

La ofrenda del Día de Muertos como una estrategia de psicoterapia de arte para adultos mayores

Day of the Dead offering as an art psychotherapy strategy for older adults

Fernando Quintanar Olgún y Karen Ivón López Martínez¹

RESUMEN

Se abordó el proceso de elaboración de ofrendas del Día de Muertos como un recurso cultural con fines psicoterapéuticos a partir de la psicoterapia de arte en grupos de adultos mayores. Se trabajó desde la metodología cualitativa mediante la investigación-acción participativa y un enfoque comunitario y grupal. Se definieron categorías de análisis, además de que se identificaron respuestas a nivel sensorial, procesos de cambio individual y familiar y desarrollo del proceso grupal. Como parte del trabajo del psicólogo que puede realizarse más allá del consultorio, se propone emplear recursos culturales tales como las citadas ofrendas, lo que acarrea beneficios emocionales, psicosociales y grupales.

Palabras clave: Ofrendas de Día de Muertos; Psicoterapia de arte; Proceso grupal; Análisis multinivel; Grupos de adultos mayores.

ABSTRACT

The present study addressed the process of elaborating Day of the Dead offerings as a cultural resource for therapeutic purposes in art psychotherapy for older adults under group treatment. Qualitative methodology through participatory research-action was employed, through a community and group approach. Categories of analysis were defined, as well as some senso-perceptual responses. The study also identified individual and family change processes, and development of group process. These authors conclude that the use of cultural resources, such as these offerings, which entail emotional, psychosocial and group benefits, should probably be integrated to the professional activities of psychologists working in the community.

Key words: Day of the Dead offerings; Art psychotherapy; Group process; Multilevel analysis; Groups of older adults.

INTRODUCCIÓN

En la atención psicológica de la población adulta mayor es común encontrar que las personas hayan experimentado la pérdida de seres queridos y que lleven a cabo diversas actividades para procesar la experiencia, que generalmente es incómoda y dolorosa. Esas actividades pueden consistir en rituales que se sustentan en la práctica de alguna creencia espiritual o cosmovisión, y no necesariamente en un credo religioso. En México, el 2 de noviembre de cada año se celebra el Día de Muertos como una fes-

¹ Programa de Investigación en Psicología del Envejecimiento, Tanatología y Suicidio, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México, Av. de los Barrios s/n, Col. Los Reyes Iztacala, Tlalnepantla, Edo. de México, tels. (55)25-38-78-52 y (55)42-89-32-68, correos electrónicos: quintanarof@yahoo.com y karenivonne03@gmail.com. Artículo recibido el 4 de marzo y aceptado el 3 de junio de 2016.

tividad con arraigo indígena, declarada en 2003 como “Obra maestra del patrimonio oral e intangible de la humanidad” por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) (cf. Consejo Nacional para la Cultura y las Artes, 2006). La celebración del Día de Muertos es una tradición cultural que se ha mantenido a lo largo del tiempo. Existen vestigios de que esta celebración se festejaba desde el año 1300 a. C., a pesar de lo cual se ha mantenido hasta hoy, incorporando paulatinamente diferentes elementos culturales y religiosos; la ofrenda consiste en instalar altares en los hogares en honor de los muertos de la familia, donde se les ofrecen alimentos, velas, flores y otros objetos.

Según Zarauz (2000), tal celebración tiene una larga historia en México. Desde antes de los aztecas ya había indicios de que en las culturas prehispánicas se tenía un claro sentido de la muerte.

Se han hecho investigaciones en relación a la muerte y a sus rituales desde la antropología y la filosofía, centradas generalmente en el sentido y significado de la muerte para grupos específicos, la participación comunitaria ante el fallecimiento de uno de sus integrantes, la diferenciación y función social de tipos de rituales funerarios y posfunerarios, el análisis de las costumbres y las creencias sobre la muerte, o la relación entre el mito y el rito subyacente (Allué, 1998; Ariès, 1983; Durán, 2003; Gómez y Delgado, 2000; Johansson, 2003; Malvido, 2006; Mendoza, 2005).

No obstante, la psicología y la psicoterapia pocas veces han emprendido el estudio de tales rituales, como es el caso de la ofrenda de Día de Muertos, como un recurso para atender las necesidades emocionales compartidas por diferentes personas; por ejemplo, el trabajo de apoyo tanatológico que se puede proporcionar a personas que han sufrido la pérdida de seres queridos. Cabe señalar que los rituales que se realizan en el campo psicológico difieren de los que se llevan a cabo en otras áreas, en tanto que conllevan procesos de transformación de experiencias y tienen la función de servir como rituales terapéuticos para los acontecimientos difíciles de la vida, como las separaciones y la muerte (Van der Hart y Goossens, 1987).

Entre los estudios realizados sobre el papel psicológico de los rituales que se emprenden tras

un fallecimiento se encuentra el de Gibblin y Hug (2006), quienes investigaron la función psicológica de los rituales funerarios, y refieren que el ritual debería concebirse como un evento multidimensional que se extiende más allá de su puesta en escena. De manera que no es el ritual funerario en sí mismo el que trae consecuencias psicológicas, sino que hay que tomar en cuenta los momentos previos y posteriores al mismo, como las visitas al moribundo, la ayuda a la familia en las tareas necesarias, el funeral, las reuniones después de éste, las misas o rezos y demás, puesto que ese proceso en general y en sus diferentes momentos responde a distintas necesidades psicológicas y espirituales.

Una de las características de los rituales que se reconoce como primordial para transitar por el proceso de experimentar una pérdida es la participación del otro. Este atributo lo destaca Allué (1998) en un estudio sobre la ritualización de la muerte, en el que señala que se espera que el ritual tenga la función de “socializar la pérdida” y permita la expresión emocional de los sentimientos que la misma genera. El autor considera importante la participación de la comunidad en los rituales en torno a la muerte, pues gracias a la presencia del otro la muerte puede reconocerse de manera pública. En este sentido, se abre la posibilidad de hacer un trabajo colectivo o grupal, y no solamente de cumplir un ritual.

Lo anterior coincide con el estudio de Hayslip, Booher, Riddle y Guarnaccia (2005), quienes examinaron las actitudes de los deudos hacia los funerales, encontrando que el funeral era considerado como una oportunidad para expresar el dolor de manera pública, al tiempo que se recibe el apoyo emocional de familiares y amigos. En las investigaciones de Lemming y Dickson hechas en 1994 (cf. Dass-Brailsford, 2010) y en la realizada por O'Rourke, Spitzberg y Hannawa (2011) se reconoce que entre los beneficios de participar en las ceremonias del funeral se incluye la recepción de apoyo y confort, así como la expresión pública de emociones como la angustia, la tristeza, el dolor, la pérdida y el pesar.

Tizón (2004) refiere que los rituales poseen un valor cuádruple: un valor *emocional* al posibilitar la expresión de emociones y sentimientos en un marco de seguridad; un valor *económico*, en la medida en que los participantes suelen apoyar a

la familia con lo necesario para la realización de los diversos rituales; un valor *simbólico y comunicacional*, pues son formas de comunicar sentimientos, ideas y fantasías, y un valor de *cohesión social*, en tanto que al requerir una participación en conjunto puede unir a los miembros del grupo. Lo anterior coincide con lo afirmado por Arias y Vargas (2003) respecto a la utilidad de la terapia de arte en la atención psicológica.

Castle y Phillips (2003) analizaron algunos aspectos de los rituales que facilitan el ajuste al duelo, mientras que Reeves (2011) examinó la aceptación de la muerte a través del ritual. En ambas investigaciones se identificaron elementos específicos de los rituales en torno a la muerte que conllevan beneficios terapéuticos, para lo cual se requiere que el ritual sea significativo para las personas, que estas se sientan en un ambiente seguro y de confianza para la expresión de emociones, y que se cuente con la participación del otro. Se considera que los rituales tienen consecuencias positivas en los deudos, tales como reevaluar las prioridades de la vida, aceptar el dolor como un proceso progresivo, y sentirse menos aislados y más conectados con los otros al establecer una red de apoyo social y trabajar con sus emociones, todo ello encaminado a la elaboración de la pérdida.

A partir de estos antecedentes, es posible la atención psicológica aprovechando los rituales que se llevan a cabo por la muerte de una persona –en este caso, el ritual de la ofrenda de Día de Muertos– como un recurso para trabajar sobre el impacto que puede tener esa pérdida en la comunidad o en un individuo, como una práctica que va más allá de una mera tradición o del cumplimiento de ritos religiosos, y que se pueda estudiar desde un enfoque psicológico grupal, incluyendo los elementos necesarios para abordarse como una estrategia de psicoterapia de arte en un análisis de procesos de grupo.

García (2013) considera que durante el montaje de una ofrenda se genera un proceso grupal que puede ser orientado a una forma psicoterapéutica en distintos niveles. El primer componente a abordar consiste en visualizar dicho montaje como un proceso grupal distinto al de una práctica cultural perteneciente a algún credo religioso. Asimismo, debe diferenciarse entre la celebración del Día de Muertos y el montaje de la ofrenda.

La primera se refiere al momento festivo con un motivo definido, y el segundo a una actividad que implica un proceso de convivencia y de evocación que se concreta en la elaboración de un espacio para un ritual que implica la movilización de la familia y de sus redes de apoyo social.

En este caso, se consideran ciertos elementos conceptuales y metodológicos que permiten una propuesta de atención que se puede brindar colectivamente, considerando aspectos que se abordan a partir de una aproximación multinivel, retomada del enfoque de caos y complejidad, según Quintanar (2015) y López (2013), la cual permite analizar secuenciada y coordinadamente distintas acciones y estrategias para atender a la población adulta mayor.

Para los fines de este reporte, se retoman metodológicamente las estrategias grupales de los grupos de crecimiento, en las que se consideran las quince etapas por las que un grupo puede transcurrir (Rogers, 1973); pero además se incluyen siete facetas que el grupo de población anciana puede presentar en diferentes momentos, en los que se reconoce que entre los principales indicadores de cambio e impacto del proceso grupal se encuentra la permanencia y la regularidad de los integrantes del grupo, quienes toman la iniciativa personal de definir los momentos pertinentes para abordar los aspectos críticos del grupo, las expresiones de reposicionamiento de la persona y el humor sano (Quintanar, 2013). Estos elementos facilitan abordar una temática que propicia la reedición de ciertos pasajes de su historia y la actualización de los sentimientos, roles y jerarquías en los que se manifiestan sus prejuicios y estereotipos (Flores, 2013). Dado lo anterior, el presente estudio pretendió identificar el proceso grupal que tiene efectos psicoterapéuticos durante el montaje de una ofrenda de muertos, como una estrategia de trabajo hecha desde la psicoterapia de arte.

Así, el presente estudio se realizó a partir de la metodología de investigación-acción participativa, desde un enfoque comunitario y grupal, orientado a analizar componentes psicoterapéuticos para el beneficio de las personas mayores con duelo por el fallecimiento o riesgo de que fallezcan seres queridos, a fin de que los investigadores se involucraran en los límites definidos por las tareas a realizar en el propio proceso de trabajo asumiendo

el rol de coordinadores, quienes participaban en las mismas actividades que las personas mayores, como cortar o picar papel, pintar calaveras o elaborar flores con distintos materiales, entre otras. Este tipo de metodología permitió que, en el momento de cierre de la actividad, fuera posible reflexionar y elaborar la experiencia para que todos los participantes repensaran lo experimentado en sus duelos y en su participación en la elaboración de las ofrendas.

Se hizo y analizó la experiencia de un trabajo de cinco años, durante los cuales se pudo rescatar, integrar, definir, aplicar y desarrollar esas diferentes experiencias, con las cuales fue posible proporcionar información, atención y apoyo a grupos de adultos mayores y usuarios que asistían a centros de salud y a una clínica universitaria, en los cuales no se contaba con todos los recursos humanos que permitieran brindar atención personalizada en los casos de duelo por la muerte de seres queridos.

En consecuencia, el objetivo general del estudio fue analizar y evaluar el impacto del proceso grupal en la elaboración de ofrendas, utilizada con fines psicoterapéuticos como un recurso cultural, a partir de la psicoterapia de arte, en grupos de adultos mayores, como una intervención comunitaria y colectiva en centros de salud. Los objetivos específicos fueron, a saber: identificar las posibles etapas del proceso grupal que se genera durante el montaje de la ofrenda; diferenciar los niveles de impacto del proceso de montaje de una ofrenda, y diferenciar las distintas formas de comportamiento ante los diversos componentes de la misma.

MÉTODO

Participantes

El estudio se realizó en dos momentos. En el primero se contó con la participación de cuatro grupos de personas adultas mayores, asistentes regulares a centros de salud comunitaria de la Ciudad de México, con un promedio de catorce participantes por grupo. En dichos centros se organizaban diversas actividades, como talleres, pláticas sobre temas de salud o exposiciones que permitieran la participación de las personas mayores. En el segundo, se trabajó con un grupo de adultos

mayores asistentes permanentes al Programa de Investigación en Psicología del Envejecimiento, Tanatología y Suicidio de la FES Iztacala de la UNAM, con un promedio de dieciocho participantes. En ambos casos se trabajó con hombres y mujeres con rango de 60 a 89 años de edad, funcionales e independientes.

Procedimiento

El proceso de elaboración de las diversas ofrendas se realizó, en todos los escenarios, en siete fases que se definen abajo y en las cuales se hicieron grabaciones en video y fotografías que luego se revisaron, según lo propuesto por Quintanar (2013), para identificar y definir los cambios ocurridos durante el proceso grupal.

Fase 1. Apertura.

Se planeó el montaje de la ofrenda y se definieron las estrategias para reconocer los indicadores de referencia de cambios. En esta primera fase, se solicitó a los participantes su colaboración en el montaje de las ofrendas e ideas para realizar la actividad; se calendarizaron las actividades particulares necesarias para dicha ofrenda y se definieron los acuerdos y responsabilidades para participar en el montaje. Esta fase comenzó entre un mes y mes y medio antes de la fecha y tuvo una duración de tres a cuatro días. Los coordinadores y becarias fueron quienes dirigieron las sesiones y definieron los citados acuerdos en conjunto con el grupo.

Fase 2. Definición.

Se inició la preparación de las ofrendas con la definición de los componentes que la iban a integrar, así como la forma y el lugar en que se decidió montarlas. Dentro de los elementos se incluyó concretamente la elaboración de:

- Flores de papel de china y crepé.
- Papel picado.
- Calaveras de papel maché y cerámica.
- Refranes sobre la muerte.
- Compra de dulces conmemorativos.
- Preparación de platillos propios de Día de Muertos, como pan de muerto, dulces de calabaza y camote, mole, frutas y bebidas.

- Diseño de lápidas y criptas ornamentales.
- Adquisición de flores de cempaxúchitl y nube.
- Designación de los personajes de catrinas.
- Recolección de imágenes o fotografías de los difuntos a los que se dedicaba la ofrenda.
- Adquisición de adornos complementarios, tales como anafres, incienso y copal, utensilios de barro y tela, veladoras y otros.
- Elaboración de carteles y oficios de invitación a la comunidad universitaria y autoridades.

Fase 3. Elaboración.

Una vez iniciadas las actividades de obtención o elaboración de los elementos necesarios, se llevaron a cabo actividades en equipo en el salón de trabajo, que se conformaron con entre tres y seis personas encargadas de realizarlas en un mismo horario y lugar.

En estos grupos de trabajo no se elaboraron ofrendas temáticas, como tradicionalmente se hace en una ofrenda; en este caso, se elaboraron libremente, de acuerdo a las ideas que los participantes tenían en ese momento y a los acuerdos a los que llegaron. De esta manera, la ofrenda toma un sentido más personal y a los participantes se les percibe más implicados en ella. Esta fase tuvo una duración de siete a nueve días.

Fase 4. Montaje.

En esta fase se inició el montaje de la ofrenda, en la que participó todo el grupo, en conjunto con los coordinadores, estudiantes, becarias y, en algunas ocasiones, personas que acudían a otros servicios, como educación especial o consulta médica, y consistió en adornar los espacios, definir las áreas e iniciar el arreglo de los niveles y la obtención de recursos para la exposición. Esta fase tomó una a dos sesiones y permaneció exhibiéndose durante esa semana, en la cual se fueron agregando elementos a juicio de los participantes. Se invitó a las personas que asistían a consulta y a otros servicios a que colaboraran en la ofrenda con algo alusivo a la misma, pero se señaló que debía de ser propiamente una ofrenda del Día de Muertos y no del Halloween o de otros credos religiosos.

Fase 5. Realización.

Durante esta fase se llevó a cabo la Ceremonia del Encendido de la Ofrenda, dirigida por los coordinadores. Asistieron y participaron la comunidad

universitaria, las autoridades de la misma o de los centros de salud, y los familiares y amigos del grupo, a quienes se invitó con anterioridad. Asimismo, los estudiantes, las becarias del programa y algunas de las señoras del grupo se vistieron de catrinas e invitaron a todos a hacer lo mismo. Los platillos, bebidas, frutas y dulces se colocaron hasta este día a fin de que estuvieran calientes y humeantes; además, se encendió copal e incienso, lo que impregnó el entorno con sus aromas.

Los coordinadores comenzaron la ceremonia con un discurso enfocado a las pérdidas y a la muerte. Se dio a los asistentes una explicación acerca de la ofrenda, resaltando que se trataba de un recurso que es parte de la cultura y que no tiene que ver con un credo religioso en particular. Se invitó a que cada quien tomara una veladora y “compartiera la luz” con los demás, y que posteriormente la colocaran en cualquier lugar de la ofrenda y la dedicaran a sus propios difuntos, esto con el fin de promover la sensibilidad para el reconocimiento de los duelos no elaborados y de las pérdidas no superadas; se solicitó además a los participantes a que evocaran recuerdos, reconocieran sentimientos, establecieran contacto con otros asistentes y se involucraran personalmente en la ofrenda.

Al finalizar la ceremonia, se hizo una invitación para compartir los alimentos dispuestos para ese momento, convivir con el grupo y posibilitar una relación intergeneracional, pues asistieron desde niños hasta adultos mayores.

Fase 6. Cierre.

La fase de cierre se centró en el grupo de adultos mayores, estudiantes y becarias. Los coordinadores dirigieron el cierre, que tuvo como objetivo discutir acerca de las implicaciones que había tenido realizar el ritual de la ofrenda en relación con las pérdidas que cada integrante había vivido y con aquellas que se compartieron. Asimismo, se analizó el papel que tuvo el ritual en el proceso grupal, tanto del grupo de adultos mayores, como el de sus grupos de familiares y amigos. De igual forma, se reflexionó colectivamente sobre el impacto logrado en los asistentes y la forma en que ellos se involucraron, con el propósito de propiciar un mayor acercamiento con el grupo al compartir sus experiencias.

Fase 7. Supervisión.

Tras el montaje de la ofrenda se hizo una reunión de supervisión entre coordinadores, estudiantes y becarias en la que se revisaron tres aspectos: *a)* revisión del trabajo realizado a partir de los planteamientos teóricos del proceso grupal, tanatología, psicoterapia de arte, psicoterapia Gestalt, teoría sintérgica de Grinberg y teoría jungiana; *b)* revisión de los aspectos técnicos de la organización del evento, como situaciones ocurridas durante la organización del trabajo, componentes materiales requeridos o indicadores de impacto, y *c)* análisis y revisión del propio proceso personal y grupal del equipo de trabajo. También se incluyeron estrategias de contención en cuestiones que pudieran afectar a los integrantes del equipo de trabajo. Cuando fue necesario, se revisaron los propios cambios familiares y la relación de los participantes con sus respectivos equipos.

A continuación se procedió a analizar los resultados, donde se describen los momentos que conformaron el proceso grupal y la construcción de categorías de análisis del comportamiento resultante del trabajo hecho.

RESULTADOS

Según los resultados obtenidos, puede decirse que se cumplieron los objetivos planteados en tanto que fue posible detectar un patrón de comportamiento grupal común al trabajo que se hizo en los centros de salud y en la clínica universitaria, donde se participó en una misma actividad. De esta manera, se construyeron categorías según lo observado en todos los grupos, lo que permitió identificar rubros a partir de los cuales se puede ubicar lo observado a lo largo del proceso de elaboración de las ofrendas. La información reportada se obtuvo del análisis de videos, bitácoras de trabajo y notas de supervisión.

Categorías

- *Movilización grupal.* Son los cambios que se presentan de forma natural en el grupo conforme se avanza en el proceso de trabajo, en una actividad, y que dan cuenta del involucramiento de los participantes en las tareas específicas necesarias para la elaboración de la ofrenda.

- *Activación de mecanismos neuropsicológicos.* Son las reacciones y respuestas del individuo que tienen una base neuropsicológica y que surgen ante estimulaciones específicas y tareas que pueden manifestarse como un posible beneficio en funciones neuropsicológicas tales como atención, coordinación visomotora, juicio y cálculo.

- *Beneficios psicológicos del montaje de la ofrenda.* Son los diferentes niveles de impacto positivo en los participantes como resultado del proceso ritual de la ofrenda y que pueden ser identificados a lo largo de las diferentes fases o en momentos posteriores al mismo.

- *Reconocimiento emocional.* Manifestación de un reconocimiento explícito de la carga emocional por pérdidas sufridas a lo largo de la vida debidas al fallecimiento de seres cercanos, con diversidad de sentimientos y emociones que la persona puede experimentar a lo largo del proceso de la elaboración de la ofrenda.

- *Desencadenantes de la ofrenda.* Componentes y elementos vinculados a la ofrenda que pueden propiciar formas de comportamiento que hagan posible la resignificación, adaptabilidad y reconocimiento de las experiencias compartidas entre los participantes o sus familiares y seres cercanos.

- *Proceso ritual de la ofrenda.* Es la forma de inicio, desarrollo, clímax, cierre y seguimiento en que los participantes se ven involucrados en el montaje y desarrollo de los componentes de la ofrenda, incluyendo su sentido y la especificación del difunto al que se le dedica.

También se identificaron los siguientes tres grandes rubros de resultados a partir del proceso grupal que se generó en el trabajo con el ritual de la ofrenda del Día de Muertos en los diferentes escenarios.

Respuestas sensoperceptuales

A lo largo de todo el proceso de trabajo pudieron observarse indicadores del impacto a nivel neuropsicológico, pues se pudo observar un desarrollo de la atención y concentración de los participantes conforme se involucraban en las actividades, por lo que pudieron realizarlas durante un tiempo sostenido de entre una hora y media a casi dos horas, sin dispersarse en otras actividades. Otro punto es que todos los participantes llegaron a realizar la

planeación de diferentes tipos de ofrenda, como calcular tiempos, gastos y materiales y programarlos para el logro de las actividades. Al mismo tiempo, fue evidente que se pusieron en práctica distintos tipos de memoria, entre las cuales resaltó la memoria de trabajo, pues las actividades de la ofrenda les ayudaron a rescatar formas de realizar las actividades y preparar los materiales de trabajo.

A lo largo del trabajo se hizo clara la presencia de funciones ejecutivas y de coordinación visomotora. Se detectaron ocho casos, en diferentes momentos, de personas que tuvieron problemas de control de impulsos, pues llegaron a comportarse de forma muy irritable, intolerante y mostrando reacciones impulsivas en el trabajo, lo que les hizo muy difícil completarlo, llegando incluso a observar que dos personas se retiraron del grupo, aunque volvieron a las siguientes sesiones.

Proceso de cambio individual y familiar

Un segundo conjunto general de resultados tiene que ver con los cambios ocurridos en las personas o en sus familias. No fue posible identificar cambios particulares de los participantes en los centros en los que se trabajó, pero sí reconocerlos en la dinámica y la relación familiar. Se observaron cambios en las actitudes personales y en valores que condujeron a una mejor socialización, pues la gente transformó algunas de sus prioridades personales en prioridades en su relación con los otros. También se observaron cambios en hábitos y costumbres, toda vez que hubo quienes inicialmente no ponían la ofrenda en sus hogares ni visitaban los cementerios, lo que a la poste terminaron haciendo. Un importante cambio personal fue que los participantes valoraron su espacio y defendieron el empleo de su tiempo y sus actividades ante las demandas familiares.

En relación a los cambios familiares, se pudo observar que, en diferentes momentos, la familia se involucró en alguna fase del montaje de la ofrenda, llegando así a hacerse partícipes y colaboradores secundarios, lo que tuvo un impacto en el grupo familiar al propiciar acercamiento, comunicación, intimidad y apoyo. Los participantes reportaron que había ahora un reencuentro familiar y ya podían compartir sus experiencias de forma natural; incluso podían hablar de la muerte más libremente

entre ellos y evocar su dolor por la ausencia de sus seres queridos fallecidos. Además, se restableció una forma de convivencia intergeneracional que ya se había perdido.

Desarrollo del proceso grupal

En todas las experiencias compartidas del montaje de la ofrenda en los diferentes centros se observó que la realización de este tipo de actividad facilitó la integración de las personas de reciente ingreso a los programas elaborados para adultos mayores. Conforme avanzaba el proceso de montaje de la ofrenda, se conservó la asistencia de la mayor parte de los participantes en los grupos, quienes mostraban mayor interés y esfuerzo al dedicarle más tiempo de lo programado, sin importar su credo religioso u otras creencias.

Un detalle muy importante es que, en las últimas fases del trabajo, los participantes llegaron a dedicar a sus compañeros algo del motivo de la ofrenda a través de las calaveras de dulce, los refranes, las calaveras grabadas o los alimentos preparados. A medida que se aproximaba el momento final de la ofrenda, aprendieron a trabajar bajo presión de forma más creativa y cooperando más que compitiendo. En el caso en que se llegaran a percibir conflictos, siempre se procuró resolverlos durante el proceso de montaje y de forma supervisada; sin embargo, hay que señalar que en dos casos el trabajo de este tipo llevó a que el grupo se hiciera tan rígido que no permitió el ingreso de nuevos participantes; en ambos casos, cuando por motivos personales tres personas que propiciaban esa actitud se retiraron, los grupos lograron un trabajo colaborativo al integrar nuevos participantes. Estos tipos de comportamientos no ocurrieron intencionalmente; de hecho, surgieron de forma natural pero consistente durante el trabajo grupal.

Se identificó también que las ofrendas que se ponen en el hogar se destinan principalmente a familiares y seres cercanos, mientras que en el caso de la ofrenda que se montó en tres centros de salud hubo dos momentos diferentes. En el primero, la ofrenda se ofreció al personal del centro de salud en que eran atendidas las personas y a sus compañeros de trabajo u otros miembros del grupo; después, al momento de la ceremonia “de la prendida” y la colocación de los cirios en

la ofrenda, los asistentes y participantes a dicho centro pudieron ofrecerla a sus seres queridos particulares; en el último caso, una ofrenda temática montada colectivamente se ofreció a personajes o grupos significativos de la comunidad, fuesen o no conocidos de ellos. En el segundo y tercer casos también hubo momentos que se hizo referencia a personas vivas, pero conocidas por el grupo o la comunidad, que generalmente desempeñaban un rol importante en la vida cotidiana en los espacios trabajados, como jefes, directores, funcionarios o figuras públicas en general. Hay que señalar que, al momento de escribir este reporte, en el caso del grupo universitario hubo una participante en fase terminal. Ella era cristiana, y en ese credo no se practica el montaje de la ofrenda de Día de Muertos; aun así, solicitó a sus compañeras de grupo que la próxima ofrenda se la dedicaran a ella, encargándoles los alimentos y adornos que deseaba. Dijo estar lista y en paz para morir. En otro caso, un varón con mal de Parkinson, quien vivía solo, empezó a preparar catrinas y adornos para la siguiente ofrenda, anticipándose así a esta actividad e integrándola a sus prioridades.

DISCUSIÓN

El psicólogo que labora en el ámbito de la atención al adulto mayor y la tanatología puede disponer de estrategias generadas en la cultura de la comunidad en la que trabaja, como es el caso de la ofrenda del Día de Muertos; pero es necesario que se rescaten, reconozcan y aborden ciertos procesos psicológicos básicos que, según Pellicer (2014), son la base para la expresión de formas de comportamiento más complejas. En el trabajo directo, estos procesos psicológicos de distinto grado de complejidad ocurren simultáneamente en las actividades que se llevan a cabo. En el caso presente, con población adulta mayor, la diferencia con otras formas de trabajo es que aquí se hizo de manera orientada a partir de elementos de la psicoterapia de arte y el proceso grupal. Sin embargo, para entender el flujo de comportamiento que la actividad genera se requiere seguir el curso y origen de los diferentes procesos psicológicos para poder comprender cómo se vinculan. Un ejemplo de ello fue el caso de personas con demencia, epi-

lepsia o alzheimer, que son padecimientos que modifican los procesos psicológicos básicos de atención, concentración, coordinación visomotora, control de impulsos y juicio lógico; quienes los padecían, tenían dificultad para incorporarse a la dinámica del grupo, pero quienes tenían intactas sus funciones psicológicas básicas pudieron trabajar sin problemas ni restricciones.

Es importante trabajar con una visión del proceso grupal en la cual se puedan incluir las diferentes fases por las que atraviesa un grupo de participantes durante el montaje de una ofrenda. La forma en que se cumplen las fases y el modo en que se superan los obstáculos grupales, además de la dirección que se le dé a dicho grupo para el abordaje de las pérdidas de sus seres queridos, son los componentes que permiten que la actividad facilite un proceso psicoterapéutico de apoyo emocional e integración grupal y genere asimismo puentes para la relación intergeneracional y comunitaria tan necesaria para la población adulta mayor.

El impacto que tuvo el ritual de la ofrenda se puede apreciar en distintos niveles: un nivel sensorceptual, un nivel intrapsíquico y un nivel interpersonal, los cuales se encuentran a su vez en una relación constante. Retomando lo planteado por Rains (2004), el nivel sensorceptual se puede activar con la mezcla de colores, sabores, olores, sonidos y sensaciones que rodean el ambiente, que en este caso se crea por medio del ritual, y que alcanza tanto a quienes participan de manera directa en el proceso como a los que forman parte del escenario, como la comunidad universitaria que, aun cuando no tenga una participación directa en el ritual, se ve involucrada por medio de dicha estimulación. El nivel interpersonal tiene lugar a lo largo de todo el proceso del ritual de la ofrenda, como la organización del grupo para llevarla a cabo, lo que conlleva asumir roles y compromisos para el logro de la tarea. El nivel intrapsíquico incluye las consecuencias de la carga emocional inconsciente que se va generando a lo largo del proceso de montaje y levantamiento de la ofrenda, en el cual se establecen vínculos interpersonales tan intensos y espontáneos que se manifiestan de forma natural, sin restricción de tiempo y espacio.

Se deberá tener cuidado de que, cuando se trabaje profesionalmente el montaje de la ofrenda, se tenga clara la diferenciación entre el desarrollo

y organización de una actividad colectiva culturalmente realizada como ritual y, por otro lado, el desarrollo de una estrategia psicológica y tanatológica de atención a la salud emocional y al bienestar psicosocial en los espacios en que se atiende a los diferentes tipos de población. En el primer caso, se le puede considerar como una condición de trabajo en cuestiones de cultura, tiempo libre y recreación que tiene beneficios sociales, pero en el segundo se requiere claridad sobre las estrategias de trabajo grupal sobre las bases de la psicoterapia de arte y la tanatología.

Montar una ofrenda con elementos que colectivamente se asume que pueden incluirse permite que las personas sean partícipes y le den sentido a la actividad; no consiste en poner cualquier elemento como una mera forma de adornar un espacio, pues se tiene el consenso acerca de los elementos que son propios de la celebración de Día de Muertos mexicano, lo que facilita la pertenencia a un grupo.

REFERENCIAS

- Allué, M. (1998). La ritualización de la pérdida. *Anuario de Psicología*, 29(9), 67-82.
- Arias, D. y Vargas, C. (2003). *La creación artística como terapia*. Barcelona: Integral.
- Ariès, P. (1983). *El hombre frente a la muerte*. Madrid: Taurus.
- Castle, J. y Phillips, W.L. (2003). Grief rituals: Aspects that facilitate adjustment to bereavement. *Journal of Loss and Trauma*, 8(1), 47-71. doi:10.1080/15325020305876
- Consejo Nacional para la Cultura y las Artes (2006). *La festividad indígena dedicada a los muertos en México* (Cuaderno 16). México: Conaculta.
- Dass-Braileford, P. (Ed.) (2010). *Crisis and disaster counseling: lessons learned from hurricane Katrina and other disasters* (pp. 213-228). Los Angeles, CA: Sage.
- Durán F., O. (2003). Rueda por las ánimas. *Revista de Ciencias Sociales*, 1(99), 121-136.
- Flores, M. (2013). El dispositivo grupal: elemento central para generar un proyecto de vida en la tercera edad. En F. Quintanar (Ed.): *Atención psicológica de las personas mayores. Investigación y experiencias*. México: Pax.
- García, A. (2013). *Análisis institucional de dos espacios: C.A.I. Piña Palmera en atención a la discapacidad y Casa Xochiquetzal en atención a mujeres sexoservidoras de la tercera edad*. Tesis inédita de licenciatura en Psicología. México: UNAM.
- Gibblin, P. y Hug, A. (2006). The psychology of funeral rituals. *Liturgiy*, 21(1), 11-19. doi: 10.1080/04580630500285956.
- Gómez, A. y Delgado, A. (2000). *Ritos y mitos de la muerte en México y otras culturas*. México: Grupo Editorial Tomo.
- Hayslip Jr., B., Booher, S., Riddle, R. y Guarnaccia, C. A. (2005). Proximal and distal antecedents of funeral attitudes: A multi-dimensional analysis. *Omega: Journal of Death and Dying*, 52(2), 121-142.
- Johansson, P. (2003). *Días de muertos en el mundo náhuatl prehispánico*. México: ENAH/IIH.
- López, K. (2013). *Ofrenda de Día de Muertos como proceso grupal para la elaboración del duelo en personas de la tercera edad*. Tesis inédita de Licenciatura. México: UNAM.
- Malvido, E. (2006). *La festividad de Todos Santos, Fieles Difuntos y su altar de muertos en México. Patrimonio intangible de la humanidad* (Cuadernos 16, pp. 42-55). México: Conaculta.
- Mendoza, E. (2005). *Día de Muertos en la Mazateca: Una mirada desde la antropología del comportamiento*. México: INAH.
- O'Rourke, T., Spitzberg, B. y Hannawa, A.F. (2011). The good funeral: toward an understanding of funeral participation and satisfaction. *Death Studies*, 35, 729-750. doi: 10.1080/07481187.2011.553309.
- Pellicer, F. (2014). Bases neurobiológicas de la emoción y la conducta. En J. R. de la Fuente y G. Heimze (Eds.): *Salud mental y medicina psicológica* (pp. 81-94). México: McGraw-Hill.
- Quintanar, F. (2013). El proceso grupal de convertirse en persona adulta mayor. *Revista de Psicología Humanista Prometeo*, 67, 16-26.
- Quintanar, F. (2015). Estrategias auxiliares del psicólogo: formación de redes de apoyo al adulto mayor. *Orientación Psicológica y Adicciones*, 9, 51-60.
- Rains, D. (2004). *Principios de neuropsicología humana*. México: McGraw-Hill.
- Reeves, N. (2011). Death acceptance through ritual. *Death Studies*, 35 (5), 408-409. doi: 10.1080/07481187.2011.552056.
- Rogers, C. (1973). *Grupos de encuentro*. Buenos Aires: Amorrortu.

Tizón, J.L. (2004). *Pérdida, pena, duelo: vivencias, investigación y asistencia*. Barcelona: Paidós.

Van der Hart, O. y Goossens, F.A. (1987). Leave and taking rituals in mourning therapy. *Israel Journal of Psychiatry and Related Sciences*, 24(1-2), 87-98.

Zarauz, H. (2000). *La fiesta de la muerte*. México: Conaculta.