

## **MÓDULO II.**

# **DESARROLLO HUMANO Y CAPACIDADES DE LAS MUJERES**

2. Auto-concepto y vejez

## **Auto-concepto y vejez**

- Durante la tercera edad es indispensable que la mujer adulta mayor desarrolle un sentido de sí misma a partir de aspectos que le permitan construir una imagen positiva y enriquecedora de lo que es como persona, más allá de lo que la sociedad le demanda.

## **Auto-concepto y vejez**

- La construcción del auto-concepto en la vejez representa también la posibilidad de reconocer y recuperar las experiencias de toda una vida y transformar todas estas vivencias en cualidades, herramientas y recursos personales.

## **Auto-concepto y vejez**

- Rescatar las experiencias de vida, tanto las satisfactorias como las no satisfactorias, permite a la mujer envejecida formarse una idea más nítida de sí misma y lograr saberse poseedora no sólo de un cuerpo y el estado en que se encuentra, sino también de sus emociones, de sus capacidades físicas e intelectuales y de todas las tareas que realiza cotidianamente.

## **Auto-concepto y vejez**

- Como proceso el auto-concepto funciona como una reactualización del ser y abre la posibilidad de abandonar anhelos y añoranzas de épocas pasadas. El auto-concepto hace referencia a lo que se es hoy, con qué se cuenta en realidad para construir y dar continuidad al proceso de vida.

## **Auto-concepto y vejez**

- Implica también aprender a reconocer aquellas características que hacen ser a la persona lo que es; quizás algunas de esas características no sean fáciles de aceptar (como la disminución de algunas facultades físicas o la presencia de alguna enfermedad)
- La mujer envejecida tendrá que integrar esos aspectos de sí misma para poder construir un auto-concepto que sea viable para el presente, que le permitirá establecer una relación más constructiva, factible y digna consigo misma.