| | |
|---|---|
| **ID** | 2570 |
| **Unidade Curricular** | Fundamentos em Relaxação Psicossomática |
| **Regente** | Rui Martins |
| **Objectivos** | - Conhece os aspectos históricos e epistemológicos da Relaxação Psicossomática (contextos - antropológicos e contextos sociais e clínicos para o aparecimento das práticas);<br>- Conhece as principais correntes e fundamentos em Psicossomática (abordagens psicológica de F. Dunbar e F. Alexander), abordagens neurofisiológicas, tal como as principais correntes contemporâneas;<br>- Conhece o impacto da Relaxação Psicossomática, na capacidade de mentalização e o seu impacto nos processos de somatização;<br>- Conhece as diferentes abordagens teóricas para a compreensão e fundamentação da prática da relaxação no plano neurofisiológico e psicoterapêutico;<br>- Conhece as finalidades e os princípios metodológicos fundamentais da intervenção em Psicomotricidade. |
| **Conteúdos Programáticos em Syllabus** | - Aspectos históricos, conceptuais e metodológicos da relaxação psicossomática;<br>- A psicossomática, uma visão integrada e holística do funcionamento humano. Principais correntes e fundamentos teóricos;<br>- Impacto da Relaxação Psicossomática, na capacidade de mentalização e o seu impacto nos processos de somatização;<br>- Indicações e particularidades contextuais e experienciais da relaxação;<br>- Aspectos técnicos e gestão do quadro de intervenção em relaxação psicossomática;<br>- As diferentes abordagens teóricas para a compreensão e fundamentação da prática da relaxação no plano neurofisiológico e psicoterapêutico;<br>- Finalidades e os princípios metodológicos fundamentais da intervenção em relaxação psicossomática;<br>- Aspectos técnicos e metodológicos dos métodos fundamentais de relaxação: Relaxação progressiva; Treino Autógeno, Eutonia; Relaxação Terapêutica para Crianças. |

| | |
|---|---|
| **Avaliação** | Avaliação Contínua<br>AVALIAÇÃO TEÓRICA (90%): A nota da avaliação teórica compreende nota DA frequência escrita, não podendo esta ser inferior a 10 valores. Os estudantes não podem obter uma avaliação inferior a 7,5 valores na frequência escrita.<br>AVALIAÇÃO TEÓRICO-PRÁTICA (10%): Maturidade psicológica e profissional revelada nas vivências corporais práticas e na dinamização de situações de intervenção - 10%<br>EXAME FINAL: prova escrita e de uma prova oral, com carácter obrigatório quando:<br>a) O estudante não efectuou a frequência escrita;<br>b) O estudante obteve uma avaliação inferior a 7,5 na frequência, ou num dos parâmetros da avaliação teórico-prática;<br>c) O estudante não teve uma assiduidade igual ou superior a 2/3 de presenças às aulas teórico-práticas;<br>d) O estudante não obteve uma avaliação igual ou superior a 10 valores na avaliação teórico-prática. |
| **Bibliografia** | Ballone, G. ; Neto, E. ; Ortolani, I. (2002). Da Emoção à Lesão. Barueri: Editora Manole<br>Bergès, J. ; Bounes, M. (1985. La Relaxation Thérapeutique Chez l'enfant. Paris : Masson.<br>Brieghel-Muller, G. (1979). Eutonie et Relaxation, deuxiéme édition, Lausanne : Delachaux et Niestlé.<br>Boski, S. (1990). A Relaxação Activa na Escola e em casa. Torres Vedras: Horizontes Pedagógicos.<br>Chemouni, J. (2000) Psychosomatique de l'enfant et de l'adulte. Paris : Nathan Université.<br>Chéné, P. (1998). Sophrologie, fondements et méthodologie. Paris : Ellébore éditions.<br>Doucet, C. (2000). La psychosomatique, Théorie et clinique. Paris : Armand Colin.<br>Filho, J. M. (1992). A Psicossomática Hoje. Porto alegre: Artmed Editora.<br>Jacobson, E. (1974). Progressive Relaxation. Chicago: The University of Chicago Press.<br>Manent, G. (1991). L'enfant et la relaxation. Barret-le-Bas : Le soufle d'or. (...) |