



## APRENDIZAGEM SOCIOEMOCIONAL E DE COMPORTAMENTOS DE SAÚDE 2023/2024

**Ciclo de Estudos:** Mestrado em Psicologia da Educação e Aconselhamento - 1º Ano

<b>Designação</b> Aprendizagem Socioemocional e de Comportamentos de Saúde
<b>Docentes</b> Maria João Alvarez (docente responsável pela Unidade Curricular - UC)
<b>Creditação</b> 6 ECTS
<b>Funcionamento</b> UC semestral, obrigatória para os alunos do Curso de Mestrado em Psicologia da Educação e Aconselhamento e optativa para os alunos de outros cursos de mestrado. As aulas são teórico-práticas e ocorrem em horário a definir. Os horários de atendimento da Professora Maria João Alvarez (D-311) serão definidos anualmente.
<b>Objetivos</b> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Refletir sobre a relevância do desenvolvimento e aprendizagem socioemocional e de comportamentos de saúde para o bem-estar das crianças e dos jovens e para o sucesso ao longo da vida.</li><li>2. Adquirir / aprofundar conhecimentos sobre os quadros conceptuais da Psicologia associados à Aprendizagem Socioemocional e à promoção de Comportamentos de Saúde.</li><li>3. Perspetivar a atuação do Psicólogo Educacional nos diferentes níveis de intervenção e com diferentes públicos: aprendentes, agentes educativos, instituições.</li><li>4. Conhecer e analisar instrumentos de avaliação de competências socioemocionais e cognitivas e de comportamentos de saúde em crianças e jovens.</li><li>5. Conhecer e analisar programas de promoção de competências socioemocionais e de comportamentos de saúde em contexto escolar para crianças e jovens portugueses.</li></ol>
<b>Competências a desenvolver</b>



Nesta unidade curricular, é esperado que os alunos adquiram e aprofundem:

- conhecimentos sobre concepções e modelos teóricos nos domínios da Aprendizagem Socioemocional e da Promoção de Comportamentos de Saúde;
- competências de pesquisa e análise crítica de informação sobre investigação, avaliação e intervenção nestes domínios, bem como no domínio da avaliação cognitiva;
- competências de desenvolvimento de procedimentos de avaliação e de intervenção nos domínios da Aprendizagem Socioemocional e da Promoção de Comportamentos de Saúde;
- competências de identificação, análise e reflexão crítica sobre a aplicação destes procedimentos nos diferentes níveis de intervenção (e.g., individual, grupal) e com diferentes públicos (e.g., aprendentes, agentes educativos);
- competências de comunicação oral e escrita científica sobre investigação, avaliação e intervenção nos domínios em estudo.

**Pré-Requisitos** (Precedências) \*

Não se aplica.

**Conteúdos programáticos**

I. Aprendizagem Socioemocional e Bem-Estar

1. Quadros conceptuais e guias de orientação para a intervenção.
  - 1.1 Abordagem cognitivo-comportamental
  - 1.2 Inteligência (socio)emocional
  - 1.3 Educação contemplativa
2. Processos de adaptação ao longo do ciclo de vida
  - 2.1 Adaptação, *stress* / *coping* e bem-estar
3. Avaliação e promoção de competências socioemocionais em crianças e jovens
  - 3.1 Instrumentos de avaliação
  - 3.2 Programas de intervenção
  - 3.3 Impactos no sucesso académico e no bem-estar
4. Promoção de competências socioemocionais em agentes educativos
  - 4.2 Gestão do *stress* e promoção do bem-estar dos professores
  - 4.3 Educação parental

II. Promoção de Comportamentos de Saúde

1. Quadros conceptuais e guias de orientação para a intervenção
2. Comportamentos alimentares e educação alimentar
3. Educação sexual



#### 4. Saúde do sono

### III. Avaliação Cognitiva em Educação

#### **Bibliografia**

Aldwin, C. M., & Werner, E. E. (2007). *Stress, coping, and development: An integrative perspective*. The Guilford Press.

Durlak, J., Domitrovich, C., Weissberg, R., & Gullotta, T. (Eds.) (2015). *Handbook of social and emotional learning*. Guilford Press.

Epstein, J., Sanders, M., Simon, B., Salinas, K., Janson, N., & Van Voorhis, F. (2002). *School, family and community partnerships. Your handbook for action*. Corwin Press.

López, F. (2005). *La educación sexual*. Biblioteca Nova.

Marques Pinto, A., & Raimundo, R. (Org.) (2016). *Avaliação e promoção de competências socioemocionais em Portugal*. Coisas de ler.

Mennuti, R. B., Freeman, A., & Christner, R. W. (Eds.) (2006). *Cognitive-behavioral interventions in educational settings. Handbook for practice*. Routledge.

Ogden, J. (2003). *The psychology of eating: From healthy to disordered behavior*. Blakwell Pub.

Wright, J., & Macdonald, D. (Eds.) (2010). *Young people physical activity and the everyday*. Routledge.

#### **Métodos de ensino**

As aulas são teórico-práticas e envolvem exposição temática e reflexão crítica sobre as principais concepções e modelos teóricos de referência nos dois domínios que estruturam a UC.

Recorre-se à apresentação, caracterização e discussão de métodos e instrumentos de avaliação, programas, intervenções ou guias de orientação para o desenvolvimento de intervenções em cada domínio, com especial ênfase para os desenvolvidos ou adaptados para a população portuguesa.

São propostos estudos de caso e outros exercícios de aplicação prática, estimulando a reflexão individual e de grupo e o debate em aula.

#### **Modalidades de Avaliação**

Regime Geral de Avaliação e Regime Final Alternativo de Avaliação para Estudantes-Trabalhadores (e outros estudantes considerados em situação de exceção).



## Elementos de Avaliação

**Regime Geral** - A avaliação dos alunos em regime geral desta UC consta da realização de:

- (1) Exame final escrito (50% da classificação final); o exame é feito com formato de resposta de escolha múltipla sendo solicitado ao aluno uma breve justificação escrita que fundamente a escolha feita.

Critérios de avaliação do exame: Nos casos em que a resposta escolhida esteja incorreta a justificação apresentada não é avaliada; quando a resposta selecionada for a correta a pergunta a que se refere é pontuada em 50% com o valor máximo, sendo os restantes 50% avaliados em função da pertinência da justificação apresentada face à pergunta / resposta escolhida, da sua clareza e correção conceptual.

- (2) Trabalho de grupo, escrito, de organização de um portefólio de instrumentos de avaliação e de programas de intervenção, comentado à luz da bibliografia relevante (30% da classificação final);

Critérios de avaliação do trabalho: O trabalho deve seguir as normas de redação da escrita científica da APA e respeitar o calendário proposto. Não serão considerados, i.e., serão anulados, os trabalhos que evidenciem sinais de plágio (corte e cola de textos retirados da Internet ou de outra fonte), que violem os direitos de autor ou não respeitem o calendário. Valoriza-se o modo de organização do trabalho, a precisão linguística (ortografia e sintaxe corretas), a clareza e rigor da escrita e a fundamentação dos comentários reflexivos apresentados.

- (3) Trabalho de grupo de apresentação oral de ideias para um projeto de investigação num dos domínios abordados na UC (20% da classificação final).

Para a obtenção de aproveitamento na UC é necessária a aprovação (mínimo de 9,5 valores, numa escala de 0-20), nos elementos de avaliação (1) e (2).

Os elementos de avaliação (1) e (2) têm de ser realizados na mesma época. No caso de serem efectuados em 1<sup>a</sup> época, na 2<sup>a</sup> época pode ter lugar a melhoria de nota sobre o exame final escrito (1<sup>o</sup> elemento de avaliação, 50% da classificação final).

Data de realização dos exames e entrega do 2<sup>o</sup> elemento de avaliação em 1<sup>a</sup> época e em 2<sup>a</sup> época: a definir.

**Regime Final Alternativo de Avaliação para Estudantes - Trabalhadores** (e outros estudantes considerados em situação de exceção) – A avaliação dos estudantes abrangidos por este regime (que devem fazer prova junto dos docentes e dos serviços académicos, durante as três primeiras semanas de aulas) consta da realização de:

Exame final escrito (100% da classificação final); o exame é feito com formato de resposta de escolha múltipla sendo solicitado ao aluno uma breve justificação escrita que fundamente a escolha feita.



**Cr terios de avalia o do exame:** Nos casos em que a resposta escolhida esteja incorreta a justifica o apresentada n o   avaliada; quando a resposta selecionada for a correta a pergunta a que se refere   pontuada em 50% com o valor m ximo, sendo os restantes 50% avaliados em fun o da pertin ncia da justifica o apresentada face   pergunta / resposta escolhida, da sua clareza e corre o conceptual.

No caso da avalia o ser efectuada em 1   poca, na 2   poca pode ter lugar a melhoria de nota atrav s de exame final escrito.

Data de realiza o dos exames em 1   poca e 2   poca: a definir.

### **Regras relativas   melhoria de nota**

A melhoria de nota poder  ser obtida em 2   poca mediante a realiza o de novo exame final escrito pelos alunos em Regime Geral (1  elemento de avalia o, 50% da classifica o final) e pelos alunos em Regime Alternativo (100% da classifica o final). A melhoria de nota n o pode ser realizada nas  pocas especial e espec fica.

### **Regras relativas a alunos repetentes \***

N o se aplica.

### **Exig ncias relativas   assiduidade e pontualidade**

Os estudantes em regime geral devem frequentar 2/3 das aulas previstas no calend rio lectivo.

Os estudantes em regime alternativo n o t m obrigatoriedade de presen a.

### **Regras espec ficas relativas aos estudantes considerados em situa o de exce o**

(estudantes-trabalhadores, atletas de alta competi o, alunos dirigentes associativos, alunos militares, pais e m es estudantes, alunos com necessidades educativas especiais) \*

A analisar em cada caso.

### **L ngua de ensino**

Portugu s.

Algumas das leituras recomendadas pelos professores podem ser em Ingl s, Franc s ou Castelhanos.

### **Infra o es disciplinares e san o es decorrentes**

De acordo com o Regulamento de Avalia o das Aprendizagens da Faculdade de Psicologia da Universidade de Lisboa, consideram-se infra o es disciplinares sujeitas a san o es disciplinares os seguintes comportamentos:



- a) Dar, usar ou tentar usar materiais, informação, apontamentos, auxiliares de estudo ou outros objetos e equipamentos não autorizados em exercícios académicos;
- b) Ajudar ou tentar ajudar um colega no cometimento de uma infração disciplinar;
- c) Submeter o mesmo trabalho escrito para apreciação em disciplinas diferentes sem autorização dos docentes, mesmo que com pequenas alterações;
- d) Apresentar como seu o trabalho de outro;
- e) Inventar ou alterar sem autorização qualquer informação ou citação em trabalhos académicos;
- f) Interferir, alterar ou tentar alterar classificações;
- g) Tentar impedir ou interferir com o bom funcionamento das aulas, do trabalho de investigação ou de outras atividades académicas;
- h) Proferir acusações falsas relativamente a docentes ou órgãos de gestão, colegas e funcionários não-docentes da FP-UL;
- i) Falsificação de assinaturas nas folhas de presença nas aulas, em documentos relativos a elementos de avaliação, e em qualquer documento oficial referente ao seu processo e estatuto académico.

As infrações disciplinares cometidas na realização de qualquer elemento de avaliação podem implicar a anulação do mesmo, devendo ser comunicadas ao Conselho Pedagógico, ou consoante a sua gravidade e reiteração, poderão traduzir-se em outras sanções, a definir pelo Reitor da Universidade de Lisboa.

\* No caso de se aplicar

**Nota:** Os alunos deverão consultar o novo *Regulamento Geral de Avaliação de Conhecimentos e Competências dos Alunos* disponível no site da FPUL, para tomar conhecimento de algumas alterações às regras, nele estabelecidas.