

## INFORMAÇÃO PESSOAL



## Sabrina Sampaio Pedroso

📍 Rua da Boavista, nº 24, 4835-368 Guimarães (Portugal)

☎ +351 915 138 004

✉ sabrinapedroso90@gmail.com

## EXPERIÊNCIA PROFISSIONAL

18/10/2013

## Estágio Curricular em Psicologia Clínica e da Saúde

Agrupamento de Centros de Saúde do Alto Ave (Aces Alto Ave) - Centro de Saúde de Vizela, Vizela (Portugal)

## ■ Intervenção Individual com crianças, adultos e idosos:

- Avaliação Psicológica com recurso à observação clínica, diversas provas psicológicas e posterior definição do psicodiagnóstico.

- Definição do processo psicoterapêutico, com planificação das respectivas sessões e posterior implementação da intervenção de acordo com a patologia do utente;

- Elaboração de Relatórios Clínicos;

- Intervenção em diversas patologias:

Perturbação de Adaptação - pré-adolescente com 13 anos, que após avaliação clínica, definição do diagnóstico e intervenção clínica teve alta clínica;

Deficiência Mental Ligeira - criança com 9 anos, após avaliação clínica e definição do diagnóstico foi encaminhada para a consulta de pedopsiquiatria;

Fobia Social - adulto de 22 anos, após avaliação clínica, definição do diagnóstico e intervenção teve alta clínica;

Problemas ao nível do rendimento escolar e mau comportamento - adolescente de 15 anos, após avaliação clínica, definição do diagnóstico (ausência de diagnóstico) e intervenção, teve alta clínica; e,

Medo - Criança de 10 anos que apresentava medo intenso e exagerado de perder a mãe bem como de dormir sozinha, após avaliação clínica, definição de diagnóstico e intervenção teve alta clínica.

■ Intervenção em Grupo Com Mulheres Grávidas- Criação de um programa de intervenção em grupo com o objectivo promover a transição e o ajustamento à parentalidade, pretendendo-se normalizar as alterações psicológicas da gravidez, promover o diálogo e a partilha de experiências e facilitar a passagem para a parentalidade. O programa de intervenção foi bem recebido pelas participantes tendo superado as expectativas do grupo, bem como da facilitadora, na medida em que a partilha de experiências e de informação associada aos diferentes aspectos psicológicos da gravidez facultou a diminuição da ansiedade comum nesta fase de vida, bem como, alertou para aspectos importantes ao nível da relação do casal, concretizando, dessa forma, os objectivos do programa.

■ Acção de Formação acerca da Depressão - Elaboração e implementação de uma acção de formação relativa à Depressão destinada aos utentes diagnosticados com esta psicopatologia, bem como aos seus cuidadores e aos profissionais de saúde. Os principais objectivos prendiam-se com o aprofundamento dos conhecimentos sobre a depressão; o facultar de estratégias de adaptação à doença; a promoção da recuperação; a promoção da autoestima e da autonomia, e ainda a promoção do ajustamento e reinserção social. A acção de formação teve um *feedback* positivo na medida em que o conhecimento sobre a doença é um factor importante para recuperação do utente, sendo por isso a psicoeducação uma componente essencial no tratamento do utente.

## EDUCAÇÃO E FORMAÇÃO

18/09/2012–21/12/2015

**Mestrado em Psicologia Clínica e da Saúde**

Nível 7 QRQ

Universidade Católica Portuguesa - Faculdade de Filosofia e Ciências Sociais, Braga (Portugal)

**Competências Profissionais:**

- Avaliação Clínica;
- Aplicação e Cotação de diversos Instrumentos de Avaliação Psicológica relativos às diferentes psicopatologias e faixas etárias;
- Intervenção Psicológica em com base nos diferentes modelos da Psicologia;
- Conhecimentos ao nível da Neuropsicologia: estruturas e funções que compõem o Sistema Nervoso e realização do Exame Neurológico Sumário;
- Conhecimentos ao nível da relação entre a psicopatologia e a saúde;
- Conhecimentos ao nível dos psicofármacos;
- Elaboração e Implementação de Programas de Intervenção em grupo;
- Elaboração de relatórios clínicos;
- Elaboração de estudos, com recurso ao *SPSS*;
- Conhecimento aprofundado do Código de Ética e Deontologia da Psicologia;

**Principais Disciplinas**

Métodos de Avaliação em Psicologia Clínica e da Saúde I e II; Psicopatologia e Saúde; Modelos em Psicologia Clínica e da Saúde; Psicofarmacologia; Psicofisiologia Clínica e da Saúde; Métodos de Intervenção em Psicologia Clínica e da Saúde; Intervenção Clínica e da Saúde em Grupos; Métodos de Investigação em Psicologia Clínica e da Saúde, Neuropsicologia; ética e Saúde; Estágio Curricular; e Dissertação.

09/2009–07/2012

**Licenciatura em Psicologia**

Nível 6 QRQ

Universidade Católica Portuguesa - Faculdade de Filosofia, Braga (Portugal)

**Competências Profissionais:**

- Avaliação Psicológica específica para cada faixa etária;
- Competências de intervenção psicológica, nomeadamente o desenvolvimento da relação de ajuda: capacidade de estabelecer relações, empatia com o cliente, competências de observação e escuta, interpretação dos silêncios;
- Conhecimento ao nível dos diferentes Modelos de Intervenção Psicológica (Modelo Humanista; Modelo Cognitivo-Comportamental; Modelo Psicodinâmico; e, Modelo Sistémico);
- Conhecimento ao nível das Políticas da Saúde, desenvolvidas desde o início da psicologia até ao dias de hoje;
- Conhecimento ao nível dos processos psicológicos básicos;
- Conhecimento acerca da psicofisiologia: Bases e Fundamentos;
- Conhecimento sobre o processo de desenvolvimento psicológico do ser humano, desde o nascimento até ao fim de vida;
- Métodos e Modelos de aprendizagem;
- Desenvolvimento e implementação de programas informativos e de intervenção em diferentes áreas;
- Conhecimentos ao nível das dinâmicas familiares;
- Conhecimentos ao nível da Psicologia da Justiça: Criminologia, Vitimologia e Uso de Drogas;
- Conhecimentos ao nível da Psicologia Social e Comunitária: implementação de projectos de prevenção e intervenção comunitária;
- Conhecimentos ao nível da Psicologia do Trabalho e das Organizações;

- Conhecimentos ao nível das Teorias da Personalidade: Estrutura, funcionamento e dinâmica dos principais modelos teóricos;
- Conhecimentos sobre Psicoterapia Jungiana: tipos psicológicos e interpretação de sonhos;
- Conhecimentos ao nível da investigação em Psicologia: Revisão de Bibliografia e Estado da Arte; Elaboração de estudos quantitativos e estudos qualitativos; Estatística e SPSS.

**Principais Disciplinas:** Avaliação Psicológica I e II; Competências de Intervenção Psicológica; Ética e Deontologia; Etologia e Psicologia Evolutiva; História e Epistemologia da Psicologia; Introdução às Ciências Cognitivas; Metodologia de Investigação em Psicologia I e II; Modelos de Intervenção Psicológica I (Humanista); Modelos de Intervenção Psicológica II (Comportamental-cognitivo); Modelos de Intervenção Psicológica III (Psicodinâmicos); Modelos de Intervenção Psicológica IV (Sistémicos); Políticas de Saúde; Processos Psicológicos Básicos I e II; Psicofisiologia; Psicologia do Desenvolvimento I e II; Psicologia da Educação; Psicologia da Família; Psicologia da Justiça; Psicologia Social e Comunitária; Psicologia do Trabalho e das Organizações; Psicopatologia I e II; Psicoterapia Jungiana; Teorias da Personalidade; Estatística I e II; e, Seminário de Investigação em Psicologia/Monografia Individual;

## COMPETÊNCIAS PESSOAIS

Língua materna português

Outras línguas

inglês

COMPREENDER		FALAR		ESCREVER
Compreensão oral	Leitura	Interação oral	Produção oral	
A2	A2	A2	A2	A2

Níveis: A1 e A2: Utilizador básico - B1 e B2: Utilizador independente - C1 e C2: Utilizador avançado  
Quadro Europeu Comum de Referência para as Línguas

### Competências de comunicação

- Boa capacidade de comunicação e relacionamento social adquirido através da colaboração com associações, apresentação de trabalhos, consultas no estágio curricular, organização de eventos e actividades, liderança de grupos de trabalho;
- Boa capacidade de contacto com crianças adquirida através das consultas do estágio curricular, enquanto *baby-sitter* e colaboradora em associações e grupos na freguesia.

### Competências de organização

- Boa capacidade de organização e coordenação, enquanto colaboradora com uma associação na organização de eventos e actividades;
- Boa capacidade de liderança enquanto colaboradora com diferentes associações e grupos;

### Competências relacionadas com o trabalho

- Boa capacidade para a criação de programas de intervenção em grupo, adquirida ao longo do percurso académico, bem como, durante o período de estágio curricular;
- Bom domínio das competências de intervenção psicológica ao nível do desenvolvimento da relação de ajuda, adquirida durante o período de estágio curricular;
- Bom domínio dos testes e instrumentos de avaliação psicológica;
- Bom domínio ao nível da intervenção individual, adquirida durante o período de estágio curricular, obtendo resultados positivos em todos os pacientes, verificando a recuperação dos mesmos;
- Boa capacidade de conciliar várias tarefas em simultâneo (durante o período de estágio curricular, era também responsável pela gestão de um café de família, tendo alcançado bons resultados nas duas tarefas);
- Boa capacidade para organização de eventos e actividades (colaboração com associações no desenvolvimento de diversos projectos);
- Criatividade, empenho e dinamismo;

## Competência digital

AUTOAVALIAÇÃO				
Processamento de informação	Comunicação	Criação de conteúdos	Segurança	Resolução de problemas
Utilizador avançado	Utilizador avançado	Utilizador independente	Utilizador independente	Utilizador básico

Competências digitais - Grelha de auto-avaliação

- Bom domínio das ferramentas *MS Office* (processador de texto, folha de cálculo, apresentação)
- Bom domínio do software *SPSS* (*Statistical Package for the Social Sciences*);

## Carta de Condução

B

## INFORMAÇÃO ADICIONAL

## Projectos

**Tese de Mestrado**

Relação entre a História de Trauma na Infância, Bem-Estar Psicológico, Recursos e Comportamentos de Risco nas Mulheres, Utentes da Consulta de Planeamento Familiar.

**Monografia**

A Criança Perante a Morte.

## Conferências

Veiga, E., Pedroso, S., Ferreira, D. & Pereira, M.G. "The Impact of Child Physical, Emotional and Sexual Abuse in Portuguese Women's Psychological Wellbeing: Predictors of Depression, Stress and Resilience", 17th European Conference on Developmental Psychology

## Palestras

II Jornadas de Estudo Sobre Estimulação Sensorial e Cognitiva "Estratégias e Métodos" - Auditório do Hospital de São Marcos, Braga;

Autismo e o *The SonRise Program* - Centro Cultural Vila Flor, Guimarães;

Psicologia Positiva: Experiências de Ensino, Investigação e Intervenção em Portugal - Faculdade de Filosofia da Universidade Católica Portuguesa, Braga;

Palavra Aprendiz - Faculdade de Filosofia da Universidade Católica Portuguesa, Braga.