ID	3760
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); - Conhece as principais correntes e fundamentos em Psicossomática (abordagens psicológica de F. Dunbar e F. Alexander), abordagens neurofisiológicas, tal como as principais correntes contemporâneas; - Conhece o impacto da Relaxação Psicossomática, na capacidade de mentalização e o seu impacto nos processos de somatização; - Conhece as diferentes abordagens teóricas para a compreensão e fundamentação da prática da relaxação no plano neurofisiológico e psicoterapêutico; - Conhece as finalidades e os princípios metodológicos fundamentais da intervenção em Psicomotricidade.
Conteúdos Programáticos em Syllabus	- Aspectos históricos, conceptuais e metodológicos da relaxação psicossomática; - A psicossomática, uma visão integrada e holística do funcionamento humano. Principais correntes e fundamentos teóricos; - Impacto da Relaxação Psicossomática, na capacidade de mentalização e o seu impacto nos processos de somatização; - Indicações e particularidades contextuais e experienciais da relaxação; - Aspectos técnicos e gestão do quadro de intervenção em relaxação psicossomática; - As diferentes abordagens teóricas para a compreensão e fundamentação da prática da relaxação no plano neurofisiológico e psicoterapêutico; - Finalidades e os princípios metodológicos fundamentais da intervenção em relaxação psicossomática; - Aspectos técnicos e metodológicos dos métodos fundamentais de relaxação: Relaxação progressiva; Treino Autógeno, Eutonia; Relaxação Terapêutica para Crianças.

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