



Psicología del Envejecimiento en la etapa de confinamiento



¿CÓMO INTERVIENE EL PSICÓLOGO-A? PROCESO DE ADAPTACIÓN A LA NUEVA REALIDAD

CON PERSONAS MAYORES

- GESTIÓN EMOCIONAL:
MIEDO al contagio y a la muerte;
ANSIEDAD por no poder salir;
RABIA por no tener una solución...
- ATENCIÓN EN LA **SOLEDAD** EMOCIONAL
- INTERVENCIÓN EN EL **DUELO** EN LA CRISIS DEL COVID-19
- AFRONTAMIENTO DE LA **ENFERMEDAD** EN LA CRISIS
- DAR PAUTAS DE **AUTOCUIDADO**



CON FAMILIARES Y CUIDADORAS

- PAUTAS DE **ACOMPAÑAMIENTO** Y **AUTOCUIDADO**
- **PLANIFICACIÓN** DE TAREAS
- **ESTIMULACIÓN COGNITIVA**
- **MANEJO DE PROBLEMAS DE CONDUCTA** EN DEMENCIAS:
apatía, agresividad, agitación...
- **APOYO PSICOLÓGICO**
PARTICULARIDAD DE INGRESADOS EN RESIDENCIAS Y HOSPITALES
Ej. culpa e impotencia por no poder estar a su lado.



GESTIÓN EMOCIONAL Y RESILIENCIA



CON SANITARIOS-AS

**CONSTRUYENDO
JUNTOS NUESTROS RECURSOS
ANTE LA ADVERSIDAD**

www.copcy.es

[mail: dcleon@cop.es](mailto:dcleon@cop.es)

**GRUPO DE TRABAJO
DE PSICOLOGÍA
DEL ENVEJECIMIENTO**

- GESTIÓN EMOCIONAL:
indefensión, impotencia, estrés, burnout, culpa, frustración...
- TERAPIA GRUPAL E INDIVIDUAL:
EXPRESIÓN EMOCIONAL
- ORIENTACIÓN EN **CÓMO DAR MALAS NOTICIAS**
- INTERVENCIÓN ANTE LA **FATIGA POR COMPASIÓN**
- PAUTAS DE **AUTOCUIDADO** ante **insomnio, fatiga física y mental, desesperanza, presión...**



Tif. 983 21 03 29

Colegio Oficial
de **Psicología**
Castilla y León

**MEJORA DE LA CALIDAD DE VIDA,
PREVENCIÓN DE PATOLOGÍAS
NORMALIZACIÓN,
PROMOCIÓN DE LA REALIZACIÓN
PERSONAL Y PROFESIONAL**