



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Psicología y vida durante la adultez mayor

Adultas mayores recibieron título del curso de extensión docente de la Sede de Occidente

10 DIC 2012 Sociedad



Más de 30 mujeres de San Ramón y Grecia participaron durante el 2012 en el curso Psicología y vida durante la adultez mayor (foto Grettel Rojas Vásquez).

“Hoy ustedes reciben un título bien merecido por la tenacidad, la confianza y el esfuerzo; y nosotros celebramos el aporte que ustedes le han dado a la Universidad, como adultas mayores, como mujeres fuertes, valientes y emprendedoras”. Con ese mensaje la M.Sc. Fabiola Villalobos Pérez felicitó a un grupo de **más de 30 mujeres que se graduaron del curso *Psicología y vida durante la adultez mayor***.

El curso se ofreció como parte del proyecto de Extensión Docente **Capacitación de mujeres adultas mayores en estrategias para enfrentar los cambios y desafíos de la vejez**, que inició en el año 2008 con el objetivo de “Promover actividades dirigidas a la capacitación de mujeres adultas mayores en estrategias para enfrentar los cambios y desafíos de la vejez, con el fin de que fortalezcan su identidad de género y proyecten su aprendizaje cognitivo y personal-social, a grupos organizados de diferentes comunidades”.

En esta oportunidad mujeres de las comunidades de **La Unión en San Ramón y de Grecia** tuvieron la oportunidad de participar durante dos semestres en este curso en el que las facilitadoras, profesoras de la carrera de Psicología de la Sede de Occidente, trabajaron temas como **liderazgo femenino, relaciones interpersonales, sexualidad y placer, procesos de duelo, vínculos afectivos y salud integral**, entre otros.



Grupo de mujeres de San Ramón junto con la facilitadora Andrea Araya (foto Grettel Rojas Vásquez).

La M.Sc. Villalobos, quien fue la facilitadora del grupo de Grecia, agregó que por medio de este proyecto de Acción Social se logra atraer el conocimiento de la comunidad a la Universidad **“nos dejan un legado muy importante, dejan a la Universidad su conocimiento que hoy nosotros recogemos y lo agregamos a nuestro conocimiento”**.

Por su parte la Licda. Andrea Araya Carvajal, facilitadora del grupo de San Ramón, expresó que las mujeres que participaron en este proyecto ya no son las mismas, ya que por medio de esta capacitación se conformaron en un grupo de vecinas solidarias **“que se apoyan entre sí, se acompañan en el acontecer cotidiano y que además ahora tiene proyectos en común para los años venideros”**.

Señaló que por medio de estas mujeres ha recibido muchos aprendizajes **“por ejemplo me han enseñado sobre valentía, sobre amor, justicia, superación y fortaleza. Las he acompañado en la construcción de nuevas formas de ser adultas mayores y he sido testigo del crecimiento espiritual”**.

Este es el primer grupo, dentro de este proyecto, que se gradúa en este curso, **en marzo próximo se estarán abriendo dos nuevos cursos** en esta mismas comunidades, en los que pueden participar mujeres mayores de 50 años.



Grupo de mujeres de Grecia junto con la facilitadora Fabiola Villalobos (foto Grettel Rojas Vásquez).

[Grettel Rojas Vásquez](#)
Periodista, Sede de Occidente
grettel.rojas@ucr.ac.cr

Etiquetas: [adulta](#), [mayor](#), [psicología](#), [san ramon](#), [grecia](#), [fabiola](#), [villalobos](#), [andrea](#), [araya](#).