

A OVELHA MAL E O LOBO BEM

Entendendo a depressão infantil



Vanina Cartaxo

 **SINOPSYS**
editora



A OVELHA MAL E O LOBO BEM

Entendendo a depressão infantil

Vanina Cartaxo



2015

DEDICATÓRIA

Dedico este livro à minha infância, quando eu tanto dançava e cantava, junto com o *Trem da Alegria*, a música "Dona Felicidade":

Lua lá no céu,
Queijo, pão de mel
Na ponta do pincel,
Mostra no papel aonde encontrar
A tal da dona felicidade

Perguntei pro céu
Perguntei pro mar, pro mágico chinês
Mas parece ninguém sabe, aonde a felicidade
Resolveu de vez morar

Até que um anjo me disse que ela existe
Que é tão fácil encontrar
Bem lá no fundo do peito o amor é feito
É só você se entregar

E você vai ser muito feliz,
É só na vida acreditar
E você vai ser muito feliz,
É só na vida acreditar

(Compositores: Paulo Massadas e Michael Sullivan)

E você vai ser muito feliz... É só na vida acreditar! Aos leitores: acreditem!

AGRADECIMENTOS

À minha família, pelo suporte e apoio de sempre. À minha filha, Marina Cartaxo, por ser sempre minha "cobaia", curtindo comigo cada historinha e ilustração. Ao meu marido, Rodolfo Cartaxo, por ser meu lado racional; somos o equilíbrio entre a emoção e a razão, e isso ajuda na formação das minhas ideias. À minha mãe, Vânia Bezerra, por ser sempre a primeira a ter acesso aos meus rabiscos e por acreditar comigo na conclusão do projeto. A todos da minha família, por serem tão fãs das minhas produções.

Aos meus amigos Renato e Marina Caminha, por acreditarem e incentivarem meu potencial criativo, colocando-me no caminho da educação. Em especial, à minha amiga Roberta Peixoto, que acompanhou cada linha, contribuindo, de maneira crucial, para a conclusão deste livro. A todos os meus amigos e colegas de profissão, pelo apoio a cada material elaborado.

Aos meus pacientes e alunos, por me incentivarem na incrível tarefa de criação.

E também à equipe da Editora Sinopsys, pela parceria nesta obra, e ao ilustrador Rodrigo Nunes, que, com tanta dedicação, expressou em belíssimas ilustrações o que eu expressei em palavras.

APRESENTAÇÃO

Este livro tem o objetivo de auxiliar na psicoeducação quanto ao modelo cognitivo-comportamental da depressão infantil. De maneira didática, interativa e lúdica, aborda técnicas que viabilizam o acesso e a compreensão acerca do funcionamento do processamento cognitivo do transtorno, o que favorece o engajamento e a motivação da criança no tratamento.

Por meio da metáfora "a Ovelha Mal e o Lobo Bem" e do processo de psicoeducação utilizado na abordagem, são explicados conceitos e dadas instruções que facilitam a compreensão da criança quanto ao seu transtorno e à sua sintomatologia. A partir de atividades estruturadas, é ensinado o caminho a seguir para que o paciente possa alcançar a mudança.

Esta obra é voltada para crianças com idade entre 6 e 10 anos, levando em consideração sua maturidade cognitiva. O terapeuta atuará como mediador no exercício das atividades interativas, lançando mão de desafios de acordo com a necessidade do caso em questão. Assim, a obra deverá ser lida, adaptada e executada em etapas. Criança e terapeuta vão ter papel ativo em sua utilização, construindo conexões entre a leitura e a vivência.

O término da realização e da leitura do livro será o fechamento de um ciclo, por meio do qual a criança terá sido psicoeducada para lidar com o transtorno a partir de ferramentas adquiridas ao longo do processo, que serão úteis para sua melhora e seu bem-estar.

Boa leitura!