



INSTITUTO DO EMPREGO E FORMAÇÃO PROFISSIONAL, I.P.



Cursos de Aprendizagem

Organização em **Unidades de Formação de Curta Duração**

Componente Científica

Domínio

PSICOLOGIA E SOCIOLOGIA

* Nota:

as UFCD a utilizar no referencial de PSICOLOGIA E SOCIOLOGIA correspondem às UFCD 1, 2 e 4 do referencial de PSICOLOGIA e à totalidade das UFCD que constituem o referencial de SOCIOLOGIA.



2. Organização em Unidades de Formação de Curta Duração

PSICOLOGIA

Código SGFOR (válido para o IEFP)	UFCD	Horas
	1 Psicologia, desenvolvimento humano, percurso de vida e comportamento	25
	2 Domínio intrapessoal da cognição, emoção e motivação	25
	4 Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos	50

SOCIOLOGIA

Código SGFOR (válido para o IEFP)	UFCD	Horas
	1 Sociologia e realidade social	25
	2 Processo de socialização e identidade cultural	25
	3 Vida em sociedade	25
	4 Dinamismo e heterogeneidade das sociedades modernas	25



2. DESENVOLVIMENTO DA FORMAÇÃO

PSICOLOGIA

UFCD

1

Psicologia, desenvolvimento humano, percurso de vida e comportamento

**Carga Horária
25 h**

Resultados da Aprendizagem

- Reconhece a Psicologia como área científica que estuda o comportamento humano na sua complexidade e na diversidade de contextos em que este se manifesta.
- Reconhece a especificidade da Psicologia, face a outras disciplinas científicas próximas e relativamente a crenças do senso comum.
- Reconhece a evolução da Psicologia como ciência, em termos de objecto e método de estudo.
- Identifica as principais áreas de investigação e intervenção psicológica na actualidade.
- Reconhece os factores, processos e dimensões envolvidas no desenvolvimento humano.
- Identificar as diferentes fases do desenvolvimento e afirmação da sexualidade.
- Identifica as particularidades comportamentais subjacentes às diferentes idades do ser humano.
- Reconhece a importância da intervenção da Psicologia no desenvolvimento humano em termos de valorização pessoal.
- Descreve as principais características e formas de actuar em públicos de diferentes idades.

Conteúdos

Psicologia – evolução e áreas de intervenção

- Psicologia como ciência
 - Conceito
 - Objecto de estudo
 - Delimitação e interfaces com outras áreas científicas próximas
 - Complexidade e subjectividade do comportamento humano
 - Conhecimento do senso comum e conhecimento científico
- Evolução da Psicologia como ciência
 - Influência e autonomia face à Filosofia
 - Ideal positivista
- Fases fundamentais da construção da Psicologia como ciência
 - Psicologia dos estados e conteúdos da consciência
 - Wundt e o primeiro laboratório de Psicologia
 - Método introspectivo
 - Limitações do método introspectivo - dessubjectivação do psiquismo
 - Behaviorismo radica
 - Reflexo condicionado de Pavlov
 - Lei do Efeito de Thorndike
 - Watson
 - Limitações da teoria de Watson - dessubjectivação do comportamento
 - Behaviorismo subjectivo
 - Psicanálise de Freud
 - Movimento “cognitivista”
 - O desafio actual: integrar o estudo das dimensões cognitiva e afectiva do comportamento
- Áreas de especialização em Psicologia
 - Domínios tradicionais de investigação e intervenção em Psicologia
 - Psicologia clínica
 - Psicologia da educação
 - Psicologia social e das organizações



UFCD

1

Psicologia, desenvolvimento humano, percurso de vida e comportamento

Conteúdos

Definição e factores do desenvolvimento humano

- Actuais domínios da Psicologia
- Tendências futuras da Psicologia
- Psicologia em Portugal
 - Oportunidades de formação e contextos de prática profissional
- Definição de desenvolvimento humano
 - Natureza e cultura
 - Hereditariedade e meio
 - Crescimento e maturação
- Níveis de desenvolvimento
 - Filogénese
 - Ontogénese
 - Epigénese
- Bases biológicas do comportamento
 - Anatomia
 - Fisiologia do sistema nervoso
- Estádios de desenvolvimento
- Desenvolvimento *life-span*

Etapas do desenvolvimento humano – características e fundamentos teóricos

- Teorias do Desenvolvimento
 - Piaget
 - Desenvolvimento cognitivo
 - Freud
 - Desenvolvimento psicossexual
 - Erik Erikson
 - Desenvolvimento psicossocial
 - Donald Super
 - Desenvolvimento vocacional
- Etapas do desenvolvimento
 - Período pré-natal
 - Infância
 - Adolescência
 - Idade adulta
 - Velhice
- Sexualidade humana
- Desenvolvimento humano na infância
 - Crescimento físico e desenvolvimento psicomotor
 - Capacidade de representação e função simbólica
 - Desenvolvimento da linguagem
- Desenvolvimento humano na adolescência
 - Transformações físicas
 - Puberdade



UFCD

1

Psicologia, desenvolvimento humano, percurso de vida e comportamento

Conteúdos

Etapas do desenvolvimento humano – características e fundamentos teóricos (cont.)

- Identidade
 - Desenvolvimento sócio-afectivo
- Raciocínio formal
 - Pensamento hipotético-dedutivo
- Exploração
- Primeiras experiências profissionais
- Desenvolvimento humano na idade adulta
 - Passagem da juventude para a idade adulta
 - Papéis sociais, familiares e profissionais
- Desenvolvimento humano na velhice
 - Transformações cognitivas
 - Sabedoria
 - Transformações sócio-afectivas
 - Descompromisso profissional
 - Aposentação
 - Viuvez
 - Abandono familiar
 - Idoso institucionalizado
 - Envelhecimento activo
 - Promoção do bem-estar e da qualidade de vida

Transição como processo presente ao longo da vida

- Transições programadas
- Transições imprevistas
- Papel do desenvolvimento de projectos na preparação das transições
- Transição do contexto de escola para o mundo do trabalho



UFCD

2

Domínio intrapessoal da cognição, emoção e motivação

Carga Horária

25 h

Resultados da Aprendizagem

- Distingue a dimensão cognitiva e afectiva do comportamento e reconhece as relações que se estabelecem entre ambas.
- Identifica os diferentes conceitos de inteligência e aplica-os em situações de relacionamento interpessoal.
- Reconhece as estratégias de gestão de crenças e emoções inadequadas no quotidiano.

Conteúdos

Processos cognitivos

- Capacidades cognitivas do sujeito
 - Atenção
 - Concentração
 - Percepção
 - Aprendizagem
 - Memória
 - Inteligência
 - Perspectiva das inteligências múltiplas de Gardner
 - Pensamento
 - Pensamento convergente
 - Pensamento divergente
 - Cognição
 - Meta-cognição

Processos emocionais

- Inteligência emocional
 - Implicações nas relações interpessoais
- Relações entre os pensamentos e as emoções
 - Estratégias para gestão de crenças e emoções inadequadas

Processos motivacionais

- Motivação
 - Conceito
- Motivação intrínseca
 - Conceito
- Motivação extrínseca
 - Conceito
- Expectativa e atribuição
 - Conceito
 - Diferenças e complementaridades no processo motivacional
- Motivação e satisfação
- Pirâmide das Necessidades de Maslow
 - Pressupostos



UFCD

4

Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos

**Carga Horária
50 h**

Resultados da Aprendizagem

- Enuncia os conceitos de auto-conceito e auto-estima através da valorização pessoal e profissional.
- Reconhece a importância do grupo na dinâmica das relações interpessoais.
- Reconhece a dinâmica de grupos adequada à situação de ensino-aprendizagem em contexto real de trabalho.
- Descreve as diferentes formas de gerir e superar conflitos (intra e interpessoais).
- Descreve o processo de liderança e identifica as características que diferenciam os empreendedores.
- Identifica as estruturas familiares como processos sociais dinâmicos no tempo e no espaço.
- Reconhece a realidade dos contextos de socialização em constante mutação.
- Reconhece a importância do grupo de pares para a inserção na comunidade e para o desenvolvimento psicossocial.
- Analisa os contextos de socialização com recurso a instrumentos e a procedimentos adequados.

Conteúdos

Percepção do “eu”

- Formação do auto-conceito
 - O “eu” visto pelos “Outros”
 - Importância da valorização pelos sujeitos significativos
 - Interpretação pelo “eu”
 - Interaccionismo simbólico
- Sentimento de valor
 - Auto-estima
- Estratégias de manutenção de uma identidade pessoal positiva

Percepção dos “outros”

- Cognição social e atitudes
 - Conceito
 - Componentes das atitudes
 - Formação de atitudes
 - Desenvolvimento de atitudes
 - Mudança de atitudes
- Percepção social e categorização
 - Formação de impressões
 - Estereótipos
 - Preconceitos

Percepção e dinâmica do “nós”

- Conceito e características dos grupos
 - Interacção da heterogeneidade
 - “eu” ao “nós”
 - Relacionamento e a tarefa do grupo
 - Teoria de Desenvolvimento do Grupo
 - Tuckman
 - Dinâmica de grupo
 - Kurt Lewin



UFCD

4

Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos

Conteúdos

Percepção e dinâmica do “nós” (cont.)

- Estrutura e funcionamento do grupo
 - Estatuto, papel e apreço
 - Conceitos
 - Papéis e estatutos adquiridos ou atribuídos
 - Estrutura sociométrica
 - Coesão do grupo
- Normalização e conflitos
 - Conflito
 - Escalada do conflito
 - Assertividade
 - Inconformismo
 - Passividade
 - Agressividade
 - Manipulação
 - Afirmação pessoal
 - Estratégias individuais na gestão do conflito
 - Poder
 - Autoridade
 - Influência social
 - Obediência
 - Conformismo

Liderança, negociação social e empreendedorismo

- Conceito de liderança
 - Funções, padrões e contextos de liderança
- Empreendedor e a negociação social
 - Elementos da negociação
 - Negociação integrativa e negociação distributiva
 - Perfil do empreendedor

Processo e contextos de socialização

- Processo de socialização
 - Conceito de socialização
- Contextos de socialização
 - Família
 - Relações dos adolescentes com os pais e outros familiares
 - Tipos de estruturas familiares
 - Família nuclear
 - Família extensa
 - Família monogâmica
 - Família de procriação



UFCD

4

Dinâmica de grupos, relações interpessoais, socialização e contextos

Conteúdos

Processo e contextos de socialização (cont.)

- Novas organizações da estrutura familiar
 - Famílias monoparentais
- Família e formação da identidade do adolescente
 - Conflitos pais-filhos
- Grupo de pares
 - Relacionamento com o grupo de pares
 - Processos sócio-psicológicos
 - Comparação social e conformismo
 - Amizade
- Escola
 - Adolescentes e escola
 - Relação escola família
- Cultura
 - Moda
 - *Mass media*
 - Etnia



SOCIOLOGIA

UFCD

1

Sociologia e realidade social

Carga Horária

25 h

Resultados da Aprendizagem

- Reconhece os conceitos de realidade social, ciência social, senso comum e conhecimento científico.
- Define e contextualiza os princípios fundamentais do conhecimento sociológico.
- Utiliza os instrumentos da sociologia para proceder à análise da realidade social.
- Analisa os aspectos mais relevantes das sociedades actuais, particularmente, da sociedade portuguesa.
- Identifica a terminologia técnica associada à sociologia.

Conteúdos

Sociologia - ciência social

- Ciências sociais e realidade social
 - Complexidade da realidade social
 - Objecto das ciências sociais
- Objecto da Sociologia
 - Factos sociais
 - Noção
 - Caracterização
- Produção do conhecimento em Sociologia
 - Senso comum
 - Problemas
 - Construção do conhecimento sociológico
- Processo de investigação
 - Estratégias de investigação
 - Intensiva
 - Extensiva
 - Investigação-acção
 - Etapas de investigação
 - Definição do problema
 - Estudo exploratório
 - Definição de hipóteses de trabalho
 - Selecção e aplicação dos instrumentos de observação
 - Recolha da informação
 - Análise da informação recolhida e conclusões

Formas de recolha de informação - técnicas

- Pesquisa documental
- Observação participante
- Inquéritos por entrevista
 - Tipos
 - Directiva
 - Aplicabilidade



UFCD

1

Sociologia e realidade social

Conteúdos

Formas de recolha de informação - técnicas (cont.)

- Semi-directiva
 - Aplicabilidade
- Não directiva
 - Aplicabilidade
- Inquéritos por questionário
 - Adequação ao objecto de estudo
 - Universo e amostra
 - Fases de realização
 - Definição do objectivo do inquérito e das hipóteses de trabalho
 - Determinação do universo
 - Construção da amostra
 - Redacção do questionário
 - Formação dos inquiridores
 - Realização material do inquérito
 - Codificação dos questionários
 - Tratamento das informações recolhidas
 - Validação da amostra
 - Análise dos resultados
 - Redacção do relatório



UFCD

2

Processo de socialização e identidade cultural

Carga Horária

25 h

Resultados da Aprendizagem

- Reconhece os conceitos de relação social, grupo social, papel social e posição social, para efeitos de descodificação da vida social.
- Descreve e relaciona os conceitos de socialização e cultura.
- Analisa os aspectos culturais mais relevantes das sociedades contemporâneas.
- Reconhece o funcionamento das sociedades actuais, particularmente, da portuguesa, através da utilização dos conceitos de integração social, ordem social e controlo social.
- Reconhece e aplica os termos técnicos de sociologia associados ao processo de socialização e à identidade cultural das sociedades.

Conteúdos

Relações sociais, grupo social, papel e posição social

- Relações sociais
 - Tipos
 - Conceito
- Grupo social
 - Características
 - Interesses e objectivos comuns
 - Permanência no tempo
 - Estrutura interna
 - Grupo de pertença
- Papel e posição social
 - Conceitos
 - Articulação dos conceitos
 - Grupos sociais
 - Sistemas de papéis

Processo de socialização

- Socialização
 - Conceito
 - Agentes de socialização
 - Socialização como um processo
 - Socialização no espaço e no tempo
- Cultura
 - Conceito sociológico de cultura
 - Elementos da cultura
 - Materiais
 - Espirituais
 - Diversidade cultural
 - Valores
 - Padrões de cultura
 - Cultura e socialização
 - Dinamismo da cultura



UFCD

2

Processo de socialização e identidade cultural

Conteúdos

Processo de socialização (cont.)

- Aspectos culturais das sociedades contemporâneas
 - Subcultura
 - Aculturação
 - Etnocentrismo cultural
- Integração social
 - Valores
 - Normas e comportamentos
 - Importância do processo de socialização na integração social
 - Ordem social
 - Comportamentos desviantes
 - Controlo social
 - Mecanismos
 - Sanções positivas
 - Sanções negativas



UFCD

3

Vida em sociedade

Carga Horária

25 h

Resultados da Aprendizagem

- Reconhece os conceitos sociológicos fundamentais para descodificar a vida em sociedade, principalmente, no âmbito da família e da escola.
- Analisa as organizações de um ponto de vista sociológico.

Conteúdos

Vida em sociedade

- Vida familiar
 - Tipos de família
 - Nuclear
 - Monoparental
 - Recompsta
 - Papel da família na socialização
 - Novos comportamentos da família
 - Democratização das relações familiares
 - Tendência para a simetria de contributos e de participação entre homens e mulheres
 - Novos papéis parentais
- Escola na sociedade do conhecimento
 - Funções
 - Massificação da escola
 - Multiculturalidade da escola
 - Novas funções da escola
 - Educação ao longo da vida
- Organizações
 - Conceitos
 - Tipos de organizações
 - Associações de utilidade pública
 - Administrações públicas
 - Empresas
 - Características
 - Objectivos
 - Estrutura interna
 - Hierarquia
 - Divisão do trabalho
 - Cultura organizacional



UFCD

4

Dinamismo e heterogeneidade das sociedades modernas

Carga Horária

25 h

Resultados da Aprendizagem

- Reconhece os conceitos sociológicos fundamentais para descodificar o fenómeno da globalização.
- Identifica as transformações verificadas no consumo das sociedades actuais e os problemas ambientais, de uma perspectiva sociológica.
- Reconhece os conceitos de migração, diversidade étnica, género, pobreza e exclusão social, para descodificar a vida social.
- Caracteriza, numa perspectiva sociológica, a realidade social, particularmente, em termos de desigualdades sociais.
- Analisa aspectos relevantes do dinamismo e da diferenciação social das sociedades actuais, sobretudo, da sociedade portuguesa.

Conteúdos

Dinamismo e heterogeneidade das sociedades modernas

- Fenómeno da globalização
 - Dimensões
 - Económica
 - Aceleração das trocas (bens, serviços e capitais) e dos movimentos da população
 - Cultural
 - Papel dos meios de comunicação social
 - Aculturação
- Consequências da globalização
 - Uniformização dos padrões de consumo
 - Problemas ambientais (delapidação dos recursos naturais e poluição)
 - Padrões de consumo e problemas ambientais
 - Globalização e problemas ambientais
- Desigualdades sociais
 - Diferenciação social
 - Noção
- Heterogeneidade da sociedade portuguesa
 - Diversidade étnica da sociedade portuguesa
 - Migrações das sociedades actuais
 - Causas
 - Integração social e cultural
 - Problemas
 - Formas de discriminação associadas ao género
 - Sexo e género
 - Socialização do género
 - Pobreza e exclusão social
 - Pobreza
 - Conceitos
 - Pobreza e exclusão social
 - Categorias sociais vulneráveis à pobreza



UFCD

4

Dinamismo e heterogeneidade das sociedades modernas

Conteúdos

Dinamismo e heterogeneidade das sociedades modernas (cont.)

- Políticas sociais em Portugal
 - Género
 - Segurança social
 - Educação
 - Saúde
 - Objectivos
 - Bem-estar social
 - Progresso social
 - Prevenção e resolução de problemas sociais