

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR**2020/2021**

Curso
Licenciatura em Educação e Formação
Designação
Competências Emocionais
Docente(s) (Indicar também qual o docente responsável pela U.C.)
Ana Paula Caetano
Descrição geral (ECTS, Carga horária, Apoio tutorial, etc.)
2,5 ECTS, 1,5 h de aulas teórico-práticas semanais, 2º semestre, apoio tutorial <i>online</i>
Objetivos / Competências
Conhecer diferentes concepções, teorias, tipologias sobre emoções, inteligência emocional e competências emocionais;
Analisar processos e resultados de investigação sobre emoções e competências emocionais, nomeadamente em contextos educativos;
Desenvolver competências emocionais, de forma contextualizada, tais como: consciência do seu próprio estado emocional; consciência das suas dificuldades emocionais; discernir as emoções dos outros; saber usar o vocabulário das emoções; autorregular suas emoções; compreender que as necessidades emocionais internas não correspondem a uma expressão externa; envolvimento empático; consciência da estrutura das relações; autoeficácia emocional;
Desenvolver um clima emocional na turma, favorável à cooperação, coesão e reflexividade individual e coletiva;
Compreender como a dimensão emocional pode ser integrada e articulada com outras, constituindo um núcleo de desenvolvimento intrapessoal, interpessoal e profissional, nomeadamente em contextos de educação e formação;
Refletir criticamente sobre questões emergentes associadas às situações, práticas e experiências que favorecem uma educação emocional, nomeadamente de ordem ética e cultural;
Perspetivar programas, projetos, processos educativos que visam uma educação emocional, de forma integrada.

Conteúdos programáticos (sinopse)

- 1- Emoções: conceitos, componentes, perspetivas, teorias e modelos
- 2- Emoções em educação – modelos e estudos
- 3- Inteligência emocional e competências emocionais: conceitos e tipologias
- 4- Programas e projetos de desenvolvimento de competências sociais e emocionais;
- 5- Temáticas de desenvolvimento associadas a emoções e competências emocionais, tais como: ética e emoções morais; criatividade e emoções; práticas culturais e emoções; emoções na experiência quotidiana.

Bibliografia geral

Brackett, M. A., Rivers, S. E., & Salovey, P. (2011). Emotional intelligence: Implications for personal, social, academic, and workplace success. *Social and Personality Compass*, 5, 88-103. doi: 10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x

Cabello, R.; Ruiz-Aranda, D. & Fernández-Berrocal, P. (2010). Docentes emocionalmente inteligentes. *REIFOP*, 13 (1). (web: <http://www.aufop.com>)

Decety, J. & Cowell J.M. (2014). Friends or foes: Is empathy necessary for moral behavior? *Perspect Psychol Sci*. 9(4), 525–537. doi:10.1177/1745691614545130

Estrela, M. T. (2010). *Profissão Docente – Dimensões Afectivas e Éticas*. Lisboa: Areal editores, 2010.

Franco, M.G. (2007). *A gestão das emoções na sala de aula*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian e Fundação para a Ciência e Tecnologia.

Freire, I., Bahia, S., Estrela, M. T. & Amaral, A. (2012). A dimensão emocional da docência: Contributo para a formação de professores. *Revista Portuguesa de Pedagogia*, Ano 46-II, 151-172.

Gross, J.J. (2014). Emotion regulation: Conceptual and empirical foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (2.^a ed., pp. 3-20). New York, NY: The Guilford Press.

Goleman, D. (2014). *Inteligência Emocional*. Lisboa: Temas e Debates e Círculos de Leitores

Mayer, J. D., Salovey, P., & Caruso, P. (2008). Emotional intelligence: New ability or eclectic traits. *American Psychologist*, 63(6), 503-517.

Pinto, M.A.M.. & Raimundo, R. (2016). *Avaliação e promoção de competências socioemocionais em Portugal*. Lisboa: Coisas de Ler.

Schutz, P. & Pekrun, R. (Eds.). (2007). *Emotion in education*. Amsterdam: Academic Press.

Veiga, F. & Santos, E. (2011). Uma escala de avaliação da empatia: adaptação portuguesa do Questionnaire to Assess Affective and Cognitive Empathy, Actas do VIII Congresso Iberoamericano de Avaliação/Evaluación Psicológica, XV Conferencia Internacional Avaliação Psicológica: Formas e Contextos, Universidade Lisboa, Portugal. <http://hdl.handle.net/10451/5328>

Métodos de ensino

Perspetiva-se uma linha de trabalho isomórfica com os objetivos e conteúdos, proporcionando aos estudantes experiências que constituam oportunidades de desenvolver os conhecimentos multireferenciais e as competências emocionais que se pretende fomentar. Propõe-se que os alunos desenhem os seus projetos de aprendizagem e de

pesquisa, a partir de processos de autodiagnóstico. O projeto de turma, entendida esta como uma comunidade de aprendizagem, será desenhado em conjunto e corresponderá a uma adaptação do programa às necessidades e interesses do grupo. Nas aulas teórico-práticas desenvolver-se-á um processo cooperado, com participação dos alunos na proposta de atividades a desenvolver, que concorrerão para a prossecução dos projetos individuais. Prevê-se desenvolver práticas, entre outras, de auto-observação, análise de vídeos, simulação, jogos, escrita e outras formas de expressão, leitura, análise e reflexão sobre situações educativas reais, apresentadas como casos, análise de programas e de projetos de desenvolvimento de competências emocionais.

A plataforma moodle constitui um importante recurso para a organização, desenvolvimento e avaliação da unidade curricular.

Regime Geral de Avaliação

A avaliação segue os princípios da uma adequação ao processo formativo e de consistência com os objetivos e competências que se pretende que os estudantes desenvolvam na unidade curricular. Prevê-se uma avaliação formativa e formadora, com momentos e autoavaliação, heteroavaliação e coavaliação das aprendizagens e dos processos educativos.

Propõe-se os seguintes elementos de avaliação:

- Portefólio digital individual – 80% - finalização até 16 de junho - Inclui os registos de toda a produção realizada na UC, nomeadamente um projeto de autoaprendizagem fundamentado, planos de ação e respetivas monitorizações, reflexões sobre atividades letivas realizadas de forma síncrona e assíncrona, registos narrativos e pesquisas.
- Participação no trabalho coletivo – 20% - aqui se inclui a participação em aulas síncronas (presenciais e a distância), nomeadamente a assiduidade e a apresentação de trabalhos e de propostas de atividades.

A aprovação na UC implica que o/a estudante obtenha no mínimo 10 valores, tanto na componente de avaliação individual, como na componente de avaliação em grupo.

Regime Alternativo de Avaliação

O regime alternativo abrange os alunos em regime especial que não possam ter uma assiduidade de pelo menos 2/3 das aulas. Esta situação deve ser acordada com as docentes durante o primeiro mês de aulas e deve ser acompanhada por um programa tutorial estabelecido previamente.

Propõe-se os seguintes elementos de avaliação:

- Portefólio individual, O portefólio deverá ser concluído e entregue até 16 de Junho. A classificação desta componente terá uma ponderação de 90% na classificação final. Inclui os registos de toda a produção realizada na UC, nomeadamente um projeto de autoaprendizagem fundamentado, planos de ação e respetivas monitorizações, leituras e fichas de leitura com sínteses e reflexões, registos narrativos.
- Participação nas sessões tutoriais, onde se dá conta dos trabalhos desenvolvidos e se planeiam as atividades seguintes. A classificação desta componente terá uma ponderação de 10% na classificação final.

A aprovação na UC implica que o/a estudante obtenha no mínimo 10 valores, tanto na componente de avaliação individual, como na componente de avaliação em grupo.

Regras relativas à melhoria de nota

Uma prova presencial a realizar a 7 de Julho