

PROGRAMA DE UNIDADE CURRICULAR

Unidade Curricular:	Cuidar de si e do outro: abordagem biográfica e projecto profissional		
Curso:	Curso de Licenciatura em Enfermagem		
Ano Lectivo	2011-2012		
Ano Curricular	1º, 2º e 3º	Semestre	1º
		Nº de Ects	3
Equipa Pedagógica:			
• Regente/Coordenador	Maria Teresa Gouvêa Magão		
• Docentes	Gloria Maria Afonso Esteves Toletti; Maria José Nogueira; Maria Teresa Gouvêa Magão		
Finalidade	Contribuir para o desenvolvimento da competência biográfica do estudante como suporte de aprendizagem do cuidar de si e do outro		
Objectivos	<ul style="list-style-type: none"> • Reflectir sobre experiências significativas no cuidar de si e do outro partindo de uma abordagem biográfica do percurso de vida e de formação. • Reconhecer ligações do projecto profissional com os projectos de vida e saúde. • Discutir contributos de uma abordagem biográfica na promoção de projectos de saúde. 		
Programa	<ul style="list-style-type: none"> • O projecto: uma atitude na vida • O projecto de saúde e a (minha) saúde em projecto • Dimensões do projecto profissional • Cuidar de si e do outro: Experiências formadoras • Motivações, valores e competências • Gestão do stress • Gestão do tempo 		
Horas de Trabalho:		Total de Horas:	40
• Teóricas	10	• Teórico-Práticas	30
• Seminário		• Orientação Tutorial	
• Práticas Laboratoriais		• Trabalho de Campo	
• Estágio			
Metodologia	Exercícios individuais e em grupo, em que se apela às experiências vividas pelos estudantes no seu percurso de vida e de formação. Exposição teórica de temas e conceitos. Discussão e reflexão individual e em grupo.		
Avaliação	Elaboração de um <i>portefólio</i> , entendido neste âmbito como uma colecção pequena, organizada e seleccionada, dos trabalhos/reflexões significativos produzidos ao longo da disciplina, de forma a proporcionar uma visão geral do		

PROGRAMA DE UNIDADE CURRICULAR

	percurso de tomada de conhecimento de si.
Bibliografia Principal	<p>Collière, M-F. (1989). <i>Promover a vida</i>. Lisboa: Sindicato dos Enfermeiros Portugueses.</p> <p>Honoré, B (2002). <i>A saúde em projecto</i>. Loures: Lusociência.</p> <p>International Council of Nurses (2001). <i>It's your career take charge</i>.Geneva:ICN</p> <p>Josso, M-Ch. (2002). <i>Experiências de vida e formação</i>. Lisboa:Educa</p> <p>Ordem dos Enfermeiros (2001). <i>Padrões de qualidade dos cuidados de enfermagem</i>. Divulgar. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros</p> <p>Ordem dos Enfermeiros (2003). <i>Competências do enfermeiro de cuidados gerais</i>. Divulgar. Lisboa: Ordem dos Enfermeiros</p> <p>Rispail, D. (2002). <i>Conhecer-se melhor para melhor cuidar: uma abordagem do desenvolvimento pessoal em cuidados de enfermagem</i>. Loures: Lusociência</p> <p>Royal College of Nursing (2005). <i>Managing your stress. A guide for nurses</i>. London: RCN</p>