IDENTIDAD PSICOSOCIAL DE LOS MAYORES (1º curso –2019-20).

Dra. Rosa Ana Clemente Estevan

(clemente@uji.es).

Departamento de Psicología.

Horario de tutorías presenciales: Miércoles de 16 a 19 horas.

Despacho 1205 Edificio de Humanas

Tutorías virtuales en: clemente@uji.es

La realidad demográfica de las sociedades actuales demuestra que el número de personas adultas y ancianas no sólo aumenta, sino que mantiene características diferenciales y cambiantes respecto de lo considerado habitual en otras épocas. Las personas de estas edades están consiguiendo modificar las pautas conductuales y psicológicas que eran aceptables para otras época históricas.

La conducta vital de años atrás se limitaba a un tiempo de formación: la niñez; otro de madurez con creación de familias y crianza de hijos y, finalmente, un breve tiempo de post-actividad de vida adulta y vejez. Este panorama se ha modificado de forma sobresaliente y las sociedades occidentales actuales reconocen la existencia de un buen número de años, posteriores a la jubilación, que enriquecen el ciclo vital individual de cada persona.

Se ha ganado tiempo, años de vida que pueden y deben ser aprovechados para recuperar actividades, disfrutar de la libertad adulta (sin responsabilidades directas laborales y de crianza), así como de generar nuevos proyectos de actividad académica, de actualización tecnológica, de cooperación interpersonal y de ocio.

La mayor parte de la investigación está de acuerdo en que a lo largo de la vida las personas podemos seguir aprendiendo, probablemente no para formarnos profesionalmente –los proyectos de vida laborales suelen ser fruto de la juventud o de la adultez temprana-, pero sí para ser capaces de ejercer una ciudadanía activa, crítica y democrática (Delors, 1996). También, y ese será el objetivo de esta clase, para desarrollar conocimiento psicológico de la persona en cambio (como adulto/a mayor) así como de cuáles son sus características, sus potencialidades y la capacidad de adaptación a las nuevas ganancias y pérdidas.

El objetivo de esta asignatura, en consonancia con la finalidad de todo el curso, es conseguir que el estudiantado de 1º curso de mayores:

- mejore en el conocimiento psicológico que se corresponde con ese momento del ciclo vital,
- comprenda y aprenda a hacer frente a las circunstancias debidas al aumento de edad y del momento socio-histórico en el que vivimos,
- optimice el potencial psicológico propio para ganar en bienestar y calidad de vida.

Programa

Como se ha comentado, la asignatura tratará de dar una versión psicosociológica sobre el desarrollo adulto y el envejecimiento. En ella se abordará, tras breves referencias de carácter histórico y demográfico, los aspectos más relevantes en los cambios psicosociológicos que afectan a los mayores, centrados en tres áreas:

- Psicología popular (estereotipos, mitos) y teorías científicas sobre el envejecimiento. La teoría del “ciclo vital”.
- Procesos perceptivos y cognitivos en los mayores. Atención, Memoria y Aprendizaje. La sabiduría y los mayores.
- Aspectos psicoafectivos y del desarrollo personal. Procesos de socialización y de relaciones interpersonales. Cambios en la personalidad. Autoconcepto y autoestima. Relaciones familiares. Trabajo, jubilación y tiempo libre.

Temario (temporalización y sesiones)

Sesiones	Temas
1	Presentación. Sociodemografía del envejecimiento. El significado de hacerse adulto: Estereotipos y creencias.
2	El significado de hacerse adulto: Estresores.
3	Cambios con la edad en la capacidades cognitivas (1): Capacidades perceptivo-atencionales y velocidad de procesamiento.
4	Cambios con la edad en la capacidades cognitivas (2) Inteligencia y Sabiduría.
5	Cambios con la edad en la capacidades cognitivas (3) Capacidades mnésicas.
6	Cambios con la edad en la Cognición Social. Inteligencia emocional.
7	Cambios con la edad: Emociones. Emociones positivas y salud
8	Cambios con la edad :Variaciones individuales. Personalidad adulta.
9	Envejecer en positivo 1. Relaciones interpersonales, sociales y calidad de vida.
10	Envejecer en positivo 2. Relaciones interpersonales, sociales y calidad de vida.

Metodología

Explicaciones de la profesora y tareas prácticas.

La clase se impartirá en castellano.

Lectura alternativa para estudiantes no-asistentes y no-aptos:

Se entregará un resumen de una de estas dos publicaciones:

Fernández Ballesteros, R. (2009). *Envejecimiento activo; contribuciones de la Psicología*. Madrid. Pirámide.

-MINISTERIO DE TRABAJO Y POLÍTICA SOCIAL (2011). *Libro blanco. Envejecimiento Activo*. Madrid: IMSERSO.

http://www.imserso.es/InterPresent1/groups/imserso/documents/binario/8088_8089libroblancoenv.pdf

Bibliografía de apoyo (para el curso)¹

-Villar Posada, F y Triadó, C (2008) *Envejecer en positivo*. Girona. Aresta.

-Fernández Ballesteros, R. (2000). *Gerontología Social*. Madrid. Pirámide.

-Bermejo García, L. (2010). *Envejecimiento Activo y Actividades Socioeducativas con Personas Mayores. Guía de buenas prácticas*. Sociedad Española de Geriatría y Gerontología. México: Médica Panamericana.

¹ Existe bibliografía específica que podrá ser solicitada a la profesora si es de interés para el/la estudiante.