

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA
E PSICOLOGIA DA SAÚDE
Seminário de Dissertação

Docente: Filipa Pimenta

Email: filipa_pimenta@ispa.pt



Temas/Projetos do Seminário:

- PURI-PRO – Portuguese Urinary Incontinence Project:

Objetivo: Explorar a associação entre Incontinência Urinária e Qualidade de Vida, Função Sexual, Isolamento Social e Produtividade no trabalho; assim como a associação entre estratégias de controlo da IU e crenças desadaptativas, em mulheres de meia-idade (45-65 anos).

- COOB – Projecto Couples' Obesity

Objetivo: Explorar, através de entrevistas com casais (usando entrevistas semiestruturadas, sujeitas à Análise de Conteúdo Dirigida) as perceções que estes têm relativamente às barreiras e facilitadores para a perda de peso. Será recolhida uma amostra 30/40 casais portugueses, com os seguintes critérios de inclusão: 1) idade superior a 18 anos; 2) estar num relacionamento de qualquer orientação sexual com um companheiro (namorada/namorado, cônjuge, amante ou companheiro); 3) o casal tem de estar em coabitação há pelo menos 12 meses; 4) e pelo menos um dos membros do casal tem de ter obesidade (com um índice de massa corporal acima de 30kg/m²)

- TIC GeneratiON

Objetivos: Avaliação tripartida dos comportamentos e dependências online – crianças, pais e professores; validação de instrumentos de avaliação dos comportamentos e dependências online em crianças dos 6 aos 11 anos.

- WorkHappy

Objetivo: Avaliar o que prediz um bom *Work Life Balance* e identificar fatores de risco (incluindo phubbing, dependências na internet, dependência do smartphone,) para a produtividade, performance e satisfação com o trabalho.

- Comportamento Alimentar e Produtividade

Objetivo: Avaliar a associação entre o comportamento alimentar e a produtividade, em adultos ativos profissionalmente.

Metodologia:

Irão ser desenvolvidos estudos transversais e observacionais, quantitativos ou qualitativos, recolhidos em formato de papel e caneta e/ou online, com aplicação de instrumentos já adaptados ou a necessitar de adaptação/validação.

Exemplos de trabalhos produzidos no seminário:

Artigos

Horta, C. M., Pimenta, F., Leal, I., & Maroco, J. (2018) Fatores de início e manutenção da obesidade/ excesso de peso: uma comparação entre adultos com binge eating e sem binge eating. *RBONE - Revista Brasileira de Obesidade, Nutrição e Emagrecimento*, 69, 3-19.

Albergaria, R., Pimenta, F., Galvão, C. M., Leal, A. B., Guilherme, I. T., Maroco, J., & Leal, I. (2018). Questionário Holandês do Comportamento Alimentar: Validação e Exploração em Adultos com obesidade. *Psicologia, Saúde & Doença (March)*, online first.

Rosas, R., Pimenta, F., Maroco, J., & Leal, I. (2017). Perceived Consequences of a Successful Weight Loss – A Pluralist Qualitative Study". *Journal of Health Psychology*. Published online first. Doi: 10.1177/1359105316685901

Rodrigues, B. P., Pimenta, F., Gonçalves, M., & Leal, I (2016). Saúde Psicológica: representação em profissionais de saúde. *Atas CIAIQ2016 - Investigação Qualitativa em Saúde*. Vol 2, 965-969.

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA
E PSICOLOGIA DA SAÚDE
Seminário de Dissertação

Docente: Isabel Leal

Email: ileal@ispa.pt



Tema do Seminário: Processos e recursos de ajustamento

Linhas de Investigação:

1. Moderação e mediação da cultura, espiritualidade e religiosidade no ajustamento à dor crónica

Objetivos: Avaliar semelhanças e diferenças no significado atribuído à dor, atitudes face à dor, e coping com a dor entre indivíduos de Portugal Vs. Estados Unidos da América. Estudar as propriedades psicométricas da versão portuguesa da DUREL ou CD-RISC-10 numa amostra de pessoas portuguesas com dor crónica. Avaliar o efeito da meditação mindfulness e/ou auto-hipnose na modulação da experiência de dor.

2. Envelhecimento nas Minorias Sexuais – Estigma, Ajustamento Psicossocial e Saúde.

Objetivos: Explorar o papel das famílias (e.g., família de origem, família constituída, família de escolha) na construção da identidade sexual minoritária; Avaliar o impacto de variáveis psicossociais protetoras (e.g., resiliência, suporte comunitário) e stressoras (e.g., estigma sexual, ageism) nos níveis de saúde mental e física; Analisar variáveis promotoras de saúde e bem-estar no contexto social/comunitário, interpessoal e intrapessoal.

3. Ajustamento à amamentação, saúde e questões de género

Objetivos: Avaliar a perceção de benefício das mulheres, e dos homens cujas parceiras amamentam, para as crianças e para si próprios, correlacionando com a auto-avaliação da relação de casal, da satisfação com a vida e do bonding parental; Avaliar as vantagens e desvantagens desta prática não só em termos de saúde física mas também de saúde mental. Investigar o impacto da amamentação nas questões de género

4. Ciberpsicologia

Objetivos: Avaliar comportamentos e dependências online ao longo do ciclo de vida (crianças/jovens e idosos). Impacto dos cibercomportamentos na saúde mental - no contexto da pandemia.

5. Trajetórias e resiliência familiar e ajustamento psicossocial infantil

Objetivos: Análise das entrevistas e dos mapas familiares em diferentes tipologias de família

6. Crescimento Pós-Traumático e variáveis psicossociais em pacientes com doenças oncológicas e com doenças autoimunes

Objetivos: Avaliar a experiência de doença oncológica e de doença autoimune nos doentes e seus familiares;

Desenvolver e implementar uma intervenção psicossocial para doentes e familiares.

7. Bem-estar sexual em idosos.

Objetivos: Investigar o bem-estar sexual dos idosos e os efeitos de uma intervenção comunitária.

Metodologia

Os alunos interessados nestes temas devem estar disponíveis para integrar projetos de investigação já a decorrer no âmbito do William James Center for Research (I&D).

A metodologia do seminário implica o cumprimento de um calendário estrito com escolha de temas, materiais e participantes no 1º mês de aulas.

As teses serão em todos os casos artigos prontos a ser publicados.

Os encontros semanais (aulas) do tipo tutelar deverão servir para acompanhar o delineamento do projeto e o seu desenvolvimento a par e passo, esclarecendo dúvidas entretanto surgidas.

Para além da docente da cadeira serão integrados no processo de ensino-aprendizagem outros investigadores como orientadores de dissertação nomeadamente os Doutores Catarina Ramos, Ivone Patrão, Sofia Humboldt e Alexandra Valente.

Exemplos de trabalhos produzidos no seminário:

Ribeiro-Gonçalves, J. A., Costa, P. A., & Leal, I. (2020). Esperança e suporte proximal e distal em homens idosos minoritários Portugueses. *Psicologia, Saúde & Doença*, 21(1), 75–81. doi:10.15309/20psd210112

Inês Santos, Sofia von Humboldt, & Isabel Leal(2020). O efeito da imagem corporal e da satisfação conjugal no ajustamento ao envelhecimento dos idosos. *Psicologia, saúde & doenças*, 21(1), 111-116. doi.org/10.15309/20psd210117

Gonçalo Gomes, Pedro Alexandre Costa, & Isabel Leal(2020). Impacto do estigma sexual e coming out na saúde de minorias sexuais. *Psicologia, saúde & doenças*, 21(1), 97-103. doi.org/10.15309/20psd210115

Marta Torres, Sofia von Humboldt, & Isabel Leal (2020). Estudo misto da influência das mudanças sexuais na satisfação sexual dos idosos. *Psicologia, saúde & doenças*, 21(1), 90-96. doi.org/10.15309/20psd210114

Catarina Rodrigues, Patrícia Pinto, Isabel Leal, José Pais-Ribeiro, Mark Jensen & Alexandra Ferreira-Valente (2020). Com dor todos vão ao médico, só alguns meditam: comparação transcultural Portugal/eua. *Psicologia, saúde & doenças*, 21(1), 45-52. doi.org/10.15309/20psd210108

Joana Água , Matheus G. Lourenço, Ivone Patrão, & Isabel Leal (2019). Partner phubbing (pphubbing): validação portuguesa. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 2019, 20(1), 234-241. DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/19psd200119>

Gonçalves, J., Costa, P. & Leal, I. (2019). Minority Stress in Older Portuguese Gay and Bisexual Men and its impact on Sexual and Relationship Satisfaction. *Sexuality Research and Social Policy*. DOI: 10.1007/s13178-019-00385-1

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
(Especialização em Psicologia Clínica)
MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE
DISSERTAÇÃO

Docente: Maria João Morais Gouveia

Email: mjgouveia@ispa.pt



Tratando-se de um Seminário aberto, os alunos podem optar por uma de duas vias:

- a) Desenvolver a tese no âmbito das linhas de investigação propostas no Seminário, caso em que Orientação e Supervisão serão asseguradas pela docente deste Seminário;
- b) Desenvolver um tema próprio, caso em que terão de propor um Orientador externo que seja aceite pela Supervisora do Seminário.

TEMA do SEMINÁRIO:

GOAL: Promoting Human Potential through psychological well-being and health behaviour

Positive psychological variables, health and psychological well-being.

Dentro deste tema de investigação estão em curso várias linhas de investigação a que correspondem projetos em momentos diferentes de desenvolvimento. Qualquer um deles pode, na fase em que se encontra, integrar alunos que pretendam desenvolver a sua tese neste seminário.

Keywords: Hedonia and Eudaimonia (orientations, behaviors, experiences and functioning); Subjective and Psychological well-being; Psychological Flourishing; Meaning experience; Spiritual well-being and Spiritual health; Health outcomes; Health behaviors; Physical Exercise; Mindfulness; Meditative Movement Exercise; Scale development and validation.

RESEARCH LINES

A) Eudaimonic and hedonic orientations: Consequences to health and well-being

STUDIES:

- a) Measuring hedonia and eudaimonia motives for activities (HEMA-R): relations to health behaviours, health outcomes and well-being.
- b) Hedonic and eudaimonic motives for activities, physical exercise and well-being. The mediating role of self-regulation.
- c) Hedonic and eudaimonic orientations and physical exercise adoption and persistence in the elderly. Psychological mechanisms.

B) Protective (& promoting) effects of psychological well-being on health & positive functioning across the life-

span and in different contexts

STUDIES:

- a) BeST PROJECT – OVER 50’ –Develop, implement and evaluate a well-being skills program for workers at a major public work sector organization.
- b) Self-Determined Motivation and Adherence to prescription in chronic diseases (diabetes and asthma).
- c) Precarious work: adaptation processes, health and well-being

C) Positive health and psychological well-being through physical exercise

STUDIES:

- a) The relative importance of attitude, subjective norm and self-efficacy (Theory of Reasoned Action determinants) in the prediction of a behavior intention for Physical activity.
- b) Flow in work, leisure activities and online gaming: implications for well-being.
- c) Meditative movement exercise (e.g. Yoga, Tai-chi), Mindfulness and Subjective well-being

D) Spiritual health & well-being through the lifespan

STUDIES:

- a) Spiritual well-being and Psychological Flourishing in different age groups and contexts (adultos, idosos, população geral, em contexto de trabalho e desporto).

E) Avaliação Psicológica

PROJECTS: Portuguese (and transcultural) adaptation and validation of measures

- a) *Hedonic and eudaimonic orientations for activities* (HEMA-R; Huta, 2016)
- b) *Meaning Experience Scale* (Huta & Ryan, 2010)
- c) Psychological Flourishing
- a. *PERMA Framework* – Kern et al. 2014 (GENERAL, WORK and SPORT VERSION)
- b. *The EPOCH Measure of Adolescent Well-being* (Kern et al. 2014)
- c. *Mental Health Continuum - Short Form - MHC-SF* (Lamers et al. 2011 – adults and adolescents)
- d) *Teacher Well-being Scale* (Collie, Shapka, Perry, & Martin, 2015)
- e) *Dispositional and State versions of the CORE Flow construct* (10 items) and the *Short Flow measures* (9 items) – these scales assesses flow dispositions and states in different settings and activities (Jackson & Martin, 2008; Jackson, Martin & Eklund, 2010)
- f) *Behavioral Regulation in Exercise Questionnaire 3 (BREQ-3)*; Markland, & Tobin, 2004; Wilson, Rodgers, Loitz, & Scime, 2006).
- g) *Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale (WEMWBS)* – 14 items
- h) *Quality of life in Physical Activity Questionnaire* (Gill et al, 2011)
- i) *Checklist of Individual Strength (CIS20-P)* (Vercoulen, Alberets, & Bleijenbergh, 1999; Vercoulen et al., 1994)
- j) *Experiences During Meditation (EOM-DM) & Effects of Meditation in Everyday life (EOM-EL)* (Reavley & Pallant,



2009)

k) *Spiritual Health & Life Orientation Measure* (SHALOM; Fisher, 2010) – versões para adultos e adolescentes

l) *Spiritual Transcendence Scale* (Piedmont, 1999)

Todos estes instrumentos podem ser utilizados pelos alunos no desenvolvimento dos seus projetos de tese, contribuindo com as suas amostras específicas para a validação global da medida.

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Seminário de Dissertação

Docente: Rui Costa

Email: rcosta@ispa.pt



Tema do Seminário: Fatores psicológicos no funcionamento sexual

Linhas de Investigação:

Objetivos: compreender as intercorrelações entre dimensões do funcionamento sexual e:

- a) uso problemático de internet/smartphone
- b) consciência tátil e interoceptiva (sensações corporais internas)
- c) qualidade do sono
- c) uso de substâncias (nicotina, álcool, cannabis)
- d) estados alterados de consciência endógenos (estados absortos durante a atividade sexual, personalidade propensa a estados absortos, suscetibilidade hipnótica, dissociação).

Metodologia

Os alunos interessados nestes temas devem estar disponíveis para integrar projetos de investigação já a decorrer no âmbito do William James Center for Research (I&D).

A metodologia do seminário implica o cumprimento de um calendário estrito com escolha de temas, materiais e participantes no 1º mês de aulas.

As teses serão em todos os casos artigos prontos a ser publicados.

Os encontros semanais (aulas) do tipo tutelar deverão servir para acompanhar o delineamento do projecto e o seu desenvolvimento a par e passo, esclarecendo dúvidas entretanto surgidas.