

Unidade Curricular: 400336 - Desenvolvimento Pessoal I

Ano 1 Semestre 1 Área CNAEF: 90 ECTS: 1,5

Tipo de Unidade Curricular: Obrigatória Modo de Ensino: Presencial Língua de Trabalho: Português

DOCENTE RESPONSÁVEL: Maria Inês de Campos de Sousa Faria

TEMPO DE TRABALHO DO ESTUDANTE EM HORAS

HORAS TOTALS	Horas de Contacto								Horas de Trabalho Autónomo
	Ensino teórico (T)	Ensino teórico- prático (TP)	Ensino prático e laboratorial (PL)	Trabalho de campo (TC)	Seminário (S)	Estágio (E)	Orientação tutorial (OT)	Outra (O)	
37,5		15							22,5

Pré-requisitos (se aplicável): <<Máximo 500 caracteres>>

OBJETIVOS EDUCACIONAIS / RESULTADOS DE APRENDIZAGEM

Pretende-se que os/as formandos/as venham a:

1. Refletir sobre a sua história de vida.
2. Assinalar características nucleares da sua identidade.
3. Identificar competências pessoais.
4. Reconhecer os seus problemas e as suas fragilidades
5. Conhecer-se enquanto pessoa

CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

1. Definição de conceitos base: Identidade, Autoconceito e Autoestima.
2. O corpo como cerne da identidade
3. A história de vida e a génese do quadro de valores.
4. Estilos pessoais de ser e de comunicar
5. Conhecimento de si e consciência de si.

DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DOS CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS COM OS OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM

1. Definição de conceitos base: Identidade, Autoconceito e Autoestima / Objetivos 1, 2 e 5.
2. O corpo como cerne da identidade/ Objetivos 2, 4 e 5.
3. A história de vida e a génese do quadro de valores/Objetivos 1 e 5.
4. Estilos pessoais de ser e de comunicar/Objetivos 2 e 3.
5. Conhecimento de si e consciência de si/Objetivos 4 e 5.

MÉTODOS DE ENSINO E APRENDIZAGEM

Como DESENVOLVIMENTO pressupõe um crescimento cognitivo e pessoal, passível de ser observado através de comportamentos como “falar de si” e “falar sobre a forma de estar”, serão esses comportamentos que estarão na base da dinâmica do ensino/aprendizagem através de:

- a) Debates em sala de aula a partir de exemplos e imagens referentes a situações que se projetam para a realidade da prática de cuidados;
- b) Preenchimento individual de materiais de suporte ao processo de reflexão pessoal;
- c) Trabalho prático envolvendo o corpo e o sentido de relação, para que os formandos tomem consciência da sua linguagem corporal
- d) Partilha de conhecimentos e experiências em grupo .

DEMONSTRAÇÃO DA COERÊNCIA DAS METODOLOGIAS DE ENSINO COM OS OBJETIVOS DAS APRENDIZAGENS*

- a) Debates em sala de aula a partir de exemplos e imagens referentes a situações que se projetam para a realidade da prática de cuidados / Objetivos 1 e 2.
- b) Preenchimento individual de materiais de suporte ao processo de reflexão pessoal / Objetivos 1 e 4.
- c) Trabalho prático envolvendo o corpo e o sentido de relação, para que os formandos tomem consciência da sua linguagem corpora/ Objetivos 1, 3 e 4.
- d) Partilha de conhecimentos e experiências em grupo. / Objetivos 1, 4 e 5.

MÉTODOS DE AVALIAÇÃO

Portfólio individual (100%)

BIBLIOGRAFIA PRINCIPAL

- Birkenbihl, V. (2000). A arte da comunicação. Cascais: Pergaminho.
- Campos, B.P. (1991). Educação e desenvolvimento pessoal e social. Porto: Edições Afrontamento.
- Estanqueiro, A. (2001). Saber lidar com as pessoas. Lisboa: Editorial Presença.
- Marina, J,A. (2010). Aprender a Viver. Porto: Porto Editora
- Miguens, S. (2005). Problemas do auto-conhecimento. Análise : revista quadrimestral de filosofia, série II, n.º 2, p. 95-128. In: <http://hdl.handle.net/10216/50246>
- Miguens, S. (2001). Problemas de Identidade Pessoal . Revista de divulgação filosófica on-line, n.º 6, Dezembro de 2001 In: <http://hdl.handle.net/10216/38468>
- Poirier, J; Clapier-Valladon & Raybaut (1999). Histórias de Vida. Oeiras: Celta Editora
- Savater, F. (2009). Ética para um jovem .Lisboa: D.Quixote.
- Burnard, P. (1995) – Learning human skills: a experiential and reflexive guide for nurses. Oxford: Jordan Hill.

Ano letivo de entrada em vigor: 2011/2012 | Data de aprovação em Conselho Técnico-Científico: 2012-07-31