Aviso: [2024-06-02 21:17] este documento é uma impressão do portal Ciência-IUL e foi gerado na data indicada. O documento tem um propósito meramente informativo e representa a informação contida no portal Ciência-IUL nessa data.

Maria Esperança

Assistente de Investigação
BRU-Iscte - Business Research Unit (IBS)
[Grupo de Comportamento Organizacional e Recursos Humanos]

Contactos

E-mail	Maria_Beatriz_Esperanca@iscte-iul.pt
Gabinete	D4.06

Áreas de Investigação

- Burnout
- Presentismo
- Mindfulness
- Ioga
- Acupuntura
- Equilibrio Trabalho-Família

Qualificações Académicas

Universidade/Instituição	Tipo	Curso	Período
ISCTE-Instituto Universitario de Lisboa - Unidade de Investigacao em Desenvolvimento Empresarial	Doutoramento	Management	2023

ISCTE-Instituto Universitario de Lisboa	Mestrado	Psicologia Social e das Organizações	2017
ISCTE-Instituto Universitario de Lisboa	Licenciatura	Psicologia	2015

Atividades Letivas

Ano Letivo	Sem.	Nome da Unidade Curricular	Curso(s)	Coord.
2022/2023	1º	Comportamento Organizacional - Processos Individuais	Licenciatura em Psicologia;	Não
2021/2022	2º	Comportamento Organizacional	Licenciatura em Gestão de Recursos Humanos;	Não

Publicações

• Revistas Científicas

- Artigo em revista científica

1	Esperança, M. B., Ferreira, A. I., Leal, C. C. & Braun, T. (2021). The link between interpersonal and interorganisational networking: The role of start-up members' achievement-related affect. International Journal of Entrepreneurial Venturing. 13 (1), 63-87

• Conferências/Workshops e Comunicações

- Comunicação em evento científico

1	Esperança, M. B., Elbawab, R. & Costa, P. (2022). Pandemic vs. PhD researchers : Work-life Balance challenges and strategies. 14º Congresso Nacional Psicologia da Saúde.
2	Esperança, M. B. & Ferreira, A.I. (2022). Mindfulness, Yoga and Acupuncture impacto on burnout: a meta-analysis. 1ª Conferência de Saúde Societal -"Saúde societal no futuro Pós-covid -19".
3	Esperança, M. B., Elbawab, R. & Costa, P. (2022). PhD vs Pandemic: a qualitative study. VI International Forum on Management.
4	Esperança, M. B., Ferreira, A.I. & Miraglia M. (2022). Complementary therapies-based interventions on burnout outcomes: a meta-analysis. EAWOP.

Projetos de Investigação

Título do Projeto	Papel no Projeto	Parceiros	Período

WELLy: Introducing the job profile of a Manager for Work Well-being to prevent and combat work related stress	Investigadora	BRU-Iscte (OB&HR), Sinergie Società Consortile a Responsabilità Limitata - (Itália), DRUSTVO ZA RAZVIJANJE PROSTOVOLJNEGA DELA NOVO MESTO - (Eslovénia), Psychometrics srl - (Itália), EPRALIMA - (Portugal), INSTITUTE OF ENTREPRENEURSHIP DEVELOPMENT - (Grécia), INSTALOFI LEVANTE SL - (Espanha), FAKULTETA ZA ORGANIZACIJSKE STUDIJEV NOVEM MESTU (Slovenia) - Líder (Eslovénia)	2021 - 2022

Prémios

Bolsa de Doutoramento FCT (2019)

Actividades de Difusão

Tipo de Actividade	Título do Evento	Descrição da Actividade	Ano
Comunicação/Conferência em encontro público de difusão para a sociedade	Mindfulness no trabalho e ferramentas com base na ciência	Palestras com o intuito de desmistificar e tornar acessível mindfulness para todos. Distinção entre meditação e mindfulness, mindfulness no trabalho e ferramentas com base na ciência	2022
Comunicação/Conferência em encontro público de difusão para a sociedade	Awareness Week: Melhorias na Saúde Emocional com Mindfulness	Workshop com o intuito de desmistificar e tornar acessível mindfulness para todos. Distinção entre meditação e mindfulness, mindfulness no trabalho e ferramentas com base na ciência para nos auto-regularmos e co-regularmos emocionalmente.	2022
Coordenação de evento de difusão do conhecimento	Saúde Emocional: como lidar com o stress e ansiedade?	Workshop sobre auto- e co-regulação emocional, como lidar com situações, pessoas, sentimentos e pensamentos adversos que geram stress e ansiedade. Difusão de ferramentas com base na ciência e partilha em grupo.	2022