



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Seminário de Dissertação

Docente: Filipa Pimenta
Email: filipa_pimenta@ispa.pt



Tema do Seminário

Menopausa:

- avaliação de sintomas;
- qualidade de vida e ganho de peso na transição para a menopausa;
- representações de menopausa natural e menopausa cirúrgica.

Obesidade:

- factores de manutenção, consequências percebidas do estado de obesidade e auto-conceito.

Avaliação da dependência da Internet e dependência da comida em jovens e adultos.

Literacia alimentar: desenvolvimento do constructo.

Diabetes tipo I, comportamentos de saúde (actividade física, adesão terapêutica, etc.), qualidade do sono.

Validação de instrumentos.

Metodologia

Irão ser desenvolvidos estudos transversais, observacionais, qualitativos e/ou quantitativos, 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) Factores 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



LSPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

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.

Apresentações em congresso

Zaffaroni, L., Pimenta, F., Castelnuovo, G., Pietrabissa, G., & Maroco, J. (2018). Preocupações com a Forma Corporal: Comparação entre estudantes universitárias italianas e portuguesas. 12º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde.

Ferreira, A., Pimenta, F., Patrão, I. & Leal, I. (2018). Dependência da Internet e Comportamento Alimentar: Uma revisão de Literatura. 12º Congresso Nacional de Psicologia da Saúde.

Gomes, M., Pimenta, F., Rosas, R. & Leal, I. (2017). O que não mata, mas engorda? Estratégias de perda de peso mal-sucedidas. IV Jornadas de Psicologia Hospitalar do Hospital de Santa Maria. [Comunicação distinguida com prémio]

Gomes, M., Pimenta, F., Maroco, J., & Leal, I. (2017). Parental feeding practices and their determinants. 24th European Congress on Obesity.



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA
MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Seminário de Dissertação

Docente: Prof.^a Doutora Isabel Leal
Email: ileal@ispa.pt



Tema do Seminário: Processos e recursos de ajustamento

Linhas de Investigação:

1. Ajustamento ao Envelhecimento

Objectivos: a) caracterizar e correlacionar através de metodologias qualitativas e quantitativas as especificidades do envelhecimento.

b) explorar as perspectivas dos idosos quanto ao seu BES e sexual unwellness; comparar o bem-estar sexual internacionalmente e realizar uma intervenção com idosos com o intuito de promover o seu BES

2. Literacia Alimentar

Objectivos: caracterizar e correlacionar a literacia alimentar da população em geral e de grupos específicos em particular (doentes crónicas, jovens, etc) e os seus determinantes psicológicos, usando metodologias qualitativas e quantitativas.

3. Estudos LGBT

Objectivos: caracterizar e correlacionar através de metodologias qualitativas e quantitativas as especificidades da população LGBT (saúde, parentalidade, estigma, etc.)

4. Cultura, espiritualidade e religiosidade como moderadores no processo de ajustamento à dor crónica

Objectivos: Papel da cultura, religiosidade e espiritualidade na experiência e ajustamento à dor crónica; Crenças e processo de atribuição de significado à dor, appraisal, atitudes face à dor e coping com a dor em indivíduos de diferentes backgrounds;

5. Comportamentos e dependências online (redes sociais, jogos online,



multimédia, apostas online).

Objectivos: Estudo de variáveis psicossociais associadas à dependência online (bem estar, ansiedade, depressão, auto-controlo, isolamento, bing eating, etc.), de forma quantitativa e/ou qualitativa, em amostras de jovens, adultos e idosos.

6. Ajustamento, Crenças e expectativas em relação ao futuro

Objetivos: conhecer e comparar as crenças, expectativas e o ajustamento em relação ao futuro em diferentes populações (inteligência artificial, robotização, bitcoin, rendimento básico universal, emprego, relação com animais, ambiente, alterações climáticas, dietas alimentares, saúde, envelhecimento, etc.)

7. Funcionamento Familiar (a) e Ajustamento Psicossocial infantil

Objetivo: Adaptação e validação de Instrumentos

8. Stress e Crescimento Pós-Traumático e Cancro

Objectivos: Validação do instrumento de avaliação. Comparação em diversas amostras. Comparação do ajustamento psicológico nos diferentes tipos de cancro.

Metodologia

Os alunos interessados nestes temas devem estar disponíveis para integrar projectos 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.

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

Exemplos de trabalhos produzidos no seminário:

Carolina Correia Tomás, Filipa Pimenta, Pedro Alexandre Costa, João Maroco & Isabel Leal (2018). Representações e consequências percebidas da menopausa e andropausa: resultados preliminares do evisa. *Psicologia, saúde & doenças*, 2018, 19(1), 87-93 ISSN - 2182-8407 DOI: <http://dx.doi.org/10.15309/18psd190113>

José Alberto Ribeiro Gonçalves, Pedro Alexandre Costa, Isabel Leal (2018). Silver Rainbow: estigma em homens gays idosos, uma perspetiva de stress minoritário. *Psicologia, saúde & doenças*, 2018, 19(1), 80-86 issn - 2182-8407 doi: <http://dx.doi.org/10.15309/18psd190112>

Sofia von Humboldt, Sara Silva & Isabel Leal (2017). A Study on Sexual Unwellness in Old Age: Assessing a Cross-National Sample of Older Adults.



LSPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

Review of European Studies; Vol. 9, No. 3; 2017
doi:10.5539/res.v9n3p207

Rosas, R., Pimenta, F., Maroco, J., Leal, I. (2017). Perceived consequences of a successful weight loss: A pluralist qualitative study. *Journal of Health Psychology*
DOI: <https://doi.org/10.1177/1359105316685901>



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA

ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA

MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Seminário de Dissertação

Docente: Rui Costa
Email: rcosta@ispa.pt



Tema do Seminário: Factores psicológicos no funcionamento sexual

Linhas de Investigação:

Objectivos: compreender as intercorrelações entre dimensões do funcionamento sexual e

- a) uso problemático de internet/smartphone
- b) consciência táctil 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 actividade sexual, personalidade propensa a estados absortos, susceptibilidade hipnótica, dissociação).

Metodologia

Os alunos interessados nestes temas devem estar disponíveis para integrar projectos 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.



ISPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

MESTRADO INTEGRADO EM PSICOLOGIA
ÁREA DE ESPECIALIZAÇÃO EM PSICOLOGIA CLÍNICA
MESTRADO EM PSICOLOGIA DA SAÚDE

Dissertação

Docente: Prof. Doutora Maria João Morais Gouveia

Email: mjgouveia@ispa.pt



Tema do Seminário

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

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

TEMA do SEMINÁRIO:

Variáveis psicológicas positivas saúde e bem-estar (subjetivo e psicológico).

Dentro deste tema de investigação estão em curso três 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; Spiritual health; Spiritual well-being; Meditation; Mindfulness; Meditative Movement Exercise; Physical Exercise; Scale development and validation

Linhas de Investigação

A) Eudaimonic and Hedonic Orientations: Consequences to health and well-being

PROJECTS:

- Measuring hedonia and eudaimonia motives for activities (HEMA-R): relations to health adherence and well-being.
- Sentido (meaning) e propósito (purpose) ao longo do ciclo de vida. Correlatos com indicadores de saúde e bem-estar psicológicos



LSPA

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO
CIÊNCIAS PSICOLÓGICAS, SOCIAIS E DA VIDA

B) Spiritual health & well-being through the lifespan

PROJECTS:

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

C) Positive Health and Psychological well-being through exercise and physical activity

PROJECTS:

- a) Meditative movement exercise (e.g. Yoga, Tai-chi), Mindfulness and Subjective well-being
- b) Flow in work, leisure activities and online gaming: implications for well-being.

D) Avaliação Psicológica

PROJECTS: Portuguese adaptation and validation of the following instruments:

- a) *Psychological Flourishing*
 - a. PERMA Framework – Kern et al. 2014 (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)
- b) *Spiritual Health & Life Orientation Measure* (SHALOM; Fisher, 2010) – versões para adultos e adolescentes
- c) *Spiritual Transcendence Scale* (Piedmont, 1999)
- d) *Warwick-Edinburgh Mental Well-Being Scale* (WEMWBS) – 14 items
- e) *The Cognitive and Affective Mindfulness Scale-Revised* (CAMS-R; Feldman, Hayes, Kumar, Greeson & Laurenceau, 2007)
- f) *Experiences During Meditation* (EOM-DM) & *Effects of Meditation in Everyday life* (EOM-EL) (Reavley & Pallant, 2009)
- g) *Quality of life in Physical Activity Questionnaire* (Gill et al, 2011)
- h) *Checklist of Individual Strength* (CIS20-P) (Vercoulen, Alberets, & Bleijenbergh, 1999; Vercoulen et al., 1994)
- i) *Need for Recovery Scale* (NRF; Veldhoven & Broersen, 2003)
- j) *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)

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.

Metodologia

Este seminário privilegia as metodologias quantitativas, no entanto, em função dos objetivos específicos de cada projeto, metodologias qualitativas podem ser recomendáveis e por isso incentivadas nas teses. Incluem-se estudos transversais e longitudinais, de natureza



correlacional, mas também quase-experimentais e de avaliação de intervenção. Em situações especiais podem ainda realizar-se estudos de caso.

As aulas estão organizadas em torno do trabalho desenvolvido pelos alunos e procuram dotar os alunos das competências necessárias para o desenvolvimento de uma tese (e.g., pesquisa bibliográfica e organização da informação, normas da APA, construção de bases de dados ou a análise dados com PAWS).

Ao longo do ano cada aluno fará 3 apresentações dos seus trabalhos com vista a discutir-se em plenário, com os restantes colegas, os aspetos metodológicos relevantes do desenho e execução da tese.

Exemplos de trabalhos produzidos (Área Psicologia Clínica e Psicologia da Saúde)

Só Dissertações Mestrado com comunicações ou Posters em Congressos

Orientador: Prof^a Maria João Gouveia

Regadas, B. (2016). Propósito de vida e Motivos hedónicos e eudemónicos para as atividades.

Lopes, G. (2016). Florescimento psicológico e sentido na vida. Que relações? Validação preliminar da escala MHC-SF nos adultos.

Broncas, I. (2016). Espiritualidade e estado de saúde na doença crónica. Papel mediador do coping e da adesão ao tratamento.

Góis, S. (2017). Transcendência espiritual. Validação inicial da Spiritual transcendence scale na língua portuguesa. Relação com as características de personalidade.

Pinto, P. (2017). Correr por gosto ou por obrigação. Estudo sobre relações da qualidade da motivação para AF e qualidade de vida.

Mangia, P. (2015). Estudo transcultural de validade do SHALOM, um instrumento de bem-estar espiritual.

Caracol, E. (2015). Florescimento psicológico, necessidades psicológicas básicas e personalidade. A escala PERMA.

Andrade, M.J. (2014). Bem-estar espiritual e flow disposicional em práticas meditativas.

Brito, I. (2014). Bem-estar espiritual e sintomas psicopatológicos.

Outras teses relevantes

Thantrey, H. (2016). Relação entre mindfulness, pensamentos automáticos e auto-compaixão na população adulta.

Venâncio, M. (2014). Auto-regulação motivacional para o exercício e bem-estar.

Marques, A.F. (2014). Bem-estar espiritual e comportamentos de controlo da diabetes tipo II.

Teixeira, A.L. (2013). A relação entre a necessidade de recuperação, a fadiga e a perceção do estado de saúde.