

# O CLAUSTRO

Distribuição Gratuita | Volume 2 | Dezembro 2013

Disponível online em <http://nepcessaac.weebly.com/o-claustro.html>

A FPCEUC recebeu o seminário final do projeto de I&D Gerar Percursos Sociais (GPS) – página 7

**INTERVENÇÕES  
COGNITIVO  
COMPORTAMENTAIS  
EM CONTEXTOS  
FORENSES**

Descobre o que o próximo Encontro Nacional de Estudantes de Psicologia (ENEP) tem reservado para ti! – página 8



Projeto Forrest soma e segue com atividades apelativas – página 6



**Um tesouro secular**

A biodiversidade ou o que resta dela?  
- página 21

Quais as alterações que o regulamento pedagógico da UC sofreu? – página 3



Os dois organismos mediram forças. A longo prazo, quem ganhará o braço de ferro? – página 4

Apresentamos-te uma nova rúbrica: “Declamar-te”. Descobre mais no interior! – página 17

Anne Kazac em Portugal – páginas 9 e 10



## EDITORIAL

Há trezentos e cinquenta anos atrás, o mesmo homem que proclamou o Sermão de Santo António aos Peixes, proferiu em Coimbra (a romana Alminiens!), na capela de São Miguel, o Sermão de Santa Catarina. Este foi o único sermão que pregou nesta cidade, onde permaneceu por cinco anos, ligado à academia. No passado dia 26 de novembro foi homenageado pela Universidade de Coimbra aquele que continua a ser um nome maior da língua e da cultura portuguesa – Padre António Vieira.

Por outro lado, há quinze anos atrás, o mesmo jornal que hoje folheias, não se designava *O Claustro*, mas sim *O Coiso*. Infelizmente, pouco mais sabemos da história deste nosso jornal. Mudanças à parte, esta produção informativa continua a servir exatamente o mesmo propósito que servia em 1998. E, também esta equipa tenta prestar homenagem a um jornal que conta já com mais de uma década de história: e a melhor forma que conhecemos, é darmos o nosso melhor a cada edição.

Esperamos, por isso, conseguir brindar-vos com uma seleção de temas do vosso interesse. Além disso, temos sempre a ambição de conseguir fomentar em cada leitor um possível colaborador.

Obrigada por lerem e seguirem esta publicação, porque nada faz sentido se não tivermos a quem pregar.

Com vocês e para vocês,  
Catarina Oliveira

## Em Contato

### ♦FPCE-UC

**Direção**  
dir@fpce.uc.pt

**Serviços Académicos**  
epg-fpce@fpce.uc.pt

**Gabinete de Apoio ao Estudante**  
gae@fpce.uc.pt

**XPTO Sexualidades**  
xptosexualidades@fpce.uc.pt

**Rhumo - Júnior Empresa de Recursos Humanos**  
geral.rhumo@gmail.com

**Desconcertuna**  
desconcertuna.2007@gmail.com

**InterDito - Grupo de Expressão Dramática**  
interdito.fpceuc@gmail.com

**Amnistia Internacional**  
amnistiai-fpce-uc@hotmail.com

### ♦NEPCESS/AAC

**Direção**  
nepcessaac.direcao@gmail.com

**Plenário**  
mesaplenario.nepcess@gmail.com

**Cultura**  
nepcess.cultura@gmail.com

**Política Educativa e Pedagogia**  
nepcess.politica.educativa@gmail.com

**Desporto e Convívio**  
nepcess.desporto.convivio@gmail.com

**Ação e Formação**  
nepcess.acao.formacao@gmail.com

**Intervenção Cívica e Ambiente**  
nepcess.intervencaocivica@gmail.com

**Comunicação**  
nepcess.comunicacao@gmail.com

## Ficha Técnica

Jornal do NEPCESS/AAC "O Claustro" | jornaloclaustro@gmail.com

**Direção e Edição** Catarina Oliveira **Colaborou nesta edição** Ana Rita Almeida, Bárbara Costa, Catarina Amorim, Catarina Loureiro, Cristiana Bento, Dra. Carla Crespo, Dra. Carolina da Motta, Dr. Nélio Brazão, Fabrícia Teixeira, Ignacio Puig, José Dias, Julieta Azevedo, Maria Pinheiro, Marta Mascarenhas, Patrícia Girão, Ricardo Serigado, Rui Vais, Sara Loureiro, Sara Santos, Susana Santos e Tiago Moderno **Agradecimentos** Direção da FPCEUC **Fotografias por** Desfoca-te (NEPCESS/AAC) **Paginação** Catarina Oliveira **Conceção e Produção** NEPCESS/AAC **Impressão** PMP - Serviços e Equipamentos Gráficos, Lda; Telefone 239 704 638/ 239 705 114; Fax 239 704 639; email - pedro@pmpnet.eu **Tiragem** 150 exemplares



## REGULAMENTOS DA UC

POR: JOSÉ DIAS & CATARINA LOUREIRO

*Foram inúmeras as alterações que o regulamento pedagógico sofreu. Cientes da importância de conhecer quais são estas alterações e a sua presumível preponderância no nosso percurso académico, a equipa d'O Claustro solicitou ao Coordenador da Área Política da DG/AAC — José Dias — e à Coordenadora de Política Educativa e Pedagogia do NEPCESS/AAC — Catarina Loureiro — que nos esclarecessem acerca das implicações das alterações proclamadas.*

Para quem chegou a Coimbra à pouco tempo e para quem já cá está há alguns anos vimos apresentar-vos as alterações no funcionamento pedagógico.

De certeza que chegaste ao ano letivo 2013/2014 e te deparaste com mudanças ou então novidades ao inscreveres-te, principalmente a nível das avaliações e nas melhorias de classificação.

Em primeiro lugar deves saber que caso não tenhas aproveitamento numa unidade curricular és obrigado a reinscreveres-te a essa mesma unidade no ano letivo seguinte.

Em segundo lugar, deves informar-te acerca de uma questão muito importante e nova: as melhorias de classificação! Esta é uma grande diferença do ano letivo anterior para o atual. Se quiseres fazer uma melhoria em cadeiras de anos anteriores terás que inscrever-te nas unidades curriculares com o número máximo de ECTS disponíveis (normais e de inscrição), sendo considerada uma reinscrição. As melhorias de final de curso (melhorias a 6 unidades curri-

culares semestrais ao longo das duas épocas subsequentes após terminar o curso) só serão aplicadas nos anos letivos 2013/2014 e 2014/2015.

Por último, falemos do regime de avaliação que é constituído por dois tipos: avaliação final e avaliação periódica. A avaliação final mantém-se igual aos anos anteriores, apenas se alteram os prazos de lançamento de notas. O que te podemos dizer relativamente a estes prazos? Ora bem, as classificações dos exames terão que ser divulgadas 14 dias seguidos após a realização dos mesmos; caso dependas de uma classificação anterior para saberes se terás que fazer um outro exame, estas terão que ser divulgadas 3

dias seguidos antes da data marcada para a realização de outro exame. Na avaliação periódica existem muitas modalidades diferentes; para além de frequências, relatórios, trabalhos escritos, resolução de problemas, também, podem ser alvo de avaliação apresentações,

participação nas aulas ou até mesmo participação em palestras e projetos de investigação.

Estas ideias são apenas uma pequena parte das alterações, por isso, deixamos-te também o link onde se encontra disponível, na totalidade, o regulamento em questão: [http://www.uc.pt/academicos/regulamentos/docs\\_uc/RP\\_2013](http://www.uc.pt/academicos/regulamentos/docs_uc/RP_2013).

Qualquer dúvida que tenhas ou se quiseres saber mais acerca destas mudanças contacta a Direcção-Geral da Associação Académica de Coimbra (DG/AAC) ou o Núcleo de Estudantes de Psicologia, Ciências da Educação e Serviço Social (NEPCESS/AAC).

***“A avaliação final mantém-se igual aos anos anteriores, apenas se alteram os prazos de lançamento de notas.”***



## QUE ACADÉMICA(S)?

POR: RUI VAIS

A Associação Académica de Coimbra, hoje com 126 anos de história, é o organismo (oficial) mais antigo e eclético na prática do desporto em Portugal, sendo o futebol uma das suas modalidades de eleição.

Relembre-se que a história do futebol da Académica é também parte da história da Académica. A então denominada Secção de Futebol da AAC teve um papel decisivo na luta pela liberdade e pela democracia em Portugal. Não é por acaso que expoente máximo da crise académica de 1969 se deu com a Final da Taça de Portugal entre os estudantes e o Benfica, naquele que é ainda hoje considerado o maior comício alguma vez realizado em Portugal.

No entanto, e porque a história da AAC assim o ditou, a secção de futebol foi extinta em 1974 com a justificação que o futebol profissional não interessava à AAC. Passados dez anos em que o futebol de Coimbra e da Académica se nomeava de Clube Académico de Coimbra (CAC) em 1984, e com o objetivo de aproximar esta modalidade à sua casa-mãe, em simultâneo extinguiu-se o CAC e funda-se a Associação Académica de Coimbra/Organismo Autónomo de Futebol (AAC/OAF) que ainda hoje milita na primeira-divisão.

Na verdade o Organismo Autónomo de Futebol deve a sua criação, história e grande parte dos seus feitos à sua casa-mãe — a AAC — sediada no número um da Rua Padre António Vieira. Mais do que isso, o nome e a marca da Académica estão claramente patentes neste seu organismo autónomo. Esperava-se assim uma relação de simbiose entre a OAF e a casa-mãe. Pelo contrário, esta relação nunca foi pacífica. O recém caso do Futsal foi a gota de água.

A prática do Futsal na Académica sempre se deu sobre a alçada do Organismo Autónomo. O

seu crescimento exponencial que, em poucos anos, se tornou numa referência nesta modalidade que é a segunda mais praticada no nosso país, não travou a ambição do OAF em livrar-se do Futsal. No presente ano, e depois do OAF não ter conseguido manter a sustentabilidade da prática desta modalidade, cedeu os seus direitos desportivos à AAC.

Esta cedência, que se veio a saber que foi realizada sem a auscultação dos sócios, começou da pior forma. Pior do que isso, e depois da AAC conseguir rentabilizar a recém-criada Pró-Secção de Futsal, o OAF vem pedir-lhe de volta os direitos de participação do Futsal na primeira divisão nacional.

A partir deste momento o Presidente da Direção-Geral da AAC (DG/AAC) tomou uma posição de força, comunicando publicamente que o

***“ (...) esta relação nunca foi pacífica. O recém caso do Futsal foi a gota de água.”***

processo de cedência do Futsal à casa-mãe consistiu numa iniciativa do OAF e que, não aceitando a AAC ficar com a modalidade, esta seria cedida a outra instituição. Aqui o bom senso da DG/AAC em manter o futsal sobre a égide da mesma casa é de aplaudir.

A AAC salvou assim a modalidade do futsal a curto-prazo. Não salvaguardou, no entanto, a modalidade a longo prazo. Uma das formas de garantir esta sustentabilidade, dentro da Académica, reside na criação do Organismo Autónomo de Futsal. Assim, o Futsal com uma gestão autónoma quer da AAC quer do Organismo de Futebol permitirá a subsistência da modalidade sempre com a ligação à casa-mãe.

Por haver só uma Académica — a nossa Académica — devem imperar os valores do academismo de forma a solucionar estes desentendimentos entre órgãos da mesma casa que só desprestigiam a Académica, os seus sócios e simpaticizantes.



## FESTA DAS LATAS E IMPOSIÇÃO DAS INSÍGNIAS

POR: SUSANA SANTOS

Ouve-se ao fundo o som da cabra a avisar as oito da manhã. O aconchego dos lençóis pede mais uns minutos mas o entusiasmo é mais forte para ver o dia começar. Começa a correria para acabar os fatos que tinham ficado por terminar na noite anterior. Era a primeira vez que tinha em mim a responsabilidade de felicitar e fazer alguém feliz durante os cinco anos que viriam. Ver nos seus olhos aquele brilho que me era tão familiar fez crescer uma nostalgia de tudo o que tinha sentido há exatamente um ano atrás. Vieram assim o cortejo, as críticas sociais, a cerveja e aquele cheiro indescritível que Coimbra tem. Naquele momento junta-se passado, presente e futuro, juntam-se avós nas suas retas finais, padrinhos e afilhados no início das suas jornadas. O que supostamente eram famílias praxistas tornam-se famílias reais. Nunca tinha entendido quando o meu padrinho dizia à minha madrinha

“vou ter com as miúdas” naquele tom paternal, mas ao ver os meus afilhados sorrir e dar-me um beijo na testa tudo fez mais sentido. Em pouco tempo tudo se torna intenso duma maneira tão mágica quanto Coimbra é. Descemos a avenida tão rápido quanto um piscar de olhos mas também são essas as melhores memórias. Ao chegar ao nosso Mondego para uns é a marca do final, para outros a do início. Vão caindo nabos para aquelas águas tão cheias de história. Com aquele penico laranja ofereci carinho, proteção, amor e a promessa de cinco anos inesquecíveis àqueles que serão a minha dedicação. Era então oficial, a família tinha crescido com os novos membros acabados de nascer. Fechei os olhos e apercebi-me: o barulho das latas representava o batimento de mil corações recheados de tradição, dedicação, felicidade e todo o amor que esta cidade oferece.

### Júnior Empresa da FPCE-UC

**RHUMO**  
Júnior Empresa de Recursos Humanos

Prestamos serviços profissionais na área da consultoria em recursos humanos, com preços competitivos e acessíveis, tendo por público-alvo pessoas colectivas e singulares. Primamos pela transparência, ética, rigor e qualidade.

geral.rhumo@gmail.com

### Tuna Mista da Faculdade de Psicologia e Ciências da Educação da Universidade de Coimbra



Tocas algum instrumento, gostas de cantar?

Vem aprender connosco!

Vem para a Tuna da TUA FACULDADE!

**Ensaios:** Quarta, Quinta e Domingos | 21h | sala 4.2.

Contactos: Andreia - 917846573 e Gonçalo - 925087037



**InterDito**  
Grupo de Teatro da FPCE-UC

interdito.fpceuc@gmail.com

<http://teatrointerdito.blogspot.com>





## PROJETO FORREST

POR: BÁRBARA COSTA & MARIA PINHEIRO

Projeto Forrest, um projeto que abrange todos os corações - dos mais frios e distantes aos mais quentinhos e acolhedores. Deseja proporcionar a todos os seres humanos do mundo o que a vida tem de melhor, os afetos! Aquilo que nos mantém vivos, despertados, dispostos a lutar. Viver vale a pena quando recebemos o presente mais rico, O AMOR. Uma palavra pequena mas um sentimento tão intenso e enorme. E nós, queremos lembrar o quão importante é amar, e ser amado, e sermos felizes com tão pouco. Ao estarmos bem connosco, estaremos em tranquilidade com o próximo e disponíveis para ajudar e sermos ajudados. Sim, porque hoje é ele/a mas amanhã podes ser tu! A felicidade está no que é dado de corpo e alma. Um coração gigante para alcançar todos nós - até tu que estás aí!

Será sempre um bom dia para enaltecer o valor da mulher, o coração da humanidade, sensível e forte ao mesmo tempo. A atividade do dia da mulher pretendeu, por breves instantes, que todas as mulheres se olhassem naquele espelho e percebessem a sua beleza ali repleta e que dia após dia se valorizassem mais, acabando por se tornar num vício bom. "Neste dia



da mulher conceda a si mesma o direito de parar alguns minutos para se olhar ao espelho. Se valorizar. Se sentir bonita. (E que todos os dias,

sejam dia da mulher). Toda a finalidade era então que, por mais ocupado que fosse o dia, por mais aflições e angústias, deveriam tentar ao máximo não se esquecer delas próprias e de cultivar o amor-próprio! E que durante o dia, existisse um breve momento para se sentirem princesas e fugirem à tentação de donas de casa desesperadas. Cada mulher deixava também uma mensagem para a próxima, funcionava como uma corrente de amor, cada uma deixava um bocadinho de si.



E já que o amor-próprio é o primeiro dos amores, porque não falarmos também do platonico, do assolapado, do desesperado ou até mesmo do apaixonado? Porque não falarmos do dia dos namorados? A ideia era muito simples: uma faixa, canetas e mensagens de amor.

Neste dia, nada mais se pedia. Quem quisesse, na língua que quisesse, com a caneta que quisesse, escrevia a mensagem que quisesse a quem quisesse! Assim surgiu algo tão incrível como um muro de amor que tinha das mensagens mais carinhosas de avós para netos, até às mais brincalhonas de amigos para amigos, passando pelas mais sentimentais entre namorados e pelas mais simples e ternurentas de pais para filhos. A intensão foi-se revelando... a uma certa altura eram tantos recados em tantas línguas que qualquer um entenderia a mensagem principal deste S. Valentim: o amor é universal e tal como todos o desejam, todos o merecem!



## **INTERVENÇÕES COGNITIVO-COMPORTAMENTAIS EM CONTEXTOS FORENSES: SEMINÁRIO FINAL DO PROJETO DE I&D GERAR PERCURSOS SOCIAIS (GPS)**

POR: DR. NÉLIO BRAZÃO & DRA. CAROLINA DA MOTTA

Gerar Percursos Sociais (GPS), é um programa de prevenção e de reabilitação para indivíduos com comportamento anti-social, inicialmente concebido para a intervenção com jovens considerados em risco da Região Autónoma dos Açores. Tendo um conhecimento aprofundado dos programas mais usados, a equipa do CINEICC – Centro de Investigação do Núcleo de Estudos e Intervenção Cognitivo-Comportamental participou no desenvolvimento do GPS integrando uma parceria internacional ao abrigo da Iniciativa Comunitária EQUAL.

O GPS é um programa cognitivo-comportamental de intervenção em grupo, adequado para sujeitos a partir dos 16 anos, para fins de prevenção secundária ou terciária. Reconhecendo a relação privilegiada entre o crime e os programas de saúde mental, os autores fizeram uso da sua experiência clínica no tratamento de indivíduos que apresentavam problemas com a justiça, bem como do seu conhecimento na reabilitação de jovens agressores para conceberem os conteúdos e metodologia do GPS. O programa é constituído por 40 sessões, organizadas em cinco módulos sequenciados: 1) comunicação humana; 2) relacionamento interpessoal; 3) distorções cognitivas (erros de pensamento); 4) significado e função das emoções; 5) crenças nucleares (visão de si e dos outros).

No âmbito de um projeto plurianual financiado pela Fundação para a Ciência e Tecnologia (PTDC/PSI-PCL/102165/2008) e em parceria com a Direcção-Geral de Reinserção e dos Serviços Prisionais, a equipa de investigação trabalhou durante três anos e meio com dois grupos diferentes: a) 150 menores a cumprir medidas tutelares educativas de internamento em todos os Centros Educativos do país; b) 300 reclusos do sexo masculino a cumprir pena de prisão em 10 Estabelecimentos Prisionais de Portugal

Continental e Regiões Autónomas.

No caso dos menores agressores, que realizaram uma versão de 25 sessões do programa, a implementação do GPS parece contribuir para uma diminuição da agressividade e da atribuição de hostilidade ao comportamento dos outros, bem como para um maior controlo emocional. Os reclusos adultos, que frequentaram as 40 sessões do programa, apresentaram uma diminuição significativa dos níveis de ansiedade, depressão e stress, bem como uma redução das “explosões de raiva”, da paranóia e da desconfiança face aos outros. Os sujeitos parecem, ainda, adotar um estilo de pensamento mais pró-social e perceberem-se de uma forma mais positiva após a conclusão do programa.

Os resultados deste projeto foram apresentados nos passados dias 25 e 26 de Outubro no Seminário “Intervenções Cognitivo-Comportamentais em Contextos Forenses” que reuniu, não só um grande número de técnicos envolvidos na implementação do programa, mas também investigadores do país que têm trabalhado na área da reabilitação psicossocial. Esteve também presente o investigador e consultor internacional do projeto, David Bernstein da Universidade de Maastricht, especialista em intervenções cognitivo-comportamentais com reclusos com patologia da personalidade.

Neste seminário foram discutidas as implicações dos resultados do projecto nos modelos e formatos de intervenção, quer com jovens agressores quer com reclusos adultos. Este encontro permitiu que investigadores, técnicos e políticos discutissem, em conjunto, a relevância e o impacto das intervenções cognitivo-comportamentais estruturadas nestas áreas específicas de reabilitação psicossocial.



## ENCONTRO NACIONAL DE ESTUDANTES DE PSICOLOGIA (ENEP)

POR: LISA SILVA & CATARINA LOUREIRO

A Associação Nacional de Estudantes de Psicologia (ANEP) passou, nos últimos anos, por uma época de dormência entre os estudantes de Psicologia de todo o país. Contudo, é uma tendência que tem vindo a ser contrariada, especialmente nos últimos três anos. A prova disso mesmo está no XX ENEP realizado a 1, 2 e 3 de Março de 2013, em Ofir (Esposende). Marcar os vinte anos do ENEP foi a oportunidade perfeita para fazer ressurgir a ANEP enquanto um organismo ativo e dinâmico, formado de e para estudantes. O XX ENEP contou com cerca de 300 participantes e 30 oradores das mais diversas áreas e pontos do país, com a finalidade de abranger o maior número de interesses dos alunos portugueses; também a Ordem dos Psicólogos Portugueses (OPP) se associou ao evento, pelo que foi possível contar com a presença do Dr. Telmo Baptista, Bastonário da OPP.

As bases para o XXI ENEP já estão a ser lançadas para organização. O desafio? Superar o sucesso do último ENEP, elevando a fasquia a nível científico e social. A aposta numa forte formação científica e inovadora é um dos pressupostos base, fazendo-se acompanhar por um programa social apelativo e que permita o intercâmbio de experiências entre os participantes.

Este ano podes já contar com o Prof. Dr. António Branco Vasco, o Prof. Dr. Armando Machado, o Prof. Dr. Carlos Fernandes da Silva, a Prof. Dra. Susana Coimbra e muitos outros professores das mais diversas áreas.

O retorno a Ofir permite à organização a manutenção de um evento acessível à maioria dos estudantes, assegurando excelentes condições de alojamento e logística. O Axis Ofir Resort Hotel, de quatro estrelas, encontra-se numa pitoresca área geográfica que enquadra dunas, praia, pinhal e a foz do rio Cávado. O espaço de restaurante onde habitualmente os

estudantes se reúnem para conviver durante as refeições, permite uma vista magnífica sobre o mar e a praia de Ofir, reunindo um conjunto de condições ideais para tornar este encontro o melhor de sempre.

Se no ano anterior foi possível reunir estudantes de Lisboa, Évora, Coimbra, Porto, Braga e até Algarve, esperamos que este ano não seja diferente; é nosso desejo levar a mensagem "ENEP – Traz a tua ideia", ao maior número possível de Faculdades de Psicologia do país.

Para que este seja um dos melhores eventos do ano, na área da Psicologia, é necessário que TU estejas lá, pois a TUA presença faz toda a diferença. Na nossa máxima, "contigo, a ANEP é mais que a soma das partes!".

Agarra a oportunidade e inscreve-te já!  
Até Ofir!

XXI ENEP  
Encontro Nacional de Estudantes de Psicologia

{ traz a tua ideia }

**XXI ENEP**  
Encontro Nacional de Estudantes de Psicologia

7 a 9 de  
Março  
Ofir  
Esposende

110€ | 55€+  
55€

Organização ANEP

Fonte: <http://anepsicologia.wix.com/xxienep>





## ANNE KAZAK EM PORTUGAL

POR: DOUTORA CARLA CRESPO

A Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação, recebeu no passado mês de outubro, a visita de uma das mais influentes autoras norte-americanas na área da Psicologia Pediátrica, Anne Kazak, co-diretora da organização Nemours Center for Healthcare Delivery Science e do Centro de Stresse Pós-Traumático Pediátrico.

Tendo em conta o trabalho de investigação desenvolvido na FPCE-UC no âmbito desta área científica, a Linha de Investigação Relações Desenvolvimento & Saúde e o Programa de Doutoramento Inter-Universitário em Psicologia Clínica, Psicologia da Família e Intervenções Familiares das Universidades de Coimbra e de Lisboa aliaram-se na organização desta iniciativa.

Englobando uma diversidade de atividades e interesses na interseção de várias disciplinas como a Medicina, a Enfermagem e a Psicologia, a Psicologia Pediátrica é uma área que contribui para a compreensão e serviço clínico a crianças, adolescentes e suas famílias.

A vasta experiência na prática clínica, investigação e administração de serviços de saúde da Professora Anne Kazak permitiram que desenvolvesse, desde os anos 80, uma abordagem pioneira aos cuidados integrados a crianças e famílias numa perspetiva sistémica. Em conjunto com a sua equipa, a Professora Anne Kazak dedica-se hoje ao estudo e intervenção com famílias de crianças com doenças pediá-

tricas graves. A partir das perspetivas social e ecológica, o seu trabalho tem como principal objetivo compreender como é que as crianças, as famílias e outros sistemas respondem às exigências da doença e do tratamento ao longo do tempo. A sua investigação atual foca-se na avaliação e intervenção na promoção de competências em famílias em contextos de adversidade, com particular ênfase em doentes e sobreviventes de cancro pediátrico.

A Professora Anne Kazak esteve durante três dias na cidade de Coimbra, onde realizou várias atividades de cariz científico. Destacam-

***“A vasta experiência na prática clínica, investigação e administração de serviços de saúde da Professora Anne Kazak permitiram que desenvolvesse, desde os anos 80, uma abordagem pioneira aos cuidados integrados a crianças e famílias numa perspetiva sistémica.”***

se a conferência proferida no âmbito da Aula Inaugural do Programa de Doutoramento Inter-Universitário intitulada “Why families matter: Translating Research into Practice in Pediatric Psychology”, no dia 17 de Outubro no Anfiteatro da FPCE-UC, onde traçou uma

breve resenha histórica do estudo da família e mostrou como é que este contexto é relevante para os profissionais e investigadores que trabalham com crianças e adolescentes com condições de saúde.

É no contexto familiar que se podem identificar fatores de proteção e/ou de risco que explicam o curso da adaptação na doença e outras variáveis de relevância clínica, como por exemplo, a adesão ao tratamento. O estudo destes fatores permite uma articulação cada vez mais sólida entre a investigação e a intervenção, que se pretende sempre fundamenta-



da a partir da evidência empírica. No dia 18 de Outubro, um conjunto de alunos, investigadores e docentes da FPCE-UC tiveram ainda a oportunidade de participar num workshop sobre escrita científica ministrado pela convidada, que é atualmente Editora da prestigiada revista *Health Psychology*.

Para além destes eventos, a Professora Anne Kazak reuniu com elementos da comunidade científica da nossa Faculdade, ficando a conhecer o trabalho realizado por investigadores que, em Portugal, se dedicam ao estudo da adaptação psicológica individual e familiar no contexto de condições crónicas de saúde, tais como o cancro, a obesidade, a diabetes, a asma ou a epilepsia pediátrica.

A troca de experiências, saberes e visões estratégicas sobre o rumo da investigação nesta área entre Portugal e os Estados Unidos da América pautou esta visita que, entre outras fomentadas pela FPCE-UC, procura contribuir para que a investigação em Portugal se continue a alinhar pelos padrões mais elevados de excelência internacional.

Num contexto de crescente globalização e expansão do saber, um dos principais objeti-

vos da promoção destas pontes de colaboração é que a investigação portuguesa possa ser cada vez mais reconhecida e valorizada internacionalmente.



Professora Anne Kazak na sua passagem por Coimbra

#### **O Gabinete de Apoio ao Estudante oferece a todos os estudantes da FPCE-UC:**

- Apoio psicológico (individual, confidencial e gratuito);
- Apoio pedagógico (gestão do estudo e da aprendizagem);
- Aconselhamento de carreira (apoio à decisão vocacional e procura de emprego);
- Orientação socioeducativa (promoção de competências pessoais e sociais);
- Apoio e mediação sociocultural (facilitação do diálogo intercultural);
- Atendimento e aconselhamento na área da sexualidade.

#### **Vem conhecer o GAE!**

<http://blogdogae.blogspot.com>

239 851450 ext. 380 | Sala 2.11 | De 2ª a 6ª feira



GAE - FPCE  
Gabinete de Apoio ao Estudante  
da Faculdade de Psicologia e de Ciências da Educação - UC



## VAGAS DE MOBILIDADE — PROGRAMA ERASMUS

POR: CATARINA OLIVEIRA

O receio e a incerteza fez-te adiar o teu desejo de te candidatares ao programa Erasmus? Bem, a verdade é que ainda vais a tempo de o fazer! Há muitas vagas à tua espera e aquela que tu queres (essa mesmo!) ainda pode ser tua!

Deixo-vos as vagas respeitantes às licenciaturas em Ciências da Educação e em Serviço Social. Dado o número exorbitante de Universidades com as quais a nossa Faculdade tem estabelecido protocolo no que diz respeito ao Mestrado Integrado em Psicologia, optámos por não publicá-las por questões de espaço. No entanto, podem consultá-las no endereço: <http://www.uc.pt/fpce/ensino/Erasmus/vagas>

### Serviço Social

País	Universidade
Alemanha	Koblenz
Bélgica	Libre de Bruxelles
Espanha	Barcelona
Espanha	Complutense de Madrid
Espanha	Granada
Espanha	La Laguna (Tenerife)
Espanha	Universidad Pontificia Comillas
Espanha	Salamanca
Espanha	Sant. de Compostela
Espanha	Vigo
França	Nantes – UFR Sociologie
França	Lille – E.S.E de Travail Social
Holanda	Hogeschool Zuyd
Hungria	Evotvos Loránd
Lituânia	Vilnius Pedag. Univ.
Rep. Checa	Charles of Prague
Suíça	Sion (Delemont)

### Ciências da Educação

País	Universidade
Alemanha	Frei Univ. Berlin
Alemanha	Padagogische Hochschule Heidelberg
Bélgica	Kathol.Univ.Leuven
Bélgica	Karel de Grote-Hogeschool
Eslováquia	Univ. Matej Bel
Espanha	Autónoma de Madrid
Espanha	Complutense de Madrid
Espanha	Deusto - Bilbao
Espanha	Granada
Espanha	Huelva
Espanha	León
Espanha	Catolica de San Antonio - Murcia
Espanha	Oviedo
Espanha	Pontificia de Salamanca
Espanha	Salamanca
Espanha	Santiago de Compostela
Espanha	Vigo
França	Provence – Aix-Marseille I
França	Paris X Nanterre
Grécia	Aegean – Atenas
Grécia	Aristóteles – Tessalónica
Hungria	Debrecen
Itália	Degli studi di Firenze
Itália	Degli studi di Palermo
Luxemburgo	Luxemburgo
Rep. Checa	Univ. Charles de Praga
Suíça	Univ. Genève
Turquia	Univ. Ondokuz Mayıs
Turquia	Univ. Cumhuriett





**AS FERIDAS DAS PEDRAS SÃO RUGAS DO TEMPO...**

POR: DESFOCA-TE



Rosa Barbosa



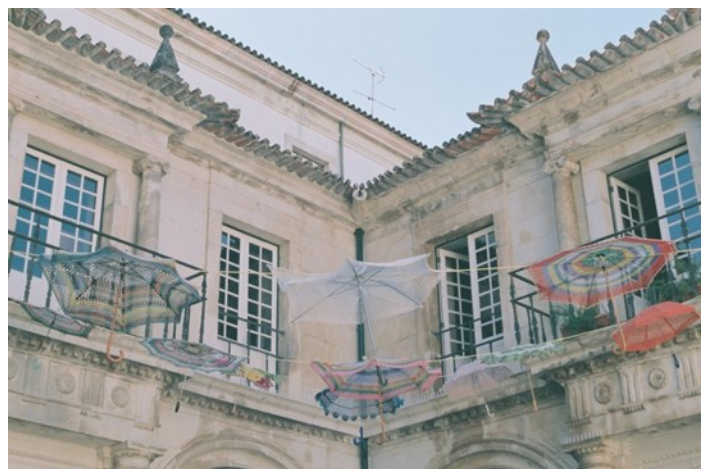
Rosa Barbosa



Francisco Santo

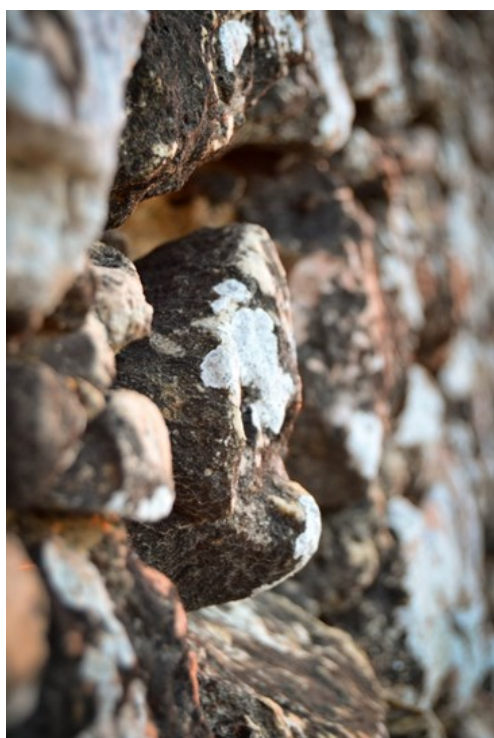


Francisco Santo



Francisco Santo





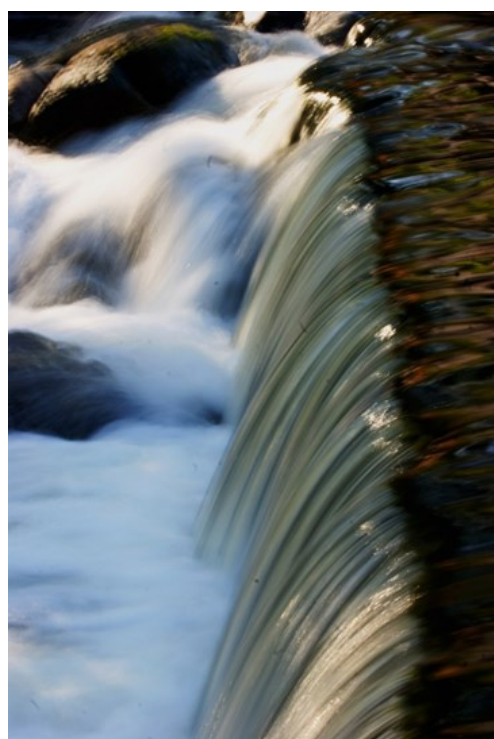
Joana Nogueira



Joana Nogueira

*“Pedras gastas e polidas,  
contem-me as vossas horas,  
reabrindo as vossas feridas,  
mas não calem as memórias  
porque nada finda.”*

*Mariana Ambrósio*



Rosa Barbosa



Joana Nogueira





## AO SERVIÇO DO SOCIAL

POR: MARTA MASCARENHAS

*O 33º Aniversário da FPCEUC deu especial atenção à área de Serviço Social. O Claustro quis saber qual a opinião sobre a qualidade de ensino praticada junto de uma aluna, que à data discursou.*

A decisão de escolher que curso seguir nem sempre é simples (atrevo-me a dizer, quase nunca). São cada vez mais as oportunidades de escolha, especializações, variantes e, ante o frequente desconhecimento do significado de todas elas, pesa ainda a terrível 'nuvem negra' do critério das saídas profissionais (hoje em dia quase obsoleto, ante os baixos níveis de empregabilidade que perpassam todas as áreas científicas).

Assim, no meu caso concreto, decidi que a minha escolha havia de corresponder ao curso superior que, a meu ver, fosse mais ao encontro do que eu gostaria de fazer e, dado que sempre me interessei pelas questões relativas à defesa dos direitos, à intervenção prática junto das pessoas no sentido de potenciar uma melhoria das suas condições de vida, considerei (e não me arrependo) que a licenciatura em Serviço Social seria a melhor opção.

Fiquei agradavelmente surpreendida por confirmar algumas das minhas expectativas, no que se refere, nomeadamente, à possibilidade de nos termos a intervenção pelos valores da ajuda, sem que isso resvale em considerações paternalistas de 'caridadezinha'. Adicionalmente, a extraordinária dedicação do corpo docente responsável pela licenciatura destacou-se em aspectos que frequentemente passam despercebidos, como sejam o investimento na humanização dos alunos, na desmistificação de preconceitos (entendidos aqui como ideias pré-concebidas da mais variada índole no que se refere ao tipo de populações com que trabalhamos) e na aproximação progressiva à prática profissional.

Neste sentido, foi fundamental, e não posso deixar de o destacar, a riqueza teórico-científica e metodológica de que a licenciatura

nos mune para analisar reflexivamente as situações com que os assistentes sociais se confrontam quotidianamente, destacando-se, a este propósito, os contributos das unidades curriculares da área da Economia, Direito, Psicologia e Ciências da Educação. Por outro lado, o forte investimento nesta licenciatura da apresentação, aos seus alunos, para além dos modelos e metodologias clássicas do Serviço Social, das mais recentes tendências da investigação neste domínio, constituiu uma mais-valia muito significativa na minha formação, podendo configurar-se como uma nota distintiva no ingresso no mercado de trabalho.

Na actual conjuntura socioeconómica, pautada não apenas pelos estrangimentos económico-financeiros, mas pelo 'estado de choque' em que franjas da sociedade se encontram por, a breve trecho, terem sido confrontadas com situações dramáticas como seja o desemprego de um ou ambos os membros do casal (mais aflitivo ainda no caso das famílias monoparentais), a redução salarial, a incapacidade de prover à sua família, a incapacidade do Estado para dar resposta às múltiplas solicitações dos seus cidadãos, etc., tornam indispensáveis novas respostas sociais, novos profissionais. Consequentemente, o nível de excelência e de aprofundamento técnico-científico com que saímos da Faculdade, a busca constante de fomentar nos alunos de Serviço Social (em geral, e no meu caso, em particular) a capacidade de analisar reflexivamente os contextos, de os levar a intervir de forma participada, não aventando soluções pontuais e de cariz abstracto (do tipo '*one size fits all*') mas encorajando os diversos actores sociais a canalizar as suas próprias potencialidades para, em conjunto, construírem sinergias e encontrarem, eles próprios, soluções diversas para as problemáticas que os assolam, adaptadas às especificidades do seu caso concreto...tudo isto, tornou-me uma privile-



giada por frequentar esta licenciatura na FPCE, disso estou absolutamente convicta!

De igual importância, foi o permanente alerta que fui (com os meus colegas) recebendo, da importância da aposta na continuidade da formação, por diversos motivos: porque a complexidade e permanente mutação das sociedades actuais e, inerentemente, das problemáticas que as afectam, não se compadecem com leituras lineares e simplistas da realidade, exigindo aos profissionais um aperfeiçoamento contínuo e o domínio das mais inovadoras técnicas e metodologias de informação; porque os assistentes sociais não se podem encarar, enquanto profissionais, como meros executores de políticas sociais hétero-conformadas, mas devem, ao invés, assumir-se como a primeira linha de defesa aqueles que, por se encontrarem numa situação de maior vulnerabilidade social, veem enfraquecida a sua capacidade de defenderem os seus direitos; porque os contornos dramáticos que assumem certas restrições orçamentais e consequente desinvestimento em áreas tão vitais para a vida das pessoas como a Saúde, a Educação, o Emprego ou a Segurança Social, impelem-nos a assumir, sem pudor, a vertente política desta profissão para o qual nos preparámos durante 3 anos e meio. Sim, política! Não no sentido partidário, mas no sentido mais genuíno e originário do termo, de defesa da sociedade em que vivemos, dos valores que a devem pautar, nomeadamente o valor supremo da vida e da dignidade humanas.

Saio muito mais rica da FPCE do que quando entrei: aprendi, sobretudo, que as pessoas valem como pessoas e não como números; que as políticas sociais e a intervenção que as concretiza devem almejar a realização do potencial humano e não limitar-se a assegurar a sobrevivência física das pessoas; que temos o dever de, como advoga Amartya Sen (Prémio Nobel da Economia, 1998), questionar um sistema que preciniza que, num mundo que gere, actualmente,

um nível de desenvolvimento e riqueza sem precedentes, continuemos a assistir à disseminação dos mais flagrantes exemplos de subdesenvolvimento (e.g. fome, bolsas de pobreza em países tidos como os mais desenvolvidos do mundo), impondo-se a exigência pelo respeito de valores essenciais como os contidos em instrumentos internacionais como a Declaração Universal dos Direitos Humanos (1945).

Em jeito de remate final, gostaria apenas destacar duas notas genéricas mas que me parecem essenciais:

- Por um lado, sublinhar que é fundamental aproveitar ao máximo todas as experiências formativas, de cariz académico, cultural e social que a Universidade de Coimbra nos oferece e, neste sentido, realço a importância que revestiu para mim a oportunidade de participar em estágios de curta duração (promovidos pelo Gabinete de Saídas Profissionais da UC), no período de Verão, designadamente na Comissão de Protecção de Crianças e Jovens de Coimbra, bem como nas mais diversas conferências, colóquios e *workshops* promovidos não só na FPCE, como noutras faculdades da UC;

- Por outro lado, testemunhar que, num mundo cada vez mais céptico, em que os jovens são confrontados muito precocemente com um choque abrupto entre os seus ideais e o pragmatismo da vida, a licenciatura na FPCE (e destaque que me refiro à licenciatura aqui ministrada por acreditar que a sua qualidade resulta de um conjunto de factores intrínseco à própria faculdade) não olvida a importância da humanização dos futuros profissionais, impelindo-os, no seu exercício profissional, bem como no seu percurso enquanto cidadãos, a lutar pela dignidade de toda e cada pessoa, pelo valor imanente de cada vida e pela necessidade de assegurar a todas as pessoas o direito a uma vida condigna!

**Nota:** Por opção da Autora, este artigo não foi escrito ao abrigo do novo Acordo Ortográfico.



## À PROCURA DE UM ROUXINOL

POR: PATRÍCIA GIRÃO

**Jornal *O Claustro* (JC):** Há quanto tempo cantas?

**Cristiana Bento (CB):** Quando tinha 3 anos a minha tia ofereceu-me um rádio que trazia um microfone. Acho que esse foi o momento em que percebi o quanto gostava de cantar pois lembro-me que a primeira coisa que fiz foi arrancar o microfone pelo fio e andar pela casa toda contente a trautear. Esse acabou por ser um dos momentos mais marcantes da minha infância e ainda hoje guardo esse microfone como recordação.

**JC:** Tiveste algum tipo de formação?

**CB:** Não. Até hoje nunca surgiu nem nunca criei oportunidade para tal, principalmente porque não tenho a certeza se é isso que quero fazer.

**JC:** O teu gosto/talento é algo familiar?

**CB:** A minha avó era ensaiadora de um grupo de teatro amador e sempre fez questão que eu participasse. Foi a partir daí que eu percebi o quanto gostava de estar em cima do palco. Por volta dos 17 anos, pedi à minha tia que me oferecesse uma guitarra. Comecei a ver vídeos na internet e tentei aprender a tocar guitarra sozinha. Comecei por músicas muito simples com dois ou três acordes no máximo. Hoje, não percebo muito de teoria musical e toco quase tudo por ouvido.

Portanto sim, posso dizer que foi a minha família que me deu as ferramentas necessárias para eu cultivar este gosto pela música.

**JC:** Quais as tuas principais influências musicais?

**CB:** Gosto muito de boa música portuguesa: António Zambujo, Rui Veloso, Tiago Bettencourt, Deolinda... e a mais recente banda Pensão Flor. Influenciam-me na forma como encaro a música. Pelo sentido das letras e pela harmonia musical. No que diz respeito a influências internacionais posso apontar Stevie Wonder, Ray Charles, Ella Fitzgerald, Queen e Beatles. São artistas que ouço desde pequena. Mais recentemente comecei a ouvir bandas como Mumford and Sons, Rodriguez, Ben Howard, Matt Corby, Birdy, Darwin Deez, Bon Iver, Gomez, entre outros.

**JC:** Em que trabalhos já tiveste oportunidade de

participar?

**CB:** Os trabalhos que me propuseram foram todos amadores. Participava nas festas de natal da minha escola em Penela e participei também numa homenagem a Fernando Pessoa onde cantei um poema do mesmo. Para além disso participei numa atuação com o Mário Mata e o seu grupo de alunos de guitarra. Hoje em dia faço parte da Desconcertuna.

**JC:** Como surgiram essas oportunidades?

**CB:** A minha entrada para a Desconcertuna era algo que pretendia aquando da minha colocação na faculdade. Sempre foi algo que desejei e que mais tarde se veio a tornar realidade. Aconselho a todos os estudantes universitários a participarem. A tuna, para além de ser um grupo musical, é essencialmente um grupo de amigos. Quando subimos ao palco todos juntos sentimos um misto de emoções. A ideia de que os nervos podem apoderar-se de nós é comum mas sabemos que temos sempre alguém para nos amparar seja qual for o momento. Tudo o que investimos na tuna é-nos devolvido através dos grandes momentos que passamos todos juntos. É difícil explicar esta experiência. O que aconselho a todos os estudantes desta ou de outra faculdade é que venham assistir a um dos nossos ensaios.

**JC:** Que projetos tens neste momento em mãos? E tens algo em vista para o futuro?

**CB:** Recentemente acabei a minha participação num projeto musical de um membro dos Trovadores do Mondego, um grupo académico da cidade de Coimbra. Neste momento não tenho nenhum projeto para o futuro.

**JC:** Incentivam-te a participar nestas atividades?

**CB:** Em tudo o que fazemos é sempre importante ter o apoio daqueles que nos rodeiam. Este caso não foi exceção. Ao longo destes anos encontrei um grande apoio entre os meus familiares e amigos que sempre me incentivaram a fazer o que mais gosto.



## DECLAMAR-TE

POR: RICARDO SERIGADO

Tantos foram os anos em que o povo português lutou pela liberdade de expressão... Mas, afinal, quantos de nós fazemos pleno uso dela? Esta rúbrica dá-te essa oportunidade.

Este é um espaço de escrita recreativa amadora, que também pode ser teu! Para tal, basta enviáres os teus textos ou poemas para o seguinte email: [jornaloclaustro@gmail.com](mailto:jornaloclaustro@gmail.com)

Afinal, se a Inquisição já não restringe publicações, o que é que ainda te impede de declamares?!

*Se estes bancos falassem  
Falariam do silêncio dos segredos  
Do coração acelerado, abandonado  
Dos espaços entre os teus dedos  
Que hoje pesam do meu lado.*

*Se estes bancos falassem  
Diriam que é triste aquele  
Que não parou e apreciou  
Tão viciante dor adorada  
Amada sem amar foi criada  
Como som surdo numa primeira alvorada.*

*Se estes bancos falassem  
Tocariam um piano  
De promessas às três pancadas  
Que seguram um mundo resvalado  
Ao ritmo de um sopro condenado.*

*Frustrado rosto esse que adormeceu  
Tornou-se poeira do que desvaneceu.*

*Se estes bancos falassem,  
Darão vida a uma vida perdida.*

*Tanto tempo que te vi cruzar a rua contra o  
vento,  
tão secos os lábios num sorriso lento.  
Esses olhos brilham o teu céu cinzento.  
Porque sabes que nos lençóis deixaste o teu  
mundo,  
o teu fundo, o teu eu profundo, o destrunfo  
de ti.  
A pele que vestes quando estás sozinha, o  
teu pijama  
A chama calma, serena, sozinha, mal acesa  
da tua lareira  
Um piano no fundo da tua sala que te fala a  
cada nota,  
que escreve a tua alma a cada som que toca.  
E eu já te vi de perto, tens sede do deserto  
em ti.  
Vejo a lua nas pupilas que se dilatam ao meu  
toque,  
o único segundo em que te livro da morte.*

*Amor, doce e terno amor  
De águas mil esse olhar  
que insisto mergulhar  
esta minha alma sem cor.*

*E de cor sei esses caminhos,  
desse teu corpo que visto  
a cada toque, suave e forte  
findado num beijo de morte.*

*E eu aceito esses lábios,  
em toda a sua antagonia  
e que as sombras me consumam  
se eu não te tiver a ti, meu dia.*



## NA MARATONA DAS EXPETATIVAS - OS SINUOSOS CAMINHOS DO ESTÁGIO CURRICULAR

POR: JULIETA AZEVEDO

Escrevo-vos acerca da minha experiência de estágio curricular, inserido no mestrado de Intervenções Cognitivo-Comportamentais nas Perturbações Psicológicas e Saúde. Quando penso na longa jornada em que consistiu o meu estágio ainda me sinto cansada e de coração apertado, por tudo o que ansiei antes e durante, pelas ligações que criei no decorrer do estágio, e pela rapidez com que tudo se precipitou no fim.

Esperar pelo estágio, foi como preparar-me para uma grande viagem daquelas que presumo ficar por lá uns meses, e implicam uma grande reflexão e um trabalho exaustivo de antecipação, exaltação e catastrofização em turnos alternados. Eu senti o meu estágio como o teste final, que daria uma resposta definitiva à pergunta "Será que tenho mesmo jeito para isto e é o que quero fazer para o resto da minha vida?". O que vos posso dizer é que

o estágio não responde a muitas perguntas, mas levanta milhares de questões, que nem sempre vemos respondidas, e isso causa frustração, ansiedade e insegurança. O meu estágio decorreu no Serviço de Psiquiatria dos Hospitais da Universidade de Coimbra, e quando lá cheguei percebi claramente que nós tínhamos de "encontrar" o nosso lugar naquele sítio. Por mais que nos seja descrito por alto o que é suposto fazermos e como irá decorrer o estágio, nós só compreendemos verdadeiramente o nosso papel quando começamos a lidar com os problemas do serviço, a contactar com os pacientes, a falar com eles e a observar os terapeutas mais experientes a lidar com todos os seus casos, que muito raramente se identificam

com os que vêm nos livros, o que é altamente desconcertante. Percebemos as nossas limitações e as limitações do serviço, quer físicas (quando ter um consultório para dar/assistir a consultas parece ser uma sequela da missão impossível), quer de recursos humanos, pois por muito boa vontade que os terapeutas tenham é difícil terem tempo para atender os pacientes, responder-nos às perguntas e ainda tentar arranjar uns minutinhos para nos explicar o que foi feito aqui e ali. Tive a sorte de poder assistir e participar em consultas com terapeutas extraordinários e aprendi muito, no entanto, não posso deixar de refletir sobre os

***" (...) não posso deixar de refletir sobre os down sides deste estágio, que na minha opinião deveriam estar mais estruturados"***

down sides deste estágio, que na minha opinião deveria estar mais estruturado, deveria haver mais tempo para discutir os casos, mais orientação quanto à sua preparação e planeamento a médio/longo prazo, e seria útil discutir a função das estratégias

de intervenção que por vezes nos passavam em frente dos olhos, envoltas em nevoeiro, e que deixavam atrás de si um rasto de confusão e fascínio.

Não penso que se devam atribuir culpas, nem é com esse intuito que escrevo, mas a verdade é que deveria haver uma reflexão sobre estes estágios e a sua função, porque os testemunhos entre os estagiários são muito divergentes, os conhecimentos adquiridos parecem muito discrepantes entre locais de estágio, e até nas práticas de avaliação face aos mesmos. Ainda que hajam experiências muito positivas, sente-se um certo clima de desesperança e desorientação no decorrer do estágio que se agrava com a aproximação das datas de entre-





ga dos temidos “relatórios”. Deste modo, penso que o feedback dos alunos de cada estágio seria extremamente importante para se repensar alguns dos seus parâmetros, procurando homogeneizar a estrutura dos mesmos e proporcionando experiências de aprendizagens semelhantes dentro do que as circunstâncias permitirem, procurando assim suprimir alguns sentimentos de injustiça, ou simplesmente desilusão por não se ter podido experienciar o estágio da forma que seria desejável.

O estágio exige um investimento permanente, é necessário investir nos casos, interessar-se verdadeiramente pelas pessoas que nos chegam, estruturar na nossa cabeça a melhor forma de direcionar a intervenção, após fazer uma avaliação cuidada, para não deixar de parte dificuldades que a pessoa pode nem identificar como um problema, mas que afetam a sua vida. Se há algo que aprendi com o estágio, foi que muitas vezes o tão “ambicionado” diagnóstico não é importante ou decisivo para a intervenção, se conseguirmos identificar os processos que mais interferem com a vida do indivíduo e na forma como este lida consigo próprio e com o outro, o diagnóstico, se houver um, é completamente irrele-

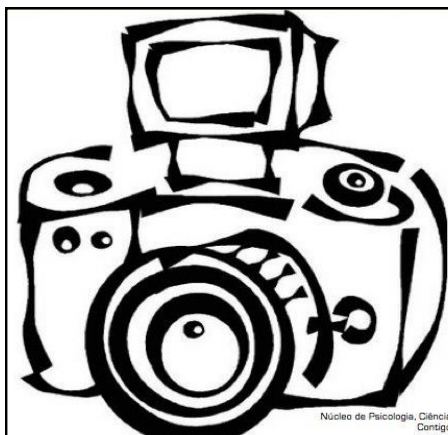
vante em termos práticos. Sendo assim, torna-se importante flexibilizar e agilizar os conhecimentos adquiridos no percurso académico com o contexto onde se está a estagiar, os recursos disponíveis, e o próprio paciente que nos surge na consulta.

Dito isto, a minha mensagem para quem inicia agora esta jornada é que não vai ser fácil. Vão sentir-se à deriva, completamente perdidos e provavelmente duvidarão se as vossas aprendizagens foram de facto relevantes. Vão sentir-

se muitas vezes abandonados, incompreendidos e sozinhos no mundo do fracasso... e tudo isso será normal. A frustração, a dúvida, as inseguranças, tudo faz parte do processo, a melhor forma de passar

por esta experiência é aceitar que existem, aceitar as nossas fraquezas mas nunca se deixar vencer por elas, saber dizer “não sei”, perguntar “como” e “porquê” sem medo da resposta, admitir quando erramos e procurar saber e ser sempre mais, como terapeutas e como pessoas, porque no fim, se entregarmos o nosso coração ao que fazemos, iremos receber a recompensa nos pequenos gestos e nas frases mais simples... e o melhor que levei deste estágio foi ouvir alguém dizer “mudou a minha vida”.

***“A frustração, a dúvida,  
as inseguranças, tudo faz  
parte do processo.”***



**Gostas de  
fotografia?  
Junta-te ao  
Clube!**

Dirige-te à sala do  
NEPCESS para te  
informares melhor  
sobre todas atividades  
deste Clube

Núcleo de Psicologia, Ciências da Educação e Serviço Social  
Contigo, sempre!



**Grupo de  
Estudantes da  
Amnistia  
Internacional da  
FPCE-UC**



Email: [amnistiai-fpce-uc@hotmail.com](mailto:amnistiai-fpce-uc@hotmail.com)

Facebook: <https://www.facebook.com/ATIVA.TE>

Telemóvel: 913924599



## VERSÃO FINAL

Em Julho de 2013 chegou ao fim mais uma etapa da minha vida: cinco anos de esforço, de trabalho, de altos e baixos...

Se me perguntarem se valeu a pena? Sim, valeu, porque foi o curso que eu sempre quis tirar e, por isso, foi um objetivo de vida concretizado. Se me perguntarem se correspondeu às minhas expectativas? Infelizmente não. É que o que me fez escolher psicologia foi o desejo de poder ouvir e ajudar pessoas, mas nos três anos correspondentes à Licenciatura não aprendi praticamente nada relacionado com isso. Além disso, considero que esses anos são demasiado teóricos e direcionados quase exclusivamente para uma área de intervenção, área essa que não era a que eu desejava.

No entanto, os dois anos de Especialização em Sistémica, Saúde e Família já me proporcionaram outro nível de satisfação, pois aí sinto que realmente aprendi alguma coisa útil para o meu futuro como psicóloga e terapeuta. Sei agora que houve algumas alterações nos planos curriculares, que espero que tenham sido no sentido de proporcionar um maior conhecimento prático aos alunos que passam por esta grande Faculdade.

Ana Rita Almeida

Em 2009, tive de tomar uma decisão importante, que possivelmente iria comprometer o meu futuro! Decidir qual o curso que queria e qual a universidade! Foi uma decisão complicada de tomar! Quando saíram as colocações da primeira fase, verifiquei que, tinha entrado no curso de Ciências da Educação na Universidade de Coimbra! Foi um momento que ainda hoje, não sei explicar. As Ciências da Educação não eram a minha primeira opção (era a Psicologia), não sabia muito bem, o que era o curso, mas logo, na primeira semana de aulas, tive a certeza que, me identificava com ele, era mesmo a "minha cara", como me costumam dizer.

Que aprendizagens fiz ao longo destes anos universitários? O curso correspondeu às expectativas? Qual o nível de satisfação? Quanto às aprendizagens foram muitas, tanto dentro da área do **saber**, como **saber ser**, do **saber estar** e do **saber ter**, aprendizagens fulcrais para o resto da minha vida, não fossem elas os quatro pilares da educação. Quanto às expectativas que tinha do curso, sem dúvida que foram alcançadas, assim sendo, o nível de satisfação é alto! Gosto desta área, caso contrário não teria prosseguido para Mestrado. Sem dúvida, que me identifico com o curso. Atualmente encontro-me no quinto ano, sou mestranda, é verdade! Cheguei aqui com a pressa de acabar, agora estou quase a dizer adeus à universidade, olho para trás e, vejo que, tudo passou a correr, ainda ontem era caloiira! Aqui fica a saudade que me há-de acompanhar. Quando disser adeus à universidade, levarei a minha liberdade que, aprendi a conquistar!

Catarina Amorim

É com enorme orgulho que sou finalista do curso de Serviço Social, nesta maravilhosa Cidade dos Estudantes.

Entrar neste curso é entrar com energia para querer mudar o mundo, transformá-lo! É ficarmos imbuídos de uma pequena ingenuidade... Com o passar do tempo essa ingenuidade vai diminuindo e vamos nos apercebendo da dureza da realidade e dos obstáculos que ela nos coloca.

Eu não tinha expectativas em relação ao curso quando o comecei a frequentar, vindo com um espírito de descoberta. Felizmente as minhas expectativas foram-se elevando e o agrado também. O facto do curso nunca se desligar da realidade, de conseguir aliar a teoria à prática, foi algo que me agradou e agrada. Fomentei o meu espírito crítico, capacidade reflexiva, trabalho em grupo, autonomia e responsabilidade.

De realçar a importância que a FPCEUC exerceu também, para a qualidade deste meu trajeto. Não só o curso, mas como também todas as possibilidades que a faculdade nos oferece, tais como de integramos vários projetos e grupos de voluntariado, transmitindo-nos um carácter pró-ativo e de empreendedorismo.

Quase a terminar o curso, posso dizer que levo a bagagem essencial, para enfrentar a realidade que me espera.

Teresa Almeida



## UM TESOURO SECULAR

POR: CATARINA OLIVEIRA

Os homens primitivos dedicavam-se à caça e à pesca para atender às suas necessidades de subsistência. Mais tarde, a revolução neolítica transformou o homem em cultivador e criador de gado, libertando a espécie humana da sua dependência da caça. No entanto, apesar da caça ter assim deixado de ser uma necessidade vital, continuou a ser praticada por motivos de diversa ordem: para proteger o gado e as colheitas dos predadores, para obter lucros e produtos suplementares, por questões de divertimento, desporto ou ainda como forma de demonstração de prestígio.

Ao longo dos séculos, a caça tornou-se responsável tanto pelo desaparecimento de algumas espécies, como pelo aumento continuado do número de espécies ameaçadas de extinção. Atualmente, uma das causas mais tristes e menos justificáveis para o abate massivo de algumas espécies prende-se com a satisfação de caprichos do mundo da moda.

Também a poluição da atmosfera, água e solo coloca em risco o complexo conjunto dinâmico que sustenta a vida. Ademais, muita da fauna está em perigo não só devido à poluição química e orgânica que afeta os diferentes ecossistemas, mas também devido a problemas relacionados com pressões demográficas, proliferação de construções, crescimento industrial e agrícola e manipulação de paisagens, entre outros. Por conseguinte, a proeminência da humanidade não se mostra compatível com a Conservação da Natureza. Contudo, tal é exequível, mas é necessário existir legislação atualizada e fiscalização adequada, em relação ao ordenamento cinético e às diretrizes das atividades implicadas.

E se fazemos desta uma questão secundária, devíamos repensar seriamente os nossos ideais: preservar a biodiversidade é sinal de respeito pela vida (sim, não só os animais têm vida

como nós somos animais!). E tal como disse Douglas Tompkins em entrevista à revista *Visão* (homem que vendeu as suas empresas para se tornar num latifundiário ecologista, que há mais de duas décadas compra terras no Chile e na Argentina para as converter em parques nacionais): "A biodiversidade é a mãe de todas as crises. Se a perdermos, é o fim do mundo".

Apesar de, infelizmente, já não estarmos a tempo de salvar muitas espécies, temos de unir esforços para preservar todas as outras. Em Portugal, por exemplo, estão declaradas extintas espécies autóctones como a cabra montês. Para ver um exemplar desta espécie é necessário visitar a Galeria de Zoologia do Museu da Ciência da Universidade de Coimbra.

Esta galeria, que conserva exemplares preciosos de inúmeras espécies provenientes de todo o mundo, surgiu primeiramente com a finalidade de constituir um auxiliar de ensino. Vandelli, primeiro diretor da galeria, deu início a esta coleção quando foi convidado a exercer funções na Universidade de Coimbra, trazendo consigo um sem número de exemplares da Universidade de Padova. Mas, não satisfeito com a amplitude da coleção, enviou diversos dos seus alunos para lugares como as outrora colónias portuguesas. Um deles, Alexandre Rodrigues Fernandes, viajou até ao Brasil, país de onde chegaram grande parte dos animais que constituem a coleção. Por conseguinte, apesar do valor material incalculável, a galeria tem no entanto um valor muito maior do ponto de vista científico.

Esperemos que os exemplares de que a Galeria de Zoologia dispõe não passem a constituir apenas um repositório de espécies extintas. Mas este terá de ser um esperar consciente e ativo! Agir é, sem dúvida, condição necessária para a preservação da biodiversidade.



## AGENDA CULTURAL

	O QUÊ?	QUANDO?	ONDE?	QUANTO CUSTA?
<b>TEATRO</b>	Viagem a Casa dos Meus Avós	Até 28 de dezembro aos sábados   17:00h	O Teatrão	Entre 4€ e 10€
<b>WORKSHOP</b>	Instalação, Fotografia & Som	14 de dezembro	TAGV	Entrada livre
<b>COLÓQUIO</b>	Dialogar com Tempos e os Lugares do(s) mundo(s)	6 e 7 de dezembro	FEUC	60€
<b>EXPOSIÇÃO</b>	Galeria de Zoologia	Até 28 de dezembro aos sábados   16:30h	Museu da Ciência— UC	2€
	Do Sul ao Sol— A UC e a China	Até 31 de dezembro	Museu da Ciência— UC	4€
<b>LIVRO</b>	Ó fala que foste fala	12 de dezembro   18:30h	O Teatrão	Entrada livre
<b>CINEMA</b>	A Vida de Adèle	2 e 9 de dezembro   21:30h	TAGV	4€
<b>MÚSICA</b>	Harlem Gospel Choir Sings Stevie Wonder	5 de dezembro   21:30h	TAGV	25€
	Mostra Espanha 2013	13 de dezembro	TAGV	5€
	Combos de Jazz	19 de dezembro   22:00h	O Teatrão	3€

### O CLAUSTRO RECOMENDA...

#### VIAGEM A CASA DOS MEUS AVÓS

**Produção:** O Teatrão

**Sinopse:** Entre sonhos, sabores, músicas e segredos, VIAGEM A CASA DOS MEUS AVÓS transporta toda a família para um universo muito próprio que todos reconhecemos e onde adoramos entrar de mãos dadas. Neste espetáculo que quase dispensa a palavra, as cenas sucedem-se ao ritmo próprio da imaginação e das brincadeiras de criança e convoca avós e netos de hoje e de sempre.



## PROGRAMAS DE MOBILIDADE — RELATOS NA PRIMEIRA PESSOA

### ELES POR CÁ

POR: IGNACIO PUIG

Passaram apenas dois meses desde que cheguei a Coimbra e, desde então, tudo tem sido alegria. A sensação de estar perdido que se sente ao chegar dissipa-se à medida que conheces o quão próximas e amigáveis são as pessoas desta cidade e o quão eficaz é o programa *Buddy* da nossa faculdade – graças ao qual a minha integração foi total desde o primeiro dia. Graças a este programa consegui encontrar um quarto em poucos dias e preencher os primeiros registos na universidade que são sempre os mais complicados.

Também consegui, rapidamente, inteirar-me do ritmo da cidade que, apesar de ser uma cidade grande, tudo aquilo que necessitas tem-lo centralizado na zona próxima às faculdades. Qualquer coisa que um estudante necessite pode encontrar aqui: um transporte público bem anunciado ou uma qualquer atividade desportiva que goste de praticar.

Outro ponto a favor desta cidade é o grande ambiente noturno que existe todas as noites onde quer que vás, permitindo-te conhecer muita gente de muitos lugares, devido à interculturalidade de Coimbra, e disfrutar de grandes experiências com preços muito baixos. As grandes festas da cidade como a praxe dos primeiros dias da faculdade ou a festa das latas em que se dão as boas-vindas aos novos estudantes fazem-te sentir, com mais intensidade, um habitante da cidade quando o vives pessoalmente.

Coimbra é uma cidade diferente de qualquer outra que já conheci e ter estudado aqui é algo que nunca esquecerei. Tenho de dizer que para além da beleza desta cidade e a grande quantidade de coisas que tenho de visitar, o que mais me conquistou foi o ambiente universitário e tradicional que nos envolve e contagia qualquer visitante. Coimbra é uma cidade feita por e para estudantes.

Este recém-chegado não tem nada mais que boas palavras para esta grande cidade e a sua gente que tão bem me receberam desde que pus os meus pés nela.

### NÓS POR LÁ

POR: SARA LOUREIRO

O pré Erasmus é um misto de emoções, queremos que o tempo passe, mas ao mesmo tempo queremos estar mais um bocadinho na nossa "casa". O grande dia aproximou-se e as despedidas também, sem dúvida este foi o momento que mais me custou: dizer adeus àqueles que ficam. 29 de Agosto, agora já não podia voltar atrás, a minha aventura estava a começar.

Os primeiros dias não foram assim tão fáceis (é irónico achar que estava preparada para tudo) porque é tudo novo e parecendo que não, estamos sozinhos e temos de controlar a nossa vida. Aprendi que tenho de fazer o almoço, o jantar, lavar a roupa, ir às compras... porque se eu não o fizer, ninguém o fará por mim. Ainda em Coimbra pensava: 'vou viajar imenso, conhecer novas cidades, sair quando me apetecer, porque estou sozinha, ninguém me vai controlar'. Mas enganem-se aqueles que pensam que ERASMUS é só festas e viagens! Não sei se foi por causa do sítio que escolhi, mas aqui o trabalho não para, não digo que isso seja mau, mas às vezes a desmotivação apodera-se de mim. Mas nestes momentos de desânimo alguém desse lado mostra que não estou assim tão sozinha e que tudo não passa de uma má fase. É muito importante para quem está longe sentir apoio dos que mais gosta. *Thanks skype!*

Não me arrependo nada de ter vindo, isto só me fará crescer, mas aos próximos que vierem digo: pensem muito bem antes de tomar uma decisão, porque aqui estando, desistir é a última opção. Até agora ainda não o disse, mas isto tem imensas coisas boas. Uma das melhores são as novas amizades, conhece-se imensas pessoas, imensas culturas, todas diferentes mas todas com o mesmo espírito. Vão ficar para sempre os momentos, os jantares, as conversas, as viagens, as saídas... Tenho a certeza que daqui vou levar amigos para a vida.

Ainda me faltam uns meses para voltar para casa, mas posso garantir que estes estão a ser os 5 meses mais enriquecedores da minha, ainda curta, vida. Para aqueles que ainda vão fazer Erasmus: não deixem passar essa oportunidade!





## Pauta

Comemorámos no passado dia 5 de novembro o 33º Aniversário da FPCEUC. Esta nobre instituição a que todos possuímos a honra de pertencer e da qual temos enorme orgulho, dedicou as comemorações deste ano ao curso de Serviço Social, brindando o público presente com uma abordagem abrangente sobre os atuais desafios ligados a esta mesma área.



**NOTA 20**

Decorreram, durante o passado mês de novembro, dois simulacros de incêndio: um no edifício principal da FPCEUC e outro no edifício do Pólo I. À vista de todos os alunos ficaram problemas como: falta de tenacidade sonora do alarme, dificuldades de acesso por parte das viaturas (dadas as suas dimensões, um carro mal estacionado é impeditivo da sua passagem) e saídas de pequena dimensão ou trancadas.



**RÉS-VÉS**



Não tens de ser um Camões para escrever n' O Claustro. Para colaborar com este jornal só precisas de uma coisa:

**VONTADE!**

Receio de não ter experiência?

Tudo se aprende!

Seja com textos, ideias ou fotografias, junta-te a nós.

Esperamos por ti!

***Não percam o próximo Claustro porque nós... também não!***