



SERVIÇO DE APOIO PSICOPEDAGÓGICO E PSICOSSOCIAL

destinado à Comunidade Acadêmica



Reitor

Alexandre Teixeira de Souza

Vice- Reitor

Wendel Cleber Soares

Pró-Reitora de Extensão

Liliana Martos Nicoletti Toffoli

Cartilha desenvolvida por:

SAPP (Serviço de Apoio Psicopedagógico e Psicossocial)



Coordenação SAPP:

Evelyn Yamashita Biasi

Equipe Técnica 2024:

Ana Vitória Salimon-Santos

Evelini Ferraz Rodrigues

Gabriela Gallucci Tolo

Karine Nunes Jara de Souza

Liliane Maria da Silva

Lúcia Castro Silva Duarte

Regiane Vieira Gonçalves Dechen

Tânia Martins de Souza

Revisão Técnica e Organização

Evelyn Yamashita Biasi

Produção Editorial e Organização

Karine Nunes Jara de Souza

2024



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP) (Câmara Brasileira do Livro, SP, Brasil)

Serviço de apoio psicopedagógico e psicossocial à comunidade acadêmica / [cartilha desenvolvida por Serviço de Apoio Psicopedagógico e Psicossocial - SAPP]. -- Adamantina, SP : Ed. dos Autores, 2024.

Vários colaboradores.

Bibliografia.

ISBN 978-65-01-27436-2

1. Acolhimento 2. Avaliação psicossocial - Metodologia 3. Centro Universitário de Adamantina (FAI) 4. Estudantes - Aspectos psicológicos 5. Psicopedagogia 6. Saúde mental 7. Servidores públicos I. Serviço de Apoio Psicopedagógico e Psicossocial - SAPP.

24- 244893

CDD-370.15

Índices para catálogo sistemático:

1. Serviço de apoio : Psicopedagogia : Educação 370.15

SUMÁRIO

O que é o SAPP?.....	05
Os Eixos de Atuação	06
Promoção dos Aspectos Psicossociais e Psicopedagógicos.....	07
Integração Corpo e Mente.....	12
Cidadania, Diversidade e Inclusão.....	15
Suporte às Relações de Trabalho.....	18
Como Participar das Atividades?.....	20





O SAPP é o Serviço de Apoio Psicopedagógico e Psicossocial que atende toda a comunidade da FAI, isso inclui os estudantes e os servidores (técnicos-administrativos e docentes).

O SAPP foi criado em 2021 com o intuito de fornecer apoio e acolhimento aos estudantes e servidores do Centro Universitário de Adamantina. Temos como principais objetivos:

- Auxiliar na integração ao contexto universitário, promovendo o aproveitamento acadêmico e relações interpessoais humanizadas;
- Desenvolver ações psicossociais e psicopedagógicas para promover a saúde integral sob uma perspectiva biopsicossocial;
- Oferecer acolhimento, orientações, formações continuadas e encaminhamentos necessários.
- Promover relações saudáveis no ambiente institucional, buscando o bem-estar da comunidade acadêmica.



O SAPP atua por meio de quatro grandes eixos transversais, sendo eles:

PROMOÇÃO DOS ASPECTOS PSICOSSOCIAIS E PSICOPEDAGÓGICOS

- Atendimento psicossocial e psicopedagógico;
- Grupos de promoção de saúde;
- Oficinas de aprendizagem e desenvolvimento;
- Orientação educacional e de carreira.



INTEGRAÇÃO CORPO E MENTE

- Práticas físicas e motoras;
- Ações lúdicas e recreativas;
- Desenvolvimento da consciência corporal;
- Redução de estresse e ampliação da concentração.

CIDADANIA, DIVERSIDADE E INCLUSÃO

- Diálogos sobre aspectos da cidadania;
- Apoio e valorização das diferenças entre indivíduos e grupos;
- Ações inclusivas de pessoas com deficiências e outras necessidades educacionais específicas.



SUORTE ÀS RELAÇÕES DE TRABALHO

- Integração e valorização;
- Cuidado às relações interpessoais;
- Suporte psicossocial para servidores ativos, afastados do trabalho e em processo de aposentadoria.



EIXO 1

PROMOÇÃO DOS ASPECTOS PSICOSSOCIAIS E PSICOPEDAGÓGICOS



ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL E PSICOPEDAGÓGICO



Acolhimento Psicossocial

O Acolhimento Psicossocial tem como finalidade oferecer apoio por meio de atendimentos psicossociais individuais, breves e focais, com o objetivo de fortalecer a saúde mental de estudantes e servidores do Centro Universitário de Adamantina (FAI).

Além disso, o SAPP desenvolve atividades preventivas voltadas para os aspectos psicossociais, oferecendo oficinas, palestras, rodas de conversa e grupos focais coletivos, entre outras iniciativas, para a comunidade FAI.

Essas ações buscam promover o bem-estar, a conscientização e a promoção de uma cultura de cuidado e apoio dentro do ambiente universitário.



ATENDIMENTO PSICOSSOCIAL E PSICOPEDAGÓGICO



Apoio Psicopedagógico

O Apoio Psicopedagógico visa promover o desenvolvimento acadêmico, psíquico e social dos estudantes, auxiliando-os no processo de ensino-aprendizagem. Tem-se como fundamento a educação inclusiva, reconhecendo o processo de aprendizagem como único para cada indivíduo.

Suas principais funções incluem: identificação de dificuldades de aprendizagem, atendimento educacional individualizado, desenvolvimento de estratégias pedagógicas personalizadas, apoio emocional e psicológico, e orientação psicopedagógica para estudantes e docentes.



ORIENTAÇÃO EDUCACIONAL E DE CARREIRA



O projeto de Orientação Educacional e de Carreira tem como objetivo apoiar os estudantes em seu desenvolvimento educacional e profissional, auxiliando-os com questões relacionadas à vida acadêmica, escolhas de carreira, habilidades para o mercado de trabalho, planejamento de futuro e tomadas de decisões.

Portanto, este projeto visa promover a autoestima, o autoconhecimento e o sucesso dos estudantes em sua trajetória acadêmica e profissional.

OFICINAS E ATENDIMENTOS EM GRUPO

As oficinas e atendimentos em grupo visam promover o suporte coletivo dentro da comunidade acadêmica, favorecendo o desenvolvimento de relações interpessoais saudáveis e o suporte emocional entre os participantes, criando um ambiente universitário mais acolhedor, integrador e solidário.



PROMOÇÃO DA SAÚDE MENTAL DOS UNIVERSITÁRIOS

O ingresso na universidade é uma conquista importante e, frequentemente, desperta medos e ansiedades. As demandas acadêmicas, a interação com colegas e professores e o surgimento de novas responsabilidades podem impactar a saúde mental do estudante.

O SAPP promove ações de prevenção e promoção da saúde mental, por meio do acolhimento e da assistência psicológica.

Situações ansiogênicas que podem mobilizar a busca por apoio à saúde mental:

- Quando experimentar sentimentos intensos de ansiedade, medo, tristeza ou outros que causam sofrimento.
- Quando sentir dificuldades para realizar atividades diárias ou se adaptar a novos contextos.
- Em momentos de crise com angústia ou choro excessivo.
- Quando houver mudanças importantes de comportamento como alterações no apetite, no sono ou nos níveis de energia.
- Quando houver uso abusivo de substâncias psicoativas.
- Quando perceber uma queda significativa no rendimento acadêmico.
- Se houver isolamento social ou dificuldade em manter relações interpessoais.
- Em situações de violência, seja na posição de vítima, testemunha ou agressor.
- Se houver pensamentos suicidas ou sobre ferir a si mesmo ou aos outros.

Caso você esteja passando por alguma dessas situações ou identificar que um colega está enfrentando dificuldades semelhantes, saiba que é possível encontrar ajuda especializada no **SAPP**. Este Serviço oferece suporte e orientação para lidar com questões emocionais, acadêmicas e sociais, garantindo um ambiente acolhedor e seguro para buscar auxílio. **Não hesite em procurar ajuda!**





EIXO 2

**INTEGRAÇÃO
CORPO E MENTE**



INTEGRAÇÃO CORPO E MENTE

Este eixo foi idealizado para atender e compor um campo que busca integrar a saúde do corpo e da mente, sob um contexto único, visando o respeito aos sentimentos e às expressões corporais.



OFICINAS DE RELAXAMENTO

As oficinas de relaxamento corporal têm como objetivo oferecer um espaço de cuidado e autopercepção, promovendo a conexão com as emoções e a conscientização das cargas corporais, a fim de identificar e utilizar recursos que auxiliem na minimização do estresse e da ansiedade, contribuindo para o bem-estar geral.



YOGUE-SE



As práticas de Yoga almejam conectar seu corpo e sua mente para ajudá-lo a alcançar um estado de consciência, permitindo que o indivíduo viva cada momento de sua vida com intenção e propósito. Uma das principais características do Yoga é o autoconhecimento, pois a prática visa poder ajudar o praticante a descobrir mais sobre si mesmo e sobre o que é necessário para alcançar o equilíbrio físico e mental.

EstimulaÇÃO

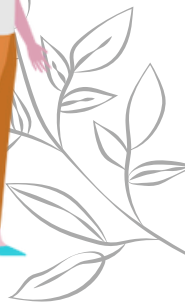
O projeto EstimulaÇÃO tem o intuito de buscar de maneira leve e cativante o prazer e o incentivo relacionado com a prática de atividades físicas. As atividades são diversificadas, planejadas e estruturadas conforme o perfil e preferência do grupo de participantes e funciona de forma itinerante, ou seja, em diferentes locais. Junto às práticas físicas oferecidas, o projeto tem como objetivo paralelo oferecer a possibilidade de descontração, entrosamento entre estudantes e servidores, visando a melhora dos relacionamentos dentro da comunidade FAI.





EIXO 3

**CIDADANIA,
DIVERSIDADE E
INCLUSÃO**




A INCLUSÃO SOCIAL NO CONTEXTO DA UNIVERDIDADE

A inclusão social é um direito fundamental que garante a todas as pessoas o acesso igualitário às oportunidades em áreas essenciais, como educação, mercado de trabalho, cultura e serviços de saúde.

No contexto universitário, esse princípio se traduz na criação de condições para que todos possam participar plenamente da vida acadêmica e social.

Portanto, nesse sentido, o SAPP oferece:

- Suporte às ações inclusivas para pessoas com deficiência, Transtorno do Espectro Autista (TEA), Altas Habilidades/Superdotação, e outras necessidades educacionais específicas no ensino superior.
- Possibilidade de acesso, a permanência e a participação de servidores e estudantes com deficiências ou necessidades de suporte específicas nas atividades acadêmicas e administrativas da FAI.



A inclusão busca criar um ambiente no qual a diversidade seja respeitada e valorizada, reconhecendo que as diferentes experiências, habilidades e perspectivas de cada indivíduo enriquecem a convivência universitária. Isso contribui para a formação de uma comunidade acadêmica mais plural e enriquecedora, onde todos têm a oportunidade de aprender e crescer juntos.



DIÁLOGOS E REFLEXÕES NO AMBIENTE UNIVERSITÁRIO

Este projeto tem como objetivo apoiar os processos de desenvolvimento pessoal e social, promovendo uma reflexão crítica sobre questões relacionadas à cidadania, diversidade e inclusão.

Os temas discutidos incluem questões como bullying, discriminação, violência de gênero, preconceitos sociais e raciais, etarismo, inclusão de pessoas com deficiência, mercado de trabalho, sustentabilidade, entre outros, que afetam e são vivenciados no coletivo.

CINE DEBATE

A partir da exibição de um documentário ou filme possibilita-se o diálogo dos participantes de temas atuais, que visam desenvolver a cultura e o pensamento crítico-reflexivo.



RODAS-DE-CONVERSA, MINICURSOS E OFICINAS

São realizados encontros coletivos para discutir temas de interesse da comunidade acadêmica. Esses encontros promovem a troca de ideias e o fortalecimento da convivência universitária, permitindo que todos contribuam para a construção de um ambiente mais inclusivo e colaborativo.

ATIVIDADES ITINERANTES NOS CAMPUS

Acontecem nos diversos espaços do Centro Universitário e utilizam recursos como contação de histórias, leitura, exibição de poesias, entre outros.





EIXO 4

SUPOORTE ÀS RELAÇÕES DE TRABALHO



SUORTE ÀS RELAÇÕES DE TRABALHO

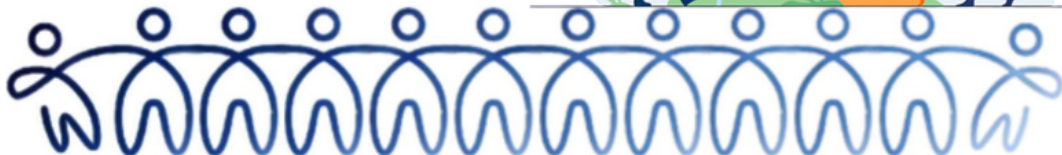
Este eixo tem como foco investir em ações que promovam a saúde mental e a valorização dos servidores da FAI, além de apoiar o desenvolvimento pessoal e organizacional.



Ações no suporte às relações de trabalho:

- Acolhimento psicológico individual;
- Atendimento psicossocial para servidores ativos;
- Espaço coletivo de apoio e cuidado às demandas biopsicossociais;
- Suporte psicológico e social em casos de afastamento do trabalho e processos de aposentadoria;
- Levantamento de demandas para ações de prevenção e promoção à saúde dos trabalhadores;
- Oficinas de integração e valorização dos servidores;
- Oficinas sobre comunicação, relacionamento interpessoal e outros fatores psicossociais, entre outras ações.

Essas ações buscam fortalecer o bem-estar dos servidores e promover uma cultura organizacional mais saudável e colaborativa.



COMO PARTICIPAR DAS ATIVIDADES?

Inscrições ou agendamentos podem ser feitos presencialmente ou por nossos canais de atendimento:



Whatsapp: (18) 99796-6734



Telefone: (18) 3502-7010
Ramal 7236



Email:
atendimentosapp@fai.com.br



Local: Campus II
Bloco I, Próximo ao auditório Miguel Reale

SIGA O SAPP NO INSTAGRAM:



@sapp.fai



SERVIÇO DE APOIO PSICOPEDAGÓGICO
E PSICOSSOCIAL



SAPP

CENTRO UNIVERSITÁRIO
DE ADAMANTINA