

Módulo Formativo para adolescentes

“ESPAI JOVE.NET: un espacio para la salud mental”



Programa de promoción de la salud mental para adolescentes

1. Objetivos del módulo:

- Conocer los cambios físicos, psicológicos y sociales que implica la etapa de la adolescencia.
- Identificar conductas saludables y de riesgo para la salud del adolescente.
- Aumentar los conocimientos en salud mental en los adolescentes.
- Conocer las actitudes respecto a los trastornos mentales (estigma) en los adolescentes.

2. Contenidos:

- **Unidad didáctica 1:** La adolescencia. Desarrollo físico, psicológico y social.
- **Unidad didáctica 2:** Concepto de salud mental y trastorno mental.
- **Unidad didáctica 3:** Conductas saludables y conductas de riesgo en salud mental.
- **Unidad didáctica 4:** Trastornos mentales más prevalentes en los adolescentes (parte I).
- **Unidad didáctica 5:** Trastornos mentales más prevalentes en los adolescentes (parte II).
- **Unidad didáctica 6:** Red comunitaria de servicios. Red de salud mental.

3. Dirigido a: adolescentes que estén cursando E.S.O, Bachillerato o Ciclos formativos en los centros educativos de los distritos de Les Corts y Sarrià-Sant Gervasi, que estén interesados en aumentar sus conocimientos sobre salud mental.

4. Metodología: Explicaciones teóricas, acompañadas por sesiones prácticas, donde se pondrán en práctica los conocimientos y habilidades adquiridas. Se realizarán ejercicios individuales y en grupos de trabajo.

5. Duración: 6 horas.

6. Ponentes: profesionales de salud mental del Centre d'Higiene Mental (CHM) Les Corts.