

Grupos de apoyo social con personas mayores: una propuesta metodológica de desarrollo y evaluación

M^a Isabel Hombrados
Miguel Ángel García
Clara Martimortugués
Universidad de Málaga

En la mayoría de la literatura sobre apoyo social se señalan las repercusiones positivas que los grupos de apoyo social tienen en la mejora de la calidad de vida de los participantes; sin embargo, encontramos pocas referencias sobre el funcionamiento interno de los mismos. El trabajo que presentamos se plantea dos objetivos principales: el primer objetivo es explicar el procedimiento y estructura de funcionamiento seguido en el desarrollo de grupos de apoyo con mayores y realizar una evaluación de los mismos; el segundo objetivo es comprobar los efectos de estos grupos sobre la percepción de apoyo social de los participantes. Los resultados indican que las personas mayores se han sentido satisfechas con la participación en los grupos y que se ha incrementado significativamente la percepción de apoyo social tras la participación. Así mismo, los instrumentos han resultado útiles al profesional para conocer la evolución del grupo.

Palabras clave: apoyo social, grupos de apoyo social, participación, evaluación.

Most of the literature on social support stresses the positive effect of social support groups on the improvement of the participants' quality of life. However, there are few references to the ways in which these groups function. This project has two main objectives: first, to explain the procedure and structure of the work carried out in the development of the support groups, and to assess the results; second, to assess the effect of these groups on participants' perception of their social support. The results show that the elderly feel satisfied with their participation in the groups and there was a clear increase in the perception of social support after the participation. Therefore, the instruments have proved to be useful to pro-

professionals in the field in their attempts to follow the evolution of the group.

Key words: Social support, social support groups, participation, assesment, elderly.

Una definición clásica de los grupos de apoyo es la de Katz y Bender (1976) que los definen como aquellos grupos pequeños constituidos voluntariamente para alcanzar un fin específico. Suelen estar integrados por iguales que se reúnen para ayudarse mutuamente para satisfacer una necesidad común, superar un handicap, alcanzar un deseo social o conseguir un cambio personal. Los miembros de estos grupos perciben que sus necesidades no pueden ser satisfechas por las instituciones sociales existentes. Enfatizan las interacciones cara a cara y la responsabilidad personal en la solución de los problemas intercambiando recursos y diferentes tipos de apoyo.

En estos grupos se potencia el poder de las personas para ayudarse a sí mismas y para ayudar a otras personas a ayudarse a sí mismas (Hess, 1982); al contrario que otras formas de ayuda, los grupos de apoyo facilitan el desarrollo de la autonomía personal. Desde la perspectiva de la Potenciación (*empowerment*) los grupos de apoyo son considerados como un buen ejemplo de estrategia de intervención basada en los principios de dicha perspectiva (Hombrados y Gómez, 2001). Estos grupos intentan devolverles a los sujetos el control sobre sus propias vidas, los sujetos se convierten en participantes activos en el desarrollo de recursos, en el afrontamiento de situaciones problemáticas y en la provisión de apoyo. La persona puede ayudar convirtiendo su experiencia personal en un potencial de ayuda para sí misma y para otros (Riessman, 1995). Permiten al sujeto sentirse parte de una colectividad mayor, conformar una identidad social que les ayuda a diferenciarse positivamente y aumentar las estrategias cognitivas que derivarán en el afrontamiento y el cambio social (Martínez y Palacín, 1997). Las funciones más reconocidas de los grupos de apoyo son las definidas por Levine y Perkins (1987): promueven el sentimiento psicológico de comunidad, proporcionan una ideología que da significado a las circunstancias particulares de la vida diaria, ofrecen una oportunidad para la autorrevelación y la crítica mutua, proporcionan modelos de conducta, enseñan estrategias efectivas de afrontamiento y facilitan el acceso a una red de relaciones.

En general, los grupos de apoyo ofrecen ayuda, proporcionan sentimientos de pertenencia y desarrollan el poder de los individuos, (Katz, 1993). Términos como autoayuda, apoyo o ayuda mutua se han utilizado indistintamente para referirse a grupos cuya estrategia va encaminada a crear vínculos sociales basados en la prestación mutua de apoyo. En este sentido, Gottlieb (1988) hizo una diferenciación comúnmente aceptada: los grupos de apoyo están dirigidos por un profesional, están limitados en el tiempo, el número de miembros es fijo y combinan la experiencia con el conocimiento experto. Los grupos de autoayuda no están limitados en el tiempo y funcionan autónomamente sin la presencia de un profesional. En los grupos de autoayuda el propio grupo gestiona sus objetivos y formas de funcionamiento y en los grupos de apoyo se considera más adecuado ayudar al grupo con información sobre sí mismo, sus objetivos, y formas

de funcionamiento (Martínez, 1996). En la actualidad, para la mayoría de los autores (Taylor, Falke, Shoptaw y Lichtman, 1986; Barrón, 1996) éstas no son categorías diferentes o grupos independientes, ambos pueden formar parte de un continuo donde al principio el grupo es dirigido por un profesional hasta que se consigue su autonomía como grupo de autoayuda, y es así como lo hemos entendido en nuestro trabajo. En este sentido, Lieberman (1989) ha señalado tres estrategias básicas que el profesional puede utilizar para contribuir a la legitimización social de los grupos de autoayuda: la transferencia de tecnología, aportando habilidades técnicas a través de la educación, formación y supervisión; el asesoramiento, especialmente en las etapas iniciales de formación y el desarrollo de nuevos grupos.

Otro problema que se suele plantear es el relativo a la formación y desarrollo de estos grupos y a la evaluación de los mismos. La propuesta metodológica más aceptada es la de Cá y Wainer (1994) que, desde un enfoque guesáltico, dan las siguientes pautas:

- Los participantes comparten su historia o circunstancia desde la experiencia del «aquí y ahora». Lo que importa en los grupos de apoyo es el presente aunque sea un recuerdo o un hecho pasado.

- Se debe buscar la autorresponsabilización, por lo que es importante que las frases utilizadas se personalicen para no desvincular a la persona de sus actos y emociones.

- Ayudar a las personas a que conviertan los adjetivos y sustantivos en verbos (p. ej. «a veces me siento solo» en lugar de «soy una persona solitaria») ya que las expresiones más abiertas permiten profundizar más en las situaciones.

- No hay que hablar del grupo fuera del grupo ni hablar de nadie que se encuentre ausente del grupo.

- No forzar a los participantes a decir algo que no quieran decir, respetar el proceso de participación de cada persona y no hacer juicios de valor de lo que se expresa ante el grupo.

- Proporcionar ayuda recurriendo a los propios medios que poseen los participantes del grupo. Para no desarrollar una situación de dependencia ninguna persona ha de erigirse en «consejero», más bien cada persona ha de responsabilizarse de su propio proceso de cambio.

También Villalba (1996) presenta una propuesta metodológica interesante para poner en marcha los grupos de apoyo. Hace especial hincapié en el proceso de acompañamiento del profesional, que no debe ser superior a seis meses si se quiere que el grupo alcance su autonomía. De acuerdo con esta propuesta se describen cuatro fases:

- *Primera fase.* El objetivo fundamental es poner en conocimiento de los miembros del grupo las bases históricas y teóricas de la autoayuda, la metodología de las sesiones y las normas del grupo. La duración de esta fase puede ser de un mes y el profesional desempeña un papel de informador y formador del grupo.

- *Segunda fase.* El objetivo fundamental es entrenar en la práctica metodológica de autoayuda. El papel del profesional es formativo y estará presente en las sesiones al menos durante tres meses.

– *Tercera fase.* El objetivo principal es que el grupo lleve las sesiones sin el acompañamiento del profesional. El profesional está sólo como observador y supervisor, interviene al final de las sesiones para comentar lo que le ha parecido. Esta fase puede durar un mes.

– *Cuarta fase.* El objetivo es que el grupo consiga su autonomía, por lo que realiza las sesiones sin la presencia del profesional. El profesional está en otro espacio diferente y se mantiene como figura de apoyo y supervisión. La duración puede ser de un mes.

Otro problema añadido a los grupos de apoyo es la dificultad que entraña evaluar la autoayuda. De hecho, en ocasiones, como señala Maya (1996), se han encontrado discrepancias entre las mejoras percibidas por sus miembros y los resultados objetivos encontrados en ajuste personal. Lo que vendría a cuestionar la efectividad de los mismos, ya que la justificación científica de su aplicación vendría dada por su contribución objetiva en la mejora del bienestar y del ajuste personal (Gottlieb y Peters, 1991). Para afrontar los problemas metodológicos de la evaluación, Levy (1984) sugiere la utilización del modelo tripartito de Strupp y Hadley (1977), quienes plantean que la evaluación de la efectividad de estos grupos se realice a partir de tres indicadores: la satisfacción del sujeto con el grupo, el grado en que son cubiertos los objetivos grupales y el nivel de cambio en el funcionamiento psicosocial.

Los grupos de apoyo han sido aplicados a grupos de población muy diferentes y a problemáticas muy distintas (Gracia, 1995; Gracia, Herrero y Músitu, 1995). En nuestro estudio nos hemos centrado en las personas mayores. Durante este periodo del ciclo vital de la persona se producen cambios importantes en la configuración y tamaño de la red social. Los mayores atraviesan una etapa de la vida en la que comparten intereses comunes y problemáticas similares derivadas de la etapa de la vida por la que están atravesando y necesitan recursos adecuados de afrontamiento. Uno de los indicadores más importantes del bienestar en la vejez ha demostrado ser el apoyo social (Freixas, 1993). La amplia revisión de estudios realizada por Krohan y Antonucci (1989) muestra una relación positiva entre el apoyo percibido de las relaciones de amistad y el bienestar de la persona mayor. Se ha observado que el número de amistades y la satisfacción con la frecuencia de contacto y actividades con estas relaciones están asociados con satisfacción vital, con el sentimiento de bienestar y menores sentimientos de soledad en las personas mayores. En general, está ampliamente contrastada la importancia de las fuentes informales de apoyo, de forma que se convierten en uno de los principales determinantes de la satisfacción vital (Díaz-Veiga, 1992; Martínez, García y Mendoza, 1993). La existencia de relaciones satisfactorias con familiares y amigos constituye un elemento de bienestar y de seguridad, convirtiéndose el apoyo social en un buen predictor de equilibrio en la vejez (Calero, García, Gálvez, Toral y Bailón, 1996).

Por todo lo expuesto anteriormente, el trabajo que presentamos se plantea como objetivos: exponer la propuesta metodológica utilizada en los grupos de apoyo social con personas mayores y comprobar sus efectos sobre la percepción de apoyo social.

Método

Participantes

La muestra está constituida por un total de 38 personas mayores (34 mujeres y 4 hombres) con una media de edad de 63 años, que deciden participar por primera vez en un grupo de apoyo para afrontar los problemas derivados del proceso de envejecimiento. Casi la mitad de la muestra trabaja en el hogar (47%), el 26.3% está jubilado y el 23.7% restante continúa empleado. En cuanto al estado civil, el 40% de la muestra están casados, el 24% están viudos, el 13% solteros y el 23% separados. En cuanto al nivel de instrucción, el 67 % tiene estudios primarios, el 28% estudios secundarios y el 5% estudios universitarios. Todos ellos participan en unos seminarios de formación para personas mayores organizados por la Dirección de Asuntos Sociales de la Universidad de Málaga, en donde se les da la oportunidad de participar en los grupos de apoyo.

Instrumentos de medida

Para medir los efectos de los grupos de apoyo en la percepción de apoyo social de los participantes se utilizó el Inventario de recursos sociales en ancianos (Díaz Vejga, 1987). Este instrumento incluye tanto características estructurales de las relaciones sociales en la vejez como características funcionales que miden la frecuencia de interacción, el tipo de apoyo ofrecido y el grado de satisfacción. El inventario se aplica mediante un formato de entrevista estructurada. En primer lugar, se solicita al sujeto que indique con cuáles de las áreas de interacción social de entre las seleccionadas (cónyuge, hijos, familiares y amigos) mantiene alguna o mucha relación. Posteriormente, se aplican los ítems correspondientes a dichas áreas de interacción, los cuales tienen por objeto conocer las relaciones sociales desarrolladas. Las relaciones sociales que el sujeto mantiene con las diversas fuentes de apoyo se evalúan a través de la frecuencia de contactos, el tipo de apoyo que le proporcionan (emocional, instrumental, e informacional) y el grado de satisfacción con el apoyo que le suministra esa fuente (Ver Anexo 1). La primera evaluación del apoyo social se realiza en la fase de selección y evaluación de los miembros, previa a la formación de los grupos; la segunda evaluación se realiza cuando concluye la experiencia, tal como se muestra en la Tabla 1.

Para evaluar la dinámica interna de los grupos se siguió la propuesta del modelo tripartito de Strupp y Hadley (1977) que proponen evaluar la satisfacción del sujeto con el grupo, el grado en que son cubiertos los objetivos grupales y el nivel de cambio en el funcionamiento psicosocial. Especialmente importante para la adecuada marcha del grupo es que el profesional tenga un conocimiento exhaustivo de lo que sucede con los miembros del grupo en cada sesión: que conozca qué percepción tienen los participantes de la marcha del mismo, su satisfacción con el grupo y las posibles modificaciones que realizarían. Para ello se han elaborado instrumentos que permitan conocer los aspectos señalados, a saber:

TABLA I. SECUENCIA DE EVALUACIÓN DE LAS VARIABLES ANALIZADAS EN TODOS LOS GRUPOS

Variable evaluada	Sesiones														
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Participación	Evaluada a lo largo de todas las sesiones														
Clima social del grupo															
Funcionamiento del grupo															
Apoyo social															
Satisfacción con el grupo															

Evaluación de la participación del grupo: con este instrumento se pretende llevar un control de lo que ocurre en cada sesión y registrar la participación de los miembros del grupo. El profesional realiza esta evaluación cada vez que se reúne con el grupo (véase Anexo 2).

Evaluación del clima social del grupo: para evaluar el clima social del grupo se elabora un diferencial semántico que incluye las dimensiones de empatía, cordialidad, eficacia, cooperación, utilidad y flexibilidad. Los miembros del grupo evalúan el clima social a lo largo del desarrollo del mismo en tres momentos diferentes que coinciden con las sesiones quinta, décima y quinceava (véase Anexo 3).

Evaluación del funcionamiento del grupo: especialmente importante es conocer la percepción de los participantes acerca del grupo. Cuando el grupo lleva un tiempo en marcha y está algo más consolidado, se lleva a cabo una evaluación para comprobar cómo perciben los componentes del grupo la marcha del mismo. Para ello se incluyen cuestiones que indican si el participante se puede expresar adecuadamente dentro del grupo, si se tratan temas relevantes para él y si las estrategias de afrontamiento son adecuadas. La evaluación se realiza en las sesiones quinta, décima y quinceava, coincidiendo con las fases inicial, intermedia y final del grupo (véase Anexo 3).

Evaluación final sobre satisfacción con los grupos: antes de concluir la experiencia grupal se les pregunta a los participantes por su satisfacción sobre aspectos puntuales de la organización y funcionamiento de los grupos: duración de los mismos, satisfacción con los profesionales, interés de las actividades, etc., así como el logro de objetivos concretos: estrategias de solución de problemas, percepción de apoyo, redes sociales, etc. (véase Anexo 3).

Procedimiento

A continuación se explican las fases seguidas en la propuesta metodológica en el desarrollo de los grupos de apoyo social: fase de formación, fase de desarrollo, fase de autogestión.

1. Fase de formación

Selección y evaluación de los miembros del grupo

Es importante a la hora de trabajar con grupos seleccionar a los miembros de forma adecuada. Para ello se emplean varias sesiones de evaluación donde, además de informar sobre los grupos de apoyo, se tienen en cuenta las necesidades particulares, las características personales y las propias expectativas de los participantes. De esta manera se garantiza en cierta medida el éxito de la intervención.

El primer paso de nuestro estudio consiste en informar a todas las personas mayores acerca de los objetivos de los grupos de apoyo. Los mayores que quieren participar se apuntan voluntariamente a esta actividad. Seguidamente se les pregunta por escrito a cada uno de los participantes por los motivos que le han llevado a participar en el grupo y lo que esperan encontrar. Las razones que mayoritariamente aducen tienen que ver con el deseo de conocer a otras personas, de aumentar su red de relaciones, de poder comunicarse con los demás y de compartir intereses comunes relacionados con la etapa de la vida que están atravesando.

Dado que nos interesa conocer la percepción de apoyo social que tienen antes de comenzar su participación en los grupos, se evalúa en este momento la percepción de apoyo social.

Los aspectos que se tienen en cuenta en la selección y constitución de los grupos son los siguientes:

– *Homogeneidad en edad.* Los rangos de edades dentro de los grupos son los siguientes: Grupos 1 y 2 = 60-65 años, Grupo 3 = 61-66 años y Grupo 4 = 67-70 años.

– *Heterogeneidad en sexo.* Aunque el 89.5% de la muestra lo forman mujeres, los hombres que participaron se distribuyeron en los cuatro grupos.

– *Objetivos comunes.* El objetivo de los grupos es afrontar las situaciones específicas derivadas de la etapa de la vida por la que están atravesando con personas que se encuentran en su misma situación.

– *Necesidad/demanda de apoyo.* Todos los participantes manifiestan su necesidad de aumentar su red de relaciones y el deseo de conocer a otras personas y comunicarse con ellas.

– *Número de participantes por grupo.* Se formaron cuatro grupos integrados cada uno de ellos por doce personas. Finalmente quedaron tres grupos integrados por diez miembros y uno por ocho miembros. De las cuarenta y ocho personas que acuden a interesarse por los grupos finalmente participan treinta y ocho. Los motivos de las bajas tuvieron que ver con la escasa disponibilidad de tiempo de algunos participantes, la dificultad para comprometerse con un horario fijo o tener unas expectativas diferentes acerca de los grupos. Por ello, consideramos interesante en esta primera fase informar a los sujetos acerca del funcionamiento de los grupos, conocer sus expectativas y las posibilidades reales de participación, ya que cuando las bajas se producen en el transcurso de la actividad tienen un impacto más negativo para el grupo.

Esta primera fase ocupa el primer mes y es en este momento, antes de iniciar el desarrollo de las sesiones, cuando se producen las principales bajas por diversos motivos: necesidad de atención más individualizada, falta de correspondencia con expectativas y problemas de adecuación al horario fijado.

2. Fase de desarrollo

Definición del contenido de las sesiones

El contenido de los temas varía dependiendo de la población y tipo de problema con el que se trabaje. En nuestro caso al trabajar con personas mayores los temas tratados están relacionados con la etapa de la vida en la que se encuentran. Este es un grupo de desarrollo personal, de afrontamiento ante situaciones de crisis y de prevención ante situaciones problemáticas que se pueden presentar. En este momento se les sugieren unos posibles temas y se les pide que en función de sus necesidades hagan propuestas concretas. A partir de aquí, se elabora una lista con las cuestiones que les resultan más necesarias y es el grupo quien decide por qué temas comenzar, el objetivo específico que persiguen con cada una de las propuestas y el compromiso por parte de todos para llevarlo a cabo. A continuación se muestra la propuesta de temas:

1. *Soledad por situaciones de viudedad, separación, inexistencia de una red de relaciones, etc., Atención a las necesidades de cuidado, afecto e interacción.*

2. *Aprender a envejecer: procurar el apoyo psicosocial y las competencias necesarias para afrontar el proceso de envejecimiento (mitos sobre la vejez). Desarrollar las posibilidades de autonomía.*

3. *Relaciones familiares: problemas convivenciales. Relaciones intergeneracionales.*

4. *Autocuidado de la salud: control y afrontamiento de problemas de salud y prevención.*

5. *Ocupación del tiempo libre: educación para el ocio.*

6. *Fortalecimiento de las redes sociales, participación social e integración en la comunidad.*

Finalmente se aclaran las dudas concretas que plantean los miembros del grupo.

Esta propuesta de temas es el resumen de todos los temas elegidos en cada uno de los grupos. Dentro de cada grupo se profundiza más en unos temas que en otros ya que depende de la dinámica interna de los mismos. Sí cabe destacar que los tres primeros temas señalados son tratados en todos los grupos y son los que ocupan mayor tiempo.

Desarrollo de las sesiones

En este momento es importante tener presentes las pautas recomendadas por Cá y Wainer (1994) para el desarrollo de las sesiones y las estrategias básicas

cas que debe poner en marcha el profesional propuestas por Lieberman (1989).

Todas las sesiones han de tener una estructura similar aunque lógicamente todas se deben adaptar a las necesidades específicas del grupo. Al principio de cada sesión, antes de comenzar, se deja un tiempo para que los miembros entren en contacto de manera informal; la formación de lazos afectivos entre ellos es fundamental para el buen funcionamiento del grupo. Se inicia la sesión comentando las actividades o tareas propuestas en la sesión anterior, se analizan las posibles dificultades surgidas y el grupo da soluciones alternativas. Después se introduce el tema de cada sesión de forma clara, dando más importancia a las interacciones y comentarios del grupo. La dinámica a seguir en todas las reuniones es que en cada una de ellas se plantea una situación o problema que el grupo esté dispuesto a solucionar y en las que sus miembros participen aportando estrategias de afrontamiento basadas en su propia experiencia. El papel del profesional en este momento es muy importante ya que ha de poner en marcha todas las estrategias comentadas anteriormente. Al final de cada sesión se aclaran las dudas surgidas y se plantea el tema o el aspecto a tratar en la siguiente sesión. Finalmente se proponen tareas de forma que, tanto el aprendizaje como los conocimientos adquiridos en las sesiones de grupo, se generalice a las situaciones cotidianas de cada persona. Cada sesión se concluye realizando un resumen de la misma, despedida y recordatorio de la siguiente sesión.

De forma resumida sería:

- Resumen de la sesión anterior.
- Breve introducción por parte de los profesionales y/o miembros del grupo del tema elegido.
- Discusión del tema, aportando cada persona su punto de vista y sus estrategias.
- Acuerdo de puesta en marcha de las nuevas estrategias para resolver un problema o afrontar una situación.
- Resumen de la sesión y despedida.

A modo de ejemplo, se expone cómo se desarrolla una sesión de las llevadas a cabo en uno de los grupos:

Desarrollo de la sesión

Número de asistentes: 8

1. Breve repaso de la sesión anterior

Se recuerda brevemente lo que se hizo en la sesión anterior en la que se vio necesario tratar el tema de la soledad en los mayores y desarrollar estrategias para fomentar las relaciones interpersonales.

2. Desarrollo de la dinámica grupal para abordar el tema de la soledad: discusión/debate sobre el tema y desarrollo de estrategias

El profesional junto con el grupo comienza a determinar los elementos

Continúa en la página 358.

Viene de la página 357.

que definen la soledad, se trata la soledad como oportunidad *versus* problema, se analizan las causas y factores de riesgo al tiempo que se va implicando al grupo con preguntas concretas: ¿qué tipo de soledad tienen?, ¿cómo han entrado en esta situación?, ¿de todos los factores de riesgo cuál creen que puede ser aplicable a su caso?, ¿qué se puede hacer para salir de la soledad?, ¿qué parte de responsabilidad tienen en la solución del problema?, ¿qué han hecho antes para salir de esta situación?

El grupo a lo largo de la sesión va mostrando cómo vive el problema concreto que se está analizando y comienza a implicarse en el proceso de solución utilizando frases concretas como: «*La soledad no depende del destino sino de nosotros*», «*Podemos comenzar cultivando relaciones y desarrollando nuestros hobbies*», «*Es importante decirnos a nosotros mismos que somos capaces de salir de la soledad*», «*Tenemos que aceptar esa responsabilidad*»...

3. Resumen de la sesión y despedida

Al final de la sesión se hace un resumen de la misma y se toman acuerdos de lo que se va a hacer en la próxima. En este caso se piensa que es necesario seguir debatiendo sobre el tema y establecer estrategias claras de acción que puedan poner en marcha. Finalmente se recuerda la fecha de la próxima sesión.

Este grupo en concreto establece en varias sesiones lo que consideran estrategias de acción que se comprometen a poner en práctica:

- Aprovechar recursos de la comunidad.
- Ocupación del ocio y tiempo libre.
- Desarrollar acciones de voluntariado.
- Apuntarse a viajes organizados.
- Buscar actividades en centros culturales.
- Asistir a celebraciones y fiestas populares.
- Visitar a vecinos y amigos.
- Organizar fiestas familiares.

Esta fase se realiza durante cuatro meses con una periodicidad quincenal. Los profesionales durante este tiempo van dando pautas para que progresivamente el grupo vaya ganando en autonomía. Por ejemplo, coordinar algunas sesiones, buscar recursos necesarios para desarrollar alguna sesión, organizar diversas actividades propuestas, preparar algunos temas, etc.

3. Fase de autogestión del grupo

Uno de los objetivos fundamentales de un grupo de apoyo social es que acabe como grupo de autoayuda. En nuestro caso esta experiencia lleva organizándose durante cuatro años consecutivos. Con lo cual, cada vez que acaba un

grupo, ya hay uno que anteriormente ha pasado por la misma experiencia lo que posibilita que aquellos que lo deseen puedan continuar con esta actividad incorporándose al grupo de autoayuda para personas mayores ya existente.

Resultados

La exposición de los resultados del trabajo se realizará mostrando primeramente los cambios que se producen en los cuatro grupos en la percepción de apoyo social. Por otro lado, se mostrarán los resultados encontrados en la evaluación del funcionamiento de los mismos.

Evaluación en la percepción de apoyo social

Los datos que se muestran son los hallados tras la aplicación del Inventario de Recursos Sociales en ancianos (Díaz-Veiga, 1985) al comienzo de los grupos y después de su finalización. Para comprobar si se habían producido cambios significativos tras la intervención en el apoyo social percibido se utilizó una metodología pre-post, analizando las diferencias entre los valores iniciales y finales. El tamaño reducido de la muestra, así como la imposibilidad de garantizar todos los supuestos para las pruebas paramétricas, desaconsejaba el empleo de éstas, por lo que se llevaron a cabo contrastes no paramétricos entre los valores iniciales y finales. Se utilizó la prueba de rangos de Wilcoxon, que tiene en cuenta la magnitud de las diferencias antes-después sin hacer supuestos sobre las formas de distribución de las variables. Para adecuar el contraste de los valores arrojados por estos estadísticos, se empleó la prueba exacta de Monte Carlo, que permite asegurar con un nivel de confianza del 99% la significación estadística obtenida. La Tabla 2 contiene las puntuaciones medias obtenidas en la frecuencia y satisfacción con el apoyo social antes y después de la intervención en cada uno de los grupos así como tomados en conjunto.

Para el cálculo de las puntuaciones medias de la variable apoyo social se halló previamente para cada sujeto el valor promedio de las respuestas dadas a los ítems de la escala omitiéndose los ítems no respondidos. Estas puntuaciones medias están comprendidas entre uno y tres. Como se puede observar en la tabla, tras la participación en los grupos de apoyo se produce un aumento significativo en la percepción de apoyo social, tanto en la frecuencia del apoyo recibido ($z = -5.301$ $p < .0001$), como en la satisfacción con el mismo ($z = -5.248$ $p < .0001$). Este aumento en frecuencia y satisfacción con el apoyo social percibido es igualmente significativo con relación a todas las fuentes suministradoras de apoyo: cónyuge, hijos, familiares y amigos.

Evaluación del funcionamiento de los grupos

Para evaluar el desarrollo de los grupos se evaluaron los siguientes aspectos: participación, clima social, funcionamiento y satisfacción final con los grupos, para lo que se elaboraron las medidas ya mostradas.

TABLA 2. COMPARACIONES DE LOS VALORES INICIALES Y FINALES DE LAS VARIABLES ANALIZADAS POR GRUPOS Y EN EL CONJUNTO DE TODOS LOS GRUPOS

	MEDIAS																
	Todos los grupos de apoyo tomados en conjunto					Grupo 1			Grupo 2			Grupo 3			Grupo 4		
	n	Media Inicio	Media Final	Z (1)	p (1)	Media Inicio	Media Final	Z (1) / p (2)	Media Inicio	Media Final	Z (1) / p (2)	Media Inicio	Media Final	Z (1) / p (2)	Media Inicio	Media Final	Z (1) / p (2)
APOYO SOCIAL PERCIBIDO																	
Frecuencia de contactos	38	1,70	2,81	-5,30	,001	1,76	2,89	-2,53	2,05	2,75	-2,49	1,56	2,77	-2,82	1,45	2,85	-2,81
con el cónyuge	16	1,94	2,93	-2,62	,010	2,20	2,80	-1,73 /,083	2,00	3,00	-1,73 /,083	2,00	3,00	-2,00 /,046	1,50	3,00	-1,73 /,083
con los hijos	31	2,00	3,00	-4,76	,001	1,86	2,40	-2,53 /,011	2,00	3,00	-1,85 /,063	2,20	3,00	-2,82 /,005	1,88	3,00	-2,46 /,014
con los familiares	38	1,50	2,55	-4,83	,001	1,63	2,88	-2,42 /,015	2,00	2,60	-1,89 /,058	1,10	2,30	-2,76 /,006	1,30	2,50	-2,58 /,010
con los amigos	38	1,58	2,84	-5,17	,001	1,63	2,87	-2,42 /,015	2,00	2,60	-2,44 /,014	1,30	2,90	-2,88 /,004	1,40	3,00	-2,88 /,004
Satisfacción con el apoyo del cónyuge	38	1,48	2,77	-5,24	,001	1,53	2,66	-2,37	1,54	2,74	-2,69	1,48	2,87	-2,80	1,40	2,79	-2,84
del cónyuge	16	1,81	2,80	-2,62	,010	1,80	2,40	-1,73 /,083	2,00	3,00	-1,73 /,083	2,00	3,00	-2,00 /,046	1,50	3,00	-1,73 /,083
de los hijos	31	1,65	2,94	-4,87	,001	1,57	2,71	-2,27 /,023	1,50	3,00	-2,12 /,034	1,70	3,00	-2,91 /,004	1,75	3,00	-2,64 /,008
de los familiares	38	1,32	2,53	-4,92	,001	1,38	2,62	-2,22 /,026	1,50	2,40	-2,25 /,024	1,20	2,80	-2,88 /,004	1,20	2,30	-2,59 /,009
de los amigos	38	1,47	2,87	-5,25	,001	1,63	2,88	-2,27 /,023	1,50	2,80	-2,73 /,006	1,40	2,80	-2,73 /,006	1,40	3,00	-2,88 /,004

(1) Estadístico de contraste *W* de Wilcoxon.

(2) Significación bilateral obtenida a través de la prueba exacta de Monte Carlo (N.C. = 99%).

Respecto a la participación en los grupos. Los datos que se registran con esta medida son de carácter cualitativo para que el profesional tenga un conocimiento lo más exhaustivo posible de cómo participa el grupo. Ésta es considerada por el profesional una medida de control importante, ya que registra en cada sesión información sobre quiénes participan, quiénes no lo hacen, qué estrategias son las más aceptadas, etc. El conocimiento de estos datos sirvió para reconducir la marcha de las sesiones y para detectar a las personas más relevantes para el grupo. Este aspecto fue muy importante para conseguir la última fase de autogestión del grupo a través de la preparación de personas valoradas positivamente.

Respecto a la evaluación del clima social del grupo. En la Figura 1 se muestran las puntuaciones medias obtenidas para cada uno de los ítems de la escala en cada uno de los grupos. Las puntuaciones medias están comprendidas entre 1 y 7. Tomados todos los grupos en conjunto, los datos indican que los participantes consideran el grupo empático ($\bar{x} = 6.7$, d.e. = .48); eficaz ($\bar{x} = 6.6$,

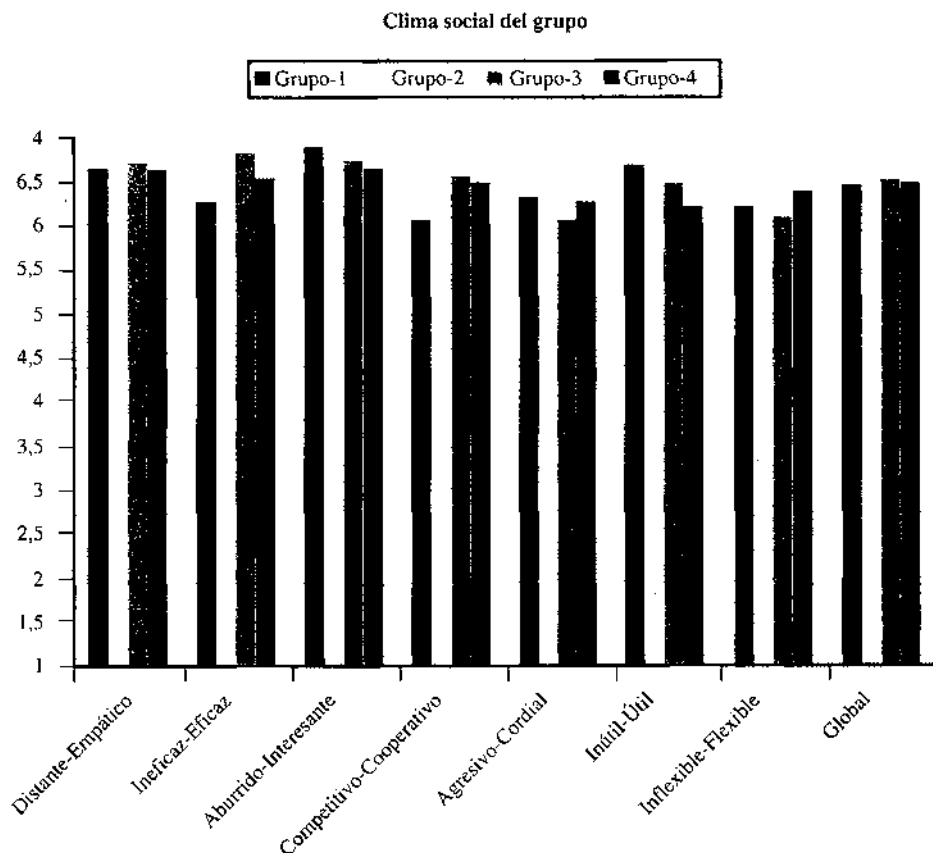


Figura 1. Evaluación del clima social del grupo. Puntuaciones medias globales.

d.e. = .60); interesante (\bar{x} = 6.6, d.e. = .54); cooperativo (\bar{x} = 6.3, d.e. = .75); cordial (\bar{x} = 6.3, d.e. = 1.21); útil (\bar{x} = 6.4, d.e. = .68) y flexible (\bar{x} = 6.3, d.e. = .76). La media total (\bar{x} = 6.5, d.e. = .34) refleja que, en general, los participantes se encuentran muy satisfechos con el clima existente dentro de sus grupos.

Respecto a la evaluación del funcionamiento. En la Figura 2 se muestran las medias de los porcentajes de respuestas a los ítems de la escala en las tres sesiones de evaluación. Encontramos que, en términos generales, conforme avanzan las sesiones, los participantes están satisfechos con el funcionamiento. La totalidad de los sujetos se encuentran satisfechos en los grupos, consideran que se han tratado temas de interés, que sus problemas se han abordado en el grupo, que pueden expresarse libremente dentro de él y que reciben apoyo de los miembros del grupo. Al 94.7% les parecen adecuadas las estrategias de solución de problemas, especialmente las que tienen que ver con las diferentes formas de actuar ante el proceso de envejecimiento y con el fortalecimiento de la autoestima. Sólo el 21% de los sujetos haría cambios en el grupo para ampliar la duración del mismo y reducir el espacio entre las sesiones.

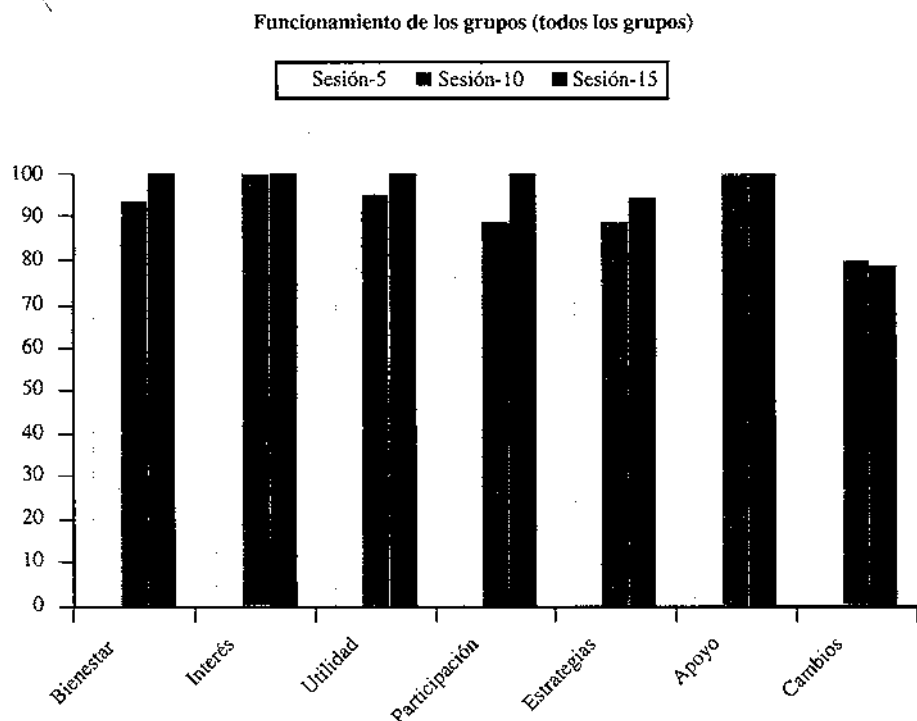


Figura 2. Evaluación del funcionamiento del grupo. Frecuencias globales en porcentajes de valoración positiva y negativa en los tres momentos de medida (sesiones 5^a, 10^a y 15^a).

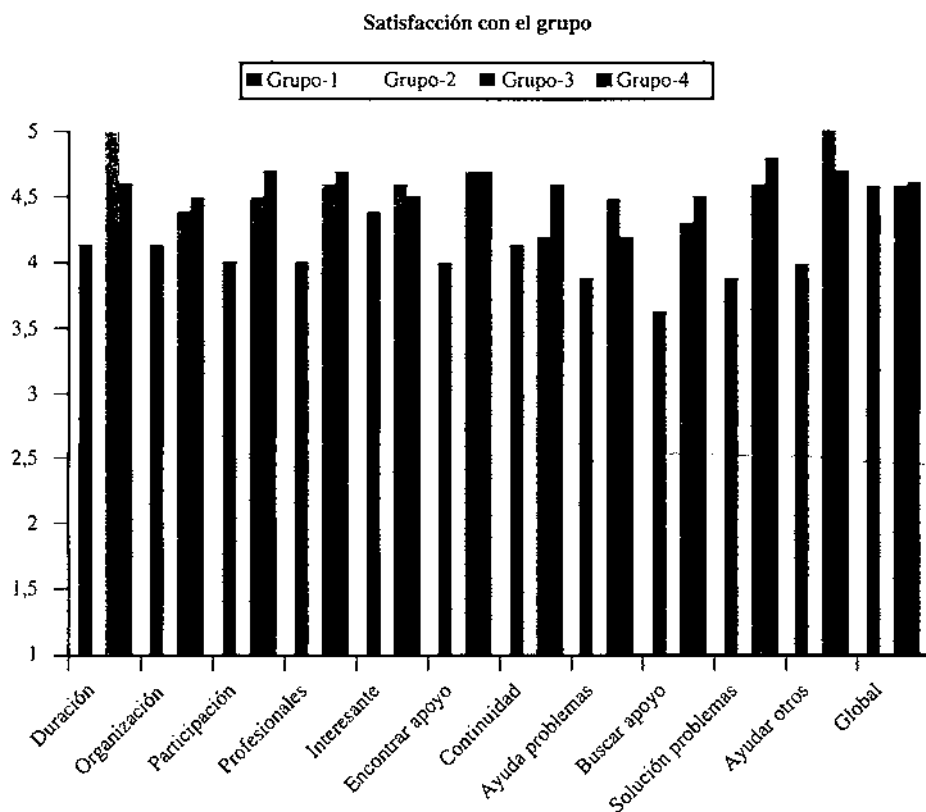


Figura 3. Evaluación final de la satisfacción con los grupos. Puntuaciones medias globales.

Respecto a la evaluación final sobre satisfacción con los grupos. En la Figura 3 se muestran las puntuaciones medias obtenidas para cada uno de los ítems de la escala en cada uno de los grupos. Las puntuaciones medias están comprendidas entre 1 y 5 y son muy similares en todos los grupos. Los datos indican que los participantes desean que la actividad de los grupos de apoyo social tenga más duración ($\bar{x} = 4.7$, d.e. = .89), están satisfechos con la organización y funcionamiento de los grupos ($\bar{x} = 4.4$, d.e. = 1.16), consideran importante el haber participado ($\bar{x} = 4.5$, d.e. = .92), están satisfechos con los profesionales ($\bar{x} = 4.7$, d.e. = 0.89), consideran interesantes los temas tratados ($\bar{x} = 4.6$, d.e. = 0.92), los grupos les han servido para encontrar el apoyo que necesitan ($\bar{x} = 4.6$, d.e. = 0.89); manifiestan su deseo de continuar ($\bar{x} = 4.5$, d.e. = 0.88); han encontrado personas que les han ayudado a resolver sus problemas ($\bar{x} = 4.4$, d.e. = 0.93); han aprendido a buscar el apoyo que necesitaban ($\bar{x} = 4.4$, d.e. = 0.93); los grupos les han dado la posibilidad de aprender a resolver los problemas por ellos mismos ($\bar{x} = 4.6$, d.e. = 0.91); y se sienten más capaces de ayudar a los demás ($\bar{x} = 4.8$, d.e. = 0.91). La me-

dia global de la escala ($\bar{x} = 4.6$, d.e. = 0.87) muestra que, en general, los participantes se encuentran muy satisfechos con la participación en los grupos y la valoran muy positivamente.

Discusión y conclusiones

En este trabajo hemos expuesto la metodología seguida para poner en funcionamiento los grupos de apoyo social. Para evaluar el funcionamiento interno de los grupos, hemos aplicado la propuesta del modelo tripartito de Strupp y Hadley (1977) que plantean evaluar la satisfacción del sujeto con el grupo, el grado en que son cubiertos los objetivos grupales y el nivel de cambio en el funcionamiento psicosocial. Este último aspecto es muy relevante, ya que la efectividad objetiva de los grupos de apoyo y la justificación de su uso viene dada por el grado de cambio y ajuste personal producido en los sujetos. Para confirmar este aspecto, evaluamos el grado de cambio en la percepción de apoyo social (satisfacción y frecuencia) y el desarrollo de estrategias de afrontamiento, pues uno de los objetivos fundamentales de estos grupos es el de adoptar una actitud activa frente a la solución de los problemas.

Por tanto, se elaboraron diferentes medidas de evaluación que permitiesen conocer al profesional los aspectos señalados. En general, hemos encontrado que la metodología empleada en el desarrollo de los grupos ha sido la adecuada para alcanzar los objetivos propuestos. Los participantes se han encontrado satisfechos con la marcha del grupo, han desarrollado estrategias de afrontamiento adecuadas frente a los problemas comunes vividos ante el proceso de envejecimiento (situaciones de soledad, problemas familiares, etc.) y han aumentado la percepción de apoyo social.

La metodología empleada permite hacer diversas medidas a lo largo del desarrollo de los grupos y por tanto ofrecer un análisis longitudinal del mismo y comparaciones en los distintos momentos. En nuestro caso, el nivel de satisfacción con la participación, el funcionamiento del grupo y el clima social ofrecen medias muy altas en las tres ocasiones en las que fueron evaluadas estas variables (sesiones 5^a, 10^a, 15^a), tal y como se puede apreciar en la Figura 2 sobre el funcionamiento de los grupos. Desde las primeras sesiones los sujetos manifiestan estar satisfechos con la dinámica del grupo. Este dato lo consideramos de interés, ya que en la primera fase de evaluación y selección de los miembros del grupo se intenta crear grupos lo más homogéneos posible atendiendo a los criterios anteriormente expuestos (homogeneidad en edad, expectativas, necesidades y objetivos). También en las primeras sesiones el profesional pone especial énfasis en crear desde el principio un buen clima en el grupo para continuar trabajando. Queremos resaltar la dificultad que entraña recoger de la manera más objetiva posible el desarrollo de las sesiones grupales en las que los participantes aportan una gran cantidad de información que a veces es difícil de operativizar. En nuestro caso, además, la edad de los sujetos es una dificultad añadida, ya que les supone un gran esfuerzo contestar los cuestionarios a pesar de la sencillez de

los mismos. Por ello creemos importante seguir trabajando en esta línea y crear una metodología de trabajo que nos permita contrastar datos y explicar los resultados de la participación en los grupos de apoyo social.

Especialmente importante ha sido el cambio producido en la percepción de apoyo social. Los sujetos, tras la intervención, han incrementado significativamente la frecuencia de contactos con las fuentes suministradoras de apoyo (amigos, familiares, hijos y pareja) y han aumentado también significativamente la satisfacción con el apoyo recibido. De los 38 participantes 20 continúan en la actualidad funcionando como grupo de autoayuda (en dos grupos diferentes) e incluso colaborando en algunas tareas cuando comienzan los grupos nuevos (p. ej., aportando información). Consideramos la perdurabilidad en el tiempo de estos grupos como un dato de interés para valorar indirectamente los efectos a largo plazo de los mismos, ya que la autogestión es considerada un indicador importante para fomentar los vínculos sociales basados en la prestación mutua de apoyo. Siendo conscientes del carácter relativo de los resultados obtenidos, creemos necesario incorporar a las medidas utilizadas criterios más objetivos para constatar que los efectos a largo plazo de este incremento en la frecuencia y satisfacción con el apoyo social percibido tienen también un correlato objetivo en la vida cotidiana de cada participante. Por ejemplo, en próximos estudios se podrían incorporar medidas para comprobar si los resultados obtenidos tras la finalización de los grupos se mantienen pasado un tiempo.

Una de las limitaciones más frecuentes de los grupos de apoyo social es que en la mayoría de las ocasiones no se encuentran datos de las mejoras percibidas o del cambio que se produce en el ajuste psicosocial, dada la dificultad que entraña evaluar la autoayuda. En nuestro trabajo, hemos encontrado un cambio en cuanto al funcionamiento psicosocial ya que se ha producido un aumento en la percepción de apoyo social y se han desarrollado estrategias adecuadas de afrontamiento. Por ello, creemos, como muestran otras investigaciones, que el apoyo social es un predictor importante de la satisfacción vital y los grupos de apoyo son una estrategia adecuada de intervención que puede ayudar a las personas mayores a afrontar adecuadamente el proceso de envejecimiento.

Para concluir resaltamos la importancia de exponer la metodología empleada en los grupos de apoyo, así como el proceso de evaluación seguido. También queremos abundar en la necesidad de seguir trabajando en la mejora de instrumentos de evaluación más precisos y adaptados a los contextos concretos de aplicación, que permitan realizar una evaluación sistemática de los resultados de los programas grupales de intervención social. Creemos conveniente que los profesionales hagan el esfuerzo de utilizar una metodología lo más sistematizada posible, ya que esto permitirá aclarar muchos de los efectos contradictorios de los grupos de apoyo social.

REFERENCIAS

- Barón, A. (1996). *Apoyo social. Aspectos teóricos y aplicaciones*. Madrid: Siglo XXI.
Cá, K., y Wainer, A. (1994). *Grupos de autogestión*. Buenos Aires: Era Reciente.

- Calero, M. D., García, T. M., Gálvez, M., Toral, I. y Bailón, R. (1996). Valoración de un programa de autoayuda entre ancianos: perfil de los voluntarios. *Intervención Psicosocial*, 5 (13), 85-95.
- Crohan, S. E. & Antonucci, T. C. (1989). Friends as a source of social support in old age. En R. G. Adams & R. Blieszner. (Comps.), *Older adult friendships: Structure and process* (pp. 129-146). London: Sage.
- Díaz-Veiga, P. (1987). Evaluación del apoyo social. En R. Fernández Ballesteros (Ed.), *El ambiente. Análisis psicológico* (pp. 125-149). Madrid: Pirámide.
- Díaz-Veiga, P. (1992). El apoyo social en la vejez. En R. Fernández Ballesteros et al. (Eds.), *Evaluación e intervención psicológica en la vejez* (pp. 176-194). Barcelona: Martínez Roca.
- Freixas, A. (1993). *Mujer y envejecimiento: aspectos psicosociales*. Barcelona: Fundación La Caixa.
- Gottlieb, B. H. (1988). Support interventions. A typology and agenda for research. En S.W. Duck (Ed.), *Handbook of personal relationships* (pp. 519-541). New York: Wiley.
- Gottlieb, B. H. & Peters, L. (1991). A national demographic portrait of mutual aid group participants in Canada. *American Journal of Community Psychology*, 19 (5), 651-666.
- Gracia, E. (1995). *El apoyo social en la intervención comunitaria*. Barcelona: Paidós.
- Gracia, E., Herrero, J. y Musitu, G. (1995). *El apoyo social*. Barcelona: Paidós.
- Hess, R. (1982). Self-help as a service delivery strategy. *Prevention in Human Services*, 1, 1-2.
- Hombrados, M. I. y Gómez, L. (2001). Potenciación en la intervención comunitaria. *Intervención Psicosocial*, 10 (1), 55-69.
- Katz, A. & Bender, E. (1976). Self help and mutual aid. An emerging social movement? *Annual Review of Sociology*, 7, 129-155.
- Katz, A. H. (1993). *Self-Help in America: A social movement perspective*. New York: Twayne.
- Levine, M. & Perkins, D. (1987). *Principles of community psychology, perspectives and applications*. New York: Oxford University Press.
- Levy, L. H. (1984). Issues in research and evaluation. En A. Gartner & F. Riessman (Eds.), *The self-help revolution* (pp. 155-172). New York: Human Sciences Press.
- Lieberman, M. A. (1989). Mutual-aid groups: An underutilized resource among the elderly. En T. J. Powell (Ed.), *Annual Review of Geriatrics and Gerontology* (pp. 197-210). New York: Springer.
- Martínez Taboada, C. (1996). Los grupos en el ámbito de la salud. En S. Ayestarán (Ed.), *El grupo como construcción social* (pp. 215-232). Barcelona: Plural.
- Martínez, M., García, M. y Mendoza, I. (1993). Integración social y ancianidad. Aportaciones desde el apoyo social. En M. Martínez (Ed.), *Psicología Comunitaria* (pp. 195-202). Madrid: Eudema.
- Martínez Taboada, C. y Palacín, M. (1997). Grupos, bienestar psicosocial y calidad de vida. En P. González, *La psicología de los grupos*. Madrid: Síntesis.
- Maya Jariego, I. (1996). Determinantes de la participación y tipología organizacional de los grupos de ayuda mutua. *Intervención psicosocial*, 5 (15), 43-59.
- Riessman, F. (1995). *Redefining Self-Help, Police and Practice*. San Francisco: Jossey-Bass Publishers.
- Strupp, H. & Hadley, S. (1977). A tripartite model of mental health and therapeutic outcomes. *American Psychologist*, 30, 187-197.
- Taylor, S. E., Falke, R. L., Shoptaw, S. J. & Lichtman, R. R. (1986). Social support, support groups and the cancer patients. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 54, 608-615.
- Villalba, C. (1996). Los grupos de apoyo basados en la autoayuda: una propuesta para el inicio y acompañamiento profesional. *Intervención Psicosocial*, 5 (15), 23-41.

ANEXO 1

INVENTARIO DE RECURSOS SOCIALES EN ANCIANOS (DÍAZ VEIGA, 1985)

Identificación

- Edad _____ Sexo _____
- Estado civil. Casado/a _____ Soltero/a _____ Viudo/a _____
- ¿Tiene usted hijos? Sí _____ NO _____
- ¿Tiene usted «parientes»: sobrinos, hermanos, primos etc. Sí _____ NO _____
- ¿Tiene usted relación con amigos? Sí _____ NO _____

Análisis de las relaciones (se aplican ítems referentes a las relaciones que el sujeto manifiesta tener).

Cónyuge

- ¿Con qué frecuencia ve y habla usted con su cónyuge? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (1)
- ¿Qué tipo de apoyo o ayuda le proporciona la relación con su cónyuge? a ____ b ____ (2)
- ¿En qué grado está usted satisfecho de la relación que tiene con su cónyuge? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (3)

Hijos

- ¿Con qué frecuencia ve y habla usted con sus hijos? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (1)
- ¿Qué tipo de apoyo le proporcionan sus hijos? a ____ b ____ (2)
- ¿En qué grado está usted satisfecho de la relación que tiene con sus hijos? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (3)

Familiares no próximos (parientes)

- ¿Con qué frecuencia ve y habla usted a familiares o parientes? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (1)
- ¿Qué tipo de apoyo o ayuda le proporcionan estos familiares? a ____ b ____ (2)
- ¿En qué grado está usted satisfecho de la relación con estas personas? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (3)

Amigos

- ¿Con qué frecuencia ve y habla usted con sus amigos? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (1)
- ¿Qué tipo de apoyo o ayuda le proporcionan estas personas? a ____ b ____ (2)
- ¿En qué grado está usted satisfecho de la relación que mantiene con sus amigos? 1 ____ 2 ____ 3 ____ (3)

(1) 1: menos de una vez al mes; 2: 1 o 2 veces al mes; 3: 1 vez a la semana o más.

(2) a: apoyo emocional (consejo, «cariño»); b: apoyo instrumental (asistencia para actividades de la vida diaria, ayuda económica); c: apoyo informacional (información relevante para solucionar problemas).

(3) 1: poco; 2: algo; 3: mucho.

ANEXO 2

EVALUACIÓN DE LA PARTICIPACIÓN DEL GRUPO

Fecha: Hora: N° de miembros del grupo:

Sesión n°:

Asistencia: Total () Parcial ()

Personas que han faltado:

Tema general:

Tema particular:

Participación del grupo en el tema: Total () Parcial ()

Persona que más ha participado:

Persona que menos ha participado:

Persona que ha centrado la atención:

Persona que ha tenido conductas problemáticas:

Persona que ha dado las mejores estrategias de solución a los problemas planteados:

Estrategias planteadas:

Respuestas a estas estrategias por parte de los participantes implicados:

Persona/s que no da/n estrategias:

Observaciones:

.....

ANEXO 3

EVALUACIÓN DEL CLIMA SOCIAL DEL GRUPO

A continuación encontrará una tabla en la que en los extremos de cada fila aparecen adjetivos de significados opuestos. Entre cada par de adjetivos elija el número que mejor se corresponda con la percepción que usted tiene del clima social del grupo. Por ejemplo, si usted percibe al grupo como muy interesante, en la fila correspondiente a este adjetivo tendrá que marcar el número uno y si lo percibe como muy aburrido el número siete. Tenga en cuenta que no hay respuestas mejores o peores, lo importante es que responda con total sinceridad.

Empático	1	2	3	4	5	6	7	Distante
Eficaz	1	2	3	4	5	6	7	Ineficaz
Interesante	1	2	3	4	5	6	7	Aburrido
Cooperativo	1	2	3	4	5	6	7	Competitivo
Agresivo	1	2	3	4	5	6	7	Cordial
Útil	1	2	3	4	5	6	7	Inútil
Flexible	1	2	3	4	5	6	7	Inflexible

EVALUACIÓN DEL FUNCIONAMIENTO DEL GRUPO

A continuación encontrará una serie de frases, en ellas se le pregunta sobre la impresión que usted tiene acerca del grupo de apoyo del que usted es miembro. Tenga en cuenta que no hay respuestas mejores o peores, lo importante es que responda con total sinceridad.

1. Se encuentra satisfecho con el grupo: SÍ () NO ()
2. Considera que se tratan temas de interés en el grupo: SÍ () NO ()
3. Cree que sus problemas se abordan en el grupo: SÍ () NO ()
4. Tiene la oportunidad de expresarse abiertamente en el grupo: SÍ () NO ()
5. Le parecen adecuadas las estrategias de solución de problemas que se dan en el grupo: SÍ () NO ()
6. Señale las estrategias que le resultan más adecuadas:
7. Recibe apoyo en el grupo: SÍ () NO ()
8. ¿Haría algún cambio en el grupo?: SÍ () NO ()

EVALUACIÓN DE LA SATISFACCIÓN CON EL GRUPO

Por favor, de acuerdo con la equivalencia que se muestra a continuación, responda a las siguientes cuestiones acerca de las actividades desarrolladas en el grupo de ayuda.

1. Significa que usted está muy en desacuerdo.					
2. Significa que usted está en desacuerdo.					
3. Significa que usted está en parte de acuerdo, en parte en desacuerdo.					
4. Significa que usted está de acuerdo.					
5. Significa que usted está muy de acuerdo.					
1. Desearía que la actividad de los grupos de apoyo social tuviera mayor duración.	1	2	3	4	5
2. Estoy satisfecho con la organización y funcionamiento de los grupos.	1	2	3	4	5
3. Considero importante el haber participado en esta actividad.	1	2	3	4	5
4. Estoy satisfecho con los profesionales que han participado en los grupos.	1	2	3	4	5
5. Los temas tratados han sido de mi interés.	1	2	3	4	5
6. Los grupos me han servido para encontrar el apoyo que necesitaba.	1	2	3	4	5
7. Desearía continuar con esta experiencia.	1	2	3	4	5
8. He encontrado personas que me han ayudado a resolver mis problemas.	1	2	3	4	5
9. He aprendido a buscar el apoyo que necesito.	1	2	3	4	5
10. Los grupos me han dado la posibilidad de aprender a resolver los problemas por mí mismo.	1	2	3	4	5
11. Me siento más capaz de ayudar a los demás.	1	2	3	4	5