

---

**Ano Letivo** 2018-19

---

**Unidade Curricular** TÉCNICAS DE COMUNICAÇÃO E APRENDIZAGEM

---

**Cursos** PSICOLOGIA (1.º ciclo) (\*)

(\*) Curso onde a unidade curricular é opcional

---

**Unidade Orgânica** Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

---

**Código da Unidade Curricular** 14521089

---

**Área Científica** PSICOLOGIA

---

**Sigla**

---

**Línguas de Aprendizagem** Português.

---

**Modalidade de ensino** Presencial.

---

**Docente Responsável** Antónia Maria Jimenez Ros

DOCENTE	TIPO DE AULA	TURMAS	TOTAL HORAS DE CONTACTO (*)
Ana Susana Rocio Gonçalves de Almeida	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	19.5T; 19.5TP; 5OT

\* Para turmas lecionadas conjuntamente, apenas é contabilizada a carga horária de uma delas.

ANO	PERÍODO DE FUNCIONAMENTO*	HORAS DE CONTACTO	HORAS TOTAIS DE TRABALHO	ECTS
1º	S1	19.5T; 19.5TP; 5OT	140	5

\* A-Anual;S-Semestral;Q-Quadrimestral;T-Trimestral

#### Precedências

Sem precedências

#### Conhecimentos Prévios recomendados

A presente unidade curricular foi concebida como introdutória aos conteúdos curriculares lecionados. Desta forma, não são recomendados conhecimentos prévios relativos aos conteúdos programados.

#### Objetivos de aprendizagem (conhecimentos, aptidões e competências)

Os objetivos gerais da unidade curricular consistem em:

- proporcionar uma transição, adaptação e integração adequadas ao contexto académico situando os alunos perante a realidade académica e profissional da Psicologia em Portugal em comparação com a realidade de outros países europeus;
- incrementar um conjunto de conhecimentos e competências pessoais e interpessoais capazes de promover a aprendizagem eficaz (e.g., aspetos associados ao sucesso, estratégias e técnicas eficazes), a organização pessoal e a gestão produtiva do tempo (e.g., princípios, barreiras, perfis pessoais e estratégias eficazes), a comunicação adequada e a resolução de conflitos (e.g., aprendizagens em grupo, problemáticas, estratégias, características e práticas eficazes para elevado rendimento grupal);
- incitar conhecimentos e competências fundamentais à produção e divulgação de trabalhos universitários e de investigação científica (e.g., resumos, apresentação oral, póster).

## Conteúdos programáticos

### Tema 1: **Conhecer e adaptar-se ao contexto académico e profissional**

- Formação em Psicologia ? organização curricular, instituições e modelos de formação dos psicólogos em Portugal
- Psicologia em Portugal: balanço e perspetivas
- Psicologia enquanto profissão e áreas de intervenção (consolidadas e emergentes)
- Aspetos socioprofissionais da Psicologia em Portugal: carreiras e estruturas sindicais e profissionais

### Tema 2: **Competências de estudo, de aprendizagem e de comunicação no ensino superior**

- Competências pessoais e académicas e sua relevância para o sucesso
- Transição para o ensino superior: desafios e estratégias
- Gestão do espaço e do tempo de estudo
- Características, práticas e estratégias promotoras do elevado rendimento em equipa

### Tema 3: **Competências de comunicação e divulgação científica**

- Relevância dos processos de comunicação na produção, divulgação e apresentação de trabalhos científicos
  - Comunicação oral
  - Comunicação escrita: relatórios, artigos, trabalhos académicos
  - Comunicação Poster
- 

## Metodologias de ensino (avaliação incluída)

### Métodos Ensino-Aprendizagem :

- Exposição oral
- Trabalho individual
- Trabalho de grupo
- Debates
- Análise e discussão de textos e informação diversa
- Construção de perfis individuais
- Comunicações
- Palestras com convidados

### Avaliação :

- Realização e apresentação de tarefas nas aulas (8 valores ? 40%)
- Participação e envolvimento nas aulas (2 valores ? 10%)
- Trabalho Final de Grupo ? Apresentação científica (5 valores ? 25%)
- Reflexão Final Individual (5 valores ? 25%)

Será dispensado de *exame final* alunos cuja classificação seja igual ou superior a 10 valores.

O Exame de Época Normal e o Exame de Recurso consistem num teste escrito com a duração de 90 minutos.

Regimes especiais de avaliação (e.g., estudante trabalhador) devem ser comunicados aos docentes no início do semestre e os critérios de avaliação são reavaliados em conjunto com os alunos.

### Bibliografia principal

- American Psychological Association. (2010). *Publication Manual of the American Psychological Association* (6th ed.). Washington: Author.
- Cottrell, S. (2013). *The Study Skills Handbook*, (4th ed.). New York: Palgrave Macmillan.
- Cunha, S. M., & Carrilho, D. M. (2005). O processo de adaptação ao ensino superior e o rendimento académico. *Psicologia Escolar e Educacional*, 9, 215-224.
- Dembo, M. H., & Seli, H. (2013). *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Focus on Self-Regulated Learning* (4ª edição). New York: Routledge Taylor & Francis.
- Garrido, M. V., & Prada, M. (2016). *Manual de competências académicas. Da adaptação à universidade à excelência académica. Lisboa: Edições Sílabo.*
- McMillan, K., & Weyers, J. (2012, 3ª Edição). *The study skills book: Smarter study skills for the smarter student*. London: Pearson Education.

**Academic Year** 2018-19

**Course unit** COMMUNICATION AND LEARNING TECHNIQUES

**Courses** PSYCHOLOGY (1st Cycle) (\*)

(\*) Optional course unit for this course

**Faculty / School** Faculdade de Ciências Humanas e Sociais

**Main Scientific Area** PSICOLOGIA

**Acronym**

**Language of instruction** Portuguese.

**Teaching/Learning modality** Presential.

**Coordinating teacher** Antónia Maria Jimenez Ros

Teaching staff	Type	Classes	Hours (*)
Ana Susana Rocio Gonçalves de Almeida	OT; T; TP	T1; TP1; OT1	19.5T; 19.5TP; 5OT

\* For classes taught jointly, it is only accounted the workload of one.

**Contact hours**

T	TP	PL	TC	S	E	OT	O	Total
19.5	19.5	0	0	0	0	5	0	140

T - Theoretical; TP - Theoretical and practical ; PL - Practical and laboratorial; TC - Field Work; S - Seminar; E - Training; OT - Tutorial; O - Other

**Pre-requisites**

no pre-requisites

**Prior knowledge and skills**

This course is an introductory course, and no specific previous knowledge is required from students.

**The students intended learning outcomes (knowledge, skills and competences)**

The general objectives of the course are:

- Providing an appropriate transition, adaptation and integration to the academic context, situating students in front of the academic and professional reality of Psychology in Portugal compared to the reality of other European countries;
- Implementing a set of knowledge, and personal and interpersonal skills that promote effective learning (e.g., aspects associated with success, effective strategies and techniques), personal organization and productive management of time (e.g., principles, barriers, personal profiles and effective strategies), proper communication and conflict resolution (eg, group learning, problems, strategies, characteristics and effective practices for high income group);
- Encouraging knowledge and core competencies to the production and dissemination of university research and scientific research (e.g., summaries, oral presentation, poster).

## Syllabus

### Theme 1: Knowing and adapting to academic and professional contexts

- Formation in Psychology - curricular organization, institutions, models of training of psychologists in Portugal
- Psychology in Portugal: current situation and future perspectives
- Profession and areas of intervention (consolidated and emerging areas)
- Socio-economic aspects of psychology in Portugal: careers, trade union and professional structures

### Theme 2: Study skills, learning and communication in higher education

- Personal and academic skills and their relevance for success
- Transition to higher education: challenges and strategies
- Space and study time management
- Characteristics, practices and strategies promoting high team performance

### Theme 3: Communication skills and scientific dissemination

- Relevance of communication processes in production, dissemination and presentation of scientific papers
- Oral communication
- Written communication: reports, articles, academic papers
- Poster

---

## Teaching methodologies (including evaluation)

### Teaching and learning methods:

- Oral presentation
- Individual work
- Group work
- Discussions
- Analysis and discussion of texts and various information
- Construction of individual profiles
- Communications
- Guest speakers

### Evaluation:

- Realization and presentation of tasks in class (8 points - 40%)
- Participation and involvement in class (2 points - 10%)
- Final group work - Scientific Presentation (5 points - 25%)
- Final individual reflection (5 points - 25%)

Students with a final mean equal to or higher than 10 will pass the course and will be exempted from final exam.

All the other exams (like ?exame de época especial? or ?recurso?) consist in a written test lasting 90 minutes.

Students with special conditions (e.g., working students) should identify themselves to teachers at the beginning of the semester and the evaluation criteria will be reviewed together with the students

### Main Bibliography

- American Psychological Association. (2010). *Publication Manual of the American Psychological Association* (6th ed.). Washington: Author.
- Cottrell, S. (2013). *The Study Skills Handbook*, (4th ed.). New York: Palgrave Macmillan.
- Cunha, S. M., & Carrilho, D. M. (2005). O processo de adaptação ao ensino superior e o rendimento académico. *Psicologia Escolar e Educacional*, 9, 215-224.
- Dembo, M. H., & Seli, H. (2013). *Motivation and Learning Strategies for College Success: A Focus on Self-Regulated Learning* (4ª edição). New York: Routledge Taylor & Francis.
- Garrido, M. V., & Prada, M. (2016). *Manual de competências académicas. Da adaptação à universidade à excelência académica. Lisboa: Edições Sílabo.*
- McMillan, K., & Weyers, J. (2012, 3ª Edição). *The study skills book: Smarter study skills for the smarter student*. London: Pearson Education.