



15678. ZAHARTZAROAREN PSIKOLOGIA

Irakasleak: *Izarne Lizaso* (31 TALDEA, EUSKARAZ)
Raquel Malla (01 eta 02 Taldeak, gazteleraz)

Kodea: 15678

Hautazko irakasgaia

Zehaztugabeko maila

Bigarren lauhilabetea

Kreditu guztiak: 9 Kreditu teorikoak: 6 Kreditu praktikoak: 3

HELBURUAK:

Zahartzaroaren arlo sozialean, kognitiboan nahiz afektiboan gertatzen diren garapenaren aldaketak bereganatzea, horretarako proposatutako azalpen ezberdinen inguruan eta garapenaren optimizazioaren inguruan hausnarketa egitea beharrezkoa izanik. Horrez gain, zahartzaroaren ondorioz gerta litezkeen aldaketa desberdinei, besteak beste, jubilazioa, oroimenaren galera, dementzia baten garapena, eta abarrei aurre egiteko eskuhartze programa desberdinen edukiak eta trebeziak eskuratzea.

PROGRAMA TEORIKOA

1. ZAHARTZAROAREN SARRERA

1.1. Populazioaren zahartzea. 1.2 Mitoak eta errealitatea. Estereotipoak. 1.3 Zahartzaroaren ezaugarriak: ikuspuntu kronologikoa, biologikoa, psikologikoa eta soziala. 1.4 Teoria biologikoak eta psiko - sozialak. 1.4.1. Teoria biologikoak: genetikoak, zelularrak ez-genetikoak eta fisiologikoak. 1.4.2. Teoria psikosozialak: Deslotura, Jardutea, Jarraipena, Rola, Azpikultura, etab.

2. ZAHARTZAROAREN GARAPEN FISIKO ETA PSIKOMOTOREA

2.1. Aldaketa fisikoak. 2.2 Zentzumenaren aldaketak: ikusmena, entzumena, usaimena, dastamena eta ukimena. 2.3. Aldaketa psiko-motoreak. 2.4. Gaixotasuna eta dependentzia. 2.4.1. Zahartzaroko gaixotasunen ezaugarriak. 2.4.2. Dependentziaren balioespina. 2.4.3. Dependentzia duen adinekoaren zaintza eta ondorioak. 2.5. Zahartzaro osasuntsua.

3 JUBILAZIO PROZESUAREN ADAPTAZIOA

3.1 Jubilazioaren ezaugarri nagusiak. 3.2 Jubilazio mota desberdinak. 3.3 Jubilazio aroak. 3.4 Jubilazioarekin zerikusia duten faktoreak: ekonomikoak, psikologikoak eta sozialak. 3.5 Jubilaziorako prestaketa programak: helburuak eta edukiak. 3.6. Asoziazionismoa.

4. GARAPEN SOZIO - ZFEKTIBOA ETA NORTASUNA ZAHARTZAROAN

4.1. Sarrera: Zahartzaroaren irudikapen soziala eta honen inplikazioak. 4.2. Nortasunaren garapena. 4.2.1. Krisi normatiboen ereduak: Erikson eta Peck. 4.2.2. Nortasuna prozesu gisa: identitatea, autopertzepzioa edo autoestima, barnerakoitasuna, ongizatea eta zorientasuna. 4.3. Harreman sozialak. 4.3.1. Atxikimendua zahartzaroan. 4.3.2. Bikote harremana, alarguntza



(dolua: normala eta patologikoa), 4.3.3. Ezkongabetasuna. 4.3.4 Harremana seme alabekin. 4.3.5. Harremana anai arrebeekin eta bilobekin. 4.3.6. Laguntasuna zahartzaroan. 4.4. Sexualitatea zahartzaroan 4.4.1. Sexu doikuntza. 4.4.2 Sexualitatea baldintzatzen duten faktoreak: psikologikoak, sozialak eta osasun faktoreak. 4.4.3. Genero doikuntza.

5. ZAHARTZAROAREN GARAPEN KOGNITIBOA

5.1 Adimena: adimen kristalizatua eta malgua. 5.2 Oroimen sistemak: sentsoriala, iraupen laburreko oroimena eta iraupen luzeko oroimena. 5.3 Ahazte onbera eta kaltegarria. 5.4 Oroimenaren trebakuntza. 5.5 Mintzaira. 5.6 Arreta. 5.7 Ikaskuntza. 5.8 Sorkuntza eta Jakinduria.

6. ZAHARTZAROKO BURU NAHASKETAK: DEMENTZIAK

6.1 Depresioa eta Antsietatea. 6.2 Dementziaren definizioa, ezaugarriak eta irizpide diagnostikoak. 6.3 Dementia motak. 6.4 Dementia, deliriuma eta depresioaren arteko diagnosi diferentziala. 6.5 Alzheimer motako dementia: ezaugarri kognitibo, konduktual eta emozionalak. Aroak. 6.6 Dementia zerebrobaskularrak. 6.7 Eskuhartzea: psikoestimulazioa eta Orientazioa Errealitatean.

7. HERIOTZA

7.1 Heriotza eta heriotzarekiko beldurra. 7.2 Hiltzoria bakarkako esperientzia 7.2.1 Hiltzoriaren aroak. 7.2.2 Hiltzear dauden gaixoentzako laguntza eta erakundeak. 7.2.3 Zainketa paliatiboak. 7.3 Dolua. 7.4 Eskuhartzea heriotzari aurre-egitean. 7.4.1 Heriotzarako hezkuntza. 7.4.2. Eutanasia.

PRAKTIKAK

1. Praktika: zahartzaroari sarrera.
2. Praktika: erretiroa prestaketari buruzko eskuhartze-programa.
3. Praktika: galera kognitiborik ez dutenentzako eskuhartze-programa (oroimenaren trebakuntza: ebaluazio tresnak, programaren diseinua, helburuak, metodologia, baliabideak, materialak...).
4. Praktika: galera kognitiboa dutenentzako eskuhartze-programa (dementziak: ebaluazio tresnak, programaren diseinua, helburuak, metodologia, baliabideak, materialak...).
5. Praktika: heriotza eta doluari buruzko eskuhartze-programa.

OINARRIZKO BIBLIOGRAFIA

- Belsky, J. (2001). *Psicología del envejecimiento*. Madrid: paraninfo.
- Birren & Schaie (2001). *Handbook of the psychology of aging*. San Diego: Academic Press.
- Buendia, J. (1994). *Envejecimiento y psicología de la salud*. Madrid: Siglo XXI.
- Fernández-Ballesteros, R. (1999). *Qué es la psicología de la vejez*. Madrid: Biblioteca nueva.
- Fernández-Ballesteros, R. (2000). *Gerontología social*. Madrid: pirámide.
- Montorio & Izal (1999). *Intervención psicológica en la vejez*. Madrid: síntesis.
- Muñoz, J. (2002). *Psicología del envejecimiento*. Madrid. Pirámide
- Perlmutter, & Hall (1992). *Adult development and aging*. Canada: Wiley.
- Schaie & Willis (2003) *Psicología de la Edad Adulta y la vejez*. Madrid: Pearson Educación
- Triadó, C., & Villar, F. (2006). *Psicología de la vejez*. Madrid: Alianza.
- Vega & Bueno, B. (1995). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Madrid: Síntesis.



BIBLIOGRAFIA OSAGARRIA

- AFABI (1994). *En casa tenemos un enfermo de alzheimer*. Afabi, Barcelona
- Alba, V. (1992). *Historia social de la vejez*. Barcelona: Laertes.
- Albaina, R. L. (1999). *Enfermedad de alzheimer y demencias afines. Necesidades detectadas*. Gasteiz, Servicio central de publicaciones del Gobierno Vasco.
- Asociación DMD. *Manual de ayuda para una muerte digna*. Publicación electrónica (www.eutanasia.ws)
- Astudillo, W. Y cols. (1997) *Cuidados del enfermo en fase terminal y atención a su familia*. Pamplona: Eunsa
- Barcia Salorio, D. (ed.) (1992). *Trastornos de la memoria*. Barcelona: MCR.
- Barja, G. (1998). *El problema del envejecimiento*. Madrid: Akal.
- Bender, M.; Lloyd, Ch.; Cooper, A. (1996). *Calidad de muerte*. Madrid: Tea
- Bermejo, F. y Del Ser, T. (1993). *Demencias. Conceptos actuales*. Madrid: Díaz de Santos.
- Bianchi, H. y cols. (1992). *La cuestión del envejecimiento*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- Binstock & George (2001). *Handbook of the clinical psychology*. San Diego: Academic Press.
- Brown, A.S. (1996). *The social processes of aging and old age*. New Jersey: Prentice-Hall.
- Carretero, Palacios y Marchesi. (1985). *Psicología evolutiva 3. Adolescencia, madurez y senectud*. Madrid: Alianza
- Carstensen & Edelstein (1989). *Gerontología clínica: El envejecimiento y sus trastornos*. Barcelona: M. R.
- Carstensen & Edelstein (1989). *Gerontología clínica: Intervención psicológica y social*. Barcelona: M.R.
- Confort, A. (1977). *Una buena edad. La tercera edad*. Barcelona: Blume.
- Erikson, E. (1982). *The life cycle completed*. New York: Norton.
- Erikson, E.; Erikson, J. y Kivnik, H.Q. (1994). *Vital involvement in old age*. New York: Norton.
- Fericgla, J.M. (1992). *Envejecer. Una antropología de la ancianidad*. Barcelona: Anthropos.
- Fernández-Ballesteros, R. y cols. (1991). *Evaluación e intervención psicológica en la vejez*. Barcelona: Martínez Roca.
- Flórez Tascón, F.J. y López Ibor, F.J. (1990). *Saber envejecer*. Barcelona: Temas de hoy.
- Freixas, A. (1993). *Mujer y envejecimiento: Aspectos psicosociales*. Barcelona: Fundación "la Caixa".
- García, L.; Nebreda, O. y Perlado, F. (1993). *Enfermedad mental en el anciano*. Madrid: Díaz de Santos.
- Greer, G. (1993). *El cambio: Mujeres, vejez y menopausia*. Barcelona: Anagrama.
- Hansson, R.O. y Carpenter, B.N. (1994). *Relationships in old age*. New York: The Guilford Publications.
- Hayflick, L. (1999). *Cómo y por qué envejecemos*. Barcelona: Herder
- Hofman, L.; Paris, S. y Hall, E. (1996). *Psicología del desarrollo hoy vol. 2*. Madrid: McGraw-Hill.
- Junqué & Jurado (1994). *Envejecimiento y demencias*. Barcelona, Martínez Roca.
- Kalish, R.A. (1983). *La vejez. Perspectivas sobre el desarrollo humano*. Madrid: Pirámide.
- Kübler-Ross, E. (1975). *Sobre la muerte y los moribundos*. Barcelona: Grijalbo Mondadori.
- Lefrançois, G.R. (2001). *El ciclo de la vida*. Mexico: Thompson Learning
- Lehr & Thomae (2003). *Psicología de la senectud*. Barcelona, Herder.
- Lehr, U. (1988). *Psicología de la senectud*. Barcelona: Herder.
- López, F. y Olazábal, J.C. (1998). *Sexualidad en la vejez*. Madrid: Pirámide.
- Mace & Rabins (1991). *36 horas al día: guía para los familiares de los pacientes de Alzheimer*. Ancora. Barcelona
- Mishara, B.L. y Riedel, R.G. (1986). *El proceso de envejecimiento*. Madrid: Morata.
- Montorio, I. (1996). *La persona mayor. Guía aplicada de evaluación psicológica*. Madrid: Imsero.
- Moragas, R. (1989). *La jubilación. Un enfoque positivo*. Barcelona, Grijalbo.



- Moragas, R. (1991). *Gerontología Social*. Barcelona, Herder.
- Neugarten, B.L. (1999). *Los significados de la edad*. Barcelona: Herder
- Olievenstein, C. (2000). *El nacimiento de la vejez*. Barcelona: Seix Barral
- Papalia, D.E.; Wendkos, S. (1992). *Desarrollo Humano*. Colombia: McGraw-Hill.
- Pelechano, V. (dir.).(1991). *Habilidades interpersonales en ancianos*. Valencia: Alfaplus.
- Peña-Casanova, J. (1999). *Activemos la mente. Material de Intervención cognitiva para enfermos de alzheimer*. Barcelona: La Caixa
- Puig A. (2001). *Programa de psicoestimulación preventiva*. Madrid. CCS
- Rossell, Rubio & Aleixandre (2004). *Introducción a la Psicogerontología*. Madrid: Pirámide
- Sáez Narro, N., Aleixandre, M., Meléndez, J.C. (1995). *Introducción a la gerontopsicología*. Valencia: Promolibro.
- Sáez Narro, N.; Rubio, R. y Dosil, A. (1996). *Tratado de Psicogerontología*. Valencia: Promolibro.
- Sáez Narro, N. ;Aleixandre, M. y Martínez Arias,R. (1996). *La jubilación*. Valencia: Promolibro.
- Saez, Rubio & Dosil (1996) *Tratado de psicogerontología*. Valencia: Promolibro.
- Salvarezza, L. (1988). *Psicogeriatría. Teoría y clínica*. Buenos Aires: Paidós.
- Sánchez-Cánovas, J. (coord.) (1996). *Menopausia y salud*. Barcelona: Ariel.
- Savage, R.;Britton, P.G.;Bolton, N y Hall, E.(1980). *Dinámica intelectual en la tercera edad*. Madrid: Ed. del Castillo.
- Selmes, J; Selmes, M.A. (1996). *Vivir con la enfermedad de Alzheimer*. Meditor, Madrid
- Sherr, L. (1992). *Agonía, muerte y duelo*. México: El manual moderno
- Skinner, B.F. y Vaughan, M.E. (1986). *Disfrutar la vejez*. Barcelona: Martínez Roca.
- Tizón, J.L. (2004). *Pérdida, pena, duelo. Vivencias, investigación y asistencia*. Barcelona: Fundación Vidal i Barraquer. Paidós.
- Yanguas, J.J., Leturia, F.J., Leturia, M., Uriarte, A. (1998). *Intervención psicosocial en gerontología: manual práctico*. Madrid: Cáritas Española.
- Yuste, N., Rubio, R. y Aleixandre, M. (2004). *Introducción a la Psicogerontología*. Madrid: Pirámide.
- Zinberg,N.E. y Kaufman,Y. (1987). *Psicología normal de la vejez*. Buenos Aires: Paidós.

EBALUAKETA

Ebaluaketamethodoak: Ezagutza teorikoak 8-10 galdera laburrez osatutako azterketa baten bidez ebaluatuko dira. Ezagutza praktikoak, berriz, praktika bakoitzari dagokion txostenaren bidez.

Ebaluaketa irizpideak: Azterketa teorikoak azken notatik 8 puntu balio ditu. Praktikak beharrezkoak dira eta 2 puntu balio dute.