



1. UNIDADE CURRICULAR (COM ECTS)

CURRICULAR UNIT (WITH ECTS)

EXPRESSÃO, PERCEPÇÃO E REGULAÇÃO DE EMOÇÕES

6- ECTS

EXPRESSION, PERCEPTION AND REGULATION OF EMOTIONS

2. DESIGNAÇÃO DO CICLO DE ESTUDOS EM QUE SE INSERE A UNIDADE CURRICULAR (COM SEMESTRE E ANO LETIVO)

STUDY CYCLE TO WHICH THE CURRICULAR UNIT BELONGS (PLUS SEMESTER AND ACADEMIC YEAR)

Doutoramento em Psicologia: Emoções e Bem-Estar/ 1º Semestre / 2023-2024

PhD in Psychology: Emotion & Wellbeing /1st Semester / 2023-2024

3. DOCENTE(S) DA UNIDADE CURRICULAR

ACADEMIC STAFF

Augusta Gaspar

Francisco Esteves

Sandra Oliveira

e vários outros docentes convidados

4. CARGA LECTIVA NA UNIDADE CURRICULAR

WEEKLY TEACHING HOURS

3 horas/semana

3 hours/week

5. OBJETIVOS DE APRENDIZAGEM (CONHECIMENTOS, APTIDÕES E COMPETÊNCIAS A DESENVOLVER PELOS ESTUDANTES)

LEARNING OUTCOMES (KNOWLEDGE, SKILLS AND COMPETENCIES TO BE DEVELOPED BY STUDENTS)

Neste seminário os alunos irão adquirir conhecimentos sobre a forma com expressamos as nossas emoções, sobre a forma como percebemos as expressões dos outros, e sobre a importância dos mecanismos de regulação emocional para o nosso bem-estar e qualidade de vida.

Objetivos específicos:

OA1. Conhecer a história do estudo das expressões faciais emocionais, e a e a forma como diferentes teorias conceptualizam a relação entre a expressão e a experiência subjectiva da emoção. Compreender a evolução das expressões faciais, do ponto de vista filogenético e ontogenético.



OA2. Conhecer a forma como percebemos as expressões dos outros, e a relação entre aspectos culturais e inatos.

OA3. Conhecer os principais mecanismos de regulação emocional, e a forma como se relacionam com a nossa saúde física e mental.

OA4. Ser capaz de discutir e articular criticamente com a intervenção, a importância da regulação emocional para a qualidade de vida e bem-estar dos indivíduos.

In this course students will acquire knowledge about the ways we express our emotions, and who we interpret the emotional expressions of others, and about the importance of emotional regulation mechanisms for our well-being and quality of life.

Specific learning goals:

LO1. To know the history of the scientific study of facial emotional expressions, and how different theoretical perspectives conceptualize the relationship between the expression and the subjective experience of the emotion. Understand the ontogenetic and phylogenetic development of emotional expressions,

LO2. To know how we perceive emotional facial expressions, and the interaction between innate and cultural factors.

LO3. To understand the main emotion regulation mechanisms, and how they impact on our physical and mental health.

LO4. To be able to discuss and critically analyze the importance of emotional regulation to our quality of life and well-being, including in articulation with intervention practices.

6. CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

SYLLABUS

1. Introdução histórica ao estudo das expressões faciais.
2. Evolução das expressões faciais emocionais.
3. Diferentes perspectivas e teorias sobre as expressões faciais. Aspectos culturais.
4. Percepção das emoções.
5. Regulação emocional e qualidade de vida. Regulação emocional e saúde (física e mental).

1. *Historical introduction to the study of facial expression.*
2. *Evolution of emotional facial expression.*
3. *Different perspectives and theories about facial expressions. Cultural aspects.*
4. *The perception of emotions.*



5. *Emotion regulation and quality of life. Emotion regulation and health (Physical and mental).*

7. METODOLOGIA DE ENSINO (AVALIAÇÃO INCLUÍDA) TEACHING METHODOLOGY (INCLUDING ASSESSMENT)

A abordagem de ensino privilegia as aulas teórico-práticas, conjugando componentes mais explicativas com a discussão a partir de exemplos e artigos científicos.

A avaliação consta de duas componentes. a) um exercício prático individual em que cada aluno apresenta à turma um estudo empírico publicado, correspondendo a 30% da nota final e b) apresentação, escrita e oral, de um tema escolhido pelo aluno enquadrado nos tópicos da UC (60%). Os restantes 10% são atribuídos em função da participação ativa nas aulas e propostas de atividades da UC.

Avaliação

A avaliação é contínua e inclui os seguintes elementos, com a ponderação respetiva:

Elemento de avaliação	% da classificação final
Participação ativa (em aula e em atividades propostas no âmbito da UC, e.g. leituras, reflexões, colaboração em estudos, participação em workshops, etc.)	10%
Trabalho prático feito em grupo	20%
Média individual ponderada da pontuação obtida em atividades específicas como exercícios escritos, discussões de artigos ou temas/ pesquisas propostas e realizadas individualmente em aula.	70%
Total	100%

Qualquer evidência de plágio será punida com a atribuição de zero ao elemento de avaliação que tenha utilizado indevidamente textos de terceiros.

Evaluation

Evaluation is continuous and includes the following components, with respective weightings:

Assessment component	% of final mark
Active participation (in class, and in activities proposed within the course - e.g. readings, reflections, participation in workshops, studies)	10%
Practical group assignment	20%
Individual weighted average of grades obtained in specific activities carried out in class, such as written exercises, discussion of scientific articles/topics or of search results.	70%
Total	100%



The teaching approach favours the theoretical-practical classes, combining theoretical exposure with discussions based on examples and scientific papers.

The assessment will include two components. a) An individual exercise, where each student will introduce to the class a published empirical article, corresponding to 30% of the final grade, and b) a written and oral presentation of a discussion topic based on the present course, corresponding to 60%. The remaining 10% of the final grade are attributed to participation in class.

Any evidence of plagiarism shall be penalized with a mark of zero (0). Plagiarism is the improper use of a text and/or ideas that are not one's own.

8. BIBLIOGRAFIA PRINCIPAL

MAIN BIBLIOGRAPHY

- Barrett, L. F., Lewis, M., & Haviland-Jones, J. M. (2016). Handbook of emotions. 4th ed. New York: Guilford Press.
- Campeggiani, P. (2023). Theories of emotions: Expressing, feeling, acting. Bloomsbury Academic
- Ekman, P., & Rosenberg, E. L. (Eds.). (1997). *What the face reveals: Basic and applied studies of spontaneous expression using the Facial Action Coding System (FACS)*. New York: Oxford University Press.
- Fernández-Dols, J-M & Russell, J.A. (2017). *The Science of Facial Expression*. Oxford: Oxford University Press
- Fridlund, A. J. (1994). *Human facial expression: An evolutionary view*. New York: Academic Press.
- Gross, J. J. (2013/2015). *Handbook of emotion regulation*. 2nd ed. New York, NY: Guilford Press.
- Additional book chapters and journal articles will be provided.