

EL CURSO DE LA VIDA: DISEÑO PARA ARMAR

TRABAJO PSÍQUICO ANTICIPADO ACERCA DE LA PROPIA VEJEZ:

MECANISMOS Y EFECTOS EN EL MODO DE ENVEJECER

Dra. Graciela Zarebski

2005

Editorial Universidad Maimónid

CUESTIONARIO *"Mi envejecer"*

1. *"La edad se apodera de nosotros por sorpresa"*

¿Qué piensa de este pensamiento de Goethe?

Pocas veces uno le presta realmente atención a las afectaciones que vienen con la edad, por ello nos toma por sorpresa.

2. *Usted tiene 84 años. Se mira en un espejo. ¿Qué ve?*

Un viejo que probablemente no quiera ni siquiera levantarse de la cama.

3. *¿Se reconoce en esa imagen?*

Probablemente no, por todo el cambio físico debido al paso de los años.

4. *¿Había pensado antes de hoy en su propia vejez? ¿A partir de qué?*

No tanto como debería.

5. *¿ En algún momento de su vida se sintió viejo/a? ¿En relación con qué?*

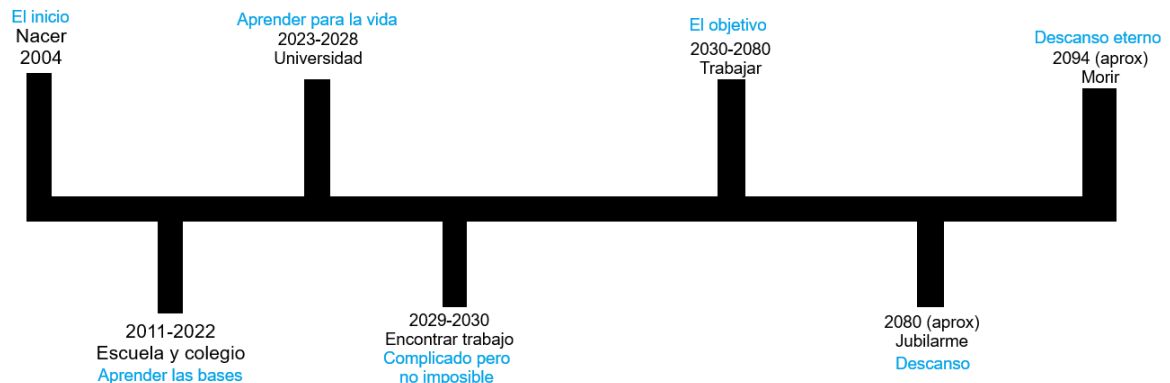
En el momento en que empezaron los constantes dolores de cabeza y de espalda, porque estos son dolores que vienen con la edad.

6. *¿Hasta qué edad le gustaría vivir? ¿Por qué?*

Como los 90 años, para vivir una vida larga y plena, pero tampoco excederse.

7. ¿Qué forma le daría a una línea que fuera desde su nacimiento hasta su muerte?

- Dibújela.
- Nombre y ubique en ella distintas etapas de la vida.
- Coloque a cada una de ellas, una palabra que la describa.



**8. ¿Cuál de los siguientes pensamientos representa mejor su sentir respecto a la vejez?
¿Por qué?**

A) “La última escena de todas (*la vejez*), la que concluye esta historia peregrina plena de sucesos, es la segunda infancia y el total olvido, sin dientes, sin ojos, sin gusto, sin nada” (W. Shakespeare: ‘Como gustéis’).

B) “¡Ochenta años! ¡Ni ojos, ni oídos, ni dientes, ni piernas, ni aliento! ¡Y es asombroso al fin de cuentas, cómo uno llega a prescindir de ellos! ”(Claudel, Diario’)

B., porque es probable que falten alguno de esos llegando a esa edad.

□ *Complete las siguientes frases:*

- 9.** Cuando cumpla 70 años esperaré jubilarme o ya estar jubilado.
- 10.** Envejecer es deteriorarse.
- 11.** Al envejecer me iré transformando en una versión más sabia de mi mismo.
- 12.** Al envejecer voy a perder energías y ganas de realizar cualquier actividad.
- 13.** Al envejecer voy a ganar tiempo.
- 14.** Al envejecer me voy a parecer a mis abuelos.
- 15.** Al envejecer voy a estar cansado.
- 16.** Al envejecer me van a enterrar.
- 17.** Al envejecer me va a gustar descansar.
- 18.** Al envejecer no voy a desear tener que trabajar.
- 19.** Cuando veo un/a viejo/a pienso/siento que tuvo una buena y larga vida.