

LES HISTÒRIES DE VIDA: UNA EXCUSA PER ACOMPANYAR EL TRAJECTE VITAL DE LES PERSONES GRANS

Víctor Escoda, Carme Laín i Miquel Moré

La memoria, tanto la personal como la histórica, se compone de imágenes y de narraciones. Las historias dan significado y las imágenes proporcionan emoción. Ambas son necesarias para comprender el pasado, que es dato y sentimiento.

JOSÉ ANTONIO MARINA

L'experiència que presentem a continuació vol ser una reflexió al voltant de la nostra tasca amb persones grans, i d'alguna manera pretén engrescar-nos a nosaltres, els professionals, a treballar d'una manera diferent, posant en joc les nostres capacitats i habilitats creatives, que de ben segur tenim.

Si volem explicar el treball que hem portat a terme, hem de dir que ha estat un procés d'acompanyament: de caminar una estona al costat de cadascuna de les persones grans, al seu pas i al seu ritme, d'escoltar atentament el seu trajecte de vida, de posar paraules als sentiments; en definitiva, d'intentar entendre la vida des de les experiències, vivències, dols, expectatives, sensacions, etc., que van manifestant les persones grans en el dia a dia, en tot allò que sembla no tenir importància, en la vida quotidiana, trivial, etc., dins un context concret de centre de dia.

La relació d'ajuda ha estat el model pedagògic que ha anat dibuixant la nostra manera de ser i de fer, capaç de posar en joc tècniques, habilitats i actituds professionals, que ens ha fet ser al costat de les persones d'una manera diferent. Com diu C. Rogers, «la manera de estar en relació con otras personas requiere una sensibilidad constante».

Amb aquests punts de partida, podríem definir aquesta experiència com una proposta de creativitat.

Però, la creativitat, per a què?

Treballar amb les persones, sigui el col·lectiu que sigui, hauria de ser una oportunitat professional per posar en pràctica la nostra creativitat. Hauríem de tenir la capacitat de generar respostes alternatives dins el camp social, per arribar a la convicció que respostes diferents donen resultats diferents.

Tots coneixem models d'intervenció en l'àmbit de la vellesa, des de models assistencialistes fins a models d'autogestió de les mateixes persones. Podem trobar imatges de recursos de gent gran que es caracteritzen per la seva fredor, on les persones no saben què fer, on sempre ocupen els mateixos llocs, on el temps passa a través d'un televisor, on aquestes persones van perdent la identitat.

Però nosaltres no volem quedar-nos aquí, en una visió pessimista de la vellesa i dels recursos; anem més enllà, per això fugim dels fantasmes que envolten aquesta etapa de la vida i que frenen la nostra creativitat professional:

— El fantasma diu que les persones grans no poden

És cert que treballem amb persones que viuen pèrdues, discapacitats psíquiques i físiques produïdes per l'edat i el deteriorament cognitiu. Però també mantenen tota una sèrie de capacitats i potencialitats que hem d'assegurar des de la vida quotidiana.

— El fantasma diu que les persones grans no saben

La societat tecnològica/multimèdia avança a molta velocitat, i tots, d'alguna manera, ens convertim en analfabets funcionals davant les noves tecnologies. Les persones grans que atenem no saben utilitzar un ordinador, algunes no saben llegir ni escriure, d'altres no són capaces de realitzar gestions senzilles, omplir una sol·licitud, anar al caixer automàtic, etc., però conserven vivències, records, memòries d'altres temps que molts de nosaltres no hem viscut. Ells han estat actors de la història i tenen molt a dir i a explicar des de les seves experiències significatives, emocionals, etc.

— El fantasma diu que les persones grans no fan

Des dels recursos, molts cops hem de planificar per aconseguir uns requisits administratius sense comptar amb les persones, donem les coses fetes, massa mastegades, sense possibilitat que les persones grans també decideixin, planifiquin, facin, etc. Els convertim en usuaris receptors, més que en subjectes actius capaços de gestionar una exposició, de planificar activitats, de decidir sobre qüestions que afecten tothom.

Aquest retall d'experiència que us volem explicar posa a dalt l'escenari persones grans que malgrat les circumstàncies de vida de cadascú, *saben, poden i fan*, i aquest fet engresca, sorprèn els mateixos professionals que posen en joc les seves capacitats i les ganes de treballar amb les persones des de propostes ben diferents.

LES PERSONES GRANS COM A PROTAGONISTES DE LA HISTÒRIA

La història amagada sovint és la de les dones, que han esmerçat la vida en múltiples tasques i esforços i penúries que la història oficial no recull més que sumàriament, a través de generalitzacions i estadístiques [...]. Les dones que viuen sempre la vellesa com a temps de memòria i de balanços.

EMMA AIXALÀ

Totes les persones tenim una història. Tots hem viscut moments significatius que han marcat d'una manera o altra la nostra manera de ser, de relacionar-nos, de pensar, de comportar-nos. La vida viscuda ha fet que avui siguem com som, gràcies al nostre passat. Les persones grans del centre no són diferents d'altres. La història viscuda les ha convertides en personatges únics, irrepetibles; la vida els ha donat el paper d'actors i actrius protagonistes d'una obra que ells mateixos han anat escrivint pel fet de viure; una obra inacabada, on podem veure escenes i escenaris ben diferents.

Escenaris plens d'imatges, olors, persones, sensacions, llocs, sorolls, etc., ens porten a reconstruir els retalls de la vida que aquestes persones grans ens mostren i descobrim que moltes han viscut una guerra, no una guerra qualsevol, sinó *la guerra* que els deixà marques per sempre, i que no obliden els esforços per sobreviure, les cues per un tros de pa a la postguerra. Apareixen escenes d'una família que els torna als seus orígens, com a marc de referència d'espais segurs i acollidors. Són persones que també han emigrat, han deixat la terra, l'entorn pròxim, casolà, per arribar a una ciutat gran, desconeguda, on al costat de les seves maletes són un immigrant més, anònim, que ningú no coneix. L'entorn en què han viscut els ha marcat profundament: vivències, records, experiències concretes que han anat arrossegant al llarg de la seva vida. La història laboral plena d'oficis i de maneres diferents de guanyar-se la vida, treballant d'una cosa o una altra sense, a vegades, arribar a ser especialistes de res. Han patit pèrdues de la gent estimada: la mare, la parella, tants amics, i han après a elaborar dols sense saber-ne. Algunes han passat per situacions difícils que els han deixat al marge, aïllades, soles, etc.

Ens hem adonat que existeix un guió comú, que parlen un mateix llenguatge, conserven trets característics, etc., i que són les persones grans les responsables d'anar apuntant, escrivint i esborrant de les seves memòries tot allò que elles vulguin. A nosaltres, se'ns encarrega la tasca d'artesans d'anar rescatant, afinant, traient fora allò que tenen i de vegades obliden, no troben paraules per dir, etc.

LES HISTÒRIES DE VIDA COM A MODEL DE TREBALL

Constantment incorporem experiències a la nostra història de vida i les anem significant, els donem una forma i un sentit. Els significats personals individuals conformen l'autoestima personal.

QUICO MAÑÓS

Quan escollim un model de treball, escollim implícitament una manera de posar-lo en pràctica. Podríem dir que triem diferents tipus de decorats ambientats amb motius diferents: d'època, actuals o modernistes; interiors diversos; llocs concrets, etc. Segons què volem explicar, cada decorat pretén donar informació, situar-nos els personatges, donar continuïtat a tot allò que volem representar.

Nosaltres hem triat les històries de vida com una excusa per acompanyar el trajecte vital de les persones grans. A continuació, explicarem de quina manera les hem anat treballant, com volem treballar-les.

RECUPERANT EL PASSAT

Amb les històries de vida es recuperen moments concrets, fets de l'època, persones que s'han conegut o han viscut d'una manera o altra en el passat. Tots aquests records es van retrobant a poc a poc en la memòria, com si es repassés un guió; així les pròpies experiències van donant sentit a la vida en el moment present.

Com?

Es tracta de facilitar diferents itineraris, com per exemple el fet d'emigrar, la postguerra o també escenes individuals com el dia del casament, la primera feina, etc. Utilitzarem material de suport com poden ser les fotografies, pel·lícules, diaris, objectes, etc.

EXPERIÈNCIES SIGNIFICATIVES

Les persones grans, en aquest retorn al passat, reviu en el pensament tot allò que els ha estat significatiu i que ha tingut una rellevància especial, ja que ens ho expliquen com si en aquells moments ho tornessin a veure, a sentir, a viure, etc. Són fets i etapes diferents: la infantesa, l'enamorament, el casament, la família, els fills, la feina, etc. La seva memòria és converteix en un gran llibre, que llegeixen amb sentiments, emocions, etc.

Com?

Com a professionals hem de conèixer una mica la història de vida de cadascuna de les persones; si més no, alguns aspectes bàsics per poder començar a treballar.

Si volem treballar, per exemple, l'escenari de la infantesa, oferirem jocs, cançons, contes, etc., que s'apropin a l'edat de quan eren infants, esbrinarem què els diu cada cosa, quins eren els personatges, com es jugava a aquells jocs, etc.

Cada persona anirà trobant elements especialment significatius per a ella durant aquella etapa. Per a unes pot ser una baldufa, per a d'altres la música d'una cançó. Aquest moment o objecte serà el desencadenant dels records, serà el que en diem un punt de referència o, millor dit, un objecte o moment significatiu.

EXERCITANT LA MEMÒRIA

Tot aquest treball posa en marxa les diferents àrees de capacitats de les persones: emocionals/psicosocials, funcionals, motores, cognitives, etc.

En l'àmbit cognitiu es treballa tant la memòria immediata, recent, com la remota, sense deixar de banda el llenguatge, l'atenció i la concentració, l'orientació, etc.

La memòria els ajuda a recordar, a posar en ordre els pensaments, a orientar-se en el temps i en l'espai, a relacionar el llenguatge amb el que senten, veuen, oloren, toquen, etc. La mateixa memòria els diu que allò que recorden ja no ho poden tornar a viure: els sentiments, les carícies, estimar, ser estimat, etc.

Com?

Es poden realitzar diferents dinàmiques com la seqüenciació de les activitats d'un dia qualsevol (què fan quan es lleven, on van, què els agrada més mirar quan surten al carrer, etc.) o bé classificar i ordenar esdeveniments que recorden (quan van marxar de casa, quan anaven a treballar, etc.).

La tasca dels professionals haurà de ser la d'*anar estirant el fil* de les paraules, dels gestos, i deixar-lo damunt la taula sense que es trenqui, evitant així qualsevol tipus de sentiments d'angoixa, que podrien aparèixer en persones que tenen una vivència molt negativa del passat.

Els professionals hauran d'*estar a l'aguait* de les dificultats d'aquelles per-

sones grans discapacitades que no hi veuen, no poden expressar-se, no hi senten, pateixen agnòsies, afàsies, apràxies, fases de demència, etc. Caldrà cercar la manera que també hi puguin dir la seva, des d'expressions ben diferents.

RECONSTRUCCIÓ DE LA HISTÒRIA AMB ELS ALTRES

Compartir les històries de cadascú és donar experiència i alhora rebre la dels altres. És prendre consciència de grup, de col·lectiu de persones que han viscut una història conjunta, semblant, etc. El grup facilita un espai de trobada, un punt de referència diari, un lloc per conuiu en comú, una comunitat: comparteixen estones junts, tenen situacions personals semblants, tenen edats aproximades, etc., però tenen històries de vida diferents.

Com?

Oferim un escenari, per exemple el Paral·lel; l'emmarquem en una època concreta, la seva, i fem un recorregut per tot allò que ens diu aquesta paraula, on surten temes com: els canvis que han tingut el barri i tots els barris o pobles d'altres indrets, el món de l'espectacle a la ciutat o arreu del món, les artistes, les modistes, etc.

Cadascú explica la seva història i alhora escolta la dels altres; en aquest anar i venir s'aniran aportant elements per reconstruir la història, una història de la qual ells són protagonistes.

A l'encapçalament d'aquest apartat, dèiem que volíem posar en pràctica un model de treball concret. Ara ja us hem explicat quins són els punts de partida d'aquest model i us hem donat exemples que il·lustren el que volem dir i que són fruit de la pràctica diària.

Però potser és important explicar-vos el perquè hem volgut fer-ho d'aquesta manera, i no d'una altra, ja que no ha estat escollida a l'atzar.

MILLORA DE L'AUTOESTIMA

La vellesa és una etapa més de la vida que *a priori* comporta tota una sèrie de canvis a nivell físic, psíquic, social, d'estatus, etc., entre els quals trobem, a tall d'exemple: canvis físics —desgast del cos, alentiment en els moviments, canvis en el rostre de vegades poc atractius i de vegades no desitjats—, canvis psíquics —pèrdua de la memòria, oblit de les coses, pèrdua del reconeixement de

les persones—, canvis socials —ja no se'ls necessita, ja no són útils, se'ls oblida.

Les històries de vida ens ajuden a llançar una corda i extreure i contemplar el que han estat: persones joves amb físics atractius, cossos esvelts, vestuaris elegants, èxits professionals, matrimonis estables, reconeixement social, estatus econòmic benestant, etc.

El pas del temps els ha deixat signes evidents d'envelliment i potser fins i tot els ha malmès alguna part del cos, però hi ha molta bellesa amagada en la seva vida. Nosaltres els hem d'ajudar a trobar la bellesa, els hem de donar el plaer de poder mostrar qui són com a persones, úniques, amb veu pròpia, perquè vagin deixant de ser persones anònimes, sense importància, i es descobriixin elles mateixes i es puguin estimar tal com són, tal com han estat.

DIGNIFICACIÓ DE L'ETAPA DE LA VELLESA

En l'antiguitat, els consells de la gent gran configuraven moltes vegades les formes d'organització de les societats, les normes, la saviesa, etc. Avui, el valor del consell i l'experiència no té tant de pes com la iniciativa, la innovació o el canvi. Estem sempre en procés de renovació —els bancs dels jardins, les façanes de les cases, etc.—, oferim activitats dinàmiques, viatges, massatges de relaxació, etc. La gent gran ha d'assumir de manera molt ràpida aquests canvis, però hi ha un sector de la població que no pot seguir aquest ritme, ja que va més enllà de les seves possibilitats, no pot utilitzar el servei d'una agència de viatges, no entén perquè treuen uns bancs de fusta tan càlids i els canvien per uns de marbre tan durs i freds. Estem submergits dins la cultura del consumisme i no del compromís amb les persones.

Aquest treball es realitza *posant al mig* les persones grans, pensant en estratègies del que poden fer —engalanar la sala, col·locar les seves fotografies als plafons, etc.—, partint de les seves capacitats —uns poden retallar, d'altres simplement guiar-nos on els agrada que col·loquem les coses, etc. Són persones que saben gestionar, preparar, decidir i escoltar les propostes dels altres, acceptar-ne de noves.

Aquest compromís amb les persones, per a les persones i des de les persones dóna com a resultat veure que elles mateixes són capaces d'organitzar una exposició sobre històries de vida en la qual tenen tot el protagonisme. Són elles qui ensenyen que poden viure la vellesa amb tota dignitat, i no pas com una caritat, sinó com un dret de ciutadania.

SENTIT DE PERTINENÇA A UNA HISTÒRIA COLLECTIVA

D'històries, sempre se n'han explicat: des de grans històries fins a històries mínimes, trivials, sense importància, etc. Es relaten històries que s'expliquen de generació en generació, per exemple, la Guerra Civil i la postguerra. A les escoles els mestres expliquen aquesta història a través dels llibres, s'organitzen conferències per a adults, s'hi dediquen exposicions, etc.

Les persones que són amb nosaltres tenen itineraris dins aquesta història: familiars que van anar a la guerra i que potser no en van tornar, exilis involuntaris, dies de fam i cues de racionament, etc.

Aquestes escenes particulars, les descrivim amb el grup, amb les seves fotografies, amb els relats de cadascú; són *històries mínimes* que expliquen el que molts ja sabem, són *històries comunes* que apareixen als llibres de text, que s'expliquen en conferències, que es pinten als quadres exposats als museus, que apareixen al cinema.

Llavors la història individual de cada persona passa a ser la història col·lectiva de totes, i això confereix un sentit de pertinença a la realitat.

MOSTRAR LA VIDA ALS ALTRES

La finalitat d'aquest treball hauria d'acabar mostrant la vida de les persones grans als altres. Ho explicarem amb la carta que aquestes mateixes persones van preparar per al dia de l'exposició:

Benvolguts, benvolgudes,

Heu vist només uns retalls del que ha estat la nostra vida, perquè ja us podeu imaginar que ha estat molt més. La nostra vida ha estat plena de records, d'amors, de família, de moments d'intimitat plens de sentiments.

La nostra memòria guarda imatges inesborrables d'altres temps, olors, objectes, temps de guerra, jornades llarguíssimes de treball, pobles, viatges, etc.

Però sobretot la memòria del cor guarda persones, perquè nosaltres també hem estimat i estimem: aquells moments de la infantesa, de l'enamorament, aquells anys de matrimoni, amb la família, etc.

La nostra experiència com a persones grans ens permet donar-vos un consell: la millor herència és la memòria, perquè a través dels records podem donar sentit a la vida que ara ens toca viure.

Mostrar la vida és obrir-se a la comunitat que els envolta: als veïns, a la gent coneguda, als botiguers del barri, a la família, a les amitats, als metges, a altres

professionals, etc. És una experiència de dins cap enfora. És convidar a passar i a entrar, és escurçar la distància i és deixar de viure per uns moments en soledat, perquè algú els vindrà a visitar, els observarà la vida, s'interessarà per ells, els farà preguntes, etc.

Ara ja no són persones anònimes, desconegudes: són persones amb nom propi, generadores de records per als altres i protagonistes del present, que s'han sentit acompanyades amb l'excusa de treballar les històries de vida. Nosaltres, com a professionals, hem viscut una mica més de prop el seu trajecte vital.

BIBLIOGRAFIA

- AIXALÀ, E.; GABANCHO, P. *La història amagada: El segle XX a través de les àvies*. Barcelona: La Campana, 1999.
- ESCODA, V.; LAÍN, C.; MORÉ, M. «Treballant històries de vida: Els records a través de la memòria de les persones grans». *Quaderns Socials de Formació* [Barcelona: Càritas Diocesana de Barcelona], núm. 14 (2003).
- MAÑÓS, Q. *Animació estimulativa per a gent gran discapacitada*. Barcelona: Pleniluni, 1996.
- MARINA, J. A. *Imágenes insólitas de una dictadura*. Madrid: Agencia Efe, 2002.
- ROGERS, C. *La persona como centro*. Barcelona: Herder, 1989.