English version at the end of this document

Ano Letivo	2020-21
Unidade Curricular	PSICOLOGIA DO ENVELHECIMENTO
Cursos	GERONTOLOGIA SOCIAL (2.º Ciclo)
Unidade Orgânica	Escola Superior de Educação e Comunicação
Código da Unidade Curricular	15821015
Área Científica	PSICOLOGIA
Sigla	
Línguas de Aprendizagem	Leccionação das aulas em Português Material de apoio à UC em Português e Inglês
Modalidade de ensino	Presencial
Docente Responsável	Jacinto José dos Santos Gaudêncio

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Jacinto José dos Santos Gaudêncio	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	20T; 18TP; 2OT

* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S1	20T; 18TP; 2OT	140	5

* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

Precedências

Sem precedências

Conhecimentos Prévios recomendados

Conhecimentos básicos de Psicologia e noções de Psicologia do Desenvolvimento numa perspectiva ciclo de vida constituem um factor favorável para alcançar o sucesso na UC.

Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

1.Construir conhecimento relativo aos conceitos, processos e modelos explicativos do desenvolvimento psicológico na pessoa idosa

2.Analisar fatores de risco e fatores favoráveis à saúde mental e qualidade de vida do adulto idoso

3.Compreender os fatores que promovem o bem-estar nos idosos e saber perspetivar estratégias de intervenção nesse domínio

4.Avaliar criticamente as implicações que os processos de mudança psicossocial na pessoa idosa representam para o próprio idoso, para o seu contexto de vida e para a sociedade em geral

5.Promover, em conjunto com a pessoa idosa, a clarificação de objetivos e a construção de alternativas aos problemas apresentados

6.Criar e desenvolver, em colaboração com outros profissionais, programas de prevenção e promoção da saúde e bem-estar na pessoa idosa

7.Utilizar capacidades de reflexão crítica sobre as atitudes e comportamentos, de si próprio e dos outros, perante o processo de envelhecimento e a condição de idoso.

Conteúdos programáticos

1.INTRODUÇÃO

1.1 Psicologia do envelhecimento: objeto, métodos e domínios de intervenção

1.2 Abordagens psicológicas ao envelhecimento numa perspetiva de ciclo de vida.

2. MUDANÇAS ASSOCIADAS AO PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

2.1 O incremento da heterogeneidade durante o ciclo de vida

2.2 Alterações no funcionamento cognitivo

2.3 Mudança versus estabilidade no desenvolvimento da personalidade

2.4 Mudanças psicossociais associadas à idade avançada.

3. DIMENSÕES DE FUNCIONAMENTO PSICOLÓGICO NO ENVELHECIMENTO

3.1 A competência e a capacidade funcional

3.2 Saúde mental e envelhecimento

3.3 O bem-estar psicológico.

4. ENVELHECIMENTO BEM-SUCEDIDO

4.1 As perspetivas positivas do envelhecimento

4.2 O modelo adaptativo SOC - Seleção, Otimização, e Compensação

4.3 Fatores favoráveis: atividade física, atividade cognitiva, objetivos de vida e rede de apoio social

4.4 Programas e estratégias psicossociais de intervenção e melhoria em diversos contextos de vida.

Metodologias de ensino (avaliação incluída)

1.Exposição de conceitos e abordagens teóricas

2.Reflexão e questionamento sobre os conceitos abordados e sobre as suas implicações no processo de envelhecimento

3. Análise e debate centrados em textos e projeções

4. Apoio tutorial à elaboração dos projetos de trabalho académico individual e de grupo.

A Unidade Curricular não é dotada de Exame Final funcionando exclusivamente em regime de avaliação de frequência. Este regime exige a presença num mínimo de 70% das aulas, sendo os resultados expressos numa escala de 0 a 20 valores, correspondendo a aprovação a uma avaliação final igual ou superior a 10 valores. A avaliação compreende uma componente de avaliação individual e uma componente grupal. A componente de avaliação individual tem uma ponderação de 70% na avaliação final e consiste na realização de um ensaio reflexivo. A componente grupal tem uma ponderação de 30% na avaliação final e consiste na realização de um trabalho de grupo a ser apresentado e discutido na aula.

Bibliografia principal

Depp, C., Vahia, I. V., & Jeste, D. (2010). Successful Aging: Focus on Cognitive and Emotional Health. *Annual Review of Clinical Psychology, 6* , 527-550.

Fonseca, A.M. (2004). *O Envelhecimento: Uma Abordagem Psicológica* . Lisboa: Universidade Católica Editora.

Freund; A.M. & Baltes, P. B. (2007). Toward a Theory of Successful Aging: Selection, Optimization, and Compensation. In R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Geropsychology: European Perspectives for an Aging World* (pp. 239-254). Ashland, OH, US: Hogefe & Huber Publishers.

Gerstorf, D., Smith, J., & Baltes, P.B. (2006). A systemic-Wholistic Approach to Differential Aging: Longitudinal findings from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging* , *21* , 645-663.

Schaie, W. K. & Willis, S. L. (Eds.) (2011). *Handbook of the Psychology of Aging* (7th Ed.). London: Academic Press.

Paúl, C. & Ribeiro, O. (Coords.) (2012). *Manual de Gerontologia* . Lisboa: Lidel.

Academic Year	2020-21
Course unit	PSYCHOLOGY OF AGEING
Courses	SOCIAL GERONTOLOGY
Faculty / School	SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION
Main Scientific Area	
Acronym	
Language of instruction	Portuguese - theoretical presentations and classroom routine Portuguese and English - tutorial regime and support material of the curricular unit in digital files.
Teaching/Learning modality	Presential
Coordinating teacher	Jacinto José dos Santos Gaudêncio

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Jacinto José dos Santos Gaudêncio	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	20T; 18TP; 2OT

* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

Contact hours

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
20	18	0	0	0	0	2	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

Pre-requisites

no pre-requisites

Prior knowledge and skills

Basic knowledge of Psychology and notions of Developmental Psychology in a life-span perspective are a favorable factor to achieve success in the Curricular Unit.

The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)

1. Build knowledge on the concepts, processes and explanatory models of psychological development in the elderly

2. Analyze risk factors and protective factors to mental health and older adult quality of life

3. Understand the factors that promote well-being in the elderly and know to delineate intervention strategies in this area

4. Critically evaluate the implications that the psychosocial processes of change in the elderly pose to the context of life and society in general

5. Promote, together with the elderly, clarification of goals and the construction of alternatives to the problems presented

6. Create and develop, with other professionals, programs for prevention and promotion of health and well-being in the elderly

7. Use critical thinking skills on the attitudes and behaviour of himself and others, in relation to the ageing process and the condition of the elderly.

Syllabus

1. INTRODUCTION

1.1 Psychology of ageing: object of study, methods and domains of intervention

1.2 Psychological approaches to ageing in a life-span perspective.

2. CHANGES ASSOCIATED WITH THE AGEING PROCESS

2.1 The increase in heterogeneity during the life-span

2.2 Changes in cognitive functioning

2.3 Change versus stability in personality development

2.4 Psychosocial changes associated with old age.

3. PSYCHOLOGICAL DIMENSIONS IN AGEING

3.1 Competence and functional capacity

3.2 Mental health and ageing

3.3 Psychological well-being.

4. SUCCESSFUL AGEING

4.1 The positive perspectives of ageing

4.2The adaptive model SOC - Selection, Optimization, and Compensation

4.3 Protective factors: physical activity, cognitive activity, life goals, and social support networks

4.4 Psychosocial intervention strategies in different contexts of ageing.

Teaching methodologies (including evaluation)

1. Exposure of basic concepts and theoretical approaches

2. Reflection and questioning about the concepts presented and their implications to the ageing process

3. Analysis and debate based on papers and video projections

4. Tutorial support for the development of individual and group work projects.

The curricular unit is not endowed with Final Exam working exclusively in frequency assessment regime. This regime requires the presence in a minimum of 70% of the classes, and the results are expressed in a scale of 0 to 20 values, corresponding approval to a final evaluation equal to or higher than 10 values. The evaluation comprises an individual assessment component and a group component. Individual component has a weighting of 70% in the final evaluation and consists of making a reflective essay. The group component has a weighting of 30% in the final evaluation and consists of the accomplishment of a group work to be presented and discussed in class.

Main Bibliography

Depp, C., Vahia, I. V., & Jeste, D. (2010). Successful Aging: Focus on Cognitive and Emotional Health. *Annual Review of Clinical Psychology, 6* , 527-550.

Fonseca, A.M. (2004). *O Envelhecimento: Uma Abordagem Psicológica* . Lisboa: Universidade Católica Editora.

Freund; A.M. & Baltes, P. B. (2007). Toward a Theory of Successful Aging: Selection, Optimization, and Compensation. In R. Fernández-Ballesteros (Ed.), *Geropsychology: European Perspectives for an Aging World* (pp. 239-254). Ashland, OH, US: Hogefe & Huber Publishers.

Gerstorf, D., Smith, J., & Baltes, P.B. (2006). A systemic-Wholistic Approach to Differential Aging: Longitudinal findings from the Berlin Aging Study. *Psychology and Aging* , *21* , 645-663.

Schaie, W. K. & Willis, S. L. (Eds.) (2011). *Handbook of the Psychology of Aging* (7th Ed.). London: Academic Press.

Paúl, C. & Ribeiro, O. (Coords.) (2012). *Manual de Gerontologia* . Lisboa: Lidel.