

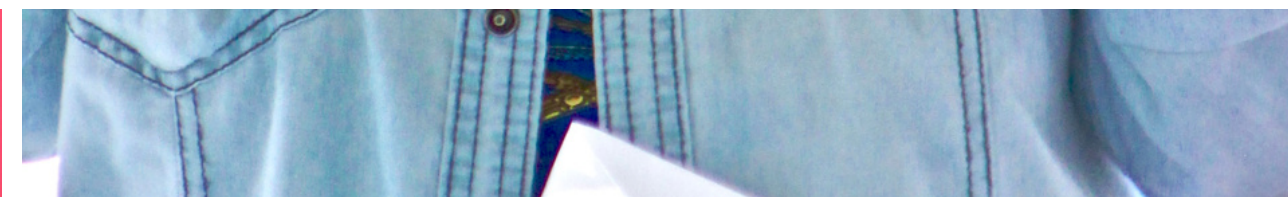


Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union

2021-1-ES01-KA210-ADU-000034953

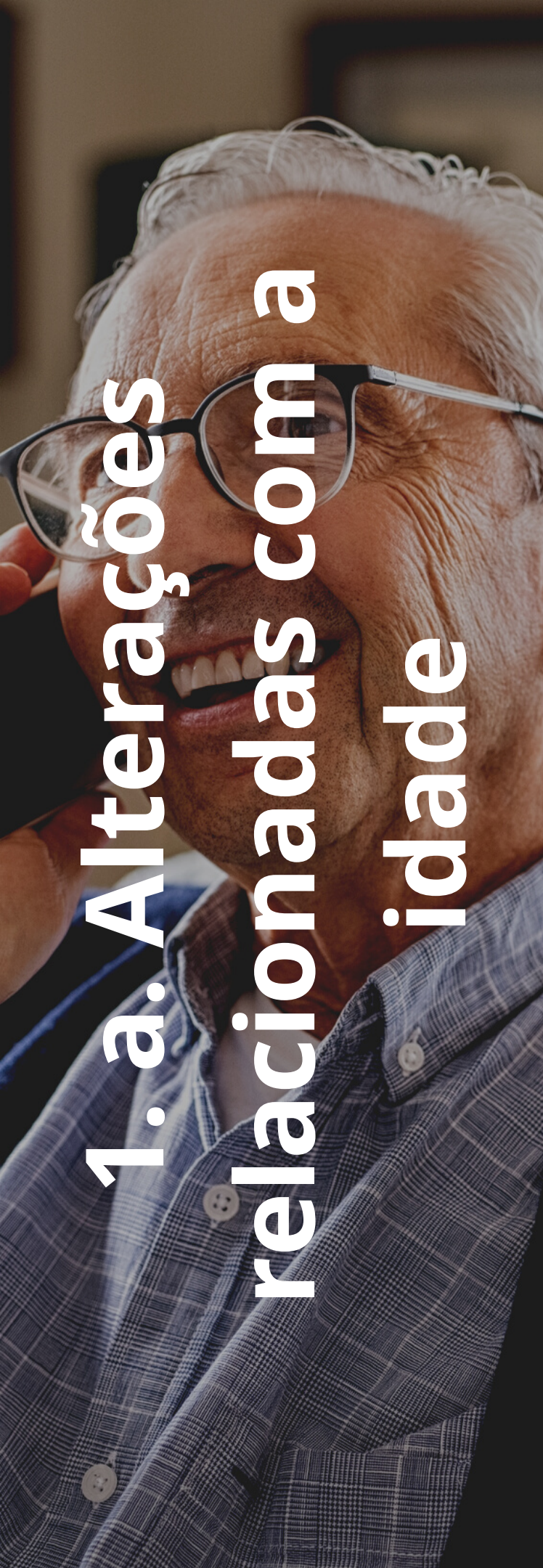
2.1. Compreendendo o processo de Envelhecimento

MÓDULO 2 - O que deve saber sobre trabalhar com seniores



1. COMPREENDENDO O PROCESSO DE ENVELHECIMENTO

- Objetivos desta secção:
 - Ser capaz de compreender o fenómeno demográfico do “envelhecimento da Europa”
 - Ser capaz de explorar o papel da aprendizagem ao longo da vida em sociedades envelhecidas
 - Ter consciência das mudanças do envelhecimento
 - Ser capaz de entender os aspectos positivos do envelhecimento
 - Ser capaz de identificar os princípios básicos da andragogia
 - Estar ciente dos três principais tipos de estilos de aprendizagem



1. a. Alterações relacionadas com a idade

- Alterações mais típicas relacionadas com a idade:
 - Alterações físicas e sensoriais.
 - Alterações cognitivas
 - Alterações psicológicas.
 - Mudanças sociais.
- Existem desafios para o envelhecimento, assim como existem aspetos positivos:
 - A neuroplasticidade continua depois dos 55 anos
 - Inteligência cristalizada e melhor vinculação de conceitos
 - Vocabulário pode melhorar
 - Habilidades e controle executivo melhoram.

1. a. Alterações relacionadas com a idade

- Melhor tomada de decisão e conclusão de tarefas.
- Melhor resiliência mental, regulação emocional e gestão do stress.
- Mais conexão com a espiritualidade, altruísmo, criatividade.
- Mais felicidade e maior bem-estar.

1. b. ENSINANDO ADULTOS MAIS VELHOS

- Andragogia: conjunto de princípios, métodos e práticas para ensinar alunos seniores.
- Diferenciar de pedagogia.

Differences Between Children and Adults as Learners:

CHILDREN	ADULTS
Rely on others to decide what is important to be learned.	Decide for themselves what is important to be learned.
Accept the information being presented at face value.	Need to validate the information based on their beliefs and experience.
Expect what they are learning to be useful in their long-term future.	Expect what they are learning to be immediately useful.
Have little or no experience upon which to draw – are relatively “clean slates.”	Have much experience upon which to draw – may have fixed viewpoints.
Little ability to serve as a knowledgeable resource to teacher or fellow classmates.	Significant ability to serve as a knowledgeable resource to trainer and fellow learners.

From: [Teaching Adults: What Every Trainer Needs to Know About Adult Learning Styles](#)





1. b. ENSINANDO ADULTOS MAIS VELHOS

- Quatro princípios aplicados à educação de adultos:
 - Envolvimento no planeamento e avaliação.
 - A experiência fornece a base para as atividades.
 - Maior interesse em assuntos de relevância imediata em seu trabalho/vida pessoal.
 - Centrada no problema em vez de orientada para o conteúdo (Kearsley, 2010)



1. C. CONCLUSÕES E DICAS

- Os alunos conseguem mais quando motivados.
- Os facilitadores devem se concentrar em entender como os idosos aprendem ao planejar uma experiência educacional.
- Três tipos principais de estilos de aprendizagem:
 - Alunos visuais: lembre-se melhor vendo.
 - Alunos auditivos: aprende melhor ouvindo e escutando.
 - Alunos cinestésicos: aprendem melhor tocando, sentindo e experimentando.
- Algumas dicas:
 - Torne a aprendizagem relevante
 - Avalie o interesse e a experiência dos idosos
 - Use a experiência de vida dos idosos como um recurso.