

PROGRAMA DE UNIDADE CURRICULAR

Unidade Curricular:	<u>Estratégias de Gestão Emocional dos Enfermeiros</u>				
Sigla da área Científica em que se insere	723: Enfermagem				
Curso:	Curso de Pós-Graduação - Cuidado Emocional em Enfermagem de Saúde Infantil e Pediátrica				
Ano Letivo	2025				
Ano Curricular	1	Semestre	2	Nº de ECTS	7
Equipa Pedagógica:					
• Regente/Coordenador	Tânia Martins de Almeida				
• Docentes	Ana Inês Lourenço da Costa Paula Manuela Jorge Diogo Sandra Maria Miranda Xavier Tânia Martins de Almeida Docentes convidados				
Objetivos de aprendizagem	<p>- Aprofundar os conceitos de emoções, pensamento emocional, inteligência emocional, competência emocional e saúde emocional.</p> <p>- Desenvolver estratégias de gestão das emoções na relação terapêutica e intersubjetiva no processo de cuidados de enfermagem.</p> <p>- Incrementar a competência emocional nas dimensões de relação intrapessoal e interpessoal.</p>				
Conteúdos Programáticos	<p>1. Enquadramento teórico e referenciais de enfermagem sobre:</p> <p>1.1 Emoções</p> <p>1.2 Pensamento emocional</p> <p>1.3 Inteligência emocional</p> <p>1.4 Competência emocional</p> <p>1.5 Trabalho emocional</p> <p>2. Gestão das emoções na relação terapêutica e intersubjetiva em</p>				

PROGRAMA DE UNIDADE CURRICULAR

	<p>enfermagem</p> <p>2.1 Utilizar as emoções para orientar o raciocínio</p> <p>2.2 Adaptar o estado emocional no momento de cuidado</p> <p>2.3 Promover um ambiente seguro e afetuoso</p> <p>2.4 Nutrir os cuidados com afeto</p> <p>2.5 Facilitar a gestão das emoções dos clientes</p> <p>3. Exercícios de regulação emocional nas dimensões intrapessoal e interpessoal</p> <p>3.1 Autoconhecimento</p> <p>3.2 Consciência das emoções</p> <p>3.3 Reciclagem de emoções negativas</p> <p>3.4 Gerar emoções positivas</p> <p>3.5 Mecanismos de <i>coping</i> e sistemas de resposta ao stress</p> <p>3.6 Gestão de conflitos</p> <p>4. Promover a saúde emocional</p> <p>4.1 Recursos intrapessoais e extrapessoais</p> <p>4.2 Estratégias individuais ou de grupo</p> <p>4.3 Atividades em contexto de serviço e nos tempos livres</p>
--	---

<p>Demonstração de coerência dos conteúdos programáticos com os objetivos</p>	<p>O programa tem enfoque nas experiências emocionais dos enfermeiros e nas dimensões da relação intrapessoal e interpessoal, com recurso a exercícios de análise das práticas e de estratégias de gestão emocional, que concorrem para a promoção da saúde emocional e para o desenvolvimento da competência emocional dos enfermeiros, tal como plasmado nos objetivos de aprendizagem.</p>
--	---

Total de Horas de trabalho	189	Total de Horas de Contacto:	57
• Teóricas	5	• Teórico-Práticas	20
• Seminário	15	• Orientação Tutorial	8
• Práticas Laboratoriais		• Trabalho de Campo	9
• Estágio			

Metodologia de Ensino e Avaliação	<p>A metodologia foca-se essencialmente em:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Exposição e discussão de conteúdos • Pesquisa orientada
--	--

PROGRAMA DE UNIDADE CURRICULAR

	<ul style="list-style-type: none"> • Análise das práticas e experiências de cuidados • Dinâmicas de grupo interativas <p>No que respeita à avaliação: Avaliação periódica: 1.º Momento - Trabalho Individual - Elaboração de um plano de formação adaptado ao local de trabalho (70%). 2.º Momento - Apresentação em grupo-turma (30%)</p> <p>Avaliação por exame final: Prova escrita individual.</p>
<p>Demonstração de coerência das metodologias de ensino com os objetivos</p>	<p>As sessões letivas estão estruturadas de modo a alicerçarem as conceções teóricas e a evidência científica na experiência clínica, e o treino de estratégias de gestão emocional em dinâmicas interativas com técnicas de gestão emocional centradas no enfermeiro/formando com repercussões na sua prática de cuidados.</p>
<p>Bibliografia</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Curry, A. (2018). <i>Gestão da emoção</i>. Pergaminho. - Damásio, A. (2020). <i>Sentir & saber: A caminho da consciência</i>. Temas e Debates. - Damásio, A. (2004). <i>O Sentimento de si: O corpo, a emoção e a neurobiologia da consciência</i> (15.ª ed.). Publicações Europa América. - Diogo, P. (2023). <i>Modelo de trabalho emocional em enfermagem pediátrica</i>. Lisbon International Press. - Diogo, P., Sousa, O., Rodrigues, J., Santos, M., Almeida, T. (2022). <i>Trabalho emocional dos enfermeiros no cuidado à pessoa com COVID-19: contributos para o desenvolvimento da práxis de Enfermagem</i>. Ordem dos Enfermeiros. - Mão de Ferro, A. (1999). <i>Na rota da pedagogia</i>. Colibri. - Rodrigues, M., & Ferrão, L. F. (2012). <i>Formação pedagógica de formadores</i> (10.ª ed.). Lidel. - Salovey, P., & Sluyter, D. J. (1999). <i>Emotional development and emotional intelligence: Educational implications</i>. Harper Collins. - Watson, J. (2012). <i>Human caring science: A theory of nursing</i> (2nd ed.). Jones and Bartlett Learning, LLC. - Xavier S., & Nunes L. (2017). Significados atribuídos à competência emocional do enfermeiro: Estudo empírico e impacto na educação. <i>Revista Ibero-Americana Saúde e Envelhecimento</i>, 2(2), 620. https://doi.org/10.24902/r.riase.2016.2(2)620