



Guía Docente				
Datos Identificativos				2018/19
Asignatura (*)	O envellecemento satisfactorio	Código	651853202	
Titulación				
Descritores				
Ciclo	Período	Curso	Tipo	Créditos
Mestrado Oficial	2º cuatrimestre	Primeiro	Obrigatoria	6
Idioma	CastelánGalego			
Modalidade docente	Presencial			
Prerrequisitos				
Departamento	Psicoloxía			
Coordinación		Correo electrónico		
Profesorado		Correo electrónico		
Web				
Descrición xeral				

Competencias / Resultados do título	
Código	Competencias / Resultados do título

Resultados da aprendizaxe			
Resultados de aprendizaxe	Competencias / Resultados do 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			

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



5. Creencias motivacionais 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				
Metodoloxías / probas	Competencias / Resultados	Horas lectivas (presenciais e virtuais)	Horas traballo autónomo	Horas totais
Resumo		4	24	28
Sesión maxistral		6	0	6
Solución de problemas		8	32	40
Traballos tutelados		5	35	40
Discusión dirixida		0	0	0
Estudo de casos		12	24	36
Atención personalizada		0	0	0

\*Os datos que aparecen na táboa de planificación son de carácter orientativo, considerando a heteroxeneidade do alumnado

Metodoloxías	
Metodoloxías	Descrición
Resumo	El alumno deberá realizar un resumen crítico de los principales contenidos abordados en cada uno de los temas del programa
Sesión maxistral	Exposición ral 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
Traballos tutelados	Desarrollo por parte del alumno de diversos trabajos de profundización sobre algunos de los contenidos abordados en el programa
Discusión dirixida	
Estudo 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	
Metodoloxías	Descrición
Estudo de casos Solución de problemas Traballos 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.

Avaliación			
Metodoloxías	Competencias / Resultados	Descrición	Cualificación
Estudo 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
Resumo		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
Traballos 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



## Observacións avaliación

### Fontes de información

#### Bibliografía básica

Birren, J. y Schaie, K.W. (2001). Handbook of the psychology of aging. San Diego, CA: Academic Press (5ª edición)Baddeley, A. (1986). Working memory. Oxford: Clarendon PressBaltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 611-626(). . Baltes, P.B. (1997). Demences et longevité. Berlín: TDBBauer, J.J. y McAdams, D.P. (2000). Growth goals, maturity and well-being. *Developmental Psychology*, 40, 114-127Belsky, J.K. (1996). Psicología del envejecimiento. Barcelona: MassonCalero, M.D. (2003). La utilidad de los programas de intervención cognitiva en personas mayores. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 38 (6), 305-307Freund, 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.) *Control of human behavi*. Mahwah, N.J.: LEAHeckhausen, J. (Ed.) (2000). *Motivational psychology of human development: Developing motivation and motivating development*. Advances in psychology. . N. York: Elsevier Sciences Craik, F.I.M. y Salthouse, T.A. (2000). *Handbook of aging and cognition*. Manwah, N.J.: LEARiediger, 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. *Journal of Gerontology: Psychological Sciences*, 60, 2, 84-91Rowe, J.W. y Kahn, R.L. (1997). Succesful aging. *The Gerontologist*, 37 (4), 433-440Schaie, H.W. y Willis, S.L. (2003). *Psicología de la edad adulta y la vejez*. Madrid: PearsonVega, J.L. y Bueno, B. (1996). *Desarrollo adulto y envejecimiento*. Madrid: Síntesis

#### Bibliografía complementaria

### Recomendacións

**Materias que se recomenda ter cursado previamente**

**Materias que se recomenda cursar simultaneamente**

**Materias que continúan o temario**

### Observacións

(\*A Guía docente é o documento onde se visualiza a proposta académica da UDC. Este documento é público e non se pode modificar, salvo casos excepcionais baixo a revisión do órgano competente dacordo coa normativa vixente que establece o proceso de elaboración de guías