran anhelo de vivir en la playa, especificando que deseaba vivirlo junto a él: *"cuando los dos estemos jubilados y nos vamos a vivir a la playa y cuando estemos viejitos "tú me llevas de la mano", entonces como eso esperaba yo a esta edad de mi vida, del matrimonio".*

Cuando se refiere a los sentimientos que tiene hacia él, profundiza en la forma como éstos han cambiado con el pasar del tiempo: *"ese amor de amar que le tenía hace muchos años atrás yo creo que se desgastó, se terminó todo, se cansó" (...) "estar así claro que me provoca incomodidad y también me da pena, rabia y dolor y un montón de sentimientos más".*

5.1.6 <u>Categoría N° 6: Impacto de las pérdidas significativas en la vida cotidiana</u>

(Código: **Impac.**)

En el transcurso de los años se han manifestado diversas pérdidas significativas, las cuáles le afectan de forma negativa su diario vivir: *"O sea yo era bien activa y no me cansaba y ahora no, ahora yo me canso harto" (...) "a veces pasan unos días en los que no puedo ni levantarme" (...) "ayer por ejemplo salí y fue, pero increíble yo no podía subir la escala, era un dolor tan grande en todo mi*

cuerpo" (...) "sé que ya tengo algunos impedimentos que son por dolor físico". Ejemplifica estos impactos relatando los siguientes hechos: *"yo limpiaba aquí, la escala hincada y pasaba la escobilla (silencio) ya ahora no puedo" (...) "hasta para poner la cortina del baño tengo dificultad ahora, cosa que antes nunca"*.

En este contexto la entrevistada menciona que debido a que su casa se ubica en un cerro, esto le ha provocado mayores dificultades en su diario vivir: *"subirlo ya me cuesta. Hace diez años atrás cuando llegamos a vivir aquí, si bien ahí ya me costaba, ahora me cuesta más".*

También se han visto afectados los aspectos familiares: *"de repente con mi nieto me pasa a veces que lo tengo en brazo y después ya no me puedo parar con él"*.

Por otra parte, agrega que estas pérdidas también le han causado dificultades en diversos ámbitos: *"tengo menos posibilidades de hacer otras cosas, porque tengo menos posibilidades económicas de hacerlas, menos posibilidades físicas, también emocionales"*.

5.1.7 <u>Categoría N° 7: Sentido de su vida</u> (Código: **Sent.**)

En este contexto donde el sentido hace referencia a un hacer, a trascenderse a sí mismo para ir al mundo, a comprender para qué es bueno estar aquí y con qué propósitos, es que la entrevistada manifiesta no tener voluntad para obrar libremente: **¿No se propone nada?** *"No, porque es como que ahora ya no tengo ganas de hacer cosas, ni proyectos" (...) "yo como no estoy con ganas ni con ánimos se me cierran más puertas, o sea yo misma me cierro puertas estoy clara en eso".*

Posteriormente surge el tema de la existencia: **¿Usted cree que sería mejor si no existiera?** *"Sí".* Esto lo reafirma, señalando que: *"cada día me siento más cansada, entonces ahí digo "¿para qué?", entre que me muera hoy día o me muera*

en cinco años más, es lo mismo total voy a estar igual o peor, ahí se me van quitando las ganas de vivir" (…) "ahora digo "todos mis días van a ser iguales"".

En un momento, la entrevistada hace referencia a su actual situación frente a la vida: *"Estoy en una contradicción tan grande en este minuto de mi vida"*. Esta contradicción se ve reflejada claramente, ya que por un lado manifiesta no tener propósitos y por otro intensos deseos de salir al mundo y expresar su voluntad: *"me gustaría decir "chao, hasta luego, hagan lo que quieran", ya que a esta altura de la vida me gustaría realizar mi último sueño" (…) "yo por mí pesco mis pocas pilchas y me voy a vivir el resto de mi vida como yo la quiero vivir"*.

De acuerdo a esto la entrevistada específica que su mayor anhelo desde antes de entrar en esta etapa de la vida es irse a vivir a la playa, frente a lo cual ha estado imposibilitada por diferentes motivos: *""cuando jubile" pensaba yo. Hace cinco años que jubilé, después decía yo "cuando mi marido jubile", él también jubiló y sigo aquí y me sigo dando vueltas en lo mismo" (…)* **¿Eso es lo que le quitó las ganas de vivir, eso la desmotivó? "***Sí, porque me di cuenta violentamente de que realmente no podré irme para allá, entonces digo "empecé mi vida un poco mal y la estoy terminando peor".*

6. Interpretaciones de Test:

6.1 "Test de la motivación existencial":

De acuerdo al análisis realizado, del "Test de la Motivación Existencial es posible inferir lo siguiente:

1.- Subescala "confianza fundamental":

Esta sub escala se relaciona a la primera motivación, la cual posibilita el poder ser y estar en el mundo. En relación con la entrevista es que se observó un bajo porcentaje, esto relacionado a la incapacidad de la entrevistada de poder manifestar su ser y sus deseos de forma plena.

2.- Sub escala "valor fundamental":

Se encuentra ligada a la segunda motivación fundamental, y hace referencia al gustar vivir – sentir el valor de la vida. En coherencia con las respuestas de la entrevistada es que se infiere un bajo resultado en sus respuestas, por lo que se intuye una cierta dificultad en disfrutar de una existencia plena, lo cual ha repercutido en su actual visión frente a la vida y a proyecciones futuras.

3.- Sub escala "autoestima":

Esta sub escala se vincula a la tercera motivación fundamental, la cual se refiere a permitirse ser uno mismo- autenticidad. Aquí se observa un porcentaje relativamente alto, lo que permite deducir que cuenta con una imagen medianamente

valorada de sí misma. Además, se aprecian sentimientos de soledad y de bajo ánimo, por lo que se deduce son los que afectan su visión de ella misma.

4.- Sub escala "sentido de la vida":

Se encuentra asociada a la cuarta motivación, la que se relaciona al sentido existencial. En concordancia con las respuestas de la entrevistada se observa un porcentaje relativamente bajo, donde se puede concluir una falta de intereses y proyecciones, además de una vida vacía, carente de sentido y voluntad propia.

Como conclusión se infiere del total de la escala de motivaciones, que en la entrevistada existe un vacío existencial, dadas las condiciones de las cuatro motivaciones las cuales se encuentran en un bajo rango, de acuerdo al porcentaje establecido en el test. Esto se vio reflejado en los relatos de experiencia y vivencias de la entrevistada.

6.2 **"Test Escala Existencial":**

A continuación, se realizará la interpretación cualitativa de las Escalas y Sub – escalas que conforman el presente test, así como también del valor total.

- ***Escala Personal:***

Esta escala se compone de las Sub-escalas "Autodistanciamiento y Autotrascendencia" y especifica la percepción y aproximación cognitiva y emocional del mundo y de sí mismo.

Conforme a esto, cabe señalar que en esta escala nuestra entrevistada obtuvo un puntaje "muy bajo", lo que indicaría que mantiene una tendencia a la introversión,

esto puede suceder por un lado, debido a que es posible que se encuentre enfrascada en sí misma de forma desmesurada, por otro, a causa de que aún no se ha desvelado a sí misma debido a cierta inmadurez o en definitiva porque existe en su personalidad una disminución de lo cognitivo o afectivo que no le confiere la posibilidad de relacionarse consigo misma ni con el mundo.

- ***Sub – Escalas Personal:***

1. *Autodistanciamiento:*

La "baja" puntuación obtenida por nuestra entrevistada en esta sub - escala, revelaría una falta de distancia de sí misma, que se vincularía a ciertos estado de confusión interna, desorientación frente al mundo y aprehensión selectiva de éste, lo que de cierto modo fue posible corroborar en las entrevistas, ya que ella declaró en algunos momentos de la conversación encontrarse confundida en torno a cierto temas que se relacionan principalmente con la toma de posición y la expresión de su voluntad.

El pobre autodistanciamiento de la entrevistada conllevaría a una sobreintrospección tanto de sí misma como de los conflictos, junto con excesivos sentimientos de autorreproche.

2. *Autotrascendencia:*

En la presente sub - escala el puntaje logrado por nuestra entrevistada fue "muy bajo", lo que reflejaría una vida carente de sentimientos y sensibilidad en algunos aspectos, hecho que puede provocarle desconcierto, en el sentido de que en algunas ocasiones no está segura de lo que quiere. Estos sentimientos que emergen pueden ser vivenciados como superficiales y desagradables.

En consecuencia, no logra sentirse tocada e impresionada por valores que le concedan la posibilidad de superarse y dirigirse más allá de sí misma.

- ***Escala de Existencialidad:***

Esta escala está constituida por las Sub-escalas “Libertad y Responsabilidad” y precisa la cualidad de la persona de ser resulta y comprometida con el mundo.

El puntaje alcanzado por nuestra entrevistada en esta escala fue “bajo”, lo que se vincularía a su personalidad insegura. Esto mostraría una concordancia con lo mencionado anteriormente en la sub – escala “Autotrascendencia” en la que se indicó que en algunas ocasiones la entrevistada no está segura de lo que quiere o lo que le gusta.

De forma que el movimiento existencial desde sí misma hacia la vida y el mundo no es vivenciado como genuino, sino que sólo sería una respuesta a estímulos exteriores, omitiendo la toma de decisiones y perdiendo su obrar libre y responsable.

- ***Sub – escalas Existencial:***

3. *Libertad:*

El “bajo” puntaje alcanzado en esta prueba, evidenciaría que la entrevistada posee una disminuida capacidad de llevar a cabo sus planes, lo que podría deberse, de acuerdo a lo observado también en las entrevistas, tanto a indecisión, agotamiento, desgano o desorientación valorativa, como a características de personalidad u otros motivos.

4. *Responsabilidad:*

La entrevistada logró una puntuación “muy baja” en esta sub – escala, indicaría que al parecer no es la protagonista de su propia vida, sino que sólo transita por ella, sin vivirla, ni valorarla, lo que a su vez podría reflejar una mala disposición para adquirir compromisos.

- ***Total:***

La puntuación total obtenida por nuestra entrevistada fue “muy baja” lo que revelaría la probable presencia de “vacío existencial”, el que se reflejaría en la falta de plenitud vital y de una vida placentera, lo que es posible advertir por un lado en la falta de compromiso con el mundo y por otro en la insatisfacción consigo misma. Esto derivaría en agobio interior y en la imposibilidad de abrirse internamente y aproximarse al mundo e interactuar con él.

7. Conclusiones:

Desde la perspectiva del Análisis Existencial, la cual nos brinda una mirada comprensiva y fenomenológica de la persona, y particularmente, en concordancia con el desarrollo de la presente investigación, proporcionó una aproximación y sentido de entendimiento profundo en torno a la situación existencial de la adulta mayor, la cual se configura a partir de los relatos y apreciaciones de sus vivencias en relación a diversas pérdidas significativas y las consecuencias y repercusiones que éstas han tenido en el valor y el sentido de su vida.

Dentro de este marco, y a partir de la investigación realizada, se advierte que la adulta mayor efectivamente ha vivenciado durante su paso por la tercera edad múltiples pérdidas significativas, entre las cuales resaltan, la pérdida de su estado físico, su agilidad y su fuerza, la disminución de algunas de sus capacidades cognitivas, principalmente su concentración y memoria, la pérdida del vínculo matrimonial, de su rol laboral y de recursos económicos, hechos que han conllevado que se perciba inútil, insignificante y desvalorizada.

Esta serie de vivencias, percepciones y transformaciones físicas, psíquicas, relacionales y sociales han matizado y definido su vejez, pues en este escenario y momento de su existencia, la adulta mayor concibe su vida como compleja, desdichada y sin esperanza de cambio.

En este contexto, las diversas pérdidas significativas vivenciadas por la adulta mayor han afectado profundamente su existencia, impidiéndole disfrutar la vida, contar con una disposición positiva, activa y creativa frente a ésta y a sí misma, desarrollar estrategias de afrontamiento funcionales ajustadas a su realidad y desplegar procesos de adaptación ante estos intensos y numerosos estresores, y además, entorpecen y dificultan el dejarse impresionar por el mundo y entrar en intercambio con él, encontrar un sentido para su existencia y alcanzar la plenitud vital.

En concordancia con estas vivencias y apreciaciones, la adulta mayor no cuenta con una conexión profunda con su vida, al contrario, manifiesta sentimientos de disgusto hacia ella. En definitiva, no considera la vida como un valor, y es más, evidencia el deseo de no seguir existiendo.

También, es posible observar sentimientos de rabia, desvalorización hacia sí misma y excesivos sentimientos de autorreproche, junto con una potente resignación frente a la vida, lo que se ve reflejado en el hecho de no estar abierta ni dispuesta a dialogar con el mundo.

Esta posición adoptada por la adulta mayor frente a su vida, revela un pobre autodistanciamiento, el que se vincula a ciertos estados de confusión interna y desorientación frente al mundo, lo que repercute principalmente en la toma de posición y la expresión de su voluntad. Situación que conlleva una importante disminución o bloqueo de su capacidad para tomar decisiones y comprometerse realmente consigo misma y con el mundo. A partir de esto, se han visto altamente afectadas sus motivaciones, lo que ha dificultado tanto la realización y culminación de proyectos que había postergado, como el interés por llevar a cabo actividades nuevas.

Conforme a esto, debido a que la adulta mayor determina que "realmente la vida no es buena y no le interesa existir", no logra posicionarse ni decirse "¡es bueno vivir para mí!", motivo por el cual no alcanza la actitud esencial, lo que obstaculiza el gustar vivir y el significar la vida de forma valiosa y con esto el deseo de vivirla. Hecho fundamental para que actúe frente a su vida y guste de ella, pues de este modo, surgiría la apertura, la que le permitiría sentir y disfrutar de la vida, del amor, de las relaciones, del cuidado y la cercanía, etc.

En definitiva, el impacto que han tenido las vivencias de pérdidas en la existencia de la adulta mayor no le han permitido tener una actitud positiva hacia la vida, así como tampoco una comprensión total de sí misma, lo que podría ser el primer paso para descubrir el sentido último de su vida.

A la luz de estos hechos, se aprecia que el sentido existencial de la adulta mayor, que requiere que la persona se encuentre abierta a los contextos de sentido para que sea posible su existencia, se encuentra vacío, pues no cuenta con motivaciones personales ni netamente existenciales. Donde además, a la adulta mayor se le hace difícil interactuar con otros, con el devenir e instalarse en un horizonte más extenso en el mundo.

Por consiguiente, su vida sin sentido no le permite actuar, ni encontrar un propósito para su vida y obtener de este modo la plenitud humana, al contrario, le produce vivencias dolorosas e insoportables, y le impide auto trascenderse para ir al mundo, pues se percibe como un estorbo para los demás.

A partir de esto, es posible inferir que la adulta mayor en respuesta a las múltiples pérdidas significativas vivenciadas durante la vejez, posee una importante falta de intereses y proyecciones, además de una vida vacía y sin valor, carente de sentido y voluntad propia, lo que no le confiere la posibilidad de relacionarse consigo misma e interactuar con el mundo, obstaculizando el despliegue de su ser, ya que como su vida carece de sentido, no le es posible actuar con sentido.

En consecuencia, la adulta mayor no logra sentirse tocada y conmovida por valores que le otorguen la posibilidad de sobrepasarse, dirigirse más allá de sí misma y comprometerse con el mundo de forma genuina, ya que no toma posición frente a su vida, sino que sólo transita por ella sin vivirla, ni valorarla, perdiendo su capacidad de vivir, decidir y obrar de forma libre y responsable, lo que puede derivarse también de cierta desorientación valorativa, agobio interior, insatisfacción consigo misma o incertidumbre. Lo que en efecto, da cuenta de una significativa desvalorización hacia su propia vida, de una falta de plenitud vital y de una existencia vacía y sin sentido.

8. Referencias Bibliográficas:

Castillo M, (2008). La muerte: Su sentido y significado a partir de un estudio de casos en adultos mayores. Tesis para optar al grado de Licenciado en psicología, Escuela de psicología, Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, Chile.

Cabodevilla, I. (2007). Las pérdidas y sus duelos. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, *30* (Supl. 3), 163-176. Recuperado en 25 de junio de 2017, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1137-66272007000600012&lng=es&tlng=es.

Chile, Ministerio de Salud (2007). Chile, una sociedad que envejece. Módulo I – Primera Parte. Santiago: Autores.

Colegio de Psicólogos de Chile (1999). Código de Ética Profesional. Visitado el: 1 de Julio del 2017. Disponible en: http://colegiopsicologos.cl/wp-content/uploads/2014/10/CODIGO-DE-ETICA-PROFESIONAL-VIGENTE.pdf

Croquevielle, M. (2009). Análisis existencial: Sus bases epistemológicas y filosóficas.

Croquevielle, M., & Traverso, G. (2011). El análisis existencial de Alfried Längle: La conducta en una vida con aprobación y consentimiento. En Martínez, E. *Las psicoterapias existenciales*. Bogotá, Colombia. p. 119-133.

Echeverría G (2005). Apuntes Docentes de metodología de investigación: Análisis cualitativo por categorías. Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Escuela de psicología.

Gilgun, J.F. (1994). A case for case studies in social work research. Social work, 39, 371- 380.

Gottfried, A. (2016). Manual de la escala existencial. Visitado el 24 de Julio. Disponible en: http://www.icae.cl/?page_id=267

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). Metodología de la Investigación. (pp.444-448). Quinta Edición. México: McGraw-Hill/Interamericana Editores S.A.

Iacub, R., & Sabatini, B. (2009). Psicología de la mediana edad y vejez. Módulo tres. Especialización en gerontología comunitaria e institucional.

Längle, A. (1991). Contacto con el valor, significación y eficacia del sentir en la terapia analítico- existencial, p. 22- 58.

Längle, A. (1998). Comprensión y terapia de la Psicodinámica en el Análisis Existencial. Articulo traducido de: Existenzanalyse 15,1/98, p. 16-27.

Längle, A. (2000, Mayo). Las motivaciones fundamentales de la existencia. Seminario del Dr. Alfried Längle, Buenos Aires.

Längle, A. (2003). El arte de involucrar la Persona – Las Motivaciones Fundamentales de la Existencia como estructura en el Proceso Motivacional. Traducción del Inglés: "The Art of Involving the Person" (in: European Psychotherapy, vol 4, nº 1, p. 47-58, München: CIP Medien).

Längle, A. (2006). La 2ª motivación fundamental de la existencia. *La relación al valor de la vida.*

Längle, A. (2007). Intuir lo que mueve. Fenomenología en la práctica (analítico-existencial). Traducción del artículo en: Existenzanalyse 24, 2, p. 17-29.

Längle, A., & Probst, C. (2000). "Cuestiones existenciales sobre el Adulto Mayor", International Medical Journal, Vol. 7, No 3, p. 193-196.

Merlet, A., & Parra, E. (2010). Vivencia de la Tercera edad de un grupo de adultos mayores. Una mirada Analítico Existencial. Tesis para optar al grado de Licenciado en psicología, Escuela de psicología, Universidad Academia de Humanismo Cristiano, Santiago, Chile.

Montero- López, M., & Rivera- Ledesma, A. (2008). "Estructura de pérdidas en la adultez mayor: Una propuesta de medida", Salud mental, Vol. 31, No 6.

Muñiz, M. (2010). Estudios de caso en la investigación cualitativa. División de Estudios de Posgrado Universidad Autónoma de Nuevo León. Facultad de Psicología. México, p. 1-8.

Organización Mundial de la Salud (2016). OMS preocupada por discriminación a adultos mayores. Visitado el: 30 de abril del 2017. Disponible en: http://www.who.int/mediacentre/news/releases/2016/discrimination-ageing-youth/es/#content

Pérez Serrano G. (1998). El método del análisis de contenido, origen y desarrollo. *Investigación cualitativa. Retos e interrogantes*, Tomo II (p. 133-160). Madrid: La muralla.

Real Academia Española. (2014). Diccionario de la lengua española (23 ª ed.). Consultado en: http://dle.rae.es/?id=XrX383G

Rodríguez, G., Gil, J., & García, E. (1999). Metodología de la investigación Cualitativa. (pp.32-40, 164- 198-216). Segunda Edición. España: Ediciones Aljibe.

Rodríguez, M (2014). Re- viviendo la existencia. Visitado el 12 de Junio del 2017. Disponible en: http://www.icae.cl/?p=1439

SENAMA (s.f). *Nuestros inicios.* Visitado el: 18 de Mayo del 2017. Disponible en: http://www.senama.cl/NuestrosInicios.html

Taylor S.J, & Bogdan R, (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación.*

Valles, M. (1999). Técnicas cualitativas de investigación social. Madrid: Síntesis.

Villanueva, M. (2009). "Abordaje histórico de la psicología de la vejez", Revista Habanera de ciencias médicas, Vol. 8, No 3.

9. ANEXOS

1. Entrevistas:

❖ Primera entrevista:

E1: Buenas tardes señora M, mi nombre es Andrea y junto a mi compañera Gloria vamos a comenzar explicándole a grandes rasgos sobre lo que trata nuestra tesis. Ésta hace referencia a las pérdidas significativas que han vivenciado los adultos mayores y nos gustaría partir por la siguiente pregunta: ¿Ha sido un cambio drástico para usted entrar a la etapa de la tercera edad?

Entrevistada: No, no ha sido un cambio drástico, ha sido un cambio normal y ha ido paulatinamente.

E2: ¿No han sucedido muchos cambios?

Entrevistada: No, no tanto.

E1: ¿Y qué es lo que nos podría decir que fue más notorio, alguna pérdida notoria?

Entrevistada: El no poder trabajar, es lo único que noto que cambió, porque me gusta trabajar, me gustaría trabajar y esa es una de las cosas que me gustaría tener en la edad del adulto mayor, impedimento para encontrar trabajo, pero como eso.

E1: ¿Y hace cuánto tiempo dejó de trabajar?

Entrevistada: Hartos años, dejé de trabajar antes de tener sesenta, pero tenía mucha suerte para encontrar trabajo, encontraba rápidamente. Hace como diez o doce años que no trabajo, pero primero no pude seguir trabajando y después cuando quise volver a trabajar ya se me hizo difícil, porque (silencio) por la edad.

E1: ¿Y cómo ha sido para usted que no le den trabajo debido a la edad?

Entrevistada: Eeh… (Silencio) es frustrante y es como…ahí me sentí mal, donde postulaba a los trabajos que me habían interesado y cuando he dicho la edad… no, lo

dicen de la manera más simple, pero igual uno sabe que le están diciendo "ya no sirve", cuando yo sé que lo podría hacer perfectamente bien, mucho mejor que alguien joven por la experiencia que uno pueda tener, pero eso en realidad.

E2: ¿Cómo podría describir usted lo mal que se siente?

Entrevistada: Mal porque no puedo tener cosas como yo quisiera, no puedo, si uno está acostumbrada de otra forma. Entonces a mí me gustaba mucho trabajar porque yo tenía mi plata, mi independencia, tenía mis cosas y después ya a la edad de ahora, de una jubilación miserable que tengo y en el fondo dependiendo de los demás, eso sí que es terrible para mí, es como lo único en realidad, porque sí de repente hay achaques con el pasar de los años, pero si a mí en este minuto me ofrecieran un trabajo, yo partiría contenta y feliz a trabajar, aunque vaya en metro, pero eso, me gustaría trabajar porque necesito cosas y no me gusta que me den, me gusta yo tener mis cosas y conseguírmelas yo y en lo posible comprármelas yo y ganármelas yo. Sé que hay muchos hombres y mujeres en el mundo que dicen "ah, pero es que mis hijos están grandes, que me ayuden mis hijos", yo no, me gusta ser independiente que nadie me pregunte nada, y no es porque ahora tenga sesenta y cinco, o sea yo siempre he sido así, uno tiene que aprender a valerse por la vida sola y yo creo que hasta el día que pueda valerme sola lo voy a hacer y eso es lo que me toca más fuerte, digamos como mujer y no digo como madre porque mis hijas ya están grandes, porque si hubiese tenido hijos pequeños, ahí sí que la cosa es diferente. Porque estar en la casa, ahora se dan más cuenta que antes, una mujer es una nana, una empleada sin sueldo y sin ningún reconocimiento porque yo lo viví por años, o sea yo estaba todos los días en la casa o allá en la otra casa donde vivíamos antes, porque esa era grande, más grande que esta, limpiando, cocinando, planchando, haciendo mil cosas y que en la tarde llegue la familia y que a uno no le digan ni "hola ¿cómo estás?" y ¿por qué? si uno trabaja en una casa, hace lo mismo, pero a uno no le van a pagar y además ni siquiera recibía un "le quedó bonito", yo veía pasar mis días y hacía las cosas. Supongamos acá, llegaban y no me decían nada, entonces yo a veces pensaba que "hay gente que le pagan tremendos sueldos por limpiar" y que es un trabajo tan

digno, decente, el trabajo dignifica a las personas y sin las nanas muchas personas no podrían hacer nada, pero la dueña de casa es mirada como una nana sin sueldo, porque sí el marido da aporte a la casa, pero es para la casa, no es que a uno le dan mil pesos por decir "anda a comprarte un chocolate". Yo creo que hablo por hartas mujeres que "bueno si está en la casa tiene que hacer las cosas", pero no es así, porque una alomejor quisiera que le dijeran "¡uy¡ te quedó bonito esto" o como uno poder recibir eso como retribución a lo que uno también le está aportando a la familia. Porque ¿qué pasa cuando no está la mamá o no hay mamá? el desastre en la casa.

E1: ¿Y usted siente que eso se ha potenciado más en esta etapa de la vida o antes también?

Entrevistada: No, siempre, bueno aunque cuando los hijos están chicos es distinto, los niños no saben y ahí es obligación de uno enseñarles, pero estamos hablando de una mamá que ya tiene hijos grandes, que podría vivir la vida de otra manera, entonces empieza a pasar esta etapa de soledad y de darse cuenta de que uno pasó la vida dependiendo de los demás y no haciendo nada por uno, porque yo me pasé toda la vida pendiente de mis hijas primero que todo en la vida y no por mí. No voy a decir que me antepuse yo, nunca jamás. Entonces yo me postergué y luego decía "cuando las chiquillas estén grandes yo voy a irme a vivir a la playa", que ha sido mi sueño de siempre, porque a mí me gusta mucho la playa, de hace mucho años yo quería irme a vivir a la playa, "cuando jubile" pensaba yo. Hace cinco años que jubilé, después decía yo "cuando mi marido jubile", él también jubiló y sigo aquí y me sigo dando vueltas en lo mismo.

E1: ¿Y qué cree usted que le impide hacer lo que quiere?

Entrevistada: Ahora en este minuto no lo puedo hacer por mi nieto, pero en este minuto.

E2: ¿Y antes de que naciera él?

Entrevistada: Porque tuve otros problemas que también me lo impidieron, y la parte laboral, y con qué me voy a mantener, porque yo me habría ido a la playa cuatro o cinco años atrás, pero en ese tiempo mi marido trabajaba y yo ¿con qué me iba a mantener?, y el año pasado yo estuve haciendo unas averiguaciones para irme para allá y justo resultó que mi hija estaba embarazada y quedó todo ahí, entonces no lo pude hacer y ahora tampoco porque yo me comprometí a cuidar al niño unos meses, pero yo creo que en este minuto esto no es una carga, ni un pesar para mí, aguantarme unos meses por él,… pero ahora, después no.

E2: Si no es una carga, ni un pesar ¿Cómo lo describiría?

Entrevistada: Una alegría, una felicidad, porque cuando estoy con él estoy contenta, el resto del día no, porque me siento (silencio) que me faltan tantas cosas por hacer y ya haber llegado a esta edad sin haber cumplido un sueño (llora) duele, entonces verlo a él me da alegría, pero yo también estoy clara, estoy abuela chocha, pero con mis pies bien puestos en la tierra, o sea yo lo voy a cuidar unos meses, pero no porque mi hija me lo haya pedido, yo me ofrecí porque si yo no le hubiese dicho a ella, yo me habría ido ya y lo habría visto igual a él, pero lo habría venido a ver una vez a la semana, pero estos meses que lo he disfrutado han sido una alegría.

E2: ¿Usted podría decir que él es una motivación para vivir?

Entrevistada: No, yo no vivo de él.

E2: ¿Hay algo que la motiva para vivir?

Entrevistada: No, nada (silencio), yo nomás, porque quiero terminar mis días viviendo a la orilla del mar, yo creo que eso es lo que quiero hacer, o sea en estos minutos quiero irme a vivir allá, es lo que yo quería a esta edad. Cuando yo tenía cuarenta decía “yo, cuando esté jubilada y tenga sesenta y cinco voy alomejor haber hecho otras cosas, que las podría haber hecho, pero se me fue nomás la vida, no sé

cómo, pero se me fue. Pero voy a cumplir mi sueño de irme a vivir a la playa y me voy a morir allá a la orilla del mar y quiero que me tiren las cenizas al mar, pero motivo especial por qué vivir, no. Me pongo en las manos de Dios nomás, pero yo creo que muchas mujeres de mi edad piensan igual, uno se aferra a la familia, pero los hijos son prestados, ellos se van y una va quedando sola, el síndrome del nido vacío. Entonces yo tendría que pensar en tener motivos para vivir yo, pero no tengo ninguno en especial.

E1: ¿Y sus sueños podrían ser una motivación para vivir? **E2:** ¿Como la motivación para encontrar un sentido propio de la vida?

Entrevistada: Es que no tengo sueños ya, no tengo así como antes que tenía tantas cosas en mi cabeza, cosas por hacer.

E2: Pero hace poco dijo que la motivación sería usted, entonces ¿Podría encontrar en usted algún sentido para su vida? Algo que parta de usted y no que se base en los demás ¿A eso se refiere con que la motivación sería usted?

Entrevistada: Sí, yo creo que en esta etapa de mi vida, un día me lo dije "yo voy a pensar en mí, porque he vivido todos los días pensando en los demás", estoy tratando de decir que, yo quise, quiero y amo a mis hijas, no para que ellas me quieran a mí, no, uno quiere sin condiciones, el amor hacia los hijos es incondicional, pero a veces uno espera otro tipo de retribuciones a la vuelta de la vida de los hijos, alomejor ver los logros de los hijos, para mí en este caso si es motivo de alegría, las penas de mis hijas también son penas para mí, pero como te decía un día me dije "ya no voy a ser más así y yo voy a pensar en mí", pero cuando me dije eso también pensé que "ya no tengo sueños, ya no me proyecto en decir, a ver de aquí a cinco años más yo haré tal cosa o quiero hacer tal cosa", no, sólo quiero estar allá, leer un buen libro, porque a mí me gusta leer, ir para la playa, darme una vuelta… ser libre, no quiero que me manden, que me digan nada , yo creo que esa es la motivación que tengo, quiero ser libre, pero libre en el buen sentido de la palabra, mi estado civil es lo de menos, sino que libre como ser humano, como persona, que no tenga esas cadenas invisibles que

con la vejez se acentúan más, porque a muchas personas les pasa que están peores que yo… siquiera yo tengo la posibilidad de irme a vivir a la playa que es como la única meta y el único sueño que tengo ahora, lo único, nada más. Yo converso con una amiga que tengo, que igual tiene hartos problemas y ella me dice igual que "le gustaría ser más libre". El otro día me dijo que había salido su marido y su hija y que se había quedado sola en su casa en la mañana, me dijo "sabes que me sentí tan bien, tan libre, me levanté a la hora que quise, hice lo que quise, a la hora que quise, puse la música, me metí en la tina" hizo un montón de cosas que estando el marido y la hija no hace, no porque no pueda sino porque no es lo mismo. Yo creo que alomejor si tú estás sola en tu casa no es lo mismo que esté tu mamá… uno hace otras cosas, entonces ella me dijo "¿estaré loca, me entiendes?", y yo le dije "no, si te entiendo, no sabes cómo te entiendo" y me dijo "sabes que me sentí tan bien y no hice ni comida". Ella no es que tenga problemas con su familia, pero me dijo "¡ah, no les hice comida¡", lo llamé por teléfono para que pase a comprar un pollo y yo me preocupé de mí, ordené, me eché crema, me hice muchas cosas. Y eso es lo que yo quiero, si yo quiero sentarme a leer toda la mañana que no me estén molestando… como eso.

E2: ¿Podría ser que quiere tiempo para usted?

Entrevistada: Mmm (afirma pregunta), quiero tiempo para mí porque toda mi vida la dediqué a gente que yo amo, entonces me olvidé de mí. Cuando tenía veinte, treinta, cuarenta, cincuenta, sesenta y ver de repente que uno ya tiene sesenta y cinco, que está más cerca del otro lado que de este, es como que ahí es triste, porque digo… y eso es mentira cuando la gente dice "no, si uno a los sesenta y cinco todavía es joven", no, es mentira porque a uno igual las capacidades se le van disminuyendo. Yo sé que ahora hay trabajos que yo los podría hacer perfectamente, como hay otros que no podría, porque igual a uno, que sé yo, el cuerpo ya está más pesado o algún problema de salud, pero algún trabajo yo puedo hacer bien. Entonces como no puedo trabajar y tampoco me puedo dedicar a mí, y yo pienso que yéndome a la playa lo voy a poder hacer, pero no sé por qué pienso que allá puedo y aquí no… eso no sé.

E2: ¿Y qué capacidades siente que ha perdido o que han disminuido con la vejez?

Entrevistada: Eeh (silencio), yo creo que lo que primero que se empieza a perder es la agilidad, la rapidez de movimiento, hasta aquí mentalmente…de repente se me olvidan algunas cosas, pero yo siempre fui como bien activa, bien rápida para allá, para acá, salía a trabajar, llegaba a la casa, hacía las cosas, con las chiquillas y el colegio. O sea, yo era bien activa y no me cansaba y ahora no, ahora yo me canso harto, ahí me noto yo, creo que si fuera al gimnasio o alguna cosa, quizás podría estar en mejores condiciones, pero yo noto que ha disminuido mi rapidez porque además yo tengo unos problemas a la rodilla y me cuesta caminar rápido y a mí me gusta caminar rápido, no me gusta andar así como abuelita, cuando bajo el cerro lo bajo rápidamente, a veces lo que me permiten mis piernas y no por probarme ni nada, sino que no me gusta andar así, y subirlo ya me cuesta. Hace diez años atrás cuando llegamos a vivir aquí, si bien ahí ya me costaba, ahora me cuesta más, y lo otro subir la escala, considerando que yo trabajaba en un lugar donde habían once pisos y yo subía y bajaba las escaleras no sé cuántas veces en el día y no me cansaba nada y con tacos, entonces yo no puedo ni subir esta escala y digo "estas cosas van disminuyendo con la edad".

E2: ¿Y aparte del problema de la rodilla, tiene más problemas físicos?

Entrevistada: Sí, tengo problemas en la espalda, que son todos derivados de la misma artrosis que tengo, tengo artrosis lumbar y todo eso me impide…porque a veces me duele mucho la espalda y me canso, cosa que hace unos años atrás no tenía (silencio) y ahí uno va notando el cambio. Yo por ejemplo para trabajar de pie no podría, imposible, porque no puedo estar mucho rato de pie, y ahí a uno se le van ya disminuyendo más todas las cosas, eem... y eso pesa igual.

E1: ¿Y cuando usted se dio cuenta de eso, que le provocó?

Entrevistada: Que me estaba convirtiendo en una persona mayor.

E2: ¿A eso se refería cuando dijo “y eso pesa”?

Entrevistada: Claro.

E2: ¿Y en qué sentido pesa? ¿Cómo lo podría describir?

Entrevistada: En que para alguien como yo, o para la mayoría de las personas de repente pensar que uno no se pueda valer por uno mismo, sería terrible. Yo preferiría mil veces morirme altiro, porque eso de ser un cacho para la familia (silencio) yo siempre le pido a Dios que si me va a llevar, me lleve de un ala nomás, porque por ejemplo a veces yo quiero hacer fuerzas, mover algo y no puedo al tiro a la primera, me cuesta, pero lo hago igual, porque yo siempre he tenido eso, de que tengo que poder y lo hago igual, con más dificultades, pero lo hago igual.

E2: ¿Y en otras ocasiones ha sentido que no puede?

Entrevistada: Sí.

E2: ¿Y ahí siente que es una carga para los demás?

Entrevistada: No, porque lo hago igual aunque me cueste y aunque me duela, aunque de repente con mi nieto me pasa a veces que lo tengo en brazos y después ya no me puedo parar con él, pero yo no digo.

E2: ¿Por qué?

Entrevistada: Porque no, porque no quiero decir, entonces yo busqué la forma de poder tenerlo a él, que no me pese tanto y que no se den cuenta y lo tengo en brazos un ratito que sea y lo disfruto.

E2: ¿Y nos puede decir, porque no lo quiere decir?

Entrevistada: Para que no me sientan inútil alomejor, porque si yo digo “¡uy! es que no me lo puedo, es que estoy cansada me pesa”, entonces pienso que pueden decir “cómo tanto” alomejor no es así, pero es lo que yo pienso, entonces además como yo lo amo tanto, no importa que después me duela la espalda, entonces me siento en la

orilla del sillón con él de manera de poderlo tener, pero yo me he dado cuenta que a veces he estado a punto de entregarlo, de pasárselo a mi hija, al tata, pero no, yo digo "yo puedo, todavía lo puedo tener en brazos y mientras pueda lo voy a tomar y lo voy a disfrutar" porque además es tan cortito el período en el que lo voy a poder tomar porque las guagüitas crecen tan rápido, entonces como me voy a perder estos meses de tomarlo si ya pronto va a andar corriendo y ya no lo voy a poder tomar, entonces yo ahí pienso "no, yo puedo" y lo tengo nomás, pero también es pensando en eso del "pucha está tan vieja que no sirve ni para tomar la guagua", alomejor no lo pensarían, pero es lo que yo creo.

E1: ¿Con eso se refiere a lo que los otros van a pensar de usted?

Entrevistada: Claro.

E2: ¿Y usted a veces se siente así, inútil?

Entrevistada: Sí, como cuando yo quiero hacer las cosas y no las puedo hacer como antes, por ejemplo cuando yo limpiaba aquí, la escala hincada y pasaba la escobilla (silencio) y ahora no puedo, eso sí que no lo puedo hacer y veo que se ensucia y no tengo quien lo haga y otras cosas que me cuestan físicamente hacer, entonces ahí me siento inútil y digo si en un tiempo más mi rodilla no me va a permitir subir la escala, entonces ahí más ganas de irme a vivir a la playa porque la casa de allá es de un piso, pero es triste sentirse inútil, porque yo digo "si uno no sólo sirve para lavar, planchar y cocinar, puedo servir para muchas cosas", pero sé que ya tengo algunos impedimentos que son por dolor físico.

E2: ¿Y nos podría decir en qué otras cosas de la vida cotidiana le afectan esta capacidades que han ido disminuyendo con la edad?

Entrevistada: En el quehacer diario nomás, porque yo estaba acostumbrada a hacer las cosas de una forma y ahora no puedo, eso me hace ponerme rabiosa y sentirme inútil, si tengo este brazo malo tengo dos operaciones aquí. Si hasta para poner la cortina del baño tengo dificultad ahora, cosa que antes nunca, la ponía y la sacaba

cuando quería y ahora me cuesta mucho, la tengo que poner de a dos veces porque los brazos ya no me alcanzan para poner de una todos los ganchitos que tiene y eso me hace sentir inútil, digo "¡uy que estoy inútil no soy capaz ni de poner una cortina!" y me reto y me trato mal y digo "¡qué voy a hacer si tengo más años, estoy más vieja!". Por eso tengo que estar activa y hacer esto y esto otro.

E1: Pasando un poco más al tema de la familia ¿Usted se siente valorada por ésta?

Entrevistada: Más o menos, o sea no pretendo que me pongan en un altar, pero pienso que no tanto, porque tampoco yo no hice nada especial, ni tampoco esperando recompensa a estas alturas de la vida, no, pero lo que si esperaba alomejor era, que me gusta mucho, estar con mis tres hijas y ya ahora que está Sebastián (nieto) que es uno más y para mí es muy bonito cuando puedo estar con ellas tres, pero después de que nos vemos, que son muy pocas las veces en que podemos estar juntos nosotros, eem… (Silencio), de repente sentarme a conversar con mi hija y que ella me contara sus cosas, cualquiera de las tres, y conversar de madre a hija, conversaciones con contenido, no esas conversaciones así ligeras, así como "¡uy como está el día, que la comedia, que las noticias!", no, conversaciones más profundas de madre a hija, bonitas, que la hija le pida un consejo a uno porque yo no soy intrusa de andar así a ninguna de mis hijas "cuéntame ¿qué hiciste?", entonces como eso, yo digo "valorar a los padres es difícil" porque cuando uno está joven, uno piensa "si es obligación de ellos", claro, pero es obligación hasta cierto tiempo nomás, después a uno lo mueve solamente el amor, el cariño nomás porque uno lo ha dado todo por ellos. Entonces después llega una etapa como ahora que uno quisiera que lo hijos (silencio) supongamos que yo vaya de visita a la casa de cualquiera de mis dos hijas y yo llegue a la casa de ellas nomás y no me pregunten nada, ni me cuestionen, si me equivoqué o no, o "¿porque vas a hacer esto?", no, solamente que me quieran o "¡pucha gracias a Dios tengo una mamá!" y eso nomás en el fondo y sentirme querida, así como yo las quiero a ellas, pero de repente yo noto que ellas están tan preocupadas de sus propias cosas que se olvidan de mí. Alomejor en el fondo no es así, pero yo lo siento así, porque con mis papás, que fueron las otras dos personas que yo amé en la vida,

porque yo no tengo hermanos, cuando yo crecí nunca dejé de estar pendiente de ellos, yo era todas las semanas visitas con ellos, o yo iba donde ellos o ellos venían a la casa y les hacía sentir que yo los quería, y se lo hacía sentir con hechos y acciones, no con regalos ni nada, sólo con cosas mínimas que los hiciera sentir que yo estaba agradecida de la vida por tener a mis papás, pero ahora estamos en otros tiempos y uno nota que los hijos ya no hacen eso, y a veces a las mamás y a los papás eso les duele a esta edad porque cuando uno está más joven, uno tampoco lo nota. Por ejemplo, como yo me casé joven, yo tenía a la Vero que tenía diez años, yo era jovencita, veinticinco años, pero como yo trabajaba y andaba pendiente de tantas otras yo veía la vida de otra forma, estaba preocupada de otras cosas, de ella primero que todo, entonces ahí yo no esperaba que cuando yo tuviera sesenta y cinco iban a ser las cosas como ahora.

E2: ¿Usted podría decir que a esta edad sus hijas le dedican menos tiempo? ¿O poco tiempo?

Entrevistada: Yo creo que aquí se puede aplicar eso que se dice "calidad, no cantidad", porque yo podría estar todos los días con mi hija y sentir la misma soledad, sin embargo podría estar una hora al mes, pero sentir ese cariño, esa necesidad, sería suficiente, porque aquí la Vero vive aquí, pero ella no me hace sentir esa calidez, esa (silencio) nada, entonces por eso digo yo entre calidad y cantidad, porque a veces estamos todo el día aquí y yo ni la veo, porque a veces se levanta, se sienta y almuerza, después me ayuda con la loza y se va para su pieza y no la veo hasta la tarde, y a veces cuando hace frío me voy a acostar temprano, se asoma a la puerta y me dice "hasta mañana" (silencio), entonces, no me sirve la cantidad de tiempo. A veces puedo estar una hora con otra de mis hijas, pero si hay un trato distinto, esa hora vale…sirve, pero, uno se siente solo a esta edad.

E1: ¿Y por qué dice que a esta edad pesa más sentirse solo?

Entrevistada: Porque tengo menos posibilidades de hacer otras cosas, porque tengo menos posibilidades económicas de hacerlas, menos posibilidades físicas, también

emocionales (silencio) a veces no me dan ganas de levantarme y por eso se nota más el peso, porque si yo pudiera hacer cosas afuera, no lo notaría, claro que igual me daría cuenta, pero por eso digo "mientras ellas estén bien…eh yo también estoy bien", no es que yo esté bien solamente si ellas están bien, porque yo no puedo condicionarme a eso, pero yo no puedo estar triste si ellas están felices de la vida, no, yo me siento sola porque me siento sola yo, no porque no pueda estar más tiempo con ellas, al contrario quiero estar más tiempo sola, pero el rato que podamos estar juntas que sea un rato rico, que sea un rato provechoso, que quede en el recuerdo, por ejemplo el otro día estuvimos en la casa de otra hija y….era el día y el momento bonito para que hubiéramos estado nosotros cinco, toda la familia, solitos no más, ahora con mi bebecito tan lindo que tengo, pero faltó una (silencio), entonces eso me provocó mucha pena ese día, porque yo me dije "cuesta tanto para que podamos estar nosotros solos y faltó una" (silencio), entonces yo pensé "¡pucha lo que se perdió!", porque nuestra familia es lo único que no se puede cambiar en la vida…nunca, porque uno puede cambiar pololo, marido, trabajo, amigos, ropa, todo se puede cambiar en la vida, menos la familia, menos la familia, aunque a veces los hermanos se lleven mal, pero la familia es única, entonces los momentos que uno pueda pasar con la familia son imborrables (silencio), nosotros hicimos aquí el año pasado un curanto y estuvo bonito, entretenido, o sea no fue una gran cosa, fue algo pequeño, pero estuve con mis tres hijas, ni siquiera sabíamos que el Sebastián era un porotito, pero yo estuve contenta ese día, porque en la mesa echaron su talla, se rieron, estuve con mis tres hijas como antes (silencio), entonces esas cosas a esta edad a uno le pesan (silencio) y me cuesta mucho que…. por las mismas cosas que ellas tienen que hacer, cuesta a veces poder juntarse (silencio), esas son las cosas que a mí me gustarían, pero sé que a veces es porque no quieren y otras veces porque no pueden, pero son momentos tan pequeños que se pierden y cuando se pierden ya no se pueden recuperar, imposible recuperarlos, porque la oportunidad que se nos dio la semana pasada de que estuviéramos todos juntos va a ser poco probable que se dé de nuevo, por sus trabajos, por otras cosas, pero (silencio) ya no fue, y a mí me quedó pena ese día. Y ¿por qué ahora yo estoy así?, hace veinte años atrás para mí no era lo

mismo, porque estaban solteras, vivíamos los cinco, la vida era todos los días lo mismo, yo salía a trabajar, todos hacían lo que tenían que hacer, y también mi vida era distinta, hace veinte años yo tenía cuarenta y cinco, hacía mil cosas y llegaba cansada, pero siempre mis hijas estaban en primer lugar, pero al llegar a esta edad empecé a notar la soledad. Cuando llegamos a esta casa, los demás iban a trabajar y yo ya no estaba trabajando y me quedaba sola todo el día, día tras día, y como aquí uno vive tan lejos de todo, las horas se me hacían eternas, después en la tarde yo esperaba que llegaran los tres porque mi otra hija ya se había casado, pero igual llegaban en la tarde a veces con la cara larga y a veces yo les decía "¿saben que hoy no he conversado con nadie? porque los pájaros no me hablan" (silencio). Yo tenía una perrita y yo le hablaba a ella, pero tampoco me contestaba, eso fue hace siete o cinco años atrás, cada uno llegaba en su mundo, tomaban once y se iban a acostar y a veces me quedaba en el computador hasta las cuatro de la mañana y no se daban ni cuenta (silencio), me iba a acostar antes de que se levantara mi marido, cuando vivíamos en la otra casa era igual (silencio), entonces yo decía en ese tiempo, supongamos hace diez años atrás "¿cómo irá a ser cuando tenga sesenta y cinco, será igual?", yo decía "a lo mejor no, quizás voy a tener nietos, unos dos o tres…va a ser distinto" (silencio), eso pensaba en ese tiempo, y resulta que pasaron los diez años y no, la vida me fue deteriorando más, ya no pude trabajar por diversos motivos, no llegaron los nietos, no trabajaba, no me pescaban, entonces fui cayendo (silencio), eso le pasa a la mayoría de la gente que va cumpliendo años, van cayendo en una soledad (silencio) y te digo que es una soledad muy fea, porque uno puede estar con otras personas, pero uno se siente sola igual, tal como dicen "sentirse sola estando acompañada", porque pensé que mi vida a los sesenta y cinco años iba a ser de otra forma y no fue no más, y cuando pienso "ya no fue y no va a ser", ahí es como que a uno le pesa, a mí ahora a los sesenta y cinco me pesa, pero después sola pienso "claro, si ya no fue qué le voy a hacer" y de nuevo ahí lo único que pienso es eso "irme a vivir a la playa".

E2: Y a pesar de todo eso ¿le gusta vivir?

Entrevistada: Sí, sí, me gusta vivir, pero a veces también quisiera ya no vivir, pero pensando en que la vejez es muy triste (silencio), si yo supiera que voy a tener una vejez….por lo menos que pasaran diez años y siguiera estando así como hoy, sí sí, estar lúcida, poder regalonear a mi nieto o a otros que pueda tener (sonríe), no sé eh (silencio) sobretodo eso, estar bien, estar bien, pero si voy a ser una persona de setenta y cinco años que no me pueda valer por mí o que mi mente no funcione, ahí ya no me gustaría vivir, pero eso sólo lo sabe Dios, pero si voy a estar bien como ahora sí porque me gusta disfrutar la naturaleza, me gusta disfrutar de las cosas simples de la vida, me gustan las plantitas, las gaviotas, no tengo gustos muy caros, me gusta querer o amar a alguien y lo quiero y lo amo para siempre, para toda la vida (silencio), ser una vieja útil, que mis hijas me vengan a ver y ver a mis nietos y dejarlos que hagan lo que quieran, y poder atenderlos y jugar con ellos, porque si no, no quiero vivir, no importa que no tenga plata, pero quiero tener salud, vitalidad, y que mis hijas se acuerden de vez en cuando que yo existo, que soy ser humano y que sufro y que no me critiquen ni me cuestionen por cosas que pude haber hecho (silencio), yo por ejemplo a mis hijas siempre les decía cuando estaban lolitas "no se les vaya a ocurrir tener guagua mientras estén estudiando porque no van a poder hacer nada", pero eso era a los quince años cuando eran adolescentes, no a los treinta, se los repetí tantas veces, y cuando me dicen que yo las traumé me siento mal, porque yo no las traumé, ya que cada una cuando eran adultas y pudieron tener hijos, debieron haberlos tenido, eso me duelo, eso para mí es una crítica, es cuestionar que yo quería lo mejor para ellas, porque yo no quería que fueran madres adolescentes y sufrieran lo que algunas sufren o que no tuvieran estudios o profesión, yo lo hacía por el bien de ellas, y muchas otras cosas que pasan que en su minuto cuando era joven lo hice porque creí que era lo mejor para ellas, entonces cuando me critican (silencio) a esta edad me duele y me dan vueltas en la cabeza, a lo mejor tendría que haberlo hecho de otra forma, pero a esta edad digo "hice todo mal".

E2: ¿Ud. cree que en esta etapa se ha distanciado de sus hijas?

Entrevistada: Sí, pero entiendo que cada una tiene que vivir su vida, tener sus propias experiencias, está bien, tampoco pido que estén pendientes de mí porque me aburrirían, pero hay tantas formas de demostrar cariño y preocupación que a veces no es necesario pasar encima, pero siento que cada día que pasa, como voy cumpliendo más edad y ellas viven su vida se van olvidando de la mamá, creo que es la ley de la vida, que es así (silencio).

E2: Quisiera retomar lo que nos mencionó hace un momento en torno a su dolor de rodillas, al dolor de un hombro y a las fallas en su memoria, de acuerdo con esto ¿podría decirnos qué otra facultad mental también ha disminuido en sus funciones?

Entrevistada: La falta de concentración, me cuesta mucho retener información, eso antes no me pasaba, a mí siempre me ha gustado leer libros rápido y ahora me cuesta leer y ahí me doy cuenta que no retengo la información y me tengo que devolver varias, varias páginas, me pasa también con las películas, al día siguiente no me acuerdo que vi, pero como yo soy porfiada me tengo y me tengo que acordar porque yo no voy a dejar que mi mente se quede en blanco, y a veces le pregunto a mi marido "¿qué película estaba viendo anoche?, y luego le digo "no me digay" y a veces pienso todo el día hasta que logro acordarme, pero antes no era así yo tenía buena memoria…eso y la falta de concentración se me han acentuado bastante últimamente, pero también puede ser estrés agregado a la edad y otras cosas más.

E2: ¿Y cómo está su agilidad mental, por ejemplo para sumar o para otros asuntos de ese tipo, considera que sigue intacta?

Entrevistada: Sí, y espero no perder eso ya que siempre he sido ágil, tengo un yerno que siempre me dice "ud. siempre tiene una respuesta suegra", yo le digo "es que uno tiene que pensar rápido", pido a Dios que eso no me pase aún, pero a lo mejor en un tiempo más me va a empezar a pasar, lo de la memoria a veces me preocupa, porque de verdad yo tenía excelente memoria, memorizaba todo rápidamente, y ahora no (silencio), el otro día había encontrado un trabajo en un salón de belleza muy bonito, mandé currículo y cuando dije la edad, me dijeron "no", lloré como una semana, y yo

le pregunté al caballero “¿necesita a alguien que dirija esto o necesita una modelo?, yo sé lo que soy capaz de hacer, necesitaban una encargada de local y que además trabajara en la caja, y le dije “todo lo que necesitan que haga yo lo sé hacer, hágame la prueba que quiera por una semana o unos días sin sueldo y ahí ud. ve” y me respondió “no podemos por su edad”, así que le dije “listo, muchas gracias”(silencio).

E2: Y ¿Qué sintió?

Entrevistada: Me quería morir ese día, la gente piensa que porque tengo sesenta y cinco soy inútil, no sirvo, cuando yo habría sido mucho más responsable que muchos jóvenes, pero si una persona adulta como yo anda buscando trabajo, puede que no sea tanto por lo económico sino que por querer hacer otra cosa, por sentirme útil, por poder salir y arreglarme y ponerme más bonita y hacerme otras cosas que me hacía antes (silencio) y que me dijeran eso, me hizo sentir mal, pero mal me dio mucha mucha pena y yo sé que ese trabajo lo habría hecho perfecto, yo lo sé, así que no no más y desde ahí no he mandado ningún currículo más a ninguna parte, estoy vieja, no serví, simplemente no querían viejas, me lo dijo de otra forma, pero era eso (silencio), entonces también hace tiempo hice un curso de auxiliar de enfermería, aprendí a cuidar enfermos, pero ahora no puedo trabajar en eso por mi espalda, si yo pudiera hacer eso me serviría y me gusta, pero no podría por mi espalda, me mantendría ocupada, ganaría algo y me sentiría útil, pero eso no lo podría hacer.

E2: Bien, si recopilamos todo lo que nos ha dicho, todo lo que ha ido pasando y vivenciando en esta etapa ¿podría describirnos como ha sido para ud. esta etapa?

Entrevistada: (Silencio) de salud, buena, con alti bajos, pero en el fondo buena, emocionalmente ha sido mala porque me he sentido sola y la etapas que he ido pasando malas, yo creo que lo más destacable de todo es que mi salud ha estado relativamente bien, que a uno le pasen cosas, de repente hasta a los jóvenes les pasa, pero algo grave no he tenido, pero emocionalmente he estado mal (silencio) lo he pasado mal y eso influye en que uno se sienta inútil, yo me pregunto “algunos políticos tienen más edad que yo y ganan un montón de millones sin hacer nada y

siguen trabajando", para mí trabajar me habría ayudado mucho y habría cambiado muchas cosas, porque me sentiría de otra manera, es distinto cuando uno tiene trabajo a los sesenta, ya lo tiene, sigue trabajando aunque jubile, pero cuando uno deja de trabajar antes y ya tiene hartos años, después cuesta encontrar trabajo (silencio), yo sé que si hubiese estado trabajando todo este tiempo mi vida sería diferente, me habría preocupado de levantarme y salir a trabajar todos los días, porque ahora todos los días es lo mismo, me levanto, me ducho, me visto, cocino, veo tele, a veces miro las plantas, a veces riego, después veo tele otra vez, luego tomo once y llega la noche y ya, es todos los días lo mismo (silencio) a nadie le doy los días así.

E2: Entonces ¿Ud. podría decir que en esta etapa de la vida en que se han ido perdiendo las instancias laborales y sociales, entre otras, su vida se ha convertido en una rutina?

Entrevistada: Sí, si muchas personas de mi edad tuvieran todo eso, muchos adultos mayores se sentirían mucho mucho mejor, porque de la forma en que van pasando los días uno se siente sola, mal, inútil, torpe, yo tengo claro que ahora no voy a estar como estuve a los cuarenta años, pero podría hacer muchas cosas más, tanto por mí como por mi familia o por otras personas, porque a mí me gusta ayudar a los demás, a quien pueda, hasta a los perritos, podría hacer muchas cosas, pero es como si la sociedad no nos permitiera hacer nada más por nuestra edad.

E1: ¿Ud. siente que la sociedad la excluye?

Entrevistada: Sí, porque yo quisiera ayudar, pero tampoco (silencio), me gustaría hacer muchas cosas, aunque a veces quiero y después ya no quiero, porque realmente a veces pasan unos días en los que no puedo ni levantarme, no quiero levantarme (silencio) el otro me dije "un día me voy a acostar y no me voy a levantar, me voy a quedar acostada para siempre".

E2: ¿Podría decirnos por qué le gustaría quedarse acostada y no levantarse?

Entrevistada: Porque encuentro tan fomes los días y levantarme otra vez a lo mismo, a ducharme y (silencio), imagínate yo pasé años en esta casa sola todo el día, en invierno los días grises, negros, entonces yo contenta los esperaba para tomar once y llegaban y no me pescaban, en cambio cuando yo trabajaba, me levantaba y salía contenta a trabajar, me gustaba mi trabajo, aunque era cansador y estresante, me iba a las ocho de la mañana y llegaba a las diez de la noche y mi único día libre yo barría, planchaba, enceraba el pasillo que teníamos en la otra casa y le sacaba brillo con el pie, hacía un montón de cosas y al otro día a trabajar y no me cansaba y mi vida era completamente distinta, tenía mi plata y no por eso descuidaba a mis hijas, aunque estaban grandes, y cuidaba a mi perrito también, entonces es un cambio de ciento ochenta grados, mi vida como es ahora a como era antes, es completamente distinta, pero eso no lo ve nadie. El otro día conversaba con la mamá de mi vecina, pero era como escucharme hablar a mí, era como si ella repitiera mi historia, tiene la misma edad que yo, se siente sola, sus días son eternos, a las tres de la mañana está sentada comiendo papas fritas, se levanta a buscar té, no haya en qué ocupar el día, su vida es fome (silencio), si es fome llegar a esta edad, uds. tienen que vivir ahora, porque después es horrible estar así.

E2: Bien Sra. M. muchas gracias por su tiempo, vamos a terminar la entrevista por hoy.

Entrevistada: Ya.

E2: Existen muchos temas de los que conversamos hoy que nos gustaría profundizar, ¿Tendría algún inconveniente en que nos reuniéramos otra vez?

Entrevistada: No.

E1: Queremos agradecerle la entrevista y el tiempo que nos dio.

E2: Sí, muchas gracias.

Entrevistada: Por nada.

❖ **Segunda Entrevista:**

E1: Buenas tardes señora M, me gustaría comenzar esta segunda entrevista preguntándole cómo se sintió usted luego de la entrevista que tuvimos hace unas semanas atrás.

Entrevistada: Me sentí un poco triste, bastante triste la verdad porque me puse a llorar, lloré mucho, me dio mucha pena, como que conversando esas cosas me di cuenta realmente lo que es estar en una edad mayor y haber pasado tantas cosas en la vida y creo que eso me dio mucha pena, a esa conclusión llegué yo.

E1: ¿Y usted cree que es debido a que se encuentra en la adultez mayor?

Entrevistada: Sí.

E2: ¿O fue por algún tema en particular que tocamos ese día?

Entrevistada: No, yo creo que fue el haberme dado cuenta, o sea me vengo dando cuenta hace tiempo, pero de repente conversar cosas que uno piensa como que te quedan las cosas más claras, es como que fue uf! "Tengo sesenta y cinco y lo que dije ese día", que se me fue la vida, todos los sueños, me quedaron cosas sin hacer, sin terminar y creo que eso fue lo que me produjo pena, impotencia, un montón de sentimientos juntos.

E1: Y además de lo que usted nos dijo de su sueño de irse a vivir a la playa ¿Usted cree que haya otra cosa que le hubiese gustado hacer?

Entrevistada: Muchas cosas en realidad me hubiese gustado hacer.

E1: ¿Como cuáles?

Entrevistada: Parece que lo dije el otro día. Haber estudiado, haber sido una persona en la vida, haber alcanzado más metas, haber hecho otras cosas que no hice.

E2: Pero y con los recursos que tiene ahora, ¿Le gustaría hacer algo más adelante?

Entrevistada: No, ahora ya no.

E2: ¿No se propone nada?

Entrevistada: No, porque es como que ahora ya no tengo ganas de hacer cosas, ni proyectos, así como aprender a pintar tela por decirte algo, no.

E1: ¿Y ud. cree que esto que le sucede es por algún cansancio mental o algún cansancio físico?

Entrevistada: Las dos, mental bastante y físico también porque ayer por ejemplo salí y fue, pero increíble yo no podía subir la escala, era un dolor tan grande en todo mi cuerpo que no podía subir, no podía, me dolían mucho las rodillas, como un cansancio físico muy grande, no fue nada lo que caminé, es un cansancio que tengo, que siento. Y también cansancio mental porque yo duermo mal, pero ayer me acosté y me quedé dormida así pero al instante, como si me hubiese tomado una pastilla para dormir, entonces tengo las dos cosas, cansancio mental y físico, alomejor si uno hiciera ejercicio como ir a un gimnasio por ejemplo, mejoraría un poco mi calidad de vida, lo he pensado, pero me quedo en el pensamiento nomás.

E2: Quisiera retomar lo que dijo anteriormente sobre que había sentido mucha pena después de la primera entrevista porque se dio cuenta de que la vida se le pasó y no hizo muchas cosas y además dijo que había sentido impotencia y hartos sentimientos, ¿Nos podría indicar qué más sintió?

Entrevistada: Rabia, sobretodo eso, de ver que la vida se me fue nomás y me quedaron muchas cosas que a mí me habría gustado haber hecho y lo mismo, o sea impotencia y arrepentimiento también de cosas que debí haber hecho de otra manera y el resultado de eso es como estoy ahora, que yo creo que a los sesenta y cinco hoy en día no se es una persona vieja, sí un adulto mayor, pero con hartas capacidades todavía para hacer muchas cosas, pero para eso hay que tener las ganas, el ánimo y yo

como no estoy con ganas ni con ánimos se me cierran más puertas, o sea yo misma me cierro puertas estoy clara en eso, entonces entre los sentimientos que tuve ese día fue mucha rabia conmigo, mucho arrepentimiento, yo tenía que haber mirado menos por mis hijas, no dejándolas de lado obviamente, menos por mi marido, a lo mejor haber compartido veinte por ciento para cada uno, pero yo siempre me quedé atrás, siempre ellas eran primero, o sea siempre los cuatro, ellos primero y yo siempre me postergaba y eso me dio muy malos resultados y yo me arrepiento de eso. Si me preguntaran como habría que hacer las cosas, yo le diría "¿sabes qué? No vivas para tus hijos, ni para tu marido porque no sirve", uno está claro que tiene que atender a su familia, amar a su familia, pero también tiene que quererse uno, amarse uno y cuidarse y hacer cosas que yo no hice por mí y que ya no las hice, imposible hacerlas, si ya no las hice hace cuarenta años atrás.

E1: ¿Y usted se quiere a sí misma?

Entrevistada: Yo creo que ahora no.

E1: ¿Por qué no?

Entrevistada: Porque, por la misma rabia que tengo conmigo debe ser, porque yo me noto. A excepción de que cuando uno dice que si no se quiere uno, como puede querer a los demás, entonces yo creo que eso no es tan así, porque yo si amo a los demás como a mis hijas o al Sebastián, pero yo no, porque tengo rabia conmigo, entonces como tengo rabia, estoy enojada conmigo y me enojo y me reto y me crítico y me digo las penas del infierno porque me equivoqué en muchas cosas, pero igual lo hacía porque si yo tenía que hacer algo por cualquiera de mis hijas y yo tenía que hacer algo el mismo día yo no iba a hacer lo mío, iba a hacer lo de ellas. Ya a estas alturas de la vida me arrepiento, no debí hacerlo así, debí haber hecho lo de ellas, pero también lo mío, no tampoco no hacer cosas por ellas, sino que haber hecho mucho más, pero eso no debió haber impedido que yo hiciera cosas por mí, pero no, si yo trabajaba me dedicaba a trabajar y a ellas, no me dediqué tiempo para mí, por ejemplo en esos años yo demás podría haber ido a un gimnasio toda la semana o dos

días, tres días. De hecho hay un montón de gente que va, así habría hecho algo por mí, algunas chiquillas qué sé yo, iban a clases de baile, otras compañeras mías hacían otras cosas, pero yo salía del trabajo, iba a la puerta, tomaba la micro y me iba para la casa. Llegaba a la casa, a veces tenía puros problemas y no había hecho nada por mí y se fueron pasando los años y siempre lo hice igual, debí haber salido y haber hecho otras cosas, pero no hice nada y mi único día libre en los años que trabajé yo estaba en la casa. Cuando no trabajaba era peor porque estaba puro encerrada nomás, entonces ahora yo digo "¿por qué no iría al gimnasio si a mí me gusta?", siempre me ha gustado, pero nunca fui y tenía como ir, o sea no era por falta de medios, era porque quería llegar luego a la casa porque estaban las chiquillas, y eso que estaban grandes, no estamos hablando de cuando eran bebés porque cuando estaban chicas yo nunca jamás las dejé con nadie, eran adultas, pero yo muy aprehensiva quería llegar a la casa y ver a las chiquillas y eso yo ahora me lo castigo porque yo tenía que haber hecho ambas cosas o tres cosas o cinco cosas a la vez o tres para ella y tres para mí y no las hice.

E1: ¿Por qué piensa que es tarde hacerlas?

Entrevistada: Es que ahora no tengo ganas, ya no me dan ganas y ahora en realidad los medios económicos por el momento no me darían para ir por ejemplo a un gimnasio como lo pude haber hecho antes que podría haber ido por siempre, porque la jubilación no es tanto y hay que comer, vivir pagar, etc. En cambio cuando uno es joven y trabaja y tiene sus cosas es distinto y alomejor mi vida habría sido tan diferente porque alomejor mí mismo estado de salud actual habría cambiado considerablemente si yo en ese tiempo hubiese hecho otro tipo de actividades fuera del trabajo y la casa, pero hacía el trabajo, la casa, el aseo, lavar, planchar, no me daba tiempo para mí, ni siquiera para ir a la peluquería porque siempre me he teñido el pelo yo, y yo podía pagar e ir a la peluquería, pero no iba, o ir a hacerme las manos, o sea hacerme un premio, siempre me cuidaba las manos pero lo hacía yo, entonces yo ahora digo "¿por qué fui tan tonta por qué?", cuando tenía los medios y tenía el tiempo. Ahí en la Alameda está lleno de peluquerías, lleno de cosas donde a

uno le hacen las manos, los pies y todas esas cosas, podría haber entrado a una y a otra, pero no me hacía nada y eso ahora me pesa, pero una enormidad, entonces yo digo "si volviera a tener treinta o cuarenta, que distinta sería mi vida", y como yo igual tengo el pelo así, el pelo me lo corto sola hasta ahora. Y yo me preguntaba y "¿por qué no voy a la peluquería? ¿Qué me lo impide?", de tonta, entonces por eso tengo rabia conmigo. Porque el otro día fui al mall y miré cuánto vale aquí y costaba como (silencio) ya no recuerdo el valor, pero no es una cosa que no puedo hacer, entonces ahí me doy cuenta que no es que no pueda, es que no quiero.

E1: ¿Y por qué cree usted que no quiere?

Entrevistada: Porque estoy enojada conmigo, yo creo que es la forma en que me estoy castigando**,** porque después de lo que hablamos ese día yo me quedé pensando hartos días todo lo que hablamos y me di cuenta de que lo hago porque me reto así, como cuando uno le dice a alguien "te dije y no hiciste caso", entonces yo me digo.

E2: Hace un momento usted nos decía que se preguntaba "por qué no las había hecho", ahora no las hace porque no tiene ganas, pero en ese tiempo ¿Por qué no las hizo? ¿Ha encontrado la respuesta del por qué no las hizo?

Entrevistada: Porque yo andaba siempre tan preocupada de mi familia, de mi casa que no quería estar tiempo sin ellos, como ahora que podría ir a un spa y que me hicieran todas las cosas, yo no iba a perder la tarde entera y dejar la casa sola, las chiquillas solas y eso que eran grandes, porque yo me preguntaba y me he vuelto a preguntar y yo llegaba a esa conclusión, que yo salía del trabajo y quería irme altiro a la casa y ¿cómo yo estando allá y viéndolas ahí?. Entonces yo ahora digo "¿por qué si yo trabajaba, ellas eran grandes?", yo perfectamente podría haberme, por ejemplo, ido a un spa donde te hacen todas las cosas, también pude haber tenido a alguien que me ayudara en la casa, que hiciera aseo, porque podíamos pagar, pero ¿o será que yo soy muy exigente?, no sé. Caí en eso de que nadie haría las cosas como yo y ahora hay días que no hago nada, hago la comida nomás. Entonces estoy en una contradicción tan grande en este minuto de mi vida porque yo soy como súper detallista, hasta tengo

una hija que me dice como soy con el aseo y la limpieza, así, pero maniática y ahora yo veo la casa y no hago nada, y no es por flojera porque después miro y no me gusta ver así, es porque no tengo ganas, es porque yo digo “hice tantas cosas toda mi vida y nadie me las agradeció” y yo no quería que me las agradecieran con un regalo, alomejor “¡uy mami que te quedó rica la comida¡” o “¡uy mami que te ves linda¡” o “que te queda bonito eso”, pueden ser tonteras mías, pero así yo lo siento ahora, que hice tantas cosas y al final no me sirvieron de nada, entonces por eso ahora no hago ninguna, yo creo, eso es lo que yo pienso.

E2: Usted en la primera entrevista nos dijo que llegaba del trabajo a la casa y nadie le servía once, ni le preguntaban cómo le había ido ni nada, entonces ¿para qué llegaba altiro a la casa después del trabajo si de alguna forma sabía que no la iban a tomar tanto en cuenta?

Entrevistada: Porque yo quería ver a mis hijas, yo quería estar en mi casa con ellas y quería ver que estuvieran bien, que hubiesen llegado (silencio), cosas, aprehensiones que tiene una mamá, pero también me di cuenta que eso me impedía que yo me dedicara tiempo para mí, alomejor podría haberme ido una hora antes del trabajo para que me arreglen el pelo, pero no, yo salía y tomaba la micro altiro y eso lo hice por años, no era un día o dos, entonces al día de hoy yo digo.. ayer yo dije “estoy aburrida, no quiero hacer más comida, no quiero cocinar, no quiero hacer ninguna cosa y estoy obligada a hacer comida”, como que me dio una rebeldía así fuerte, pero alegando sola en la cocina yo, no se lo dije a nadie… dije nomás así “¡uy no quiero cocinar más, no quiero lavar platos, no quiero lavar ollas, estoy aburrida, llevo cincuenta años de mi vida haciendo lo mismo y no sirve para nada¡” y como que me dieron ganas de llorar, pero igual seguí haciendo la comida, pero después de ahí me fui a acostar, me quedé dormida y estuve todo el rato acostada para el mismo lado, como que me dormí así y me quede así y cuando me desperté me dolía tanto el cuerpo, me dolía tanto y ahí dije “en realidad los años no han pasado en vano”, estoy cansada, físicamente me duelen las piernas y las rodillas, me duele todo , y ya ahí después me levanté y me bañé con agua caliente por el dolor de mi cuerpo y me volví

a acostar. Pero esta vez no había hecho nada, solamente el almuerzo, entonces yo ahí me doy cuenta que no tengo ganas, no tengo motivación y me di cuenta que vivimos lo mismo, porque la Vero no entra a preguntarme como estoy, en toda la tarde nadie me pregunta nada, entonces es como (silencio), ahí me da rabia de nuevo conmigo.

E1: ¿Y cómo es la relación con su esposo?

Entrevistada: Somos amigos, no, no somos amigos somos compañeros de vida (silencio), amigos no porque los amigos se cuentan todo… no es mi amigo.

E1: ¿Y cuál es la diferencia entre ser amigos y compañeros de vida?

Entrevistada: En que estamos aquí, compartimos los espacios… y compartimos una vida, tenemos hijas, ahora tenemos un nieto, llevamos tantos años juntos, pero en la vida van pasando cosas y las situaciones van cambiando y yo a él ahora no lo considero mi amigo, pero nos acompañamos, yo lo acompaño a él y él me acompaña a mí, pero (silencio) eso.

E2: ¿Usted podría decir que la relación es buena, mala?

Entrevistada: Es como extraña, porque no es mala, pero tampoco es buena, porque se supone que si una está casada, su esposo es su esposo, o sea para uno el esposo es todo en la vida, compañero, amigo, amante, cómplice, todo. Entonces cuando uno llega a esta edad y han pasado cosas que en cierta forma van rompiendo, desgastando, haciendo un quiebre en una pareja… ya todo eso se va perdiendo, pero tampoco la relación es que pasemos peleando, no hay peleas, pero tampoco hay como eso bonito que había hace cuarenta y cinco años atrás.

E1: ¿No hay una relación matrimonial entre ustedes?

Entrevistada: No, entonces ahí se va cayendo en otra categoría yo te cuido, tú me cuidas, yo te sirvo té, tú me sirves, o sea compañeros de vida, pero relación matrimonial no.

E2: ¿Y desde cuándo que no tienen relación de pareja?

Entrevistada: Hace años…

E2: ¿Hace cuantos años?

Entrevistada: (Silencio) Hace varios, entonces de primera fue más difícil, pero con el pasar del tiempo llegamos los dos a un acuerdo de vivir tranquilos nomás, de vivir en paz, sobretodo de cuidarnos, yo te cuido, tú me cuidas, fue así tal cual la conversación (silencio) en la semana hacemos las cosas, él me ayuda, yo me encargo de las cosas femeninas y él igual me ayuda hasta a lavar la loza, y ahí salimos, vamos al súper, vamos a la feria, vamos a ver al Sebastián y eso es todos los días, o sea la semana, digamos la rutina, pero nada más.

E1: ¿Y eso cómo ha sido para usted?

Entrevistada: Malo, porque cuando uno se casa, se casa con harta ilusión, con hartos planes para toda la vida y yo creo en la familia, en el matrimonio y que el matrimonio es para toda la vida y en que uno va a llegar a viejito con el hombre que uno amó y va a terminar su vejez juntos, pero como los viejitos cariñosos que se quieren, que se amen, eso esperaba yo. De hecho le decía a él hace unos años atrás "cuando los dos estemos jubilados y nos vamos a vivir a la playa y cuando estemos viejitos "tú me llevas de la mano", entonces como eso esperaba yo a esta edad de mi vida, del matrimonio y de todo y tampoco eso fue, entonces eso igual fue como una cosa fuerte en mi vida porque como que uno espera eso cuando uno esté mayor, los hijos se van de la casa, llegan los nietos y uno con su marido viejo y qué sé yo (silencio) y no fue.

E1: ¿Y por qué cree usted que no fue?

Entrevistada: Porque ha habido problemas en el matrimonio, que son problemas irreversibles y no es que yo, por ejemplo las cosas personales mías me las puedo ir a hacer, como ir a la peluquería, eso lo puedo hacer, pero los problemas, la situación de

los dos no, entonces como una vejez así, tampoco es como que uno espere tan bonita la vejez, pero vivir así sin ninguna de las cosas que yo tenía pensadas.

E2: ¿Y ya no hay amor de usted hacia él?

Entrevistada: Hay cariño, yo a él lo quiero, le tengo muchos sentimientos, pero ese amor de amar que le tenía hace muchos años atrás yo creo que se desgastó, se terminó todo, se cansó, porque el amor se cansa de tanto entregar, de tanto dar y sin recibir nada a cambio, el amor se empieza a desgastar, la persona, todo. Entonces llega el minuto en que se va perdiendo finalmente, ya no hay ese amor que uno da toda la vida, se termina nomás y queda la otra parte, o sea el cariño, el hecho de ser compañeros, de haber vivido toda la vida juntos, pero no así como cuando antes yo lo amaba y él era todo para mí, él y mis hijas. Y después que todo eso se termina duele mucho porque yo siempre digo "querer y amar no es lo mismo", amar es amar y querer, uno puede querer a mucha gente, se encariña con mucha gente, pero yo a él lo amaba mucho, fue mi pololo, mi primer hombre, fue el hombre de mi vida, mi papá y él, hombres digamos, y después llegar a una etapa en la vida donde las cosas no son así, como que la vida va cayendo lentamente y ya no (silencio), yo creo que de ahí parte el desgano que tengo, porque por eso digo "¿para qué voy a dejar esto y esto otro?" si es como que llega este tiempo donde me habría gustado estar trabajando y tampoco lo pude hacer, me gustaría haber hecho varias cosas, pero algunas no pude y otras no quiero, como eso.

E2: ¿Y usted siente que ya superó la pérdida del matrimonio?

Entrevistada: No, yo creo que no, porque como es algo que uno tiene tan adentro que del minuto que uno se casa cree que es para siempre, que además si uno cree en Dios cree en "hasta que la muerte los separe", entonces uno lleva tan arraigado eso de que va a ser para siempre, que uno va a criar a los hijos, pero siempre juntos en las buenas y en las malas y después cuando estemos mayores jugar con los nietos y después irnos a vivir al Tabo y todas esas cosas, entonces como que se me fue decantando mi vida y no tengo ninguna de todas esas cosas y yo creo que también

hay muchas que tampoco voy a poder tener. De hecho ahora ya hasta el otro día, estaba como que más segura que yo me iba a poder ir a vivir al Tabo, que es como lo que pienso más y ahora pienso que tampoco va a ser eso y como que de nuevo una de las últimas cosas que me estaba quedando en la vida por hacer, que yo quiero hacer de nuevo alomejor no la voy a poder realizar y de nuevo no es por mí, de nuevo es por otra persona que está primero, antes que darme en el gusto yo.

E1: ¿Y ahora quién está primero?

Entrevistada: Ahora….no es que esté primero sino que como él está enfermo, yo no podría irme a vivir allá, porque si le pasara cualquier cosa me sentiría, pero culpable el resto de mis días, entonces de nuevo lo estoy poniendo a él y a su salud primero antes que de mis sueños e ilusiones, y aunque yo también tengo mis fallas de salud ni siquiera estoy pensando en que me pueda pasar algo a mí, ahí sería mi opción, ya que si me voy para allá y me pasara algo, me va a pasar aquí o allá igual, ahí estaría decidiendo por mí y por mí vida, distinto es decidir por la vida de otra persona y que además atrás de esa persona hay cuatro personas que son las que yo más amo en mi vida, entonces me he dado cuenta de que tampoco lo voy a poder hacer y lo más seguro es que no.

E1: Y cuando usted pensó en ese sueño de irse a vivir a la playa ¿su idea era irse solamente usted o con su compañero de vida?

Entrevistada: En un minuto me iba a ir sola, después tuvimos muchas conversaciones y él me dijo que "nunca se iba a ir de aquí y que si yo me iba para El Tabo él se iba conmigo", en calidad de amigo, de compañero, de lo que fuera, pero que él se iba conmigo, entonces yo no podría hacer ninguna de las dos, porque si él se quedara aquí y le pasa algo mis hijas me dirían "pero mami ¿por qué dejaste solo a mi papi?", y las entiendo porque yo me pongo en el lugar de ellas, entonces de nuevo me doy cuenta de que la vida hizo un giro y volví de nuevo a lo mismo, otra vez estoy estancada porque acá tengo personas que están primero que yo, rápidamente me di cuenta, se me vino todo encima y he pensado que el sueño de la playa murió, ya no va

a ser, con suerte si es que voy de paseo, con suerte, porque no sé lo que va a pasar más adelante, no sé cómo va a estar él, entonces yo digo me gustaría decir "chao, hasta luego, hagan lo que quieran", ya que a esta altura de la vida me gustaría realizar mi último sueño.

E2: Y cuándo él le dijo que se fueran juntos, ¿qué le pareció esa idea?

Entrevistada: Más o menos, porque como ya no es la misma relación, sería como cambiar de casa no más, pero bueno como yo tampoco le puedo decir "no vay" le dije "listo, pero en las mismas condiciones que hay aquí, pero esto que estás diciendo no me va a impedir que yo me vaya, yo me voy a ir igual". Esto fue hace como 3 años atrás, ahí yo estaba decidida. Y después el año pasado, resultó que llegó el nieto y cambiaron todas las cosas, junto con los problemas de salud que ha tenido él.

E1: ¿Usted siente alguna incomodidad con esta nueva relación que tiene con su compañero?

Entrevistada: Sí, porque si fuera una relación normal de pareja que yo creo que a esta edad debe ser bonito, llevamos juntos 50 años de casados y estar así claro que me provoca incomodidad y también me da pena, rabia y dolor y un montón de sentimientos más.

E1: ¿Es una relación ambigua?

Entrevistada: Yo creo que sí y así como está al día de hoy, yo no le veo ningún cambio por ningún lado. Es difícil, es incómodo, porque no es lo mismo tener un matrimonio normal, ir felices por la vida, pero a esta edad es distinto porque hay harto peso encima, hay mucha presión, ahora se me pone difícil.

E1: ¿Y usted se siente valorada por él?

Entrevistada: No, para nada, aunque él me diga muchas cosas ahora, yo soy una convencida de que las personas debemos demostrar el amor con hechos, con actitudes, no con palabras, porque a las palabras se las lleva el viento, también con

respeto, lealtad, sinceridad, un montón de cosas, y cuando esas cosas se pierden, es porque no se valora al que se tiene al lado. En mi caso, yo siempre estuve preocupada de mi familia, de demostrarles que los quería, de cuidarlos, de amarlos, de los más mínimos detalles y él se daba cuenta de que yo estaba aquí, pero no me veía, y se fue haciendo esa rutina que se hace en muchas parejas, que llega a la casa el hombre o la mujer porque tienen que llegar, están tan acostumbrados a verse que después uno se transforma en un mueble. No valoran el amor, el cariño, el cuidado, la preocupación, los detalles, cosas que son tan mínimas, no es tampoco que a uno le anden agradeciendo, no, aunque debería ser, porque uno siempre tiene que decirle a alguien si lo quiere. Entonces cuando pasa eso hay una desvalorización hacia la persona completamente. Yo no me he sentido valorada por él.

E2: ¿Y por sus hijas?

Entrevistada: Tampoco, de repente me dicen algunas cosas, puede ser por mi estado. A veces uno espera que las hijas lleguen y le den un abrazo, y los hijos no lo hacen, y es una cosa tan simple, por ejemplo yo aquí con la Vero jamás, jamás de los diez años que llevamos viviendo aquí nunca se ha sentado aquí a conversar conmigo, nunca. A veces yo le he dicho "Vero quédate un ratito más, no te vayas a acostar todavía" y no, no comparte, la gracia es que a uno le demuestren de distintas formas el amor, o yo estaba muy equivocada porque eso hacía yo con mis papás, a ellos les decía "lo mucho o poco que soy se lo debo a ellos".

E2: ¿Y sus otras dos hijas le demuestran amor?

Entrevistada: Yo creo que una un poco más, es decir, una de las tres, pero por lo menos es más expresiva y demostrativa, pero la otras dos no, porque a veces son detalles mínimos que a uno le provocan alegría (sonríe), mi hija menor cuando empezó a trabajar me traía un "chocman" y eso a mí me alegraba, me decía "te traje un chocman", y no era que me trajera un chocman, yo pensaba "se acordó de mí", porque yo pensaba que no se acordaban de mí, porque no me llamaban. Yo tengo un paquete de galletas de hace mil años, de las galletas "museo" y ella también me las

trajo y nunca nadie me había regalado una de esas galletas de monitos y nunca me las comí, las tengo guardadas de recuerdo porque fue tan grande para mí ese regalo, que yo me guardé el paquete de galletas, lo tengo en la cocina y lo veo todos los días, yo creo que ni ella sabe lo que significan para mí esas galletas. Esas cosas a esta edad, no sé si me estoy poniendo más vieja, más tonta, no sé, pero son pequeños detalles que a mí me gustan y no necesariamente que, por ejemplo me digan "te paso plata" no, no quiero eso, yo a veces quisiera un abrazo y que me dijeran "mami, te eché de menos, mami, gracias a Dios que te tengo", además la relación que hemos tenido las dos ha sido muy diferente, puede ser eso también.

E2: A pesar de que usted dice que se no siente valorada por nadie y que siente rabia hacia usted, ¿de igual forma usted se valora?

Entrevistada: No, yo no me valoro nada, yo me considero la persona menos valiosa que hay. Ayer no más me estuve diciendo eso, no sirvo, me siento como "bicho", me siento de más, no, no me valoro para nada.

E2: ¿Siente que no sirve para hacer cosas?

Entrevistada: No, porque ahora hay hartas cosas que los mismos años, mi salud y mi estado físico me impiden hacer, muchas cosas que antes sí podía hacer, pero también me di cuenta de que las personas que están aquí alrededor no lo notan mucho, no saben cómo me siento, y a mí a veces me duele mucho, mucho mi cuerpo y yo lo puedo decir, pero con dos de mis tres hijas pasa no más lo que digo, no me hacen ningún comentario, no me preguntan nada, sólo la menor me pregunta, aunque yo tampoco me ando quejando por la vida, pero me duele mucho mi cuerpo, mi brazo porque lo tengo operado. Entonces yo digo "no sirvo" y siento que me ven así, como estoy. Y el mismo desgano y desinterés que tengo me provoca menos menos ganas de hacer cosas. Yo antes sentía ganas de hacer muchas cosas, iba a trabajar, me preocupaba de la casa, de mis hijas y hartas cosas y ahora no hago nada.

E2: ¿Existe algo que le guste de su vida?

Entrevistada: No, no, porque la vida que tengo es fome, no tiene muchas cosas, no hago cosas, entonces mi vida es como lenta, rutinaria, entonces me pasa que cuando estoy aquí no quiero salir y cuando salgo no quiero llegar. Cuando estoy aquí me meto al computador, pero no hago cosas porque no quiero hacer cosas, antes leía harto, pero como ahora me falla la vista me cuesta leer, así que he dejado de leer y no, no hallo algo que me guste de mi vida porque no estoy haciendo nada de lo que me gustaría o me habría gustado hacer.

E2: ¿Usted cree que sería mejor si no existiera?

Entrevistada: Sí.

E2: Pero, en la entrevista anterior nos dijo que si le gustaba vivir

Entrevistada: Es que han cambiado algunas cosas, de repente uno está de una forma y pasan cosas y ya tiene un cambio la vida y el otro día yo decía "me duele tanto mi cuerpo, me duele tanto y me pasan estas cosas y me pasan otras y me digo no quiero vivir más estoy cansada" y estos son dolores que no se me van a quitar y cada día me siento más cansada, entonces ahí digo "¿para qué?", entre que me muera hoy día o me muera en cinco años más, es lo mismo total voy a estar igual o peor, ahí se me van quitando las ganas de vivir.

E2: Nos podría contar ¿qué pasó entre la entrevista anterior y hoy que ha afectado tanto las visiones que tenía de la vida, el gusto por la vida, el sueño de irse a la playa?

Entrevistada: El darme cuenta violentamente de que ese sueño que era lo único que me mantenía más alegre, se me esfumó, ese sueño que me mantenía con vida se me fue, entonces ahora digo "todos mis días van a ser iguales" ahora no tengo como hace un mes o dos meses atrás la mínima esperanza de irme a vivir allá, ahora no va a ser.

E2: ¿Eso es lo que le quitó las ganas de vivir, eso la desmotivó?

Entrevistada: Sí, porque me di cuenta violentamente de que realmente no podré irme para allá, entonces digo "empecé mi vida un poco mal y la estoy terminando peor".

E2: ¿Se ha puesto a pensar en alguna cosa que sustituya su anhelo de irse a vivir a la playa?

Entrevistada: No, porque de nuevo lo estoy postergando por otras personas no por mí, porque si yo lo hubiese postergado por mí habría buscado otras alternativas, pero porque yo quiero porque es mi decisión, mi opción de vida, yo quería esto y no me resultó, pero tengo esto otro, entonces ahí ya no importa, pero como de nuevo no es por mí, no me motiva otra cosa.

E2: Denante nos dijo que antes dejó de hacer cosas por otros y que ahora no las hace porque no tiene ganas y que eso la tiene confundida en esta etapa de la vida ¿Qué es lo que realmente la confunde ahora si tiene tan claro lo que antes hizo y dejó de hacer y lo que puede o no puede hacer ahora?

Entrevistada: Yo antes dejé de hacer cosas por mí, pero por opción propia porque yo tenía mis prioridades, pero en este minuto yo podría decir "chao hasta luego, no me importa nada y hago lo que quiero hacer", y lo hago no más, entonces ahí entra una confusión en mí, porque yo perfectamente lo podría hacer, sabes que yo tengo sesenta y cinco años, estoy relativamente en una edad buena, no estoy ancianita, pero voy en camino, mi salud no es perfecta, pero tampoco es tan mala y me voy, me voy no más y podría vivir unos años más así como yo quiero. Y después me viene la otra parte, que pasa si yo les digo "¿saben qué?, me voy, no quiero que me pregunten nada, porque yo quiero por primera vez en la vida hacer lo que yo quiero y como quiero, y a mi manera, quiero ser libre", entonces ahí viene la parte en que mi familia me diría "pero mami te fuiste y dejaste a mi papi solo y mira lo que le pasó, y cómo vas a hacer esto y cómo vas a hacer esto otro", porque los hijos no ven la situación como la ve uno, y ahí me entra un enredo en la cabeza que ni yo me lo entiendo, porque yo

por mí pesco mis pocas pilchas y me voy a vivir el resto de mi vida como yo la quiero vivir, que es de la manera más simple que pueda existir en el mundo porque donde yo me quiero ir es una casita común y corriente, no tengo grandes cosas, pero yo amo esa casa, me gusta esa casa, me gusta el mar, me gusta todo. Y yo con la casa tenía la posibilidad de realizar el sueño de mi vida desde cuando era joven, ese sueño no empezó ahora, esa casa la tenemos hace 44 años, y yo decía "cuando esté vieja y las chiquillas estén grandes me voy a ir a vivir a la playa", y ahora llega esta etapa de la vida y no lo puedo hacer, entonces ese día me puse a llorar y dije "me voy, me voy, no importa que me digan: no mami, no mami, y me voy no más". Luego uno dice "los caminos de Dios son tan extraños de repente" porque se empezaron a presentar tantas cosas, y no es que no quiera o no me atreva, pero tampoco quiero cargar en mi conciencia con cosas, entonces el otro dije "bueno, me quedaré aquí, hasta que Dios quiera y si voy a vivir muchos años me voy a morir aquí, que sea lo que Dios quiera". Entonces es ahí la confusión.

E2: ¿Y su nieto no la motiva?...La otra vez nos contó que lo va a cuidar un tiempo

Entrevistada: Lo amo mucho, igual que a mis hijas, antes el amor lo dividía entre tres y ahora lo divido en cuatro, pero no, no voy a postergar mis cosas de nuevo por cuidarlo a él. Un tiempito para jugar, regalonear, mientras sea bebé, un tiempo cortito no más, porque yo no quiero estar todo el día, seguir encerrada aquí todo el día cuidándolo a él, o sea yo lo quiero a él para jugar, no para criarlo porque tiene mamá y papá.

E2: Bueno Sra. M. gracias por su tiempo, terminamos la entrevista por hoy y en caso de que necesitemos aclarar algunas dudas ¿podríamos hacer otra?

Entrevistada: Sí.

E2: Muchas gracias.

Entrevistada: De nada.

2. <u>Tópicos:</u>

<u>Categoría 1: Pérdidas significativas vivenciadas</u> ***Tópico 1: Pérdida de capacidades físicas***
"*Yo creo que lo que primero que se empieza a perder es la agilidad, la rapidez de movimiento, hasta aquí mentalmente…de repente se me olvidan algunas cosas"* *"…La falta de concentración, me cuesta mucho retener información"* *"yo tenía excelente memoria, memorizaba todo rápidamente, y ahora no (silencio)*". "*Me pasa también con las películas, al día siguiente no me acuerdo que vi, pero como yo soy porfiada…me tengo y me tengo que acordar porque yo no voy a dejar que mi mente se quede en blanco".* *"tengo problemas en la espalda, que son todos derivados de la misma artrosis".*

Tópico 2: Pérdida de hábitos cotidianos
"*antes leía harto, pero como ahora me falla la vista me cuesta leer, así que he dejado de leer".* *"ha disminuido mi rapidez porque además yo tengo unos problemas a la rodilla y me cuesta caminar rápido"* *"a veces me duele mucho la espalda y me canso, cosa que hace unos años atrás no*

tenía (silencio) y ahí uno va notando el cambio".

"a veces yo quiero hacer fuerzas, mover algo y no puedo al tiro a la primera, me cuesta, pero lo hago igual".

"cuando yo quiero hacer las cosas y no las puedo hacer como antes, por ejemplo cuando yo limpiaba aquí, la escala hincada y pasaba la escobilla (silencio) ya ahora no puedo, eso sí que no lo puedo hacer".

"yo estaba acostumbrada a hacer las cosas de una forma y ahora no puedo, eso me hace ponerme rabiosa".

Tópico 3: Pérdida del matrimonio
"eso esperaba yo a esta edad de mi vida, del matrimonio y de todo y tampoco eso fue, entonces eso igual fue como una cosa fuerte en mi vida porque como que uno espera eso cuando uno esté mayor, los hijos se van de la casa, llegan los nietos y uno con su marido viejo y qué sé yo (silencio) y no fue". *"No yo creo que no, porque como es algo que uno tiene tan adentro que del minuto que uno se casa cree que es para siempre, que además si uno cree en Dios, hasta que la muerte los separe".*

Tópico 4: Pérdida del trabajo
"El no poder trabajar, es lo único que noto que cambió, porque me gusta trabajar, me gustaría trabajar y esa es una de las cosas que me gustaría tener en la edad del adulto mayor, impedimento para encontrar trabajo, pero como eso". "*primero no pude seguir trabajando y después cuando quise volver a trabajar ya se me hizo difícil, porque (silencio) por la edad".* "*es frustrante"* *"cuando he dicho la edad… no, lo dicen de la manera más simple, pero igual uno sabe que le están diciendo "ya no sirve"* *"Y que me dijeran eso, me hizo sentir mal, pero mal me dio mucha mucha pena".* *"el otro día había encontrado un trabajo en un salón de belleza muy bonito, mandé currículo y cuando dije la edad, me dijeron "no"* *"todo lo que necesitan que haga yo lo sé hacer, hágame la prueba que quiera por una semana o unos días sin sueldo y ahí ud. ve" y me respondió "no podemos por su edad", así que le dije "listo, muchas gracias" (silencio).* *"no serví, simplemente no querían viejas"* *"para mí trabajar me habría ayudado mucho"* *"cuando uno deja de trabajar antes y ya tiene hartos años, después cuesta encontrar trabajo (silencio), yo sé que si hubiese estado trabajando todo este tiempo mi vida sería diferente*".

Categoría 2: Valoración de la vida en la tercera edad
Tópico 1: Apreciación que le otorga actualmente a su vida
"*Sí, sí, me gusta vivir, pero a veces también quisiera ya no vivir, pero pensando en que la vejez es muy triste".* *"pero si voy a ser una persona de setenta y cinco años que no me pueda valer por mí o que mi mente no funcione, ahí ya no me gustaría vivir".* *"No, no, porque la vida que tengo es fome, no tiene muchas cosas, no hago cosas, entonces mi vida es como lenta, rutinaria"* *"no hallo algo que me guste de mi vida porque no estoy haciendo nada de lo que me gustaría o me habría gustado hacer".* *"me duele tanto mi cuerpo, me duele tanto y me pasan estas cosas y me pasan otras y me digo no quiero vivir más estoy cansada".*

Tópico 2: Posición frente a las dificultades de su vida
"el otro dije "bueno, me quedaré aquí, hasta que Dios quiera y si voy a vivir muchos años me voy a morir aquí". *"quiero tiempo para mí porque toda mi vida la dediqué a gente que yo amo, entonces me olvidé de mí".* *"impotencia y arrepentimiento también de cosas que debí haber hecho de otra manera y el resultado de eso es como estoy ahora"* *"yo siempre me postergaba y eso me dio muy malos resultados y yo me arrepiento de eso yo siempre me postergaba y eso me dio muy malos resultados y yo me arrepiento*

de eso"

"a estas alturas de la vida me arrepiento, no debí hacerlo así, debí haber hecho lo de ellas, pero también lo mío".

Categoría emergente 3: Motivaciones para realizar en el futuro

Tópico 1: Aspiraciones a realizar en la tercera edad

"*Entonces yo me postergué y luego decía "cuando las chiquillas estén grandes yo voy a irme a vivir a la playa", que ha sido mi sueño de siempre"*

"Ese sueño que me mantenía con vida".

"quiero terminar mis días viviendo a la orilla del mar, yo creo que eso es lo que quiero hacer, o sea en estos minutos quiero irme a vivir allá, es lo que yo quería a esta edad"

Tópico 2: Desmotivación frente a proyectos futuros

"*Como te decía, un día me dije "ya no voy a ser más así y yo voy a pensar en mí", pero cuando me dije eso también pensé que "ya no tengo sueños, ya no me proyecto".*

"no tengo ganas, no tengo motivación".

"no tengo sueños ya, no tengo así como antes que tenía tantas cosas en mi cabeza, cosas por hacer".

"ya no tengo sueños, ya no me proyecto en decir, a ver de aquí a cinco años más yo haré tal cosa o quiero hacer tal cosa", no, sólo quiero estar allá"

"siento (silencio) que me faltan tantas cosas por hacer y ya haber llegado a esta edad sin haber cumplido un sueño (llora) duele"

"ahora no tengo ganas, ya no me dan ganas y ahora en realidad los medios económicos por el momento no me darían para ir por ejemplo a un gimnasio"

"ahora yo veo la casa y no hago nada, y no es por flojera porque después miro y no me gusta ver así, es porque no tengo ganas"

"hice tantas cosas y al final no me sirvieron de nada, entonces por eso ahora no hago ninguna"

"no tengo ganas, no tengo motivación"

"De nuevo una de las últimas cosas que me estaba quedando en la vida por hacer, que yo quiero hacer de nuevo alomejor no la voy a poder realizar y de nuevo no es por mí".

Tópico 3: Desmotivación asociada al fracaso del matrimonio
"*yo a él lo amaba mucho, fue mi pololo, mi primer hombre, fue el hombre de mi vida, mi papá y él, hombres digamos, y después llegar a una etapa en la vida donde las cosas no son así, como que la vida va cayendo lentamente y ya no (silencio), yo creo*

que de ahí parte el desgano que tengo".

"uno lleva tan arraigado eso de que va a ser para siempre, que uno va a criar a los hijos, pero siempre juntos en las buenas y en las malas y después cuando estemos mayores jugar con los nietos y después irnos a vivir al Tabo y todas esas cosas, entonces como que se me fue decantando mi vida".

<u>Categoría emergente 4: Autopercepción</u>

Tópico 1: Percepción de sí misma frente a la incapacidad de realizar acciones

"como cuando yo quiero hacer las cosas y no las puedo hacer como antes"

" y otras cosas que me cuestan físicamente hacer, entonces ahí me siento inútil"

"es triste sentirse inútil, porque yo digo "si uno no sólo sirve para lavar, planchar y cocinar, puedo servir para muchas cosas",

"*digo "¡uy que estoy inútil no soy capaz ni de poner una cortina!" y me reto y me trato mal y digo "¡qué voy a hacer si tengo más años, estoy más vieja!".*

"estoy cansada, físicamente me duelen las piernas y las rodillas, me duele todo"

"puedo servir para muchas cosas, pero sé que ya tengo algunos impedimentos que son por dolor físico".

Tópico 2: Sentimientos de soledad y desvaloración hacia sí misma
"uno se siente sola igual, tal como dicen "sentirse sola estando acompañada"" *"emocionalmente he estado mal…lo he pasado mal y eso influye en que uno se sienta inútil…".* *"emocionalmente ha sido mala porque me he sentido sola"* *"al llegar a esta edad empecé a notar la soledad"* "*uno se siente solo a esta edad"* *"es una soledad muy fea".* *"Pero es triste sentirse inútil"* *"de la forma en que van pasando los días uno se siente sola, mal, inútil, torpe"* "*yo no me valoro nada, yo me considero la persona menos valiosa que hay. Ayer no más me estuve diciendo eso, no sirvo, me siento como "bicho", me siento de más, no, no me valoro para nada".*

Tópico 3: Sentimientos de rabia hacia sí misma
"*Como tengo rabia, estoy enojada conmigo y me enojo y me reto y me crítico y me digo las penas del infierno porque me equivoqué en muchas cosas*". *"Porque estoy enojada conmigo, yo creo que es la forma en que me estoy castigando"*

"lo hago porque me reto así, como cuando uno le dice a alguien "te dije y no hiciste caso", entonces yo me digo".

""¿por qué no voy a la peluquería? ¿Qué me lo impide?", de tonta, entonces por eso tengo rabia conmigo".

Categoría Emergente N° 5: Experiencias y relaciones con entorno familiar/social

Tópico 1: Cercanía y vinculación con hijas

"no importa que no tenga plata, pero quiero tener salud, vitalidad, y que mis hijas se acuerden de vez en cuando que yo existo"

"Lo que si esperaba alomejor era, que me gusta mucho, estar con mis tres hijas"

"yo me siento sola porque me siento sola yo, no porque no pueda estar más tiempo con ellas"

"yo a veces quisiera un abrazo y que me dijeran "mami, te eché de menos, mami, gracias a Dios que te tengo"

"y sentirme querida, así como yo las quiero a ellas"

"hice tantas cosas toda mi vida y nadie me las agradeció" y yo no quería que me las agradecieran con un regalo, alomejor "¡uy mami que te quedó rica la comida¡" o "¡uy mami que te ves linda¡" o "que te queda bonito eso"

"que no me critiquen ni me cuestionen por cosas que pude haber hecho"

"de repente sentarme a conversar con mi hija y que ella me contara sus cosas, cualquiera de las tres, y conversar de madre a hija"

"conversaciones más profundas de madre a hija, bonitas, que la hija le pida un

consejo a uno"

"cuando me critican (silencio) a esta edad me duele y me dan vueltas en la cabeza"

"de repente yo noto que ellas están tan preocupadas de sus propias cosas que se olvidan de mí"

"tampoco pido que estén pendientes de mí porque me aburrirían"

"siento que cada día que pasa, como voy cumpliendo más edad y ellas viven su vida se van olvidando de la mamá"

"por las mismas cosas que ellas tienen que hacer, cuesta a veces poder juntarse"

"sé que a veces es porque no quieren y otras veces porque no pueden"

"el rato que podamos estar juntas que sea un rato rico, que sea un rato provechoso, que quede en el recuerdo"

"mientras ellas estén bien…eh yo también estoy bien"

"la Vero no entra a preguntarme como estoy, en toda la tarde nadie me pregunta nada"

"la Vero vive aquí, pero ella no me hace sentir esa calidez"

"la Vero jamás, jamás de los diez años que llevamos viviendo aquí nunca se ha sentado aquí a conversar conmigo, nunca"

"A veces yo le he dicho "Vero quédate un ratito más, no te vayas a acostar todavía" y no, no comparte"

"A veces estamos todo el día aquí y yo ni la veo, porque a veces se levanta, se sienta y almuerza, después me ayuda con la loza y se va para su pieza y no la veo hasta la tarde"

"A veces puedo estar una hora con otra de mis hijas, pero si hay un trato distinto, esa hora vale"

"a mí a veces me duele mucho, mucho mi cuerpo y yo lo puedo decir, pero con dos de mis tres hijas pasa no más lo que digo, no me hacen ningún comentario, no me preguntan nada, solo la menor me pregunta" *"la relación que hemos tenido las dos ha sido muy diferente"* *"mi hija menor cuando empezó a trabajar me traía un "chocman" y eso a mí me alegraba"* *"yo pensaba "se acordó de mí", porque yo pensaba que no se acordaban de mí, porque no me llamaban"* *"una un poco más, es decir, una de las tres, pero por lo menos es más expresiva y demostrativa, pero la otras dos no"*

Tópico 2: Relación y sentimientos hacia su esposo
"somos amigos, no, no somos amigos somos compañeros de vida (silencio)" *"yo lo acompaño a él y él me acompaña a mí, pero (silencio) eso"* *"yo a él ahora no lo considero mi amigo, pero nos acompañamos"* *"Tenemos hijas, ahora tenemos un nieto, llevamos tantos años juntos"* *"en la semana hacemos las cosas, él me ayuda, yo me encargo de las cosas femeninas y él igual me ayuda"* *"eso es todos los días, o sea la semana, digamos la rutina, pero nada más"* *"Yo no me he sentido valorada por él"* *"él se daba cuenta de que yo estaba aquí, pero no me veía, y se fue haciendo esa*

rutina que se hace en muchas parejas" *"están tan acostumbrados a verse que después uno se transforma en un mueble"* *"cariño, yo a él lo quiero, le tengo muchos sentimientos, pero ese amor de amar que le tenía hace muchos años atrás yo creo que se desgastó, se terminó todo, se cansó"* *" ya no hay ese amor que uno da toda la vida, se termina nomás y queda la otra parte, o sea el cariño, el hecho de ser compañeros, de haber vivido toda la vida juntos"* *"no así como cuando antes yo lo amaba y él era todo para mí"* *"Es como extraña"* *"han pasado cosas que en cierta forma van rompiendo, desgastando, haciendo un quiebre en una pareja"* *"pero tampoco la relación es que pasemos peleando, no hay peleas, pero tampoco hay como eso bonito que había hace cuarenta y cinco años atrás"* *"se va cayendo en otra categoría yo te cuido, tú me cuidas, yo te sirvo té, tú me sirves, o sea compañeros de vida, pero relación matrimonial no"*

Tópico 3: Expectativas respecto al matrimonio en la vejez
"ha habido problemas en el matrimonio, que son problemas irreversibles" *"(Silencio) Hace varios, entonces de primera fue más difícil, pero con el pasar del tiempo llegamos los dos a un acuerdo de vivir tranquilos nomás, de vivir en paz"* *"Malo, porque cuando uno se casa, se casa con harta ilusión"* *"que el matrimonio es para toda la vida y en que uno va a llegar a viejito con el*

hombre que uno amó y va a terminar su vejez juntos, pero como los viejitos cariñosos que se quieren, que se amen, eso esperaba yo"

"uno espera eso cuando uno esté mayor, los hijos se van de la casa, llegan los nietos y uno con su marido viejo y qué sé yo (silencio) y no fue"

"del minuto que uno se casa cree que es para siempre"

"siempre juntos en las buenas y en las malas y después cuando estemos mayores jugar con los nietos y después irnos a vivir al Tabo"

"cuando los dos estemos jubilados y nos vamos a vivir a la playa y cuando estemos viejitos "tú me llevas de la mano", entonces como eso esperaba yo a esta edad de mi vida, del matrimonio"

"si fuera una relación normal de pareja que yo creo que a esta edad debe ser bonito, llevamos juntos 50 años de casados"

"Es difícil, es incómodo, porque no es lo mismo tener un matrimonio normal, ir felices por la vida"

"estar así claro que me provoca incomodidad y también me da pena, rabia y dolor y un montón de sentimientos más"

"así como está al día de hoy, yo no le veo ningún cambio por ningún lado"

Tópico 4: Experiencias con entorno familiar y social/ Creencias sobre cómo la conciben familia/sociedad
"pucha está tan vieja que no sirve ni para tomar la guagua" *"la gente piensa que porque tengo sesenta y cinco soy inútil, no sirvo"* *"yo digo "no sirvo" y siento que me ven así"* *"las personas que están aquí alrededor no lo notan mucho, no saben cómo me siento"* *"yo contenta los esperaba para tomar once y llegaban y no me pescaban"* *"llegaban en la tarde a veces con la cara larga y a veces yo les decía "¿saben que hoy no he conversado con nadie? porque los pájaros no me hablan" (silencio)"* *"cada uno llegaba en su mundo, tomaban once y se iban a acostar y a veces me quedaba en el computador hasta las cuatro de la mañana y no se daban ni cuenta (silencio)"* *"la familia es única, entonces los momentos que uno pueda pasar con la familia son imborrables"* *"es como si la sociedad no nos permitiera hacer nada más por nuestra edad"* "*yo quisiera ayudar"*

Categoría N° 6: Impacto de las pérdidas significativas en la vida cotidiana

Tópico 1: Impedimentos y repercusiones de las pérdidas en las vivencias diarias

"tengo menos posibilidades de hacer otras cosas, porque tengo menos posibilidades económicas de hacerlas, menos posibilidades físicas, también emocionales"

"a veces pasan unos días en los que no puedo ni levantarme"

"me cuesta caminar rápido"

"ayer por ejemplo salí y fue, pero increíble yo no podía subir la escala, era un dolor tan grande en todo mi cuerpo"

"yo no puedo ni subir esta escala y digo "estas cosas van disminuyendo con la edad""

"en un tiempo más mi rodilla no me va a permitir subir la escala"

"sé que ya tengo algunos impedimentos que son por dolor físico"

"trabajar de pie no podría, imposible, porque no puedo estar mucho rato de pie"

"aprendí a cuidar enfermos, pero ahora no puedo trabajar en eso por mi espalda"

"a veces yo quiero hacer fuerzas, mover algo y no puedo al tiro a la primera, me cuesta"

"con mi nieto me pasa a veces que lo tengo en brazos y después ya no me puedo parar con él"

"no retengo la información y me tengo que devolver varias, varias páginas"

"a veces le pregunto a mi marido "¿qué película estaba viendo anoche?, y luego le digo "no me digay" y a veces pienso todo el día hasta que logro acordarme"

"de repente con mi nieto me pasa a veces que lo tengo en brazo y después ya no me puedo parar con él"

Tópico 2: Comparación pasado/presente
"O sea yo era bien activa y no me cansaba y ahora no, ahora yo me canso harto" *"subirlo ya me cuesta. Hace diez años atrás cuando llegamos a vivir aquí, si bien ahí ya me costaba, ahora me cuesta más"* *"siempre me ha gustado leer libros rápido y ahora me cuesta leer"* *"memorizaba todo rápidamente, y ahora no (silencio)"* *"yo estaba acostumbrada a hacer las cosas de una forma y ahora no puedo"* *"yo quiero hacer las cosas y no las puedo hacer como antes"* *"yo limpiaba aquí, la escala hincada y pasaba la escobilla (silencio) y ahora no puedo"* *"hasta para poner la cortina del baño tengo dificultad ahora, cosa que antes nunca"*

<u>Categoría N° 7: Sentido de su vida</u> ***Tópico 1: Actitud y situación existencial***
"No, porque es como que ahora ya no tengo ganas de hacer cosas, ni proyectos" *"yo como no estoy con ganas ni con ánimos se me cierran más puertas, o sea yo misma me cierro puertas estoy clara en eso"* *"cada día me siento más cansada, entonces ahí digo "¿para qué?", entre que me muera hoy día o me muera en cinco años más, es lo mismo total voy a estar igual o*

peor, ahí se me van quitando las ganas de vivir"

"ahora digo "todos mis días van a ser iguales""

"Estoy en una contradicción tan grande en este minuto de mi vida"

"me gustaría decir "chao, hasta luego, hagan lo que quieran", ya que a esta altura de la vida me gustaría realizar mi último sueño"

"yo por mí pesco mis pocas pilchas y me voy a vivir el resto de mi vida como yo la quiero vivir"

"¿saben qué?, me voy, no quiero que me pregunten nada, porque yo quiero por primera vez en la vida hacer lo que yo quiero y como quiero, y a mi manera, quiero ser libre"

Tópico 2: Propósitos de su existencia / Valor para realizar en el futuro
"La posibilidad de irme a vivir a la playa que es como la única meta y el único sueño que tengo ahora, lo único, nada más" *"no me motiva otra cosa"* *"no puedo trabajar y tampoco me puedo dedicar a mí, y yo pienso que yéndome a la playa lo voy a poder hacer, pero no sé por qué pienso que allá puedo y aquí no… eso no sé"* *"donde yo me quiero ir es una casita común y corriente, no tengo grandes cosas, pero yo amo esa casa, me gusta esa casa, me gusta el mar, me gusta todo"* *""cuando jubile" pensaba yo. Hace cinco años que jubilé, después decía yo "cuando mi marido jubile", él también jubiló y sigo aquí y me sigo dando vueltas en lo*

mismo”

“he pensado que el sueño de la playa murió, ya no va a ser”

“me di cuenta violentamente de que realmente no podré irme para allá, entonces digo “empecé mi vida un poco mal y la estoy terminando peor”

“ese sueño que me mantenía con vida se me fue, entonces ahora digo “todos mis días van a ser iguales”

UNIVERSIDAD ACADEMIA
DE HUMANISMO CRISTIANO

Consentimiento Informado

Este Consentimiento Informado consta de dos partes:

• Información (proporciona información sobre la actividad)

• Formulario de Consentimiento (para firmar si está de acuerdo en participar)

Se le dará una copia del Documento completo de Consentimiento Informado.

- **Parte I: Información:**

La presente actividad es una investigación que será desarrollada con el propósito de obtener el Título de Psicólogo.

Esta actividad será realizada por 2 estudiantes de 5º año que cursan el "Seminario de Investigación 2" en la Universidad Academia de Humanismo Cristiano. Las estudiantes realizarán entrevistas de acuerdo con la información requerida para los fines de esta investigación, a la vez que analizarán e interpretarán dicha información para comprender los relatos que surjan en ellas. Junto con ello aplicarán 2 test psicológicos para profundizar en esta comprensión.

Los datos recolectados en este estudio podrían ser eventualmente utilizados para investigación, por lo que la participación en esta actividad, es anónima.

Usted puede realizar todas las preguntas que le parezcan pertinentes y puede tomarse el tiempo que desee para reflexionar si quiere participar o no. Su participación en esta investigación es voluntaria y puede retirarse en el momento que quiera.

La información recogida en esta actividad se mantendrá confidencial, ya que sólo quedarán registradas las iniciales de su nombre.

Si desea contactar al docente de la cátedra para realizar consultas puede escribirle a Mauricio Rodríguez al mail: mauriciorodriguezsegura@gmail.com

UNIVERSIDAD ACADEMIA
DE HUMANISMO CRISTIANO

PARTE II:

- **Formulario de Consentimiento:**

He sido invitado(a) a participar en el "Proyecto de Tesina: La vejez y su encuentro con las pérdidas: Un estudio de caso desde la perspectiva del Análisis Existencial sobre el impacto producido por las pérdidas significativas en el valor de la vida de un adulto mayor".

Entiendo que 2 estudiantes de Psicología realizarán entrevistas y aplicarán 2 test psicológicos. Sé que no hay beneficios para mí y que no se me recompensará por mi participación. Se me ha indicado que mis datos serán confidenciales y anónimos.

He leído la información proporcionada. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado. Consiento voluntariamente participar en esta actividad y autorizo a que los resultados de la misma sean utilizados para fines de investigación. Entiendo, también, que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento.

Fecha: 11 julio 2017

Iniciales del Nombre del Participante: M.I.S.A

Firma del Participante: _____

Andrea Yaras Saavedra	**Gloria Riquelme Saint – Jean**
Estudiante	**Estudiante**

Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de Consentimiento Informado.

~ 27 ~

TEST DE LA MOTIVACIÓN EXISTENCIAL (TEM)

A. Längle & P. Eckhardt (2000) ©

Adaptación 2012: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle

NOMBRE O CÓDIGO: M.I.S.A	**EDAD:** 65 a
PROFESIÓN U OCUPACIÓN: Dueña de casa	**SEXO:** Femenino
LUGAR DE RESIDENCIA: Pte alto, Santiago	
ESTUDIOS REALIZADOS: Básica incompleta	
INSTITUCIÓN:	
FECHA DE ADMINISTRACIÓN: 07 de Octubre de 2017	
DATOS ADICIONALES:	

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

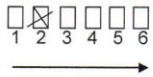
EVALUACIÓN DE TEST DE LA MOTIVACIÓN EXISTENCIAL

El valor de cada ítem resulta del asignar un valor de uno a seis contando de derecha a izquierda hasta lo marcado. Si el participante marca con una cruz el segundo cuadrado su puntaje será de 5:

P. ej. (ítem 1): He encontrado mi lugar en la vida.

*= esos ítems están **invertidos**. El valor entonces se calcula contando al revés de izquierda a derecha. Si el participante marca con una cruz el segundo cuadrado su puntaje será de 2:

P.ej. (ítem 4): Siento que no estoy vivo.



La suma de los puntajes brutos de las 4 subescalas da el puntaje total del TEM como índice de existencia plena.

CONFIANZA FUNDAMENTAL															
Ítems	1	2	3	*4	*10	12	*13	22	*24	*25	*32	*33	41	*54	Total
Puntos	1	2	1	3	1	6	1	1	1	1	2	1	1	6	28

VALOR FUNDAMENTAL															
Ítems	*16	*18	*20	23	28	*30	*31	35	39	46	48	49	51	*53	Total
Puntos	1	1	1	1	5	1	1	5	6	1	5	1	1	1	31

AUTOESTIMA															
Ítems	5	*7	*8	9	11	*14	*15	17	26	29	36	*38	42	*43	Total
Puntos	6	6	6	1	5	1	1	6	1	1	5	2	1	2	44

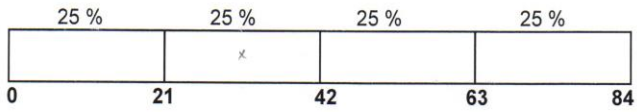
SENTIDO															
Ítems	6	*19	*21	*27	34	*37	*40	44	*45	*47	50	*52	55	56	Total
Puntos	4	1	1	1	1	6	1	5	1	2	1	1	5	1	31

La suma de los puntajes brutos de las 4 subescalas da el puntaje total del TEM como índice de existencia plena.

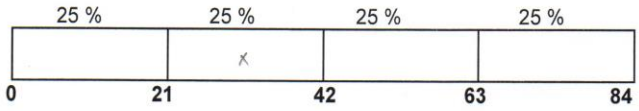
TOTAL Subescalas: 84 ⇒ 50
TOTAL TEM: 336 ⇒ 134

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

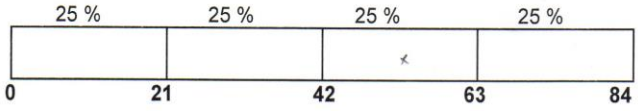
Confianza fundamental



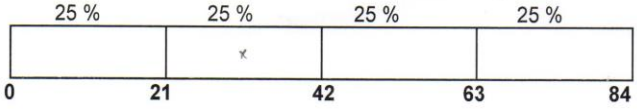
Valor fundamental



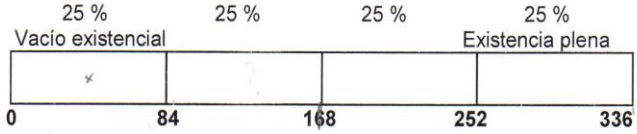
Autoestima



Sentido de vida



TEM - TOTAL



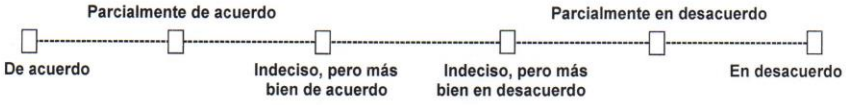
Análisis cualitativo

Síntesis

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

INSTRUCCIONES

Por favor señale su propia posición en cada una de las siguientes afirmaciones, sin considerar las fluctuaciones pequeñas y momentáneas. Marque con una cruz uno de los seis cuadrados de la siguiente escala:



Si una aseveración no es aplicable a usted, responda de manera que señale en forma acertada qué pensaría, sentiría o cómo reaccionaría. Responda espontáneamente y honestamente indicando como es realmente, y no como le gustaría ser o ser visto por los demás. No deje ningún ítem sin contestar, procurando definirse preferentemente, por las opciones que están en los márgenes o tienden hacia ellos. No existen respuestas correctas ni incorrectas. No hay límite de tiempo pero trabaje rápidamente.

1	He encontrado mi lugar en la vida. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	1 ✓
2	Puedo aceptar de buenas ganas (con buena predisposición) las circunstancias en las cuales vivo. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☒ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	2 ✓
3	Puedo procurarme el espacio (lugar) que necesito para mi vida. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	1 ✓
4	Siento que no estoy vivo. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☒ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	* 3
5	Estoy contento conmigo mismo. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	6 ✓
6	Me siento capacitado para las exigencias de la vida. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☒ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	4 ✓
7	Soy vergonzoso. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	6 * ✓
8	No tengo respeto por mí mismo. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	6 * ✓
9	Estoy conforme en ser como soy. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	1 ✓
10	Nada me da sostén en mi vida. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	* 1 ✓
11	Puedo estar de mi lado, puedo ponerme de mi parte (en la relación con los demás). ☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	5 ✓
12	Me siento bien en mi cuerpo. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	* 6 ✓
13	Siento como si pudiese perder el piso bajo mis pies. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	* ✓ 1

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

14	Me siento solo. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
15	No me siento contento. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
16	Me gustaría desaparecer de la faz de la tierra. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
17	Puedo mantenerme firme frente a la mirada crítica de otros. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	6 ✓
18	Me entristece que haya tan poco que me guste. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
19	No tengo intereses. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
20	Soy una persona triste. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
21	En realidad hubiese querido no haber hecho lo que hice. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
22	Siento que tengo suficiente espacio para vivir. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	* ✓
23	Tengo la vivencia de tener mucha alegría. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
24	Me siento inseguro. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* ✓
25	Me cuesta aceptarme a mí mismo. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* ✓
26	Soy una persona serena. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
27	Mi vida no tiene sentido, la siento vacía. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
28	Experimento que les gusto a los demás. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	5 ✓
29	Me aprecio, me valoro por lo que rindo (por mi rendimiento y eficiencia). [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
30	Experimento la vida como una carga. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 6 1 ✓
31	En el fondo rechazo estar vivo. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
32	La inseguridad en mi vida me angustia. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* ✓ 2

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

33	Me siento agobiado (cansado) o por la vida. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* ✓
34	Hago lo que quiero hacer. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	✓ 1
35	Tengo una buena disposición hacia mí mismo. [X] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	5 ✓
36	Mi entorno respeta mis deseos y decisiones. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	5 ✓
37	Por mi miedo al fracaso no empiezo muchas cosas. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	* 6 ✓
38	Siento que los demás tienen más razón que yo. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 2 ✓
39	Estoy convencido de que es bueno estar en este mundo. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	6 ✓
40	La mayor parte de lo que hice fue inútil. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
41	Siento que tengo sostén en mi vida. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	✓ 1
42	Me gusto tal como soy. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
43	En mi opinión rindo demasiado poco. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 2 ✓
44	Mi actuar me hace sentir vivo. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	5 ✓
45	Pocas veces sé lo que quiero. [X] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 1 ✓
46	Amo la vida. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
47	Considero que no llego a realizar mis planes e intenciones.. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [ ] En desacuerdo	* 2 ✓
48	Experimento que soy bueno para algo. [ ] De acuerdo [X] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	5 ✓
49	Siento que: "en el fondo es bueno que yo exista". [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓
50	Soy exitoso. [ ] De acuerdo [ ] Parcialmente de acuerdo [ ] Más bien de acuerdo [ ] Más bien en desacuerdo [ ] Parcialmente en desacuerdo [X] En desacuerdo	1 ✓

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

51	Me gusta vivir. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	1 ✓
52	No sé para qué estoy en la vida. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	* 6 1 ✓
53	Recibo poco afecto de los demás. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	* 1 ✓
54	Soy una persona poco atrevida, timida, apocada. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	* ✓ 6
55	Sé para qué hago algo. ☒ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo	5 ✓
56	Encamino mi vida con sentido. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo	1 ✓

Se agradece su colaboración.

TEM: Copyright A. Längle & P. Eckhardt (2000) © - Nueva adaptación 2013: A. Gottfried, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

ESCALA EXISTENCIAL (EE)

A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) ©

Diagramación y nueva adaptación 2013:
A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle

NOMBRE O CÓDIGO: M.I.S.A	**EDAD:** 65 a.
PROFESIÓN U OCUPACIÓN: Dueña de casa	**SEXO:** Femenino
LUGAR DE RESIDENCIA: Pte Alto, Santiago	
ESTUDIOS REALIZADOS: Básica incompleta	
INSTITUCIÓN:	
FECHA DE ADMINISTRACIÓN: 16 de Septiembre de 2017	
DATOS ADICIONALES:	

INTERNATIONALE GESELLSCHAFT FÜR LOGOTHERAPIE UND EXISTENZANALYSE (GLE)

ASOCIACIÓN INTERNACIONAL DE LOGOTERAPIA Y ANÁLISIS EXISTENCIAL

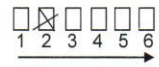
EE: Copyright A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) © Adaptación 2013: A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

EVALUACIÓN DE LA ESCALA EXISTENCIAL

Análisis cuantitativo

El valor de cada ítem resulta del asignar un valor de uno a seis contando de izquierda a derecha hasta lo marcado. Si el participante marca con una cruz el segundo cuadrado su puntaje será de 2:

P. ej. (ítem 4): En ni vida no hay nada bueno.



* = esos ítems están **invertidos**. El valor entonces se calcula contando al revés de derecha a izquierda. Si el participante marca con una cruz el segundo cuadrado su puntaje será de 5:

P. ej. (ítem 2): Me siento personalmente motivado por mis tareas.

AUTODISTANCIAMIENTO									
Ítems	3	5	19	32	40	42	43	44	Total
Puntos	6	6	2	1	6	1	1	2	25

· Percentil: 25 - 30
=> (3) - P26 y P40 = $\bar{x}$ bajo

AUTOTRASCENDENCIA –														
Ítems	*2	4	11	12	13	14	*21	27	33	34	35	*36	41	45	Total
Puntos	1	2	6	1	1	1	1	1	6	1	1	5	2	1	30

↳ 32 (mínimo) = muy bajo.

A.D.	25	ESCALA-P	55
A.T.	30		

↳ 55, 60 / Percentil 1 = P10 = muy bajo

LIBERTAD –											
Ítems	9	10	*15	17	18	23	24	*26	28	31	46	Total
Puntos	6	5	6	1	1	1	1	6	6	6	1	40

· Percentil: 30-40
=> (2) - P26 y P40 = $\bar{x}$ bajo

RESPONSABILIDAD													
Ítems	1	6	7	8	16	20	22	25	29	30	37	38	39	Total
Puntos	6	2	1	6	1	2	1	1	1	2	2	1	1	27

L	40	ESCALA-E	67
R	27		

↳ Percentil: 10-20
=> (2) - P11 y P25 = bajo.

↳ Percentil: 1-5
=> (1) - P10 = muy bajo.

PUNTAJE TOTAL	122

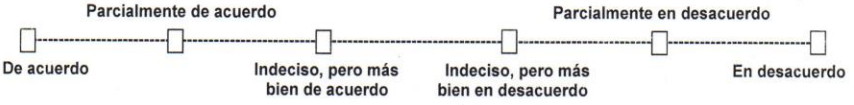
↳ Percentil: 5-10
=> (1) P10 = muy bajo

Análisis cualitativo

EE: Copyright A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) © Adaptación 2013: A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

INSTRUCCIONES

Por favor señale su propia posición en cada una de las siguientes afirmaciones, sin considerar las fluctuaciones pequeñas y momentáneas. Marque con una cruz uno de los seis cuadrados de la siguiente escala:



Si una aseveración no es aplicable a usted, responda de manera que señale en forma acertada qué pensaría, sentiría o cómo reaccionaría. Responda espontáneamente y honestamente indicando como es realmente, y no como le gustaría ser o ser visto por los demás. No deje ningún ítem sin contestar, procurando definirse preferentemente, por las opciones que están en los márgenes o tienden hacia ellos. No existen respuestas correctas ni incorrectas. No hay límite de tiempo pero trabaje rápidamente.

1	Interrumpo actividades importantes porque considero que el esfuerzo es demasiado para mí. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
2	Me siento personalmente motivado por mis tareas. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
3	Para mí algo es significativo (importante), sólo cuando corresponde a mi propio deseo. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
4	En mi vida no hay nada bueno. ☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
5	Me ocupo preferentemente (principalmente) de mí mismo, de mis propios deseos, sueños, preocupaciones y temores. Ich beschäftige mich am liebsten mit mir selbst - mit meinen Sorgen, Wünschen, Träumen und Ängsten ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
6	Soy distraído. ☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
7	Aún cuando haya hecho mucho, me siento insatisfecho porque podría haber otras cosas más importantes para hacer. ☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
8	Yo me guío según las expectativas de otros. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
9	Yo intento postergar, sin mayores reflexiones, las decisiones difíciles. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
10	Me dejo distraer fácilmente, incluso durante actividades que realizo con gusto. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☒ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
11	No hay realmente algo en mi vida a lo que quisiera dedicarme. ☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo

EE. Copyright A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) © Adaptación 2013: A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

12	No entiendo el por qué deba ser yo precisamente el que tenga que hacer determinada cosa.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
13	Yo pienso que mi vida, en la forma en que actualmente la llevo, no vale nada.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
14	Me cuesta comprender el sentido de las cosas en su relación con mi vida.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
15	Me gusta la forma en que me trato a mí mismo.						
* 6	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
16	No me tomo el tiempo suficiente para las cosas que son importantes.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
17	Ante una situación no me es espontáneamente claro lo que puedo hacer.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
18	Hago las cosas porque tengo que hacerlas y no porque quiero.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
19	Cuando surgen problemas pierdo fácilmente la cabeza.						
2	[ ] De acuerdo	[X] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
20	Hago las cosas que perfectamente podría dejarlas para más tarde.						
2	[ ] De acuerdo	[X] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
21	Tengo interés por ver qué me brinda el nuevo día.						
* 1	[ ] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[X] En desacuerdo	
22	Normalmente no me doy cuenta de las consecuencias de mis decisiones, sino hasta que las llevo a cabo.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
23	Si tengo que dedicarme (u ocuparme de algo) no confío en mis sentimientos.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
24	Cuando el resultado de emprender algo me parece inseguro, me abstengo de realizarlo aunque quiera hacerlo.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
25	No tengo claro para qué soy competente (sirvo).						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
26	Me siento interiormente libre.						
* 6	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
27	Me siento desfavorecido por la vida, ya que mis deseos no han sido cumplidos.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	
28	Es un alivio para mí ver que no tengo opciones.						
6	[ ] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[X] En desacuerdo	
29	Hay situaciones en las que me siento completamente desamparado.						
1	[X] De acuerdo	[ ] Parcialmente de acuerdo	[ ] Más bien de acuerdo	[ ] Más bien en desacuerdo	[ ] Parcialmente en desacuerdo	[ ] En desacuerdo	

EE: Copyright A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) © Adaptación 2013: A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar

30	Hago muchas cosas sin saber realmente cómo se hacen.
2	☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
31	No sé qué es lo importante en una situación.
6	☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
32	El cumplimiento de mis deseos tiene prioridad.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
33	Me resulta difícil comprender a otros en su situación personal.
6	☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
34	Sería mejor que yo no existiera.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
35	En el fondo, muchas de las cosas que me competen, me parecen ajenas. Im Grunde sind mir viele Dinge, mit denen ich zu tun habe, fremd.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
36	Prefiero formar o construir mis propias opiniones.
5	☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
37	Me siento dividido porque realizo varias cosas al mismo tiempo.
2	☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
38	Me faltan fuerzas, incluso para perseverar en lo importante.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
39	Hago muchas cosas, que en realidad, no quiero hacer.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
40	Una situación es para mí interesante únicamente si corresponde (adecúa) a mis deseos.
6	☐ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☒ En desacuerdo
41	Cuando estoy enfermo no sé que hacer con mi tiempo.
2	☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
42	Me cuesta darme cuenta de que tengo varias posibilidades de acción en una situación.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
43	Encuentro monótono (aburrido) mi medio ambiente.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
44	No me pregunto sobre lo que *quiero* hacer, por estar en lo que *tengo* que hacer.
2	☐ De acuerdo ☒ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
45	Nada es realmente bello en mi vida porque todo tiene sus pros y sus contras.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo
46	Mi propia dependencia y falta de libertad interior me crean muchos problemas.
1	☒ De acuerdo ☐ Parcialmente de acuerdo ☐ Más bien de acuerdo ☐ Más bien en desacuerdo ☐ Parcialmente en desacuerdo ☐ En desacuerdo

Se agradece su colaboración.

EE: Copyright A. Längle, C. Orgler & M. Kundi. (2000) © Adaptación 2013: A. Gottfried, N. B. de Landaboure, G. Traverso, E. Moreno & A. Längle
Para recibir mayor información puede comunicarse al correo: andresgott@yahoo.com.ar