

PLANO DE CURSO

Descrição do Curso

Nome: Palestra: *“Penso, logo fico triste”*: Como lidar com sintomas depressivos e pessoas com depressão

Carga Horária: 1h30

Público-alvo: servidores do MJSP

Datas: 06/09/2019

Horário das aulas: 10h

Local: Auditório do MSJP

Quantidade de participantes: a critério do MJ

Dados do(a) Instrutor(a)

Nome: Katia de Lima

Órgão de exercício: Tribunal de Justiça do Distrito Federal e Territórios

Titulação: Especialista

CPF: 88332233100

Objetivo do curso

Geral: Ao final da palestra os participantes serão capazes de descrever sintomas depressivos e reconhecer em si e nos outros a depressão. Conhecer os principais tratamentos e melhorar comportamentos de interação e suporte com pessoas depressivas, com foco preventivo.

Objetivos específicos: Trabalhar de forma interativa o conceito de depressão, com o enfoque nos sintomas depressivos, abordando como trabalhar cada sintoma, tendo como foco a Psicologia cognitivo comportamental e a neurociência, conscientizar sobre a importância da terapia e da medicação. Explicar as principais ferramentas utilizadas para tratar sintomas depressivos e como os participantes podem lidar com colegas, parentes, amigos e conhecidos que tem o diagnóstico de depressão.

Conteúdos abordados

- 1) o que é depressão
- 2) sintomas depressivos
- 3) como o depressivo pensa e se comporta
- 4) como tratar sintomas depressivos
- 5) como lidar com pessoas com sintomas depressivos
- 6) onde buscar ajuda

Metodologia

Palestra interativa, com uso de projetor e power point, e participação indireta dos participantes por meio de teste disponibilizado.

Os conceitos serão apresentados em slides.

Recursos necessários

Notebook com acesso à internet.

Projetor.

Teste a ser enviado com antecedência

A4 em branco e canetas.

Brasília, 27 de agosto de 2019.

Kátia de Lima