

LA ETAPA DEL ADULTO JOVEN comienza alrededor de los 20 años y concluye cerca de los 40,

.En la adultez joven hay que tomar muchas responsabilidades. Las tareas propias de la edad tienen que ver con el mundo social (pareja, trabajo, hijos, etc.). El rol activo que se asume es el término de la moratoria psicosocial (según Erikson). Hay construcción y establecimiento de un estilo de vida, se organiza la vida de forma práctica, se llevan a cabo propósitos.

Los hombres crecen hasta los 21 años y las mujeres hasta los 17-18 años, una de cada 10 mujeres puede crecer hasta los 21 años.

### *DESARROLLO SENSORIAL Y MOTOR*

En el adulto joven las capacidades físicas alcanzan el máximo de efectividad, existe destreza manual y una mayor agudeza visual. Los hombres y mujeres alcanzan su mayor plenitud, han logrado el más elevado punto de coordinación, equilibrio, agilidad, fuerza y resistencia.

Entre los 25 y los 30 años el hombre tiene máxima fuerza muscular, siempre y cuando la desarrolle.

### *DESARROLLO SISTÉMICO*

Los sistemas tienen en esta edad una notable capacidad compensatoria, así el adulto joven es capaz de conservar la salud en forma casi continua, por esta razón presentan poca o ninguna preocupación por su salud.

A pesar de que en esta etapa las características físicas alcanzan su plenitud, se debe considerar que alrededor de los 30 años empiezan a declinar algunas capacidades.

### *DESARROLLO COGNITIVO*

Es importante saber que la vida para los adultos jóvenes, pierde su carácter provisional, lo cual significa que sabe que lo que hace hoy tendrá consecuencias mañana y que debe proyectarse a lo largo de la vida y no a 2 o 3 años.

El desarrollo del pensamiento alcanza un paso más, el adulto pasa del pensamiento formal según Piaget, al pensamiento post formal que tiene la particularidad de que la persona es más flexible frente a las diversas situaciones a las que enfrenta.

### *DESARROLLO PSICOSOCIAL*

Según Schwartz las personas solteras pueden tener 6 estilos de vida:

- la profesional: que tienen planificada toda su vida y se dedican al trabajo y al estudio.
- la social: que se dedican a las relaciones. interpersonales, individualista que se concentran en si mismo.
- la activista: los cuales se dedican a la política
- él pasivo: que tienen una visión negativa de la vida.
- los asistenteciales: a los cuales les gusta servir a otros.

### *DESARROLLO MORAL*

Kohlberg define moral como un sentido de justicia, el cual depende de un desarrollo cognitivo que implica una superación del pensamiento egocéntrico y una capacidad creciente de pensar de una manera abstracta.

El adulto joven posee, según este autor, una moral Post-convencional, que marca el logro

Se debe de destacar que en periodo post-convencional se presenta: la "Moral de contrato de los derechos individuales y la ley aceptada democráticamente", es decir, el adulto piensa en términos racionales, valorando la voluntad de las mayorías y el bienestar social, aceptando el obedecimiento a la ley impuesta por la sociedad y la "Moral de principios éticos universales", en la cual el adulto hace lo que considera correcto a pesar de las restricciones legales o de lo que los demás opinen, actuando de acuerdo a estándares internos; en la adultez la persona puede encontrarse en una de estas dos etapas.

El desarrollo moral del adulto se basa en experiencias, el adulto vive y aprende, a través de las emociones que le permite reevaluar lo correcto y lo justo. Estas experiencias hacen que pueda ver mejor, moral y socialmente el punto de vista de los demás. Así también la confrontación de valores en conflicto fuera del hogar (como en el trabajo, los estudios, etc.), ayuda al desarrollo de la moral.

de la verdadera moralidad, la persona conoce las posibilidades de conflicto entre dos

### *DESARROLLO AFECTIVO*

Al encontrar su identidad permite la fusión con otro, ya sea laboral o afectivamente ya posee la capacidad de adaptarse y de afiliarse. Walster plantea que pueden existir en las parejas dos tipos de amor **Apasionado**: Se caracteriza por una confusión de estados emocionales, hay ternura, pasión y alegría, sin embargo, genera mucha ansiedad y dependiendo de la estructura de personalidad se manifiestan sentimientos. Es característico de la juventud. **Compartido**: Es un amor más profundo, donde hay compromiso, se comparte, se toman decisiones en conjunto con el otro en cuanto a la relación afectiva y existe conciencia de la relación afectiva que se tiene. Se espera que en el adulto joven temprano desarrolle un amor compartido, donde se sabe administrar la relación de pareja.

Alrededor de los 30 años hay un cuestionamiento de la vida pasada, de la elección de pareja, de la carrera, se hacen nuevas elecciones y profundizan o se cambian compromisos. El adulto siente la necesidad urgente de dar un carácter real y comprometido a su vida con el objeto de lograr la estabilidad, por lo tanto, reconstruye y reorganiza. Luego de esta transición se establece con la familia, el hogar y logra un sentido de pertenencia y llega a ser un miembro valorado por la sociedad

### Desarrollo Intelectual en el Adulto Joven

Una forma de pensamiento adulto es el que algunos teóricos han denominado pensamiento dialéctico, en el cual, cada idea o tesis implica su idea opuesta o antítesis. El pensamiento dialéctico consiste en la capacidad de considerar puntos de vista opuestos en forma simultánea, aceptando la existencia de contradicciones. Este tipo de pensamiento permite la integración entre las creencias y experiencias con las inconsistencias y contradicciones descubiertas, favoreciendo así la evolución de nuevos

puntos de vista, los cuales necesitan ser actualizados constantemente. El pensador dialéctico posee conocimientos y valores, y se compromete con ellos, pero reconoce que éstos cambiarán, ya que la premisa unificadora del pensamiento dialéctico es que la única verdad universal es el cambio mismo.

Los adultos que alcanzan el pensamiento dialéctico se caracterizan porque son más sensibles a las contradicciones, aprecian más las opiniones contrarias y que han aprendido a vivir con ellas. (F. Phillips Rice, 1997, págs.533-534).

Otros teóricos se han referido a este mismo período, como el del pensamiento posformal, una etapa que va más allá de las operaciones formales planteadas por Piaget. Este pensamiento posformal tiene tres elementos básicos: relativismo, contradicción y síntesis. El adulto que alcanza el pensamiento posformal es capaz de sintetizar pensamientos contradictorios, emociones y experiencias dentro de un contexto más amplio. No necesita elegir entre alternativas porque es capaz de integrarlas.(Hoffman, 1996. Pág. 123).

Shaie plantea un modelo de desarrollo cognitivo donde identifica cinco etapas por las que pasa la gente para adquirir conocimiento, luego lo aplica a su vida. Este modelo incluye las siguientes etapas: etapa de adquisición (de la infancia a la adolescencia), etapa de logro (desde el final de la adolescencia a los 30 años), etapa de responsabilidad (final de los 30 hasta inicio de los 60), etapa ejecutiva (también tiene lugar durante los 30 a 40 años), etapa reintegrativa (vejez). Según el modelo de Shaie el adulto joven se encuentra en las etapas de logro, de responsabilidad y ejecutiva.

**Adulthood Media:** Desde los 30/40 hasta los 45/60 años aprox. En esta etapa las personas participan plenamente en las actividades sociales. Se ingresa en la vida profesional. Las principales preocupaciones son encontrar un trabajo permanente y encontrar cónyuge para formar un hogar. Se consolidan los roles sociales y profesionales

Después de los 30 empieza un ligero declive de las funciones físicas. Se mantienen en esta etapa los roles sociales y profesionales. Es un período especialmente propenso para echar la vista atrás y ver que ha sido de los sueños, ilusiones y proyectos anteriores. Se trata también de una etapa de gran productividad, especialmente en la esfera intelectual y artística, y es en definitiva el período en el que se consigue la plena autorrealización.

#### **Cambios Físicos:**

- Aparecen las canas, calvicie, sequedad cutánea (arrugas).
- Disminución de la fuerza muscular y de la velocidad de reacción.
- Acumulación de tejido adiposo en determinados sectores del cuerpo.
- Estos cambios no implican una pérdida de las funciones, sino que estas disminuciones implican la generación de cambios en los hábitos de vida

#### **En la Mujer:**

- Físicamente, en la mujer se vive la menopausia (45-50).
- Disminución fluctuante.
- Aquí si se da la pérdida de una función: la capacidad reproductora. Mal genio,

labilidad, falta de energía. Desajuste en relación al equilibrio anterior.  
Sintomatología física (cambios) y psicológica: "me estoy poniendo vieja, ya no puedo tener más hijos". La mujer va a vivir mucho más aceptadamente la vejez, siempre que no haya centrado su autoestima en el atractivo físico

#### **En el Hombre:**

- Andropausia en los hombres: disminución de la hormona masculina (testosterona).
- Disminución en la cantidad de esperma y su velocidad.
- Disminuye la frecuencia de las relaciones sexuales.
- Con la pérdida de la testosterona se da una cierta inestabilidad sexual, se requiere más estimulación y apoyo de parte de la pareja

Todos estos cambios generan mucha angustia y duelo por el cuerpo joven. Refuerzan la conciencia de la vejez y la muerte próxima, para esto se debe generar un proceso de aceptación de la nueva imagen física, y que los cambios sean integrados a la personalidad

#### **Cambios Emocionales y Personales:**

El cambio por el lado sexual conduce a manifestaciones más afiliativas y afectivas en los hombres, incorporando características femeninas a su personalidad, mientras que las mujeres aparecen como más agresivas y asertivas. Erikson habla de que en esta etapa la persona atraviesa el conflicto entre generatividad y estancamiento, donde la generatividad implica el dar lo más auténtico, lo propio, aquello que ha pasado por la propia experiencia y se manifiesta en los hijos, valores, trabajo y la relación con los demás. Cuando tal enriquecimiento falta por completo, tiene lugar un sentimiento de estancamiento y empobrecimiento personal, llevando a invalidez física o psicológica. Debido a esto, se produce una reorganización o reestructuración de la identidad, redefinición de la imagen corporal (crisis, canas, calvicie, entre otros), redefinición de las relaciones con los padres (si todavía están vivos), los hijos y la pareja, evaluación de los planes que se proyectaron desde la adolescencia, reconocimiento de que queda poco por vivir, lo que genera cuestionamientos acerca de lo que se ha hecho y lo que queda por hacer

#### **Crisis de la Edad Media:**

La fase anterior a la crisis es un período muy estable, existe un alto control de sí mismo, los impulsos no presionan por salir. Se debe lidiar con la sociedad y el mundo. En esta etapa aparece el balance personal y un reajuste de expectativas y sueños, teniendo en cuenta las posibilidades del contexto. Surge el dolor por lo no realizado, una preocupación por la necesidad de sentirse joven, lo que puede llevar en algunos casos a la "crisis de la mitad de la vida". enfrentar la posibilidad de ser superado por los hijos. También se sufre al saber que ya no se es fuente de identificación de los hijos; ellos reconocen defectos y critican abiertamente. Lo más sano sería ser capaz de aceptar y sentirse gratificados por el proceso de autonomización de los hijos. Además, se debe tolerar ser objeto de evaluación.

#### **Factores Psicosociales**

El logro de la estabilidad, más los cambios físicos propios de esta etapa, generan una fase de introversión que se relaciona con el proceso de individuación (descrito por Jung). Al haber dominado las presiones externas se puede dedicar la energía al conocimiento de sí mismo. Debido a esto, se espera que el adulto medio se conozca más, que el sí mismo se vuelva más auténtico, en el sentido de que se tiene una visión más realista de la vida. Se viven procesos de duelo (cómo era antes, cómo soy ahora, qué me queda por vivir). Las relaciones con el mundo externo se hacen más selectivas.

Las personas adultas son más conscientes de sus limitaciones, tienen miedo al fracaso. En esto juegan un papel muy importante la experiencia anterior, los éxitos y fracasos. Existe una mayor tolerancia a la frustración. Valoración más alta de la paciencia. Las funciones del Yo se vuelven más eficientes, pues se puede vivir estados emocionales sin desbordarse ni perjudicar a otros. Los cambios ponen a prueba la madurez de la personalidad.

### **Aprendizaje y Motivación:**

La capacidad de aprendizaje depende de la motivación y de los intereses de las personas más que de su inteligencia. Las personas adultas, en general, tienen menos curiosidad para aprender cosas nuevas. Aprenden porque quieren, libre y voluntariamente, en la medida en que están motivadas para ello

### **Motivaciones Extrínsecas:**

- Solucionar problemas o necesidades concretas (necesidad de la titulación). Adaptación profesional
- Promocionarse en el trabajo y lo que supone como promoción social. Debido a esto, el desarrollo tecnológico ha complicado la vida profesional e impone un continuo reciclaje.

### **Motivaciones Intrínsecas:**

- La satisfacción personal y aumentar el sentido de autoestima.
- Abrirse nuevos caminos en la rutina diaria, para desarrollar una vida más plena.
- Mayor seguridad en el medio personal tanto familiar como profesional.
- Adaptarse a los cambios sociales

### **Pareja:**

Se requiere un reordenamiento de la vida matrimonial, por el fenómeno del nido vacío. Ahora se pueden abordar temáticas que antes no se podía por dedicación a los hijos. Surgen conflictos que estaban latentes a lo largo de la vida de la pareja que no se habían resuelto por alguna razón. Pasar más tiempo juntos produce dificultades en la relación diaria, se requiere un sistema diferente que permita un acomodo real. Dentro de la revisión de la crisis se concluye que la pareja comparte todo un pasado común que permite la proyección de la vejez en conjunto, lo que da tranquilidad a la pareja. Estos signos cambian la perspectiva del tiempo, aparece la conciencia de la muerte personal. Se genera una adaptación en la proyección de metas, haciendo un análisis de los proyectos pasados y futuros. Esto se plantea como una crisis normativa. Se da una mejor comprensión en todos los ámbitos por la inversión de roles. Esta crisis favorece la integración, pues la pareja constituye una fuente de aceptación de los cambios

corporales. Se plantea el segundo proceso de individuación donde se aceptan mayores aspectos de la personalidad y, por otra parte, se prepara para la muerte.

Tanto en la etapa de la adultez temprana como en la adultez media, la sociedad establece algunos criterios, tomando como base lo que se demuestra durante estas etapas (cambios físicos, las relaciones, el trabajo, factores psicosociales y otros), estos sirven de guía para categorizar no solo por la edad, sino también por el comportamiento, esto permite definir si el adulto según su edad cumple o no con lo que establece la sociedad. Entonces, si es aceptado y se adapta representa un adulto maduro y cuando no lo logra es un adulto inmaduro. Adulto maduro Controla adecuadamente su vida emocional, lo que le permite afrontar los problemas con mayor serenidad y seguridad que en las etapas anteriores. Se adapta por completo a la vida social y cultural.

- Forma su propia familia Ejerce plenamente su actividad profesional, cívica y cultural.

Es la etapa de mayor productividad Es capaz de reconocer y valorar sus propias posibilidades y limitaciones. Esto lo hace sentirse con capacidad para realizar unas cosas e incapaz para otras. Condición básica para una conducta eficaz. Normalmente tiene una percepción correcta de la realidad (objetividad), lo cual lo capacita para comportarse con mayor eficacia y sentido de responsabilidad Adulto inmaduro Es contradictorio en su comportamiento (incoherente) y no controla sus reacciones emocionales.

- No percibe la realidad tal como ésta es (falta de objetividad).
- Menos consciente, responsable y tolerante (falla en el trabajo)
- No se adapta adecuadamente a la vida social (inadaptado)

## PERIODO DE LA VEJEZ.

Llamada vejez, senectud, tercera edad(Periodo de jubilación). La población envejece cada vez mas. El envejecimiento se corresponde con algo cronológico. Se fuese cierto, con 65 años se es viejo y tiene que tener un comportamiento, con vida tranquila, vegetar... etc. Pero hay gran variabilidad,.

- Improductividad. La sociedad valora la capacidad productiva de una persona. Se le denominaba clase pasiva. Pero no siempre es así. Te jubilas y algunos siguen haciendo cosas pues tienen gran capacidad creativa.

- Desasimiento o descompromiso, Al llegar a la vejez las personas se desinteresan, se basa en la creencia que a medida que creces pierdes el interés por todo, se descompromete, no hay participación. Pero esta va con el carácter de cada una. Hay de todo

- Inflexibilidad. Incapacidad para adoptar o admitir puntos de vista diferentes o adaptarse a nuevas situaciones. Pero es relativo, a veces es terquedad más que dificultad de adaptación.- Senilidad. Asociado a pérdida de memoria, falta de atención y aparición de periodos confusionales. Todo esto se le atribuye a la persona senil. Pues se pierden neuronas, pero a veces esto se relaciona con enfermedades físicas o de ansiedad. Pero no es porque se sea viejo. Serenidad. Hay mayor estrés y ansiedad debido a cambios en su vida, a pérdidas personales, tiene que acostumbrarse a un cuerpo que va degenerando y todo esto no provoca para nada serenidad.

Las causas del envejecimiento pueden ser de tipo biológico, cualquier organismo humano sufre envejecimiento en el funcionamiento hormonal, neurológico... etc., y psicológico. Hay hormonas utilizadas a nivel clínico para retrasar determinados aspectos de este proceso, sobre todo en la menopausia. Se nace, se llega a la vejez después de un desarrollo de vivencias.

Ni antes ni ahora es una etapa feliz de la vida, y en nuestra civilización actual donde se basa en la productividad... etc. Todo recae sobre los jóvenes. A partir de los 30 años ya hay proceso de envejecimiento, puede haber factores psicosociales que lo aceleren. La medida de declinar en el envejecimiento no es algo cronológico sino que depende de muchos factores. La piel es el primer órgano que demuestra el envejecimiento, las uñas, el pelo... etc. El aspecto de la persona tiende a establecer curvaturas o deformaciones, dificultad para hacer ejercicio... etc. Vista cansada, acomodación del cristalino... etc. Hay datos que nos indican la aparición de este proceso. El aparato respiratorio y circulatorio se enlentecen, hay menor irrigación, arteriosclerosis... etc. La digestión se hace más lenta y hay mayor propensión a úlceras de estómago, los dientes...

El envejecimiento no lleva una idea negativa o fatalista, juega un papel muy importante la personalidad y la preparación, es decir, como asume cada uno su envejecimiento. Enfrentarse vigorosa, activa y participativamente. La longevidad potencial de una persona está en función de su longevidad afectiva, de sus variaciones dentro del grupo al que pertenece y sobre todo en relación con el tipo de hábitos (Alimentación, actividades, equilibrio, satisfacciones personal...), aparte de factores de herencia, hay abusos que desgastan el organismo (Tabaco, alcohol, accidentes, medio hostil...).

Viene condicionado por factores ecológicos, económicos, sociales y psicológicos, son los que condicionan la longevidad y el nivel de vida de las personas.

Crisis de la vejez.

Este periodo es largo y donde se dan momentos diferentes de situación de crisis. No siempre se van a producir todas las crisis que citamos a continuación y cada una de ellas tiene su complejidad:

- Primera crisis. Se produce cuando la persona es consciente de sus cambios corporales (Internos, externos). Siente que su cuerpo está cambiando.
- Segunda crisis. Pérdida del papel social y familiar, la jubilación, a nivel social se identifica así a las personas mayores. La jubilación se ve como una pérdida de la capacidad activa.
- Tercera crisis. Pérdida de personas significativas (Soledad y viudez). No somos inmortales. Lo que acompaña a la pérdida, el sentimiento, la amistad... etc. Al hombre se le educa para ser cuidado por la mujer... etc. ·

Cuarta crisis. Disminución de la actividad (Sentimiento de inutilidad). Muchas veces la percepción de la persona que tiene de su estado es negativa, pierde su autoestima. Se ve como algo deteriorado, que no puede hacer nada.

- Quinta crisis. Enfrentamiento con la muerte. Aceptación en el sentido de la elaboración mental o rechazo que viene acompañado de ansiedad(Angustia) y miedo. Cada crisis ser sobrellevada y recuperada como una fase del ciclo y sin repercusiones o al revés, dando lugar a poder perturbar la personalidad del sujeto .Personalidad del anciano.

Elaborar un perfil de personalidad en la vejez es algo complejo. Los rasgos de la personalidad del anciano suelen permanecer estables y cuando hay modificaciones no solo dependen de la edad(Si es egoísta, o abierto, accesible... etc., sigue siendo en la vejez, aunque es más positivo lo segundo aunque luego hay achaques), cronología, sino de la trayectoria vital del sujeto(Su vida, lo que ha vivido y como vivió), de su estilo de vida y circunstancias ambientales que le rodean.

Causas de depresión en ancianos.

Las depresiones se suelen producir mucho en la vejez, es un sentimiento de tristeza vital por la pérdida, en este periodo de su vida. Pueden enfrentarse al futuro de manera pesimista u optimista y esto afecta mucho a este periodo. Las causas:

- Deterioro del cerebro(Demencias seniles, por tener menos neuronas)
- Estrés a nivel social. Psicológico y económico<sup>1</sup>. Disminución de los intereses económicos(% de pobreza en los ancianos, mayor que en otras edades).
- 2. Disminución de la importancia del papel que juegan en la sociedad.
- 3. Pérdida de seres queridos(1/3 de los hombres son viudos). La pérdida del cónyuge es el hecho de mayor impacto emocional.
- 4. Situaciones de aislamiento por incapacidad física(Vista, oído...).
- 5. Frecuente disminución de las facultades intelectuales .Capacidades mínimas de una persona para vivir sola. Desde un punto de vista psicológico y personal y personal de condiciones o capacidades para realizar determinadas actividades.

Causas de mal nutrición. Se pueden distinguir las causas de malnutrición según Elton-Smith en las siguientes:

1. Soledad y aislamiento. Los ancianos solos sufren de depresión y apatía, falta de apetito, alternan los hábitos.
2. Ignorancia. Es muy frecuente en el viudo solitario que al no tener idea de que comprar y cocinar sigue una dieta desequilibrada.
3. Confusión mental. Como comprende la dieta no puede ser adecuada en personas que viven solas y marginadas y con signos de confusión sobre todo.
4. Impedimento físico. Las personas inválidas pueden tener dificultades para conseguir alimentos y determinados alimentos que sacian rápidamente, como el pan. Pueden así otros alimentos con mayor valor nutritivo.
5. Miseria.
6. Falta de apetito debido a enfermedades agudas o crónicas.
7. Dientes. Los ancianos con problemas en la boca, evitan alimentos duros o frescos que precisen masticación.
8. Mala absorción. Es frecuente en los que tienen intolerancia respecto a la lactosa... etc.

9. Alcoholismo. Al obtener calorías a través de la bebida renuncia a elementos nutritivos

10. Pérdida de proteínas. Ocurre cuando aparecen úlceras por decúbito, donde hay mucho reposo y no se consume carne y poca cantidad de leche. asistencia hospitalaria.

Perfil de personalidad del anciano.

Hay cinco perfiles diferentes:

1. Perfil integrado. Sin problemas significativos.
  2. Perfil cómodo. Adaptado, extrovertido, pasivo, depende de otros... etc.
  3. Perfil gruñón, irascible. Poco adaptado, extrapunitivo, frustrado, cascarrabias... etc. .
- Perfil intrapunitivo. Se aplica sus recomendaciones y castigos. Mal adaptado, se autorechaza, autoagresivos, frustrado y desconfiado.

Desde el punto de vista conceptual, la sexualidad no asociada a la procreación. La sexualidad es como un placer que se encuentra en cualquier parte del cuerpo, por tanto, si es una actividad placentera que tiene el cuerpo en cualquier lugar, no guarda relación con el declinar, con la menopausia o andropausia. Se puede desarrollar una vida sexual placenteramente en la vejez. El abandono de la práctica sexual viene dada por la cultura y el contexto social, pues sobre todo culturalmente, se asocia que hay descenso de las necesidades sexuales a medida que la persona envejece. Se debe potenciar la relación sexual en la vejez como comunicación... etc. Es decir, entendida como forma de comunicación es útil y mas para aquellas personas carentes de afecto, soledad... etc. Son las pocas satisfacciones de la vejez, pues se toma como comunicación, como relación con las personas...

Fase terminal de la vida.

Se nos plantea una situación de la psicología del enfermar. Si hablamos de fase terminal es porque por los motivos que sea ya se está cerca de la muerte. Ninguna fase terminal es igual en todos los enfermos, algunos pueden sufrir dolor y aceptar la muerte con deseo de la llegada, si es un accidentado y no ha elaborado un proceso de gravedad, es diferente. Por ello Keibler- Ross (enfermera) hizo varios estudios y observaciones sobre lo que ocurre dentro de la fase terminal:

1. Negación. , entra en un momento en el que se desespera y niega lo que está viviendo.
  2. Una vez superada la negación aparece la conducta hostil. Trata de enfrentarse a su situación de muchas formas; intenta herir a los familiares o al personal de enfermería. Esto es difícil de entender por parte de los familiares.
  3. Negociación. Es más calmada, tranquila.
  4. Depresión. Se entiende desde el punto de vista de lo que es una depresión que es una reacción ante un hecho que en este caso es la pérdida de la salud.
- Depresión activa. La persona quiere recuperar las cosas mas importantes.

- Depresión pasiva. Se aísla y no quiere saber nada del mundo que le rodea. Una persona no tiene que pasar por todas estas fases. Depende de la edad, cuanto mas joven, mas impacta. Este tipo de depresión puede dar lugar a la última fase denominada aceptación.

5. Aceptación. Es un proceso y se acepta que la muerte es algo inevitable y que quiere dejar el mundo de la mejor forma posible.

## **Importancia del estudio del desarrollo humano**

La mayoría de los seres humanos padecemos desequilibrios de algún tipo (nutricionales, emocionales, espirituales, intelectuales etc.), que son considerados como necesidades insatisfechas.

El Desarrollo Humano puede ayudar a suplir tales carencias para facilitarle a las personas sentirse en armonía. Pero, cuando se trata de grandes deficiencias, de desequilibrios severos que ya se traducen en enfermedades (físicas y/o psíquicas), en ese momento debe entrar en acción el profesional pertinente (psicólogo, médico, nutricionista, pedagogo).

Para potenciar el pleno crecimiento y maduración de una persona, se necesita de la concurrencia sinérgica de su intelecto, sus emociones, sus motivaciones, su cuerpo y su energía, así como de sus entornos social y natural.

El Desarrollo Humano no sólo es una disciplina para auxiliar a individuos, sino a colectividades, esto es comunidades, empresas u organizaciones.

**Potenciación:** la potenciación básica depende del aumento de la capacidad de las personas, aumento que implica la ampliación de las opciones y, con ello, mayor libertad. Las personas pueden aprovechar pocas opciones si no están protegidas contra el hambre y las privaciones. La potenciación contiene un elemento adicional: que en su vida cotidiana, las personas puedan participar en la adopción de decisiones que afecten sus vidas o apoyarlas. Podría aumentarse la capacidad de la persona, por ejemplo, con servicios de atención primaria en salud, sin embargo esa persona podría tener escasa intervención en la manera en que aumenta dicha capacidad. En otras palabras significa que las personas no deben ser beneficiarias pasivas de procesos (programas, políticas, acciones) determinados por otros. Muy por el contrario, deben ser agentes activos de su propio desarrollo.

**Cooperación:** los seres humanos sobreviven en una compleja red de estructuras sociales, que va de la familia al Estado, de los grupos de base hasta las empresas multinacionales. Este sentido de pertenencia es una fuente importante de bienestar; proporciona placer y sentido, una percepción de tener propósito y significado. El desarrollo humano tiene una atención fundamental por la cultura –la forma en que las personas deciden vivir juntas– porque es la sensación de cohesión social basada en la cultura y en valores y creencias compartidos lo que plasma el desarrollo humano individual. Si las personas viven juntas, si cooperan de manera de enriquecerse recíprocamente, amplía sus opciones individuales. De esta manera, el desarrollo humano se preocupa no sólo por las personas desde el plano individual sino además por las distintas formas de interacción y de

cooperación entre las comunidades. Por ello se respeta la diversidad y las diferencias culturales.

**Equidad:** Usualmente cuando se piensa en equidad se hace en función de la riqueza o los ingresos, en el enfoque de desarrollo humano se asume de manera más amplia, procurando la equidad en las capacidades básicas y en las oportunidades. Sobre esta idea todos deben tener la oportunidad de una educación de calidad o de tener un hábitat digno o de tener acceso a una vida larga y saludable. La promoción de la equidad puede requerir en algunos casos que se distribuyan los recursos de manera desigual. Los pobres, por ejemplo, pueden necesitar más ayuda estatal que los ricos. Algunas personas por su condición de salud o de privaciones pueden requerir más recursos que otros para mantenerse en el mismo nivel de capacidad.

**Sostenibilidad:** el desarrollo humano sostenible satisface las necesidades de la generación actual sin comprometer la capacidad de las generaciones futuras para satisfacer sus necesidades. Por consiguiente, entraña consideraciones de equidad intergeneracional. Pero lo que se necesita transmitir no es tanto la existencia de una determinada riqueza productiva, como el potencial para lograr un nivel particular de desarrollo humano. ¿Cuál debe ser ese nivel? Básicamente, debe entrañar la ausencia de pobreza y privación.

**Seguridad:** Muchas personas viven en situaciones de vulnerabilidad, bien por amenazas naturales, o por estar en constante riesgo debido a la delincuencia, la violencia o el desempleo. Una de las necesidades más básicas es la seguridad para poder ejercer el derecho a vivir una vida digna, a ganarse el sustento. A la par de esto las personas quieren estar y sentirse libres de amenazas crónicas, como la enfermedad o la represión, así como de perturbaciones súbitas y nocivas en su vida cotidiana. En el enfoque de desarrollo humano se insiste en que todos deben disfrutar de un nivel de seguridad mínimo.

**Seguridad:** Muchas personas viven en situaciones de vulnerabilidad, bien por amenazas naturales, o por estar en constante riesgo debido a la delincuencia, la violencia o el desempleo. Una de las necesidades más básicas es la seguridad para poder ejercer el derecho a vivir una vida digna, a ganarse el sustento

<http://vejezyenvejecimiento.blogspot.mx/2011/10/la-psicologia-del-desarrollo-adulto.html>

### **Psicología del desarrollo: edad adulta, teorías de crisis normativa**

<http://psicopsi.com/Psicologia-desarrollo-edad-adulta-teorias-crisis-normativa>