



Teaching Guide				
Identifying Data				2020/21
Subject (*)	Successful Aging	Code	651516014	
Study programme	Mestrado Universitario en Discapacidade e Dependencia (plan 2015)			
Descriptors				
Cycle	Period	Year	Type	Credits
Official Master's Degree	2nd four-month period	First	Optional	6
Language	SpanishGalician			
Teaching method	Hybrid			
Prerequisites				
Department	Psicoloxía			
Coordinador	Gonzalez Cabanach, Ramon	E-mail	r.cabanach@udc.es	
Lecturers	Gonzalez Cabanach, Ramon	E-mail	r.cabanach@udc.es	
Web				
General description	El objetivo general de esta materia es proporcionar una visión general de los factores que promueven un envejecimiento satisfactorio, los programas existentes y las herramientas de evaluación e intervención existentes para la investigación de su eficacia.			
Contingency plan	<p>1. Modifications to the contents</p> <p>2. Methodologies</p> <p>*Teaching methodologies that are maintained</p> <p>*Teaching methodologies that are modified</p> <p>3. Mechanisms for personalized attention to students</p> <p>4. Modifications in the evaluation</p> <p>*Evaluation observations:</p> <p>5. Modifications to the bibliography or webgraphy</p>			

Study programme competences	
Code	Study programme competences
A1	CE1. Ser capaz de integrar o fenómeno da discapacidade e a dependencia dentro da construción social do proceso saúde-enfermidade
A2	CE2. Ser capaz de deseñar proxectos de investigación no ámbito da discapacidade e dependencia
A26	CEIP11. Ser capaz de integrar coñecementos avanzados no campo do envellecemento satisfactorio.
A27	CEIP12. Capacidade para deseñar e executar proxectos de investigación no ámbito do envellecemento satisfactorio
B1	CB6. Posuír e comprender coñecementos que acheguen unha base ou oportunidade de ser orixinais no desenvolvemento e/ou aplicación de ideas, a miúdo nun contexto de investigación
B2	CB7. Que os estudantes saiban aplicar os coñecementos adquiridos e a súa capacidade de resolución de problemas en ámbitos novos ou pouco coñecidos dentro de contextos máis amplos (ou multidisciplinares) relacionados coa súa área de estudo
B6	CG1 Ser capaz de seleccionar e desenvolver as estratexias investigadoras para estudar a problemática relacionada coa discapacidade e a dependencia
B7	CG2 Identificar, avaliar e resolver os problemas derivados da presenza de discapacidade e dependencia
B9	CG4 Ser capaz de intervir na problemática derivada da discapacidade e da dependencia
B10	CG5 Capacidade para integrar coñecementos científicos de carácter avanzado ligados ao ámbito da discapacidade e a dependencia
C1	CT1. Ser capaz de relacionarse de forma eficiente con e dentro do equipo multidisciplinar, intradisciplinar e transdisciplinar.



C2	CT2. Coñecer os recursos sociosanitarios e aprender a utilizalos para elaborar programas de intervención no ámbito da discapacidade e a dependencia
C4	CT4. Desenvolverse para o exercicio dunha cidadanía aberta, culta, crítica, comprometida, democrática e solidaria, capaz de analizar a realidade, diagnosticar problemas, formular e implantar solucións baseadas no coñecemento e orientadas ao ben común

Learning outcomes			
Learning outcomes	Study programme competences		
Coñecemento das variables persoais e sociais que favorecen un envellecemento con éxito.	AR1 AR26 AR27	BR1 BR2 BR6 BR9 BR10	CR1 CR2 CR4
Coñecemento e manexo das pautas que favorecen un envellecemento con éxito.	AR1	BR1 BR2 BR7 BR9 BR10	CR1 CR2
Valorar críticamente o coñecemento, a tecnoloxía e a información dispoñible para resolver os problemas cos que deben enfrontarse.	AR26 AR27	BR1 BR2	
Ser capaz de deseñar e avaliar programas de envellecemento satisfactorio a través da investigación.	AR2	BR1 BR9	

Contents	
Topic	Sub-topic
Topic 1.- Satisfactory aging. General features	1.1. The demographic aging. 1.2. Consequences of demographic aging.
2.- Cognitive and socio-affective functioning in the elderly.	2.1. The explanation of aging: the model of competition vs. the decline model. 2.2. Biological, cognitive and socio-affective changes in the elderly. 2.3. Modulating variables of biological, cognitive and socio-affective development in the elderly.
Topic 4.- Quality of Life and Psychological Well-being in Old Age. Satisfactory Aging	4.1. Introduction 4.2 Quality of Life 4.2.1. The quality of life in the elderly 4.2.2. The measure of the Quality of Life 4.3. Psychological well-being 4.3.1. Subjective well-being 4.3.2. Psychological well-being 4.4. The satisfactory aging.



Tema 4- Dimensións do Benestar Psicolóxico na vellez.	<ul style="list-style-type: none"> <li>5.1. A Autoceptación               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.1.1. O Autoconcepto</li> <li>5.1.2. As creencias de Autoeficacia</li> <li>5.1.3. A autoceptación nas persoas maiores</li> </ul> </li> <li>5.2. As Relacións Positivas cos demais               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.2.1. As Relacións Sociais nas persoas Maiores</li> </ul> </li> <li>5.3. A Autonomía               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.3.1. A Autonomía nas persoas maiores</li> <li>5.3.2. Discapacidade e Dependencia</li> </ul> </li> <li>5.4. O Dominio do Entorno               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.4.1. Caracterización do control. O control percibido.</li> <li>5.4.2. Dominio do entorno nas Persoas Maiores</li> </ul> </li> <li>5.5. O Propósito na Vida               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.5.1. As Metas: Aproximación conceptual</li> <li>5.5.2. As metas persoais na Vellez</li> </ul> </li> <li>5.6. O Crecemento e o Desenrolo Persoal               <ul style="list-style-type: none"> <li>5.6.1. O Crecemento persoal: Orixe do constructo.</li> <li>5.6.2. O crecemento persoal nas persoas maiores</li> <li>5.6.3. A XUBILACIÓN</li> </ul> </li> </ul>
---	--

Planning				
Methodologies / tests	Competencies	Ordinary class hours	Student?s personal work hours	Total hours
Objective test	A1 A14 A26 B2 B7	2	0	2
Guest lecture / keynote speech	A1 A26 B6 C2	80	15	95
Supervised projects	A2 A27 B1 B9 B10	5	20	25
Directed discussion	B2 C1 C4	10	10	20
Personalized attention		8	0	8

(\*)The information in the planning table is for guidance only and does not take into account the heterogeneity of the students.

Methodologies	
Methodologies	Description
Objective test	Proba escrita para a avaliación da aprendizaxe. Resposta múltiple para escoller só unha opción como correcta
Guest lecture / keynote speech	Exposición oral complementada co uso de medios audiovisuais dos temas que compoñen a materia
Supervised projects	Baixo a tutela do profesor o alumno realizará algún traballo ou actividade relacionada cos contidos da materia
Directed discussion	Os alumnos, por grupos, discutirán sobre un tema relacionado coa materia de forma libre, informal e espontánea pero coordinados polo profesor ou un moderador.

Personalized attention	
Methodologies	Description
Supervised projects	It will be a question of following up with the student, especially in the methodology of Portfolios, Bibliographic Remarks and Tutored Works.  The student who has recognized the condition of a part-time student and applied for the Academic Dispensation in the Dean's Office, will have the evaluation of the subject as follows: The final global mark of the subject will be the one obtained in the exam test.

Assessment
------------



Methodologies	Competencies	Description	Qualification
Supervised projects	A2 A27 B1 B9 B10	Actividades sobre a temática da materia	40
Objective test	A1 A14 A26 B2 B7	O alumno realizará un exame onde se evaluará a adquisición dos contidos básicos da materia	60

## Assessment comments

### a) FOR THE FIRST OPPORTUNITY:

The evaluation of the subject will be the result of the following components:

- Attendance / participation in classes: up to 10%.
- Realization of practical activities: up to a maximum of 40%. In the practical activities, it is included the Recension \* of the book "The Hour of the truth" of Rosa regás.

(75% of the activities carried out will have to be delivered).

- Test type test of the theoretical contents: up to a maximum of 50%.

Observations:

To pass the subject it will be necessary to obtain a minimum average mark of 5, as long as the mark in the exam is equal to or greater than 2 points.

### B) FOR THE SECOND OPPORTUNITY:

The evaluation of the subject will be the result of the following components:

- Attendance / participation in classes: up to 10%.
- Realization of practical activities: up to a maximum of 40%. In the practical activities, it is included the Recension \* of the book "The Hour of the truth" of Rosa regás.

(75% of the activities carried out will have to be delivered).

- Test type test of the theoretical contents: up to a maximum of 50%.

Observations:

To pass the subject it will be necessary to obtain a minimum average mark of 5, as long as the mark in the exam is equal to or greater than 2 points.

## Sources of information



<p><b>Basic</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Argyle, M. (1992). La psicología de la felicidad. Madrid: alianza</li> <li>- Argyle, M. (1997). Is happiness a cause of health?. Psychological Health, 12, 769-781</li> <li>- Bermejo, L. (2006). Promoción del envejecimiento activo. Programas de preparación a la jubilación.. <a href="http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2756877">http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2756877</a></li> <li>- Blanco, A. y Díaz, D. (2005). El bienestar social: su concepto y medición. Psicothema, 17, 4, 582-589</li> <li>- Casas, F. y Aymerich, M. (2005). Calidad de vida en las personas mayores. En S. Pinazo y M. Sánchez (Dir.) Gerontología . Madrid: Pearson</li> <li>- Díaz, D.; Rodríguez-Carvajal, R.; Blanco, A., Moreno-Jiménez, B.; Gallardo, I.; Valle, C., y van Die (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. Psicothema, 18, 572-577</li> <li>- Fernández-Ballesteros, R., Moya, R., Íñiguez, J. y Dolores, M. (1999). ¿Qué es la psicología de la vejez? . Madrid: Biblioteca Nueva.</li> <li>- Freire, C. y Ferradás, M. (2016). Calidad de vida y bienestar en la vejez. Madrid: Editorial Pirámide</li> <li>- Lehr, U. (2004). Calidad de vida, satisfacción con la vida, envejecimiento satisfactorio y bienestar subjetivo. Revista Española de Geriatria y Gerontología, 39, 3, 2-7</li> <li>- Li, F., Fisher, K. J., Harmer, P., McAuley, E. y Wilson, N. L. (2003). Fear of falling in elderly persons: association with falls, functional ability and quality of life.. Journal of Gerontology: Psychological Sciences, 58 B(5), 283-290.</li> <li>- López, F. (2012). Sexualidad y afectos en la vejez. Psicología Pirámide</li> <li>- Pardo, A. (2005). La cultura de la sobreprotección. . Revista Multidisciplinar de Gerontología, 15 (3), 166-170.</li> <li>- Regás, R. (2010). La hora de la verdad. Una Mirada a la vejez.. Badalona: Ara Llibres.</li> <li>- Rippon, I., Kneale, D., de Oliveira, C., Demakakos, P. y Steptoe, A. (2013). Perceived age discrimination in older adults. . Age and ageing.</li> <li>- Ruíz-Vargas, J.M. (2008). Envejecimiento y memoria ¿cómo y por qué se deteriora la memoria con la edad? . Revista española de geriatría y gerontología, 43 (5), 268-270.</li> <li>- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. Journal of Personality and Social Psychology, 57, 1069-1081</li> <li>- Sánchez, Trianes y Blanca (2009). Estereotipos negativos hacia la vejez y su relación con variables sociodemográficas en personas mayores de 65 años. Revista Española de Geriatria y Gerontología, 44(3).</li> <li>- Schalock, R.L. y Verdugo, M.A. (2002). Calidad de vida. Manual para profesionales de la educación, salud y servicios sociales. Madrid: Alianza</li> <li>- Triadó, C., Villar, F., Solé, C. y Osuna, M. J. (2005). La medida del bienestar en personas mayores: adaptación de la escala de Ryff. . Revista de Psicología General y Aplicada, 58 (3), 347-363.</li> <li>- Vega, J.L. y Bueno, B. (1995). Desarrollo adulto y envejecimiento.. Madrid: Síntesis</li> </ul>
<p><b>Complementary</b></p>	<p>- ( ). .</p>

**Recommendations**

Subjects that it is recommended to have taken before

Subjects that are recommended to be taken simultaneously

Subjects that continue the syllabus

Other comments

To help achieve an immediate sustainable environment and meet the strategic objectives of the Green Campus Plan of the Faculty of Physiotherapy, the documentary work carried out in this area may be requested in paper or virtual format or computer support.

If done on paper, the following general recommendations will be followed as far as possible:

- Plastics will not be used
- Double-sided prints will be made.
- Recycled paper will be used.
- Drafts will be avoided

**(\*)The teaching guide is the document in which the URV publishes the information about all its courses. It is a public document and cannot be modified. Only in exceptional cases can it be revised by the competent agent or duly revised so that it is in line with current legislation.**