

FICHA DE UNIDADE CURRICULAR

Curso:	Mestrado em Psicologia do Desporto e do Exercício					
Unidade Curricular:	Aconselhamento					
Módulo						
1.º ANO	1º semestre	ECTS:5				
Horas de contacto:	T:30	TP:30	PL:0	OT:10	TC:0	S:0
Regente	Professor Associado com Agregação, Doutor António Rosado, (arosado@fmh.utl.pt)					
Docentes	Professora Convidada Mestre Joana Sequeira, (joanasequeira@esdrm.pt);					
<p>Objectivos:</p> <p>Com a Unidade Curricular pretende-se que ao alunos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. conheçam os vários conceitos de aconselhamento, considerando os seus modelos teóricos, objectivos e <i>settings</i> de aplicação; 2. identifiquem as condições necessárias para a realização do aconselhamento, nos seus diferentes contextos; 3. percepcionem o aconselhamento como um formato específico de intervenção com regras objectivos e formas de funcionamento próprias; 4. caracterizem e compreendam as várias fases do aconselhamento; 5. conheçam, identifiquem e implementem as técnicas e processos característicos das entrevistas de aconselhamento; 6. sejam capazes de construir uma visão colaborativa e dinâmica do processo de aconselhamento; 7. conheçam as aplicações do aconselhamento no contexto desportivo 8. tenham contacto com as áreas e tipos de aconselhamento no quadro desportivo; 9. reflectam sobre vários programas de aconselhamento implementados no desporto. 						
<p>Conteúdos</p> <p>Parte A – Enquadramento teórico.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Enquadramento conceptual do aconselhamento. <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Definições de aconselhamento. 1.2. O aconselhamento como processo e como relação. 1.3. Tipos de aconselhamento. 1.4. Indicações para o processo de aconselhamento. 2. O Aconselhamento na perspectiva sistémica/ecossistémica. <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Conceitos gerais do modelo sistémico: <ol style="list-style-type: none"> 2.1.1. Definição de sistema e suas propriedades. 2.1.2. Comunicação humana: princípios e objectivos. <ol style="list-style-type: none"> 2.1.2.1. A comunicação no aconselhamento. 2.1.3. O aconselhamento como processo de mudança: <ol style="list-style-type: none"> 2.1.3.1. Teorias da mudança: Mudança tipo I, mudança Tipo II, Teoria dos Tipos Lógicos, Teorias da Mudança Narrativa. 2.2. Diagnóstico e avaliação sistémicos: 2.3. Objectivos do aconselhamento na perspectiva sistémica: processo colaborativo. 2.4. Papel do técnico de aconselhamento na perspectiva sistémica. 3. Aplicações práticas. <p>Parte B – Metodologias do Aconselhamento.</p> <ol style="list-style-type: none"> 4. As competências do técnico de aconselhamento <ol style="list-style-type: none"> 4.1. Papel do técnico e construção de um “estilo pessoal” <ol style="list-style-type: none"> 4.1.1. Teoria das micro-competências do técnico de aconselhamento. 4.2. O processo de estabelecimento de uma relação profissional empática. 5. A entrevista no aconselhamento 						

- 5.1. Questões éticas da entrevista.
- 5.2. Objectivos e estádios da entrevista: da avaliação à intervenção.
- 5.3. Tipos de entrevista: contexto, intervenientes, modalidades, objectivos e modelos de referência.
6. Metodologias de observação e recolha de informação
 - 6.1. Definição do âmbito de observação e estabelecimento de hipóteses compreensivas.
 - 6.2. Metodologias de observação (não focalizada e focalizada).
 - 6.3. Interrogatório clássico e interrogatório circular.
 - 6.4. Genograma.
 - 6.5. Eco-carta.
7. Técnicas/Estratégias de aconselhamento
 - 7.1. Articulação entre técnicas, competências e objectivos.
 - 7.2. Técnicas de promoção do *insight*:
 - 7.2.1. Técnicas confrontativas.
 - 7.2.2. Técnicas de focalização.
 - 7.2.3. Técnicas de auto-reflexão.
 - 7.3. Estratégias de promoção da mudança (de construção de leituras alternativas):
 - 7.3.1. Interpretação.
 - 7.3.2. Reenquadramento e conotação positiva.
 - 7.3.3. Directrizes/tarefas.
 - 7.3.4. Estratégias psico-pedagógicas (jogos, histórias, exercícios e metáforas).
 - 7.3.5. Alinhamento dos níveis lógicos (PNL).
8. Aplicação prática.

Avaliação:	Contínua: 1. O modelo base de avaliação será o da avaliação contínua e comportará 3 momentos de avaliação individual .
	Final: Realização de exame final prova escrita e prova oral, de acordo com o regulamento de avaliação em vigor na Escola.

Bibliografia principal:

- Carkhuff, R. & Pierce, R. (1977). *The art of helping trainers Guide*. Massachusetts, Human Resource Development Ressource.
- Dosil, J. (2004). *Psicologia da Actividade Física y del Deporte*. Madrid, McGrawHill
- Egan, G. (1987). *The Skilled Helper*. Monterey, Brooks/Cole Publishing Company.
- Ivey, A. & Ivey, M. (2003). *Intencional Interviewing and Counseling*. Pacific Grove, USA, THONSON BOOKS/COLE.
- Ohlsen, M.; Home, A. & Lawe, C. (1989). *Group Counseling*. New York, Holt, Rinehart And Winston, Inc.
- Samulski, D. (2002). *Psicologia do Esporte*. S. Paulo, Manole.
- Woolfe, R. & Dryden, W. (1996). *Handbook of Counseling Psychology*. London, sage Publications.