



OFICINA Escutando e Acolhendo

Depressão na adolescência

Oficina de capacitação para
DOCENTES da educação básica

gepps
UFS

ufs
UNIVERSIDADE
FEDERAL DE
SERGIPE

4	Palavras iniciais
5	Objetivos e método
6	Programa
7	Orientações gerais
8	Mensagem aos facilitadores
10	depressão na adolescência
12	Oficina 01
23	Oficina 02
33	Palavras finais
34	Referências

SUMÁRIO

19 Apoio 01

20 Apoio 02

21 Apoio 03

22 Apoio 04

29 Apoio 05

30 Apoio 06

31 Apoio 07

31 Apoio 08

MATERIAL DE APOIO

Palavras iniciais

Professores ocupam um papel fundamental na vida dos alunos, muitas vezes atuando como confidentes e orientadores. Ao compreender os sinais da autolesão, os professores podem identificar precocemente alunos que estejam sofrendo e oferecer o apoio necessário.

Essa ação demonstra cuidado, empatia e respeito, contribuindo para a criação de um ambiente escolar mais seguro e acolhedor. Ao estarem preparados para lidar com essa situação, os professores podem encaminhar os alunos para os serviços de saúde mental adequados, garantindo que recebam o tratamento necessário.

O Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia da Saúde (**GEPPS/UFS**), atento a essa realidade, desenvolveu a oficina de capacitação: **“Escutando e acolhendo”**. Trata-se de um material prático e facilitador para capacitar docentes a compreenderem, acolherem e manejarem comportamentos de depressão. São informações que se configuram como fatores de proteção contra a depressão

“Escutando e acolhendo”



A formação de professores é um pilar fundamental para a construção de uma educação de qualidade. Ela garante eles estejam preparados para enfrentar os desafios da sala de aula e promover o desenvolvimento integral dos estudantes.

Boa leitura e aplicação!

“Escutando e acolhendo”.

Oficina de capacitação para docentes sobre
depressão na adolescência

Objetivo geral

Capacitar profissionais da educação no manejo da depressão, a fim de colaborar para a adequada compreensão e ação frente a temática.

Objetivos específicos

- Caracterizar a depressão
- Demonstrar a possibilidade de ação do docente frente a depressão.
- Treinar estratégias de ação frente ao problema.

Métodos de ensino

- Exposição oral
- Discussão em grupo
- Estudo de caso.

Programa

Psicoeducação sobre a depressão

1. Aquecimento
 2. Apresentação do/a facilitador/a e exposição dos objetivos
 3. depressão: conhecimentos prévios
 4. Informações gerais sobre a depressão
 5. Estratégias para lidar com a depressão na escola (1)
- Encerramento

A escola frente a depressão

1. Revisão sobre o tema
 2. Estratégias para lidar com a depressão na escola (2)
 3. Estudo de caso
- Encerramento

Orientações gerais



O material é construído para ser utilizado no formato de **Oficinas vivenciais**.

As "oficinas vivenciais" oportunizam um ambiente de construção dialógica, **coletiva e participativa**, permitindo a abertura de novas possibilidades reflexivas/ativas e a criação de vínculos entre os participantes.

Neste guia, estão descritos **passo a passo** exercícios vivenciais com dinâmicas de grupo e textos informativos.

Trata-se de um manual completo. Um meio para promover a reflexão, o **autoconhecimento**, o desenvolvimento de habilidades e a promoção da autoeficácia.

A oficina de capacitação sobre a depressão **“Escutando e acolhendo”** foi construída para ser aplicada em 8h ou dois turnos que podem ocorrer em um único dia ou em dois dias seguidos.

Sugere-se a participação mínima de 10 participantes e máxima de 15 participantes.

Recomenda-se a realização em espaço amplo, arejado, com boa iluminação e pouco ruído. Deve ser suficiente para acomodar os participantes no formato de **circulo ou semicirculo**.



Mensagem aos facilitadores

Toda atividade formativa deve ser iniciada pelo **acolhimento**. Crie um clima de bem-estar e confiança.

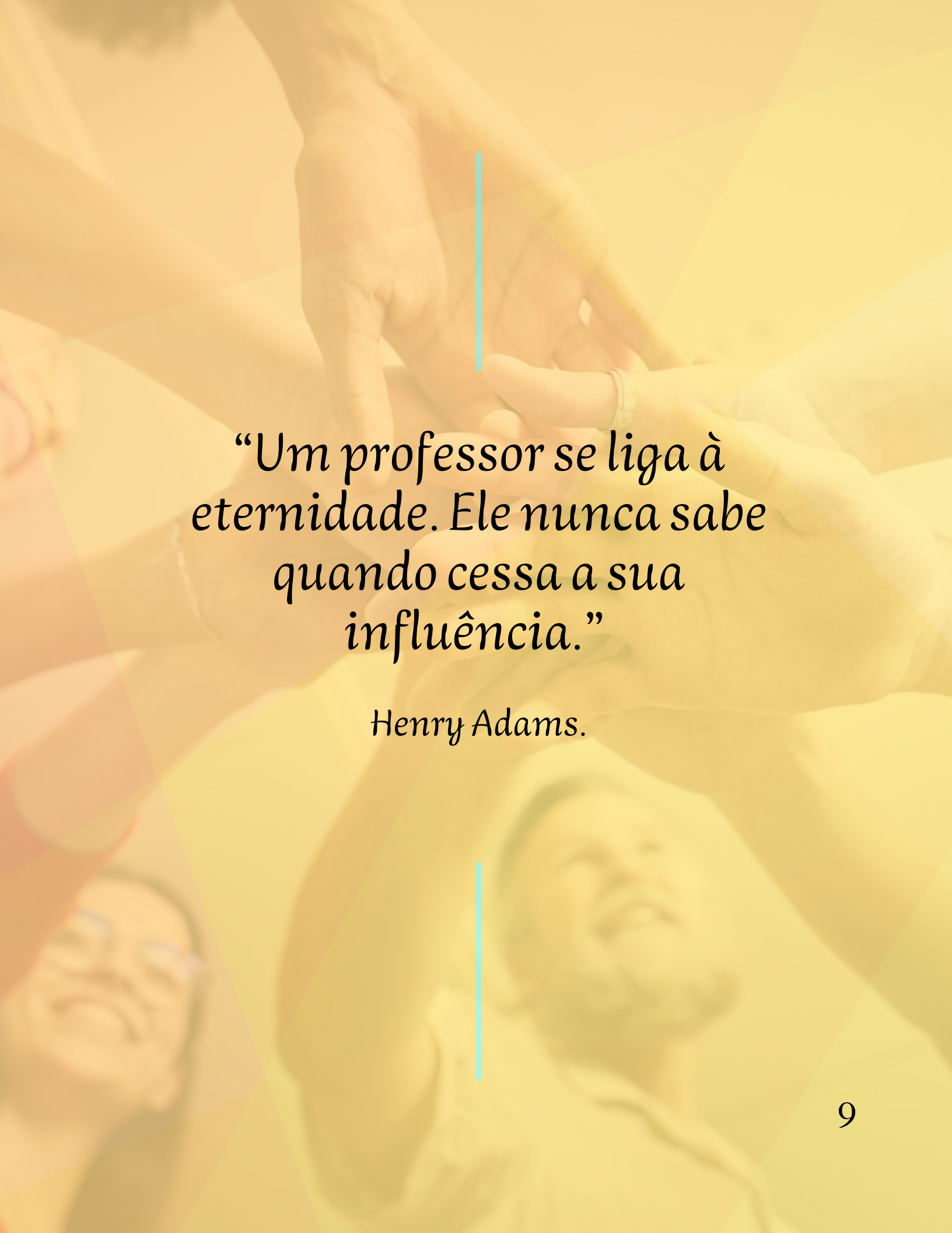


Tenha uma postura aberta para **ouvir**. Professores desejam falar, mas nem sempre encontram uma escuta apropriada. Portanto, não monopolize a palavra e ouça sem críticas ou julgamentos

Os professores são capazes de construir caminhos reflexivos e encontrar possibilidades de ação para manejar problemas. Confie!



Valide os sentimentos dos professores, isto é, reconheça as emoções sem julgá-las, minimizá-las ou corrigi-las. Envolve demonstrar empatia, ouvir com atenção e mostrar que você entende o que a pessoa está sentindo. Use frases como: “Está tudo bem se sentir assim...” “Eu compreendo, faz sentido o que você está sentindo”



“Um professor se liga à eternidade. Ele nunca sabe quando cessa a sua influência.”

Henry Adams.

O que é importante saber sobre depressão na adolescência?

A depressão na adolescência é uma condição séria que pode afetar profundamente o desempenho escolar, o comportamento e o bem-estar do aluno.

O professor, por estar em contato direto com os estudantes, desempenha um papel fundamental na identificação de sinais como tristeza persistente, isolamento, irritabilidade, queda no rendimento e falta de interesse nas atividades.

É importante compreender que a depressão não é "preguiça" ou "drama", mas sim uma condição de saúde mental que requer atenção e cuidado.

O professor não precisa fazer o papel de psicólogo, mas deve estar atento, acolher sem julgamentos e encaminhar o aluno ao apoio adequado, como a equipe pedagógica ou o serviço de orientação da escola.

Promover um ambiente seguro, empático e respeitoso contribui para a prevenção e o enfrentamento da depressão. Conhecer mais sobre o tema é essencial para apoiar os adolescentes em uma fase tão desafiadora da vida.



Para mais informações, recorra à cartilha:
“Escutando e acolhendo” - Depressão: guia
prático para docentes da educação básica.
<https://www.geppsufs.com/pt>

Durante muito tempo, me senti sozinha, sufocada pela tristeza e sem vontade de continuar. Ninguém parecia perceber, até que minha professora notou meu silêncio. Ela me ouviu com carinho, conversou comigo e me incentivou a buscar ajuda. Sua atenção fez toda a diferença no meu processo de recuperação.

(V. 15 anos)

Psicoeducação sobre depressão

Objetivos

- Conhecer a depressão: desmistificar o tema, apresentando conceitos, causas e fatores de risco associados à depressão.
- Identificar sinais e sintomas: desenvolver a capacidade de identificar os sinais de alerta da depressão em estudantes, mesmo quando discretos.

Agenda

1. Aquecimento
 2. Apresentação do/a facilitador/a e do programa
 3. Conhecimentos prévios
 4. Informações gerais sobre depressão
 - Intervalo (20 minutos)
 5. Estratégias para lidar com a depressão na escola - etapa
- Encerramento

Carga horária - 4h

Atividade 1 - Operacionalização

Aquecimento - Dinâmica da Teia

- **Objetivos:** apresentação; conhecimento mútuo, entrosamento

- **Recursos materiais:** rolo de barbante
- **Tempo:** até 20 minutos

Desenvolvimento:

- a) Peça para que os participantes fiquem de pé e façam um círculo.
- b) Avise que será uma dinâmica para um conhecer um pouco sobre o outro. Em seguida, pegue o rolo de barbante, fale seu nome e algo que gosta de fazer, prenda a ponta do mesmo em um dos dedos de sua mão e jogue cuidadosamente o rolo para uma pessoa oposta a si.
- c) Essa pessoa deverá pegar o rolo, falar o próprio nome, algo que gosta de fazer, amarrar o barbante no dedo e jogar o rolo para outro participante. Assim se dará sucessivamente, até que todos do grupo apresentem-se. O resultado será uma teia de fios que une uns aos outros.
- f) Com a teia formada, indague: o que significa a teia? O que acontecerá se alguém soltar o fio?
- g) Finalize convidando a seguinte reflexão: “Imagine a escola como uma teia, onde cada fio representa uma relação entre as pessoas. Esses fios se cruzam e se conectam com os outros, criando um ambiente único e em movimento. Entender que o trabalho educativo é fundamentalmente conectado, ajuda a criar ideias e trabalhar juntos, que é o que faremos a partir de hoje! É um prazer estar aqui com vocês! Sejam bem vindos/as!”

Atividade 2 - Operacionalização

Apresentação do/a facilitador/a

- **Objetivo:** apresentar formalmente o/a facilitador/a. Comunicar ao os objetivos e condução das atividades.
- **Recursos materiais:** Não há. Porém é possível levar as informações em slides caso haja necessidade
- **Tempo:** até 10 minutos

Desenvolvimento:

- a) Apresente-se falando o nome, formação acadêmica e experiências profissionais que o/a habilitem a facilitar a capacitação
- b) Exponha os objetivos, agenda e método de trabalho da capacitação.
- d) Reforce a importância da participação de todos. Diga que será um momento de construção coletiva, onde eles poderão propor ideias, sanar dúvidas, partilhar sentimentos e construir caminhos conectados com a realidade escolar.

Atividade 3 - Operacionalização

depressão: conhecimentos prévios

- **Objetivo:** Verificar os conhecimentos previamente construídos sobre a depressão para identificar possíveis equívocos e gerar conexão com o tema

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 1) e caneta para cada participante

- **Tempo:** até 40 minutos

Desenvolvimento:

- a) Pedir que individualmente respondam as perguntas que constam na folha de APOIO 1. Peça para que registrem as respostas. (Até 10 minutos)
- b) Peça que se sentem em dupla e conversem sobre o que responderam. (Até 10 minutos)
- b) Após cessar o tempo, abrir para o diálogo. (Até 20 minutos)

Atividade 4 - Operacionalização

Informações gerais sobre autolesão: Mitos e verdades

- **Objetivo:** promover reflexão, informação e diálogo sobre a depressão.

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 2 e APOIO 3) e caneta para cada participante

- **Tempo:** até 1h15min

Desenvolvimento:

- a) Entregue a folha de APOIO 2. Nela constam frases sobre a depressão que podem ser mito ou verdade.
- b) Peça que se sentem em dupla e façam a atividade conforme requisitada. (até 15 minutos)
- d) Após, peça que uma dupla junte-se a outra dupla, formando um grupo de 04 pessoas e conversem sobre o que responderam. (Até 20 minutos)
- e) Ao finalizar o tempo, convide a discussão, tendo como base a folha de APOIO 3 (Até 40 minutos)

- **Sugestão:**

Para apoiar as discussões, utilize a cartilha:

“Escutando e acolhendo” - depressão: guia prático para docentes da educação básica

Atividade 5- Operacionalização

Estratégias para lidar com a depressão na escola – Etapa I

- **Objetivo:** discutir sobre possibilidades de ação frente a depressão

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 4). Caneta para cada participante

- **Tempo:** até 1h

Desenvolvimento:

- a) Entregue a folha de APOIO 4.
- b) Peça que se sentem em dupla e respondam a atividade. (Até 20 minutos)
- c) Após, peça que uma dupla junte-se a outra dupla, formando um grupo de 04 pessoas e conversem sobre o que responderam. (Até 25 minutos)
- e) Ao finalizar o tempo, convide a discussão. (Até 30 minutos)

Sugestão textual para o/a facilitador/a concluir essa etapa:

Certamente se pudéssemos, faríamos muito mais, porém, pergunto: como ser potente dentro do possível? Entendendo nossas possibilidades, podemos criar condições de ajuda que farão muita diferença! Vi aqui muitas ideias incríveis! No próximo encontro falaremos sobre elas e treinaremos um caminho muito importante!”

Atividade 6- Operacionalização

Encerramento

Em círculo, de mãos dadas, peça para cada participante falar uma palavra positiva que deseja para o grupo. Ao término, todos gritam ao mesmo tempo a palavra que falou.

O/a facilitador/a encerrará com a frase:

“ —
Que essas palavras estejam presentes na
nossa vida e na nossa sala!
Até o próximo encontro! — ”



APOIO 1

1) O que é depressão?

2) O que pode levar um/a adolescente a ter depressão??

3) Como você pode ajudar um/a jovem que está com depressão?

APOIO 2

Abaixo há um conjunto de afirmações referentes a depressão. Marque com um V as que você considera verdadeira e com um F as que você considera falsa.

- 1.() Depressão é apenas tristeza.
- 2.() Quem tem depressão é fraco.
- 3.() Falar sobre depressão piora a situação.
- 4.() Antidepressivos viciam.
- 5.() Quem está com depressão sempre chora ou parece triste.
- 6.() Depressão é frescura ou falta de Deus.
- 7.() É só pensar positivo que a depressão passa.
- 8.() Adolescentes não têm depressão, é só fase.

APOIO 3

FOLHA RESPOSTA

- 1.(F) Depressão é uma doença mental séria, com sintomas como apatia, cansaço extremo, alterações no sono e pensamento negativo persistente — vai muito além de "estar triste".
- 2.(F) Depressão não tem relação com fraqueza. É uma condição de saúde que pode afetar qualquer pessoa, independentemente de sua força emocional.
- 3.(F) Falar sobre o que se sente é essencial. O diálogo pode aliviar a dor, promover compreensão e incentivar a busca por ajuda.
- 4.(F) Antidepressivos não causam dependência química. Eles são prescritos com acompanhamento médico e ajudam no equilíbrio químico do cérebro durante o tratamento.
- 5.(F) Muitas pessoas com depressão conseguem sorrir e parecer bem por fora, mesmo estando em sofrimento profundo. É o que chamamos de "depressão sorridente".
- 6.(F) Depressão é uma condição médica real, que pode afetar qualquer pessoa, inclusive as que têm fé. Precisa ser tratada com cuidado e apoio profissional.
- 7.(F) Pensamento positivo ajuda, mas não cura depressão. Ela exige acompanhamento psicológico, psiquiátrico e, em muitos casos, medicação adequada.
- 8.(F) Adolescentes podem, sim, ter depressão. Minimizar os sintomas atrasa o diagnóstico e o tratamento, podendo agravar o quadro.

APOIO 4

1) Quais os limites da escola no enfrentamento e prevenção da depressão em adolescentes?

2) O que é possível a escola fazer no enfrentamento e prevenção da depressão em adolescentes?

3) Como você ajudaria um jovem com sintomas depressivos?

A escola frente a depressão

Objetivos

- Discutir sobre o papel dos profissionais da educação frente a depressão.
- Orientar sobre estratégias de ação frente ao problema.

Agenda

1. Aquecimento
 2. Estratégias para lidar com a depressão na escola - Foco no acolhimento
 - Intervalo (20 min);
 3. Estudo de caso
- Encerramento

Carga horária - 4h

Atividade 1- Operacionalização

Aquecimento Um garotinho chamado amor

- **Objetivo:** Oferecer boas vindas e preparar o grupo para as atividades seguintes.

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 05), cartaz com as frases.

- **Tempo:** até 10 minutos

Desenvolvimento:

- a) Escreva antecipadamente um cartaz com as palavras destacadas e os gestos a serem feitos, colocando-o em lugar visível (Ver folha de APOIO 5)
- b) Diga aos participantes que devem seguir os gestos de acordo com a história que será contada. Então, cada vez que uma das palavras for citada, o gesto deve ser feito por todos.
- c) Comece a leitura do texto (que pode ser adaptado de acordo com a realidade do grupo a ser trabalhado)

Atividade 2- Operacionalização

Estratégias para lidar com a depressão na escola - Acolhimento

- **Objetivo:** Orientar estratégias para lidar com a depressão no contexto escolar com foco no acolhimento.

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 6 E 7). Caneta para cada participante.

- **Tempo:** 1h30

Desenvolvimento:

- a) Entregue a folha de APOIO 6 para cada participante.
- b) Peça que leiam individualmente e façam a atividade conforme requisitado. (Até 10 minutos)
- c) Peça que se sentem em dupla e conversem sobre o que responderam. (Até 20 minutos)
- d) Abra para discussão. Cada dupla deverá dizer o que respondeu e o que foi debatido. Direcione a discussão para pensar sobre a depressão e a relação com o acolhimento adequado. Indague como eles acreditam que os jovens se sentem ao ouvirem frases ou ações de não acolhimento. (Até 30 minutos)

Atividade 2- Operacionalização

CONTINUAÇÃO

e) Distribua a folha de APOIO 7 para cada participante. Peça para que se sentem em dupla. Diga que uma pessoa da dupla deverá ler as frases: “o que não falar” para a outra pessoa.

f) Diga que nesse momento o ouvinte não poderá tecer comentários, apenas escutar enquanto o leitor faz a leitura de cada frase, uma seguida da outra. Ao final, o ouvinte deverá dizer como se sentiu, o que pensou e o que gostaria de fazer (retaliar, fugir, responder de volta...).
(Conceda até 05 minutos)

g) Após, a mesma pessoa deverá ler as frases: “o que falar” e repetir a pergunta anterior. (Conceda até 05 minutos)

d) Finalize convidando o grupo ao debate. Utilize as seguintes perguntas norteadoras (Conceda até 20 minutos).

1. Como vocês se sentiram ao ouvir as frases “o que evitar”?
2. Como vocês acham que os jovens se sentem ao escutarem essas frases?
3. Como vocês se sentiram ao ouvir as frases “o que fazer”?
4. Como vocês acham que os jovens se sentem ao escutarem essas frases? O que há de diferente entre as frases a evitar e a falar?

Finalize falando sobre a importância de prestarmos atenção ao que dizemos, pois o medo de ser criticado/a faz com que o/a adolescente se feche. Se não souber o que falar, só ouça.

Atividade 3- Operacionalização

Estudo de caso

- **Objetivo:** Verificar a aprendizagem e elencar novas dúvidas.

- **Recursos materiais:** Folha (APOIO 8). Caneta para cada participante.

- **Tempo:** 1h40

Desenvolvimento:

- a) Entregar a folha de APOIO 8 para cada participante.
- b) Peça que se sentem em grupo de 4 pessoas, leiam e respondam as questões. (até 1h)
- c) Abra para discussão. (Até 40min)

Atividade 4- Operacionalização

Encerramento

Desenvolvimento:

- a) Reproduza a dinâmica da teia, porém, peça para que digam, em 1 palavra, o que eles aprenderam durante o curso (até 15 min)
- b) Com a teia montada, agradeça a participação de todos, reforçando a importância da conexão para que seja possível construir caminhos positivos para os jovens e toda comunidade escolar. (Até 5 minutos)



APOIO 5

Fazer gestos cada vez que na história aparecer as seguintes palavras:

PAZ - APERTO DE MÃO

AMOR- UM ABRAÇO

GARRA- TROCA DE LUGAR

SORRISO- GARGALHADA

BEM VINDOS-PALMAS

O garotinho chamado AMOR

Era uma vez um garotinho chamado AMOR.

O AMOR sonhava sempre com a PAZ.

Certo dia descobriu que a vida só teria sentido quando ele descobrisse a PAZ e foi justamente nesse dia que o AMOR saiu a procura da PAZ.

Chegando ao colégio onde ele estudava, encontrou os seus amigos que tinham um SORRISO nos lábios e foi nesse momento que o AMOR passou a perceber que o SORRISO dos amigos, transmitia a PAZ. Pois percebeu que a PAZ existe no interior de cada um de nós, e para isso basta dar um SORRISO.

E nesse instante, interferindo os pensamentos do garotinho AMOR, a turma gritou bem forte:

- AMOR, AMOR, você encontrou a PAZ que procurava?

O AMOR respondeu com muita garra: sim! Sim! Encontrei. Vocês querem saber?

Tragam a PAZ, um SORRISO bem bonito e sejam BEM – VINDOS!

APOIO 6

1) O que é acolhimento para você?

2) O que faz com que você NÃO se sinta acolhido/a? Pense em frases e comportamentos.

3) O que faz com que você se sinta acolhido/a? Pense em frases e comportamentos.

APOIO 7

O QUE NÃO DIZER

- Ø “Você está querendo chamar a atenção? Conseguiu! Agora chega!”
- Ø “É falta de Deus no coração você precisa ir para a igreja.”
- Ø “Você tem tudo, o que te falta? Está reclamando à toa.”
- Ø “Na minha época isso era resolvido com uma boa surra.”
- Ø “Essa juventude é mimizenta mesmo!”
- Ø “Isso é falta do que fazer, toma vergonha!”
- Ø “Isso é culpa da rede social, tinha que proibir tudo isso!”
- Ø “Só está querendo manipular para conseguir o que quer!”

O QUE DIZER

“Acredito que você deva estar passando por situações muito difíceis . Eu gostaria de ajudá-lo. Ajudaria falar sobre o que está incomodando você?”

“Às vezes, passamos por situações muito difíceis e parece que não teremos saída. Se você está se sentindo assim, podemos conversar, estou aqui por você. ”

“Eu me pergunto se você está se isolando como uma forma de lidar com algo que está incomodando você”. Gostaria de falar sobre isso? Conte comigo para te ouvir”

“Talvez pareça que o isolamento seja a única forma de lidar com situações difíceis. Mas não é! Se você quiser, podemos descobrir juntos outras formas para lidar com o que está difícil. Pode contar comigo”

APOIO 8

Estudo de caso

Tenho 15 anos, e nos últimos meses venho me sentindo diferente. Coisas que antes me deixavam feliz perderam o sentido. Acordar para ir à escola virou um grande esforço, e, mesmo quando estou rodeado de pessoas, me sinto sozinho. Eu não conseguia explicar exatamente o que estava acontecendo comigo. Só sabia que estava cansado, triste e sem vontade de fazer nada. Na escola, eu tentava esconder como me sentia. Sorria quando precisava, respondia quando era chamado, mas por dentro estava em silêncio. Pensava que ninguém notava, até que a professora Mariana me chamou para conversar. Ela disse que percebeu que eu estava mais quieto, com o olhar distante, e perguntou se eu queria conversar. No começo, fiquei com vergonha, mas foi a primeira vez que alguém realmente parecia se importar. Ela me ouviu sem me julgar, me acolheu com paciência e disse que eu não precisava passar por isso sozinho. Falou sobre a importância de buscar ajuda e me acompanhou até o orientador educacional da escola, onde tive mais apoio. Foi ali que entendi que o que eu sentia tinha nome: depressão. E que havia caminhos para melhorar. Sou muito grato à professora Mariana. Se ela não tivesse prestado atenção, talvez eu ainda estivesse sofrendo em silêncio. Hoje, estou em acompanhamento, aprendendo a lidar com meus sentimentos e, aos poucos, voltando a me reconhecer. Pedir ajuda não é fraqueza. É um passo importante para se cuidar. E, às vezes, tudo começa quando alguém olha com atenção e oferece escuta com o coração.

1. Como você explicaria a depressão para o jovem?
2. O que você, como docente, poderia fazer para ajudar? Explore todas as possibilidades
3. No processo de acolhimento, o que você falaria e o que não falaria? Por que?

Palavras finais

Venha com cuidado

Adolescer é viver, borbulhar,
Criar e recriar. Momento ímpar, peculiar
Crescer, conhecer, desconhecer.
Ser, enquanto busca.
Quem me ajuda? Quem me orienta?
Quem eu sou para você? Ideal ou real?
Que sinal acendo no seu peito?
Que medos causo? O que esperas de mim?
O que espero de ti? Onde podemos nos encontrar?
Mas quem tem o mapa? Eu? Você?
Que tal caminharmos juntos?
Temos nosso tempo, mas eu não conheço o seu!
Você já vestiu os meus sapatos, então venha até mim!
Encontre suas melhores vestes, sei que você tem!
Venha até mim e me abrace com a sua melhor roupa!
Mas venha com cuidado!
O mundo pode ser confuso, inseguro e eu preciso de você!
Venha com cuidado, eu preciso do seu melhor exemplo!
Venha com cuidado e amor.
Sei que consegue!
Venha com cuidado e cuidaremos um do outro!
Venha com cuidado!
Eu, assim como você, sou feito de sonhos.

(Milena Aragão)



(Texto extraído da obra:
“O livro da empatia: caminhos para
compreender e lidar com a adolescência”)

REFERÊNCIAS

- Aragão, M. (2021). *O livro da Empatia: caminhos para compreender e lidar com a adolescência*. Appris Editora
- Feliciano, I. P., & Afonso, R. M. (2012). Estudo sobre a auto-estima em adolescentes dos 12 aos 17 anos. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 13(2), 252-265. doi: 10.15309/12psd130208
- Orth, U. & Robins, R. W. (2014). The development of self-esteem. *Current Directions in Psychological Science*, 23, 381-387.
- Pereira, W. C. C. (2011). *Dinâmicas de grupos populares*. São Paulo: Vozes; 23ª edição
- Santos, L. & Faro, A. (2018). Aspectos conceituais da depressão: Uma revisão teórica. *Theoretical aspects of self-injurious behavior*. *Psicologia em Pesquisa*, 12(1), 5-14. <https://dx.doi.org/10.24879/201800120010092>
- Scavacini, K. (2021). depressão: Guia prático de ajuda. *Instituto Vita Alere de Prevenção e Posvenção do Suicídio*, https://vitaalere.com.br/wp-content/uploads/2021/05/Final_Cartilha_Guia_de_Ajuda_Auto_Lesa%CC%83o.pdf
- Soares, V. (2010). *Práticas pedagógicas vivenciais*. Petrópolis: Vozes, 2ª ed.
- Vizzolto, S.M.; Seganfredo. C. A.; Klein, A. C. (1995). *Dinamizando Grupos*. Florianópolis: Lunardeli
- Wang, D., Jiang, Q., Yang, Z., Choi, J. (2021). The longitudinal influences of adverse childhood experiences and positive childhood experiences at family, school, and neighborhood on adolescent depression and anxiety. *Journal of Affective Disorders*, 292, 542-551. <https://doi-org.ez20.periodicos.capes.gov.br/10.1016/j.jad.2021.05.108>



Anotações

A series of horizontal grey lines for writing notes, set against a background with light blue diagonal stripes.



Anotações

A series of horizontal grey lines for writing, set against a background of light blue and white geometric shapes.

GEPPS/UFS

Grupo de Estudos e Pesquisas em Psicologia da Saúde

2025

Concepção e supervisão

Prof. Dr. André Faro

Universidade Federal de Sergipe
Coordenador do GEPPS/UFS

Concepção e desenvolvimento do conteúdo

Prof^a Dr^a Milena Aragão

Pós-doutoranda em Psicologia, Doutora em Educação. Universidade Federal de Sergipe
Membro do GEPPS

Elaboração e Ilustração

Prof^a Dr^a Milena Aragão

Pós-doutoranda em Psicologia, Doutora em Educação. Universidade Federal de Sergipe

Júlia Nunes Cardoso

Graduanda em Psicologia, Universidade Federal de Sergipe

José Wilton da Cruz Santos

Graduando em Psicologia, Universidade Federal de Sergipe

Membros do GEPPS

Financiamento

Fundação de Apoio à Pesquisa e à
Inovação Tecnológica do Estado de
Sergipe - FAPITEC

Fundação de Coordenação e
Aperfeiçoamento de Pessoal do
Ensino Superior - CAPES

Como citar

Aragão, M., Cardoso, J. N., Santos, J. W.C., &
Faro, A. (2025). *Escutando e acolhendo.
Depressão na adolescência. Oficina de
capacitação para docentes da educação básica.*
[Booklet digital]. Grupo de Estudos e
Pesquisas em Psicologia da Saúde – GEPPS
(Universidade Federal de Sergipe, UFS, Brasil).
<https://doi.org/10.29327/5557714>



Se você deseja acessar mais
conteúdos produzidos pelo
GEPPS, fique à vontade para
nos acompanhar em nossas
redes sociais.