



Teaching Guide

| Identifying Data | | | | | 2021/22 |
|--------------------------|---|--------|------------|---------|---------|
| Subject (*) | O envellecemento satisfactorio | Code | 651853202 | | |
| Study programme | Mestrado Universitario en Intervención na Discapacidade e na Dependencia (plan 2012) | | | | |
| Descriptors | | | | | |
| Cycle | Period | Year | Type | Credits | |
| Official Master's Degree | 2nd four-month period | First | Obligatory | 6 | |
| Language | SpanishGalician | | | | |
| Teaching method | Face-to-face | | | | |
| Prerequisites | | | | | |
| Department | Psicoloxía | | | | |
| Coordinador | | E-mail | | | |
| Lecturers | | E-mail | | | |
| Web | | | | | |
| General description | | | | | |
| 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 |
|------|-----------------------------|
| | |

Learning outcomes

| Learning outcomes | Study programme competences | | |
|--|-----------------------------|--|--|
| 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 | | | |

Contents

| Topic | Sub-topic |
|-------|-----------|
| | |



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

| Planning | | | | |
|--------------------------------|--------------|----------------------|-------------------------------|-------------|
| Methodologies / tests | Competencies | Ordinary class hours | Student?s personal work hours | Total hours |
| Summary | | 4 | 24 | 28 |
| Guest lecture / keynote speech | | 6 | 0 | 6 |
| Problem solving | | 8 | 32 | 40 |
| Supervised projects | | 5 | 35 | 40 |
| Directed discussion | | 0 | 0 | 0 |
| Case study | | 12 | 24 | 36 |
| Personalized attention | | 0 | 0 | 0 |

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

| Methodologies | |
|--------------------------------|--|
| Methodologies | Description |
| Summary | El alumno deberá realizar un resumen crítico de los principales contenidos abordados en cada uno de los temas del programa |
| Guest lecture / keynote speech | Exposición oral sintética de los principales contenidos del programa, apoyada en la documentación previa entregada a los alumnos |
| Problem solving | 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 |
| Supervised projects | Desarrollo por parte del alumno de diversos trabajos de profundización sobre algunos de los contenidos abordados en el programa |
| Directed discussion | |
| Case study | 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 |

| Personalized attention | |
|------------------------|-------------|
| Methodologies | Description |
| | |



| | |
|--|---|
| Case study Problem solving Supervised projects | 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. |
|--|---|

| Assessment | | | |
|---------------------|--------------|---|---------------|
| Methodologies | Competencies | Description | Qualification |
| Case study | | 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 |
| Summary | | El alumno entregará un resumen crítico de cada uno de los documentos entregados en cada tema. Calificación: 0 a 10 | 10 |
| Problem solving | | 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 |
| Supervised projects | | 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 |

| Assessment comments |
|---------------------|
| |

| Sources of information | |
|------------------------|--|
| Basic | <p>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. <i>Developmental Psychology</i>, 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. <i>Developmental Psychology</i>, 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. <i>Revista Española de Geriatria y Gerontología</i>, 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.) <i>Control of human behavi</i>. Mahwah, N.J.: LEAHeckhausen, J. (Ed.) (2000). <i>Motivational psychology of human development: Developing motivation and motivating development</i>. Advances in psychology. . N. York: Elsevier Sciences Craik, F.I.M. y Salthouse, T.A. (2000). <i>Handbook of aging and cognition</i>. 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. <i>Journal of Gerontology: Psychological Sciences</i>, 60, 2, 84-91Rowe, J.W. y Kahn, R.L. (1997). Succesful aging. <i>The Gerontologist</i>, 37 (4), 433-440Schaie, H.W. y Willis, S.L. (2003). <i>Psicología de la edad adulta y la vejez</i>. Madrid: PearsonVega, J.L. y Bueno, B. (1996). <i>Desarrollo adulto y envejecimiento</i>. Madrid: Síntesis</p> |
| Complementary | |

| 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 |
| |



(*)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.