



UNIVERSIDAD ESTATAL DEL VALLE DE ECATEPEC

LICENCIATURA EN GERONTOLOGÍA

Planificar trabajo con grupos de adultos mayores

Maestra Angélica María Razo González

GRUPOS

Se pueden clasificar de acuerdo con su:

- ✓ tamaño
- ✓ grado de interacción entre sus miembros,
grado de intimidad
- ✓ nivel social
- ✓ lugar donde se encuentran
- ✓ objetivos
- ✓ características comunes
- ✓ tiempo de interacción

Se pueden encontrar grupos:

- **Trabajo**
- **Terapéuticos**
- **Sociales**
- **Comités**
- **Equipos**
- **Pandillas**
- **De estudio**
- **Religiosos**
- **Políticos**
- **Familiares**
- **Comunitarios entre otros.**



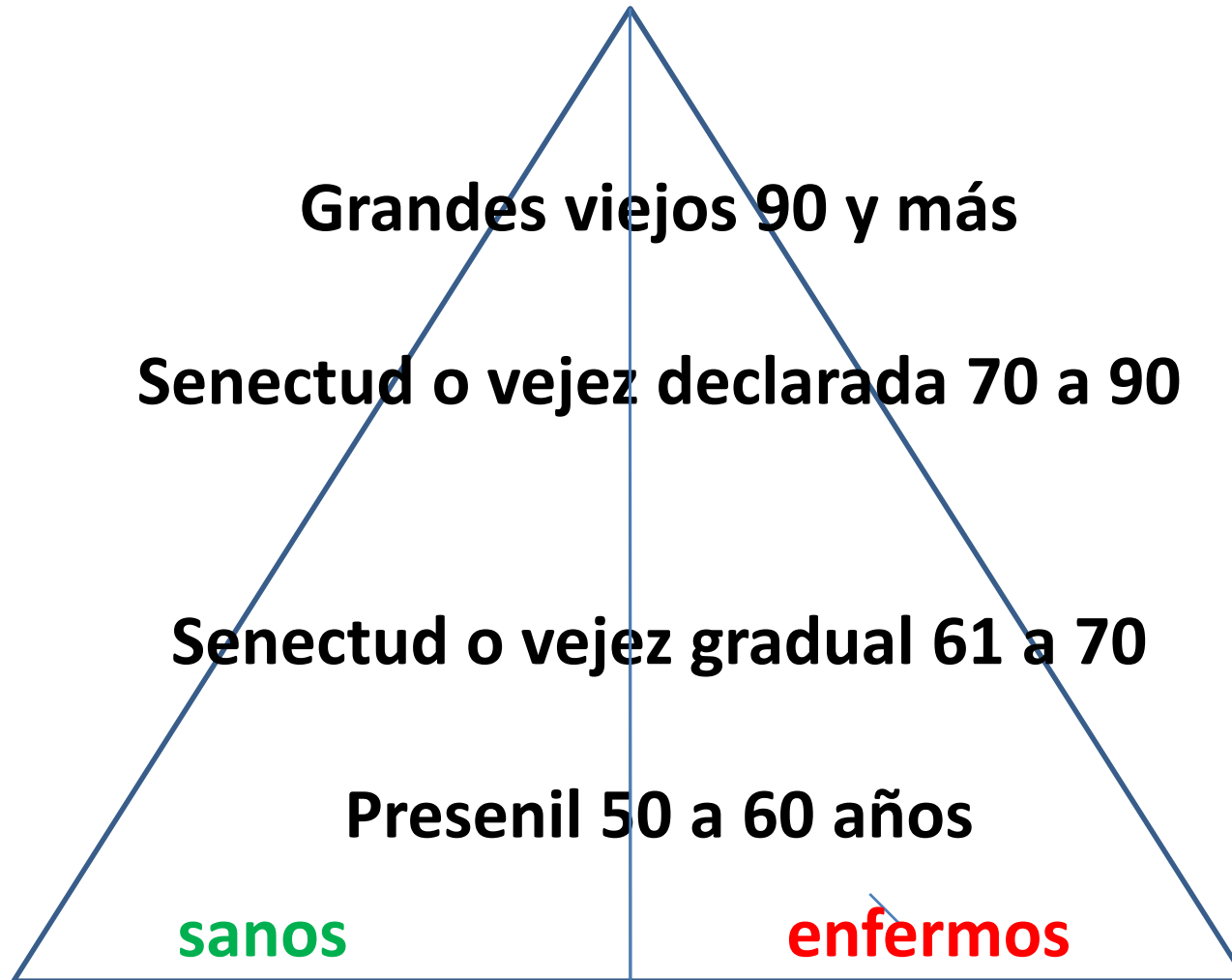
GRUPOS DE ADULTOS MAYORES

De acuerdo con sus objetivos, características e intereses.

- Asociaciones de jubilados;
- Grupos de autoayuda: diabéticos e hipertensos;
- Grupos de actividades culturales: coros, danza regional, clases de iniciación artística, talleres de artesanías y artes plásticas;
- Grupos que se forman en centros educativos, clubes de la tercera edad;
- Grupos de excursionistas;
- Congregaciones religiosas.
- Asociaciones de vecinos

CONOCER AL GRUPO

ETAPAS DE INTERÉS GERIÁTRICO

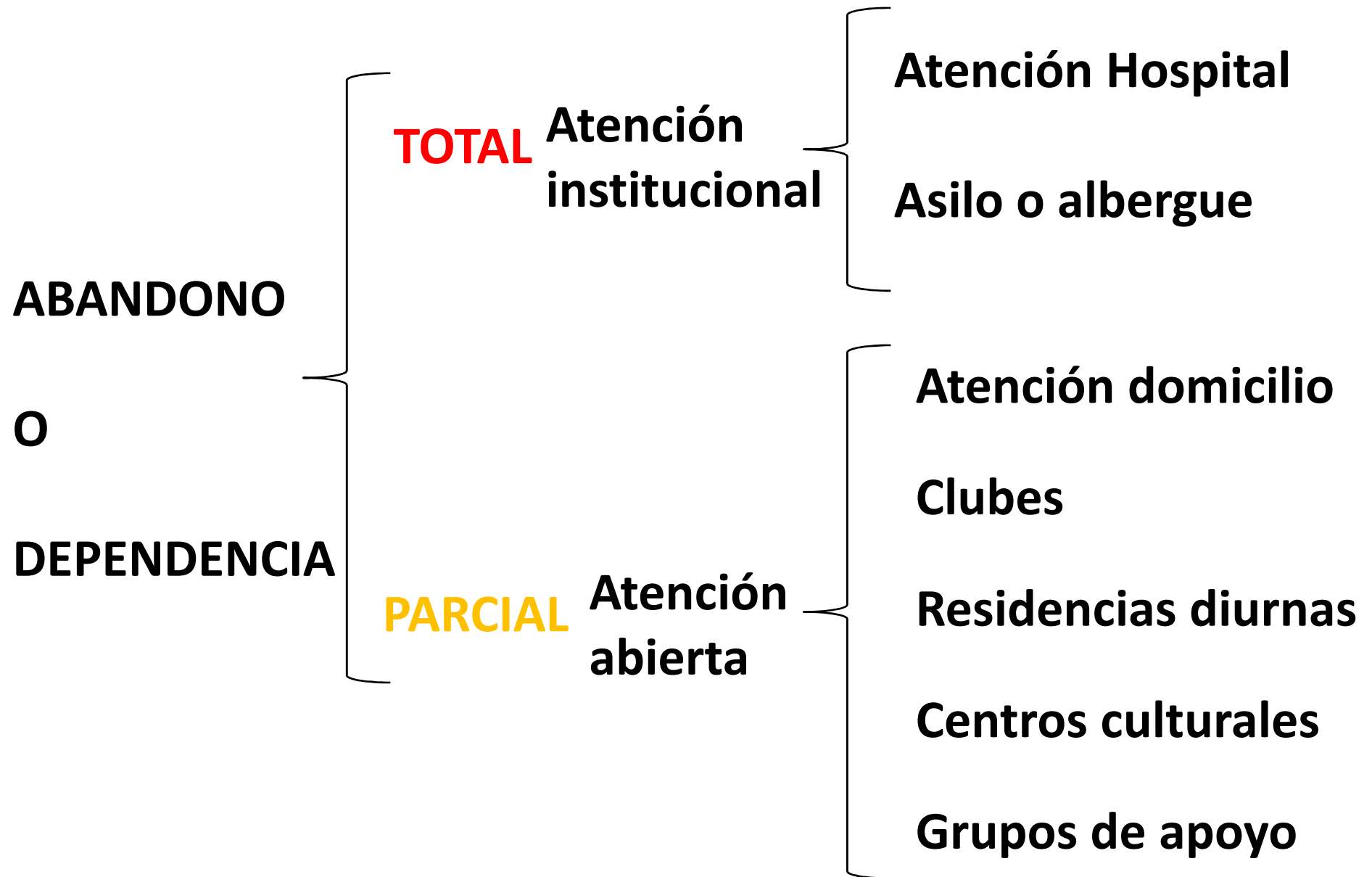


En estas últimas fases el grado de dependencia suele ser mayor o total

El grado de dependencia es menor o tiene una dependencia parcial



viejos dependientes, semi-dependientes e independientes



Conocer al grupo

Redes Sociales

Las redes sociales de apoyo se clasifican en tres:

- 1) **Redes Primarias:** la familia, los amigos y los vecinos
- 2) **Redes Secundarias o extrafamiliares:** el mundo externo a la familia, grupos recreativos, de adultos mayores, organizaciones civiles y sociales, organizaciones religiosas, laborales o de estudio.
- 3) **Redes Institucionales o formales,** instituciones del sector público de los tres poderes y en los tres niveles de gobierno.

Conocer al grupo

Redes Sociales

Tipos de apoyo social para el adulto mayor:

- **Materiales:** Dinero, alojamiento, comida, ropa, pago de servicios
- **Instrumentales:** Cuidado, transporte, labores del hogar
- **Emocionales:** Afecto, compañía, empatía, reconocimiento, escucha
- **Cognitivos:** Intercambio de experiencias, información, consejos

El trabajo con estos grupos requiere la aplicación de técnicas grupales utilizando una metodología que:

- Distinga entre dinámica y técnica grupal
- Parta del conocimiento del grupo, su condición, su historia, objetivos, características de sus integrantes, atmósfera grupal
- Realice una **planeación y objetivo** de las técnicas
- Evalúe los recursos
- Informé a los participantes
- Aproveche los recursos del facilitador
- Mantener el estilo
- Pensar que el grupo es el principal protagonista
- Trabajar con un co-facilitador

Herramientas de intervención

El trabajo cotidiano con grupos de adultos mayores requiere:

- Conocer al grupo
- Definir los objetivos de trabajo
- Conocer y aplicar distintas técnicas y metodologías
 - ✓ Terapia ocupacional, Arteterapia. Danzaterapia, expresión corporal, inteligencia emocional, asertividad, animación sociocultural, educación para la salud, alfabetización...
- Conocer las reglas y procesos que enmarcan la dinámica de todos los grupos
- Manejar con efectividad esta dinámica

Etapas de un programa de intervención específica

- Necesidad
- Planeación
- Ejecución
- Evaluación



NECESIDAD

Detección y diagnóstico

- El primer paso siempre es definir la necesidad que se quiere cubrir con el programa, puede provenir de:
 - Lo Político
 - La política pública
 - A petición del grupo
 - Como resultado de la evaluación de acciones previas
 - Por recomendación de un tercero

PLANEACIÓN

Sustentación del programa

- Es el conjunto de cuestiones a considerar y pasos esenciales a seguir para que el programa tenga éxito.
- Incluye la fundamentación o **justificación**, se explicita qué se propone hacer y por qué, se indica la necesidad detectada y problema que lo origina. Debe apoyarse en razones técnicas y políticas, así como en los datos de un estudio diagnóstico.

PLANEACIÓN

Elaboración de objetivos

- **Objetivo General:** Es el propósito central del proyecto. Para mayor claridad desde su redacción debe responder a varias cuestiones fundamentales: Qué se quiere hacer, con quiénes, para qué y a través de qué.
- Los **objetivos específicos** son especificaciones o pasos que se requieren para alcanzar o consolidar el objetivo general. Indican los cómo se piensa alcanzar el objetivo general.

PLANEACIÓN

Metas

- Operacionalizan los objetivos, que producto quiero obtener.
- Responden a la pregunta ¿**Cuánto** se quiere hacer? y ¿En **cuánto tiempo**?
- Éstas deben ser **cuantificables**, es decir deben poder medirse y ser claras porque con base en ellas se determina el avance del proyecto en términos cuantitativos.

Planeación

Indicadores

- Son estándares utilizados para medir el progreso y logros de un proyecto.
- Sirven para hacer el seguimiento y la evaluación del proyecto o programa.
- Deben ser específicos, posibles de alcanzar, realistas, en un tiempo determinado.
- A través de ellos debe quedar claro el **cómo se sabría si se alcanzaron las metas.**

Planeación

Indicadores

- ❖ Los indicadores requieren una fórmula que al final del proyecto o programa se aplicará a lo que se llevó a cabo.

Ejemplo de indicadores

1. Personas atendidas =

Total de personas / personas que asisten

2. Número de sesiones

Sesiones programadas / sesiones realizada

Cada indicador requiere **EVIDENCIA**

Ejecución

Determinar **estrategias** y **actividades**

- Responden a la pregunta ¿a través de qué se logrará el objetivo general?
- Su ejecución debe ser secuencial e integrar las diversas actividades propuestas.

Cada estrategia general, conlleva el empleo de varias técnicas y actividades.

Ejemplo:

Estrategia: Un taller de arteterapia

Actividades: Dibujo de mandalas; creación de un collage; dibujo de un tema; musicoterapia.

Recursos

Para asegurar el éxito de un programa es necesario siempre analizar y considerar los medios y recursos para realizarlo.

- **Humanos:** personal disponible, remunerado o voluntario
- **Materiales:** infraestructura, equipo, material de trabajo
- **Financieros:** fuentes de financiamiento, disponibilidad financiera (calcular costos)
- **Técnicos:** Uso de técnicas sociopedagógicas, procedimientos técnico operativos

Esquema de planeación



Programas y Actividades

Programa de Animación Sociocultural

Objetivo: estimular, movilizar y organizar a los individuos y grupos alrededor de los valores Sociales, Educativos y Culturales, actuando en diferentes ámbitos de la calidad de vida, mediante la participación de las personas en su desarrollo cultural.

Población: Independiente que se encuentra en la comunidad

Actividades comunes:

De formación - cursos, talleres, conferencias, mesas redondas, círculos de lectura, reuniones de corte cultural y actividades de formación complementaria para adultos

Difusión - del patrimonio heredado, videotecas, fonotecas, bibliotecas, galerías de arte y museos de todo tipo, como de expresiones de la cultura viva, tradiciones y fiestas populares

Artísticas - favorecen la expresión e iniciación artística de las personas en actividades como canto, música, baile, artes escénicas, artes visuales y otras formas de expresión, incluyendo las artesanías y el arte popular;

Lúdicas - actividades de cultura física, así como de recreación y esparcimiento;

Sociales - fiestas, convivios, tertulias, encuentros y acciones vecinales

Programas y Actividades

Programa de Terapia ocupacional

Objetivo: conservar y/o recuperar capacidades, habilidades y destrezas afectadas que limitan la independencia y la posibilidad de realizar actividades que le son significativas a las personas. Apoya la rehabilitación

Población: independientes, semi-dependientes.

Actividades comunes:

Actividades de cuidado y desarrollo personal – ejercicios para cuidar el cuerpo, desarrollar conciencia de sus recursos, desarrollar potencialidades y capacidades

Actividades de creatividad – Descubrir la parte creativa, actividades artísticas que apoyen el desarrollo y mantenimiento de las funciones superiores

Actividades de esparcimiento y recreación – Promover la espontaneidad en la expresión, la iniciativa, la integración y las capacidades sociales

Programas y Actividades

Programas de Arteterapia, musicoterapia

Objetivo: Ayuda a reconocer, aceptar y expresar las emociones, utilizando la expresión artística, rescatando el poder de la imaginación y la creatividad

Población: semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

Actividades comunes:

Elaboración de objetos artesanales y manuales; Dibujo y pintura
Escultura; Escritura; Musicoterapia; Ejercicios de Meditación;
Sociodramas; Expresión Literaria y Narración oral.

Lo importante es la creación, la proyección de las emociones y experiencias y la introyección de éstas desde un nuevo enfoque

Programas y Actividades

Programa de Danzaterapia y expresión corporal

Objetivo: es una práctica que busca la creación, expresión y comunicación del individuo a través del cuerpo en movimiento, desarrollando sentido del ritmo, conciencia, control y coordinación corporal.

Población: semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

Actividades comunes:

Ejercicios de ritmo, relajación, meditación, coordinación, control y conciencia corporal.

Expresión de las emociones a través del ritmo y movimiento

Trabajo de cada parte del cuerpo por sesiones o como un todo integrado

Programas y Actividades

Programa: Educación para la salud

Objetivo: brindar información . a las personas para que aprendan a cuidar de su salud y a llevar a cabo prácticas de auto cuidado

Población: semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

Actividades comunes:

Talleres de temas que promuevan la salud en sus tres niveles:

Biológico – Prevención control y manejo de enfermedades, Cuidados físicos, control de hábitos dañinos y promoción de conductas saludables

Psicológico – autoestima, manejo emocional, conductas de higiene mental, promoción de relaciones interpersonales asertivas

Social – participación e integración, fortalecimiento de redes sociales.

Programas y Actividades

Talleres específicos de inteligencia emocional y asertividad

Objetivo: Desarrollo de habilidades que les permitan mejorar sus relaciones intra e interpersonales promocionando la salud mental y emocional,

Población: semi- dependientes, independientes en instituciones y en la comunidad

Actividades comunes:

Desarrollo de habilidades como autoconocimiento, regulación y control emocional, así como de comunicación asertiva, a través del aprendizaje de conceptos y la participación activa de los adultos mayores en ejercicios diseñados para tal efecto.

Formato del plan de sesiones

Calendarización o cronograma de actividades

Programa ...

ESTRATEGIA:		OBJETIVO DE LA ESTRATEGIA:		
N° DE SESIÓN		OBJETIVO DE LA SESIÓN:		
Actividad	Descripción •Inicio •Desarrollo •Cierre	Duración	Materiales	RESPONSABLE
OBSERVACIONES				

Observaciones

- ✓ Al finalizar cada sesión es importante registrar las observaciones que retroalimenten y apoyen la evaluación y mejora de las acciones

EVALUACIÓN

En todo programa es necesario evaluar el cumplimiento de las metas con respecto a los indicadores que se establecieron previamente en el diseño, así como adjuntar las evidencias que se recabaron en el proceso.



GRACIAS