

## Programa para Desenvolvimento Motivacional de Autorrealização

C. M. Fonseca  
Universidade da Beira Interior  
(catiamfonseca@gmail.com)

M. J. Loureiro  
Universidade da Beira Interior  
Centro de Investigação em Ciências do Desporto, Saúde e  
Desenvolvimento Humano (CIDESD)  
(loureiro@ubi.pt)

Galinha, S.A.  
Instituto Politécnico de Santarém  
Centro de Investigação em Educação (FCT CIE\_UMa)  
(sonia.galinha@ese.ipsantarem.pt)

### RESUMO

O Programa para Desenvolvimento Motivacional de Autorrealização (Fonseca, Galinha, & Loureiro, 2017) foi desenvolvido e operacionalizado experimentalmente para desenvolver e/ou otimizar competências socio-emocionais em adolescentes de forma a melhorar a motivação face as tarefas escolares e consequente postura/comportamento em sala de aula. A aplicação do programa P-DMAR assenta numa perspetiva construtivista com enfoque na dinâmica de grupos e estratégias que fomentam uma participação ativa dos alunos através da discussão e argumentação, da autorreflexão, da escuta ativa de diferentes pontos de vista, e inerentemente desenvolvendo o respeito pelos outros e por si próprio, o autoconceito, a motivação e por fim a autorregulação. O manual/ plataforma on line de aplicação do programa P-DMAR, planificado com uma estrutura modelar de 7 sessões com duração de 90 minutos/ sessão e disponibilizado na comunidade educativa enquanto recurso educativo inovador recorre a recursos digitais livres, não dispensando o papel do formador/ professor para a sua administração, aplicação e desenvolvimento, no sentido do desenvolvimento de competências em educação com o público-alvo selecionado.

Palavras-chave: Recursos Educativos, Indisciplina, Autoconceito, Motivação, Física e Química.

## Qualidade de Vida dos Cuidadores Familiares de Adultos com Deficiência ou Incapacidade Intelectual

A. C. Santos  
APPACDM de Santarém  
(anacatarina.santos84@gmail.com)

B. Cunha  
APPACDM de Santarém  
(fsiobcunha@gmail.com)

S. A. Galinha  
Centro de Investigação em Educação FCT CIE UMA  
(sonia.galinha@ese.ipsantarem.pt)

### RESUMO

Este estudo tem como principais objetivos (1) avaliar a Qualidade de Vida (QV) dos Cuidadores Familiares (CF) de Adultos com Deficiência ou Incapacidade Intelectual, através da identificação dos domínios e facetas do WHOQOL-Bref mais afetadas; (2) estudar a medida de associação entre algumas variáveis relacionadas com a prestação de cuidados e a QV dos CF; (3) avaliar as diferenças nos indicadores de QV entre CF do sexo masculino e feminino e (4) avaliar a relação entre o desgaste associado à prestação de cuidados dos CF e a sua QV. A amostra que integra o estudo é constituída por 32 CF de indivíduos adultos com deficiência ou incapacidade intelectual. Como instrumentos de recolha de dados foram utilizados a Ficha de Dados Sociodemográficos e de Prestação de Cuidados, a Escala de Qualidade de Vida WHOQOL-Bref e a Escala de Desgaste do Cuidador. Como resultados, este estudo revela que os domínios do WHOQOL-Bref não se encontram significativamente afetados. Verificou-se também que existe uma associação negativa entre o desgaste objetivo e subjetivo e a QV dos CF. Já a escala de crescimento pessoal relaciona-se de forma negativa com a QV. Como conclusão pode inferir-se que os resultados sublinham uma baixa QV dos CF, e também a importância de intervenções específicas junto desta população, que tenha como objetivo a promoção do seu bem-estar e QV.

Palavras-chave: Qualidade de Vida, WHOQOL, Cuidadores Familiares, Deficiência.