



## Guía docente

| Datos Identificativos |  |                    |             |           | 2016/17 |
|-----------------------|--|--------------------|-------------|-----------|---------|
| Asignatura (*)        | El envejecimiento satisfactorio  |                    | Código      | 651853202 |         |
| Titulación            | Mestrado Universitario en Intervención na Discapacidade e na Dependencia (plan 2012) |                    |             |           |         |
| Descritores           |  |                    |             |           |         |
| Ciclo                 | Periodo  | Curso              | Tipo        | Créditos  |         |
| Máster Oficial        | 2º cuatrimestre  | Primero            | Obligatoria | 6         |         |
| Idioma                | CastellanoGallego  |                    |             |           |         |
| Modalidad docente     | Presencial   |                    |             |           |         |
| Prerrequisitos        |  |                    |             |           |         |
| Departamento          | Psicoloxía Evolutiva e da Educación  |                    |             |           |         |
| Coordinador/a         |  | Correo electrónico |             |           |         |
| Profesorado           |  | Correo electrónico |             |           |         |
| Web                   |  |                    |             |           |         |
| Descripción general   |  |                    |             |           |         |

## Competencias del título

| Código | Competencias del título |
|--------|-------------------------|
|        |                         |

## Resultados de aprendizaje

| Resultados de aprendizaje  | Competencias del título |  |  |
|--|-------------------------|--|--|
| Conocimiento de las variables personales y sociales que favorecen un envejecimiento con éxito  |                         |  |  |
| Valorar críticamente el conocimiento, la tecnología y la información disponible para resolver los problemas con los que deben enfrentarse          |                         |  |  |
| Conocimiento de las pautas que favorecen un envejecimiento con éxito   |                         |  |  |
| Asumir como profesional y como ciudadano la importancia del aprendizaje a lo largo de la vida  |                         |  |  |
| Valorar la importancia que tiene la investigación, la innovación y el desarrollo tecnológico en el avance socioeconómico y cultural de la sociedad |                         |  |  |

## Contenidos

| Tema                                      | Subtema  |
|---|--|
| 1. El desarrollo en las personas mayores  | Una noción optimizadora del desarrollo de las personas mayores<br>Cambios más significativos asociados al envejecimiento<br>El modelo del declive<br>El modelo de la competencia<br>Variables moduladoras del desarrollo<br>El estado de salud y el desarrollo |
| 2. El funcionamiento cognitivo            | El funcionamiento de la inteligencia<br>Inteligencia y sabiduría<br>El funcionamiento de la memoria<br>El procesamiento de la información  |
| 3. La mejora del funcionamiento cognitivo | Los programas de estimulación cognitiva<br>Los programas de intervención en la memoria   |
| 4. El envejecimiento satisfactorio        | El concepto de bienestar psicológico<br>La satisfacción vital<br>La calidad de vida<br>El estilo de vida y el envejecimiento satisfactorio<br>La preparación para la jubilación  |



|  |  |
|--|--|
| 5. Creencias motivacionales y envejecimiento satisfactorio | <p>Las metas y el envejecimiento</p> <p>Las creencias de autoeficacia. El autoconcepto y la autoestima.</p> <p>Las creencias de control y el envejecimiento</p> <p>El control y la regulación emocional. El estrés</p> |
|--|--|

| Planificación          |              |                    |  |               |
|------------------------|--------------|--------------------|--|---------------|
| Metodologías / pruebas | Competencias | Horas presenciales | Horas no presenciales / trabajo autónomo | Horas totales |
| Resumen                |              | 4                  | 24                                       | 28            |
| Sesión magistral       |              | 6                  | 0  | 6             |
| Solución de problemas  |              | 8                  | 32                                       | 40            |
| Trabajos tutelados     |              | 5                  | 35                                       | 40            |
| Discusión dirigida     |              | 0                  | 0  | 0             |
| Estudio de casos       |              | 12                 | 24                                       | 36            |
| Atención personalizada |              | 0                  | 0  | 0             |

(\*Los datos que aparecen en la tabla de planificación són de carácter orientativo, considerando la heterogeneidad de los alumnos

| Metodologías          |  |
|-----------------------|--|
| Metodologías          | Descripción  |
| Resumen               | El alumno deberá realizar un resumen crítico de los principales contenidos abordados en cada uno de los temas del programa   |
| Sesión magistral      | Exposición oral sintética de los principales contenidos del programa, apoyada en la documentación previa entregada a los alumnos   |
| Solución de problemas | Planteamiento de cuestiones a resolver por el alumno sobre las principales temáticas del programa. Incluye la realización de una serie de ejercicios sobre los contenidos desarrollados en el programa |
| Trabajos tutelados    | Desarrollo por parte del alumno de diversos trabajos de profundización sobre algunos de los contenidos abordados en el programa  |
| Discusión dirigida    |  |
| Estudio de casos      | Planteamiento de una serie de casos reales o de supuestos prácticos sobre la problemática del envejecimiento satisfactorio. Solución de estos casos y análisis del procedimiento utilizado             |

| Atención personalizada  |   |
|---|---|
| Metodologías  | Descripción   |
| Estudio de casos<br>Solución de problemas<br>Trabajos tutelados | Durante las sesiones de resolución de problemas y de estudios de casos se facilitará a los alumnos, además de las orientaciones sobre la mejor manera de abordarlos y realizarlos, orientaciones individualizados sobre estas cuestiones. |

| Evaluación            |              |   |              |
|-----------------------|--------------|---|--------------|
| Metodologías          | Competencias | Descripción   | Calificación |
| Estudio de casos      |              | En cada uno de los temas se planteará un caso real o supuesto que el alumno deberá entregar realizado, y que será calificado de 0 a 10                            | 25           |
| Resumen               |              | El alumno entregará un resumen crítico de cada uno de los documentos entregados en cada tema. Calificación: 0 a 10  | 10           |
| Solución de problemas |              | El alumno entregará los supuestos y los ejercicios planteados por el profesor en cada uno de los temas, que serán calificados de 0 a 10                           | 25           |
| Trabajos tutelados    |              | Se les planteará a los alumnos una serie de trabajos, de los cuales deberá desarrollar obligatoriamente dos (individualmente o en grupo). Calificación de 0 a 10. | 40           |



## Observaciones evaluación

## Fuentes de información

|                       |   |
|-----------------------|---|
| <b>Básica</b>         | <p>Birren, J. y Schaie, K.W. (2001). Handbook of the psychology of aging. San Diego, CA: Academic Press (5ª edición)</p> <p>Baddeley, A. (1986). Working memory. Oxford: Clarendon Press</p> <p>Baltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. <i>Developmental Psychology</i>, 23, 611-626().</p> <p>Baltes, P.B. (1997). Demences et longevité. Berlín: TDB</p> <p>Bauer, J.J. y McAdams, D.P. (2000). Growth goals, maturity and well-being. <i>Developmental Psychology</i>, 40, 114-127</p> <p>Belsky, J.K. (1996). Psicología del envejecimiento. Barcelona: Masson</p> <p>Calero, M.D. (2003). La utilidad de los programas de intervención cognitiva en personas mayores. <i>Revista Española de Geriatria y Gerontología</i>, 38 (6), 305-307</p> <p>Freund, A.M. y Baltes, P.B. (2000). The orchestration of selection, optimization and compensation: An action-theoretical conceptualization of a theory of developopmental regulation. En W.J. Perrig y A Grob (Eds.) <i>Control of human behavi</i>. Mahwah, N.J.: LEA</p> <p>Heckhausen, J. (Ed.) (2000). <i>Motivational psychology of human development: Developing motivation and motivating development</i>. Advances in psychology. . N. York: Elsevier Sciences</p> <p>Craik, F.I.M. y Salthouse, T.A. (2000). <i>Handbook of aging and cognition</i>. Manwah, N.J.: LEA</p> <p>Riediger, M.; Freund, A.M., y Baltes, P.B. (2005). Managing life through personal goals: Intergoal facilitation and intensity of goal pursuit in younger and older adulthood. <i>Journal of Gerontology: Psychological Sciences</i>, 60, 2, 84-91</p> <p>Rowe, J.W. y Kahn, R.L. (1997). Succesful aging. <i>The Gerontologist</i>, 37 (4), 433-440</p> <p>Schaie, H.W. y Willis, S.L. (2003). <i>Psicología de la edad adulta y la vejez</i>. Madrid: Pearson</p> <p>Vega, J.L. y Bueno, B. (1996). <i>Desarrollo adulto y envejecimiento</i>. Madrid: Síntesis</p> |
| <b>Complementaria</b> |   |

## Recomendaciones

### Asignaturas que se recomienda haber cursado previamente

### Asignaturas que se recomienda cursar simultáneamente

### Asignaturas que continúan el temario

### Otros comentarios

(\*) La Guía Docente es el documento donde se visualiza la propuesta académica de la UDC. Este documento es público y no se puede modificar, salvo cosas excepcionales bajo la revisión del órgano competente de acuerdo a la normativa vigente que establece el proceso de elaboración de guías