

**Unidade curricular:**

Psicologia em Saúde I

Curricular Unit:

Psychology I

**Objetivos da unidade curricular e competências a desenvolver (1000 carateres);**

- A. Compreender as várias correntes da psicologia e os contributos da intervenção em psicologia da saúde para as áreas médicas;
- B. Desenvolver competências pessoais para lidar com a exigência emocional e o stress profissional.
- C. Compreender o comportamento humano e os processos de mudança em saúde;
- D. Promover o autoconhecimento, a autoestima e o autoconceito;

Objectives of the curricular unit and competences to be developed (1000 caracteres)

- A. Understand the various currents of psychology and the contributions of intervention in health psychology to medical areas;
- B. To develop personal skills to deal with emotional demands and professional stress.
- C. Understand human behavior and processes of change in health;
- D. To promote self-knowledge, self-esteem and self-concept;

**Conteúdos programáticos (1000 carateres):**

A psicologia e a ciência, objeto, métodos e áreas de intervenção, destacando-se a psicologia da saúde e os seus contributos para áreas médicas.  
Noções de saúde e doença e as significações para o sujeito destacando-se os fatores que interferem na adaptação à doença e as reações emocionais mais frequentes.  
A comunicação nos cuidados de saúde.  
Stress e burnout, estratégias de gestão emocional.

Syllabus (1000 caracteres)

Psychology and science: object, methods and interventions issues, highlighting the health psychology and the contributions on medical issues. Concept of health and illness, and meanings for the subject and factors of adjustment to disease and emotions reactions. Communication and health care. Stress, burnout and emotional mediation.

**Referências bibliográficas (máximo três títulos):**

1. Handelsman, M., Knapp, S., & Gottlieb, M. (2002). Positive ethics. In C. R. Snyder, & S. J. Lopez (Eds.), Handbook of positive psychology (pp. 731-744). New York: Oxford University Press.
2. Brannon, L., Feist, J., & Updegraff, J.A. (2013). Health Psychology: An Introduction to Behavior and Health. (8th ed.). [S.l.]: Cengage Learning.
3. Straub, R.O. (2014). Psicologia da Saúde: uma abordagem biopsicossocial. (3ª ed.). Porto Alegre: Artmed.

Apenas Para Consulta