

Unidade Curricular:	[7002433] Desenvolvimento Pessoal				
Sigla da área Científica em que se insere:	N/D				
Curso:	[9500] Licenciatura em Enfermagem				
Ano Letivo:	2022-23				
Ano Curricular:	2	Semestre	S1	Nr. de ECTS	3

Equipa Pedagógica

Regente / Coordenador	Maria Teresa Gouvêa Magão (Regência da Unidade Curricular)
Docentes	Dulce Dos Santos Gaspar Cabete, Luís de Oliveira Nabais, Maria Teresa Gouvêa Magão

Objetivos de aprendizagem

- Analisa as suas crenças e valores e o modo como podem influenciar a sua relação com o outro;
- Identifica fatores relevantes na vivência do processo de saúde/doença, quando confrontado com situações da sua experiência pessoal ou ficcionais;
- Discute o impacto de experiências de vida no desenvolvimento da sua conceção de saúde e de cuidados de enfermagem;
- Contribui ativamente e de forma criativa para potenciar a sua aprendizagem e a do grupo de pares;
- Adequa a sua comunicação em sala de aula, tendo em conta o contexto e as repercussões em si e no outro;
- Demonstra iniciativa e interesse no desenvolvimento do conhecimento de si;
- Reflete criticamente sobre o seu processo de aprendizagem ao longo da unidade curricular;
- Mobiliza, conhecimentos adquiridos no curso, nas reflexões realizadas.

Conteúdos Programáticos

1. Desenvolvimento Pessoal e Formação - Clarificação conceptual
2. O sujeito em projeto - a construção de si.
 - 2.1. O projeto: uma atitude na vida.
 - 2.2. O projeto de saúde e a (minha) saúde em projeto
3. A Reflexão e a construção do conhecimento pessoal e profissional.
 - 3.1. A escrita e o portefólio
4. O conhecimento narrativo e o lugar das histórias na compreensão da experiência humana
 - 4.1. O enfermeiro na relação consigo mesmo
 - 4.1.1. Conhecer-se: valores, auto percepção e motivações; vivência do espaço e tempo
 - 4.1.2. Relaxar-se: Algumas técnicas e métodos
 - 4.2. O enfermeiro na relação com o outro
 - 4.2.1. Os pares
 - 4.2.2. O cliente
 - 4.2.3. A sociedade
 - 4.2.3.1. O enfermeiro enquanto cidadão - visibilidade e voz dos enfermeiros nos meios de comunicação e na arena política

Demonstração da coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos

Os conteúdos programáticos foram selecionados e organizados no sentido de proporcionar aos estudantes a construção e significação de saberes a partir do confronto com situações reais ou ficcionais (com recurso a produção artística: literatura, filmes, música) que visam estimular o desenvolvimento de capacidades crítico-reflexivas e o autoconhecimento.

Total de Horas de trabalho:	0081:00	Total de Horas de contacto:	0040:00
Teóricas:	0008:00	Teórico-Práticas:	0032:00
Seminário:	0000:00	Orientação Tutorial	0000:00
Práticas Laboratoriais:	0000:00	Trabalho de Campo:	0000:00
Estágio:	0000:00		

Metodologias de Ensino e Avaliação

- Exposição teórica de temas e conceitos;
- Análise e debate sobre experiências vividas no percurso de vida e de formação dos estudantes e/ou outros tipos de narrativa (ficcionais) em formatos diversos (livros, filmes, música).
- Elaboração de um portefólio reflexivo.

As sessões Teóricas são expositivas mas explorando representações dos estudantes. Nas sessões Teórico-práticas: Leitura e interpretação de textos para aprofundar a compreensão de temas e conceitos; Exercícios para apropriação dos conceitos e adaptação individual e /ou que promovam a tomada de conhecimento de si. Trabalho de reflexão individual e em subgrupos e apresentação de reflexões em plenário; Debate; Demonstração de técnicas.

Avaliação:

- Assiduidade mínima de 75% às sessões;
- Elaboração de um portefólio reflexivo construído ao longo da unidade curricular - componente escrita e oral. Componente escrita (70%) e apresentação oral (20%);
- Participação ativa em sala de aula (10%).

Demonstração da coerência das metodologias de ensino com os objetivos

Os conteúdos são trabalhados com a participação ativa dos estudantes e frequente recurso à visualização de vídeos, leitura de textos literários e audição de músicas. O recurso a produção artística (filme, livro, música) tem que ver com o facto de através do mesmo se poder (des)envolver a componente emocional e estética do desenvolvimento pessoal e também, porque através da obra de ficção se tem acesso a narrativas que podem ser analisadas sem a implicação ética da partilha de vividos pessoais dos estudantes. O alvo de debate não será o facto narrado, ou "estória", mas o significado e o impacto que um determinado evento tem para a pessoa que o vive, que o ouve, que o testemunha. A multiplicidade de olhares e de significados possíveis perante uma "estória" pretende levar o estudante a transferir as aprendizagens para um contexto mais abrangente: o futuro cuidado de enfermagem no contexto complexo do real.



Bibliografia

- Buresh, B. & Gordon, S. (2014). Do silêncio à voz. Lusociência
- Collière, M. F. (1989). Promover a vida. Lisboa: Sindicato dos Enfermeiros Portugueses
- Honoré, B. (2013). O cuidar em perspectiva. No centro de um humanismo humanizante. Loures: Lusociência.
- Josso, M. C. & Nóvoa, A. (2002). Experiências de vida e formação. Lisboa: Educa
- Moon, J. (2010). Using story in higher education and professional development. London: Routledge
- Payne, R. (2003). Técnicas de relaxamento: Um guia para profissionais de saúde. Loures: Lusociência
- Rispail, D. (2002). Conhecer-se melhor para melhor cuidar: uma abordagem do desenvolvimento pessoal em cuidados de enfermagem. Loures: Lusociência.
- Sá-Chaves, I. (2000). Portfolios reflexivos. Estratégia de formação e de supervisão. Aveiro: Universidade de Aveiro.
- Sequeira, J. (2003). Desenvolvimento pessoal. Lisboa: Monitor.
- Timmins, F. (2008). Making sense of portfolios. A guide for nursing students. Berkshire: Open University Press.

Inválido para efeito de autenticação