

## TEMA 4: ETAPAS EVOLUTIVAS DEL DESARROLLO PERSONAL

### 1. ETAPA ADULTA

#### 1.1. INTRODUCCION

Es una etapa que esta mas condicionada por factores sociales y culturales que biológicos. El principio y el final no es algo determinado. Se inicia cuando el individuo asume responsabilidades sociales, políticas y económicas y finaliza a partir del momento de la jubilación.

Sucesos evolutivos como el matrimonio, los hijos, el trabajo, el paro, etc., condicionan de forma notable esta etapa.

#### 1.2. DESARROLLO COGNITIVO

- a. **Enfoque deficitario de influencia biológica:** el desarrollo se estabiliza o comienza a sufrir déficits
- b. **Enfoque del ciclo vital:** sin negar las posibilidades de cierta decadencia de la inteligencia, insiste fundamentalmente en la plasticidad y crecimiento continuado de la misma, que da lugar a una inteligencia postformal o sabiduría
- c. **Modelo de encapsulación:** parte de un concepto positivo del desarrollo, del pensamiento formal al postformal y de que existe un incremento en el conocimiento experto del adulto dentro de áreas específicas.

#### 1.3. DESARROLLO SOCIAL

El matrimonio, la paternidad/ maternidad y el trabajo son los ejes fundamentales sobre los que gira la vida adulta.

- a. **Matrimonio:** es una de las relaciones más frecuentes de la vida adulta. En la actualidad existe un aumento de las parejas de hecho, cambio en los roles sexuales tradicionales (androginia) y búsqueda de satisfacciones psicológicas, personales y sexuales e intimidad.
- b. **Paternidad y maternidad:** el hijo incide en las expectativas de los padres y sobre sus proyectos familiares, profesionales y personales. Es de los sucesos que tienen mayor repercusión: se reduce la actividad social, incremento de los deberes domésticos, aumento de los costes económicos, etc.
- c. **Trabajo:** proporciona estabilidad e independencia económica y social al adulto y una posición social. La calidad del ajuste entre las expectativas del individuo y el trabajo real, es origen de grandes satisfacciones o frustraciones.

Los factores que condicionan la satisfacción laboral son la edad, sexo, formación profesional, personalidad, tarea, desarrollo vocacional.

#### 1.4. DESARROLLO AFECTIVO

La vida afectiva del adulto está condicionada por el matrimonio, los hijos y el mundo laboral.

- a. **Divorcio o separación:** la separación o divorcio es una situación traumática que se vive emocionalmente con tensión. Significa una reestructuración de la vida. Está demostrada la relación entre ruptura matrimonial y tasa de hospitalización psiquiátrica y enfermedad física.

b. **Estrés en el trabajo y paro:** El paro significa la ausencia de un rol fundamental en la vida del adulto, ocasiona por tanto un problema emocional grave. Enfermedades psicosomáticas y alteraciones psicológicas son frecuentes en situaciones de paro.

El estrés en el trabajo depende de los siguientes factores:

- Factores intrínsecos al trabajo: n° de horas, turno, autonomía, toma de decisiones, condiciones físicas.
- Factores relacionados con el rol laboral: la ambigüedad del rol y el conflicto de roles, la falta de apoyo.
- Relaciones interprofesionales con los compañeros y superiores.

Crisis de la edad madura

Menopausia

## 2. ADULTO MAYOR

### 2.1. DETERIORO COGNITIVO

a. **Estereotipos:** después de la segunda guerra mundial, la vejez se convierte en sinónimo de conservadurismo, improductividad, enfermedad, debilidad, dando lugar a un estereotipo negativo.

Se ha establecido una relación entre vejez y deterioro cognitivo, asumido incluso por la ciencia.

El estereotipo ha influido sobre el anciano, y le ha condicionado a adoptar los comportamientos que se espera de él.

En la actualidad, la perspectiva del ciclo vital, aún sin negar la existencia de un posible declive cognitivo en edades muy avanzadas, se cuestiona que este ocurra de la misma forma e igual ritmo para todo tipo de inteligencia o memoria y para la población en general

b. **Inteligencia y salud:** existe una relación entre salud y desarrollo cognitivo. Ciertas enfermedades, como la de Alzheimer, o lesiones cerebrales focales son la causa de diversas patologías cognitivas que dificultan la capacidad adaptativa de los ancianos que las sufren.

c. **Memoria:**

No hay retrocesos	Sí hay retrocesos
Memoria Sensorial	Memoria a largo plazo
Memoria a corto plazo	Paso de la MCP a MLP
Memoria semántica	Memoria episódica
Memoria procedimental	

Factores que influyen en la Memoria:

1. Características del anciano: edad y salud, educación, autoconcepto, autoestima, interés, ocupación anterior.
2. Características del material: Organización, familiaridad con la tarea.
3. Tipo de procesamiento: Automático, Forzado, codificación, descodificación.

Intervención: es posible compensar y prevenir el deterioro cognitivo a través de los programas de educación permanente, que optimizan el autoconcepto y la calidad de vida general del anciano.

## 2.2. DETERIORO SOCIAL

Existen circunstancias sociales que pueden condicionar el proceso de envejecimiento, tanto social como

afectivo y cognitivo:

- La jubilación o pérdida de seres queridos
- El concepto y la estima que la sociedad tenga de sus mayores.
- Las alternativas que la sociedad les ofrezca para su salud física y mental.
- El tipo de estructura familiar

## 2.3. DESARROLLO EMOCIONAL

- Es el periodo de la vida más susceptible a padecer problemas afectivos, debido a la pérdida de seres queridos, experiencias de enfermedad, abandono, soledad, etc.
- En el estudio de la afectividad en la vejez hay que tener en cuenta sobre todo las actitudes de los ancianos. La adaptación a los cambios (corporales, en el entorno familiar, socioculturales, ocupacional) va a depender del tipo de actitud que adopte.

Esencialmente, se distinguen dos tipos de actitudes:

- A. **Una actitud abierta**, cuando el anciano sigue prestando atención e interés a las situaciones que vive, y muestra una disposición positiva ante las dificultades.
  - B. **Una actitud cerrada y defensiva**, cuando interpreta como amenazantes las situaciones problemáticas que enfrenta
- 
- La depresión es el trastorno afectivo más frecuente entre los ancianos, sobre todo, en aquellos que viven en residencias. Generalmente, se trata de episodios transitorios, que pueden presentar síntomas físicos y psicológicos.
  - El enfrentamiento con la muerte puede determinar un proceso emocional, que constará de las siguientes etapas:
    - negación, ira, regateo o negociación, depresión y aceptación.
  - Hay cierta regularidad en las actitudes de las personas ante la muerte de un ser querido.  
Las fases por las que se suele pasar son:
    - a. Etapa de conmoción emocional y alteraciones psicofisiológicas
    - b. Etapa de añoranzas y recriminaciones
    - c. Etapa de recuperación