



Guía Docente

| Datos Identificativos | | | | |
|-----------------------|--------------------------------|--------------------|-------------|----------|
| | | | 2024/25 | |
| 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