
Ano Letivo 2022-23

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 PSI

Código CNAEF (3 dígitos)
311

**Contributo para os Objetivos de
Desenvolvimento Sustentável - 4;5:10
ODS (Indicar até 3 objetivos)**

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 na idade avançada
- 2.2 Alterações no funcionamento cognitivo
- 2.3 Mudanças psicossociais associadas ao envelhecimento.

3. DIMENSÕES DE FUNCIONAMENTO PSICOLÓGICO NO ENVELHECIMENTO

- 3.1 Autonomia 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 dois momentos: o primeiro consiste na realização de um projeto ou trabalho, de grupo ou individual, a ser apresentado e discutido na aula, com uma ponderação de 25% na avaliação final; o segundo consiste na realização de um trabalho académico individual de reflexão e análise bibliográfica sobre um tema específico, com uma ponderação de 75% na avaliação final.

Bibliografia principal

Sebenta Digital de Psicologia do Envelhecimento (2021) . Conjunto de material de apoio às aulas, de estudo vincutivo, selecionado pelo docente e disponibilizado em pastas ou ficheiros na Tutoria Eletrónica da UC.

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.

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 2022-23

Course unit PSYCHOLOGY OF AGEING

Courses SOCIAL GERONTOLOGY
Common Branch

Faculty / School SCHOOL OF EDUCATION AND COMMUNICATION

Main Scientific Area PSYC

Acronym

CNAEF code (3 digits) 311

Contribution to Sustainable Development Goals - SGD (Designate up to 3 objectives) 4;5;10

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 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

4.2 The 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 assessment comprises two stages: the first consists of carrying out a project or work, group or individual, to be presented and discussed in class, with a weighting of 25% in the final assessment; the second consists of carrying out an individual academic work of reflection and bibliographic analysis on a specific topic, with a weighting of 75% in the final evaluation.

Main Bibliography

Digital Booklet of Psychology of Ageing (2021). Set of study support material selected by the teacher and available in folders or files in the Electronic Tutorial of the Curricular Unit.

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

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.