

## Mòdul Formatiu per a adolescents



*“ESPAI JOVE.NET: un espai per a la salut mental”*



# *Programa de promoció de la salut mental per a adolescents*

## **1. Objectius del mòdul:**

- Conèixer els canvis físics, psicològics i socials que implica l'etapa de l'adolescència.
- Identificar conductes saludables i de risc per la salut de l'adolescent.
- Augmentar els coneixements en salut mental en els adolescents.
- Conèixer les actituds respecte als trastorns mentals (estigma) en els adolescents.

## **2. Continguts**

- **Unitat didàctica 1:** L'adolescència. Desenvolupament físic, psicològic i social.
- **Unitat didàctica 2:** Concepte de salut mental i trastorn mental.
- **Unitat didàctica 3:** Conductes saludables i conductes de risc en salut mental.
- **Unitat didàctica 4:** Trastorns mentals més prevalents en els adolescents (part I).
- **Unitat didàctica 5:** Trastorns mentals més prevalents en els adolescents (part II).
- **Unitat didàctica 6:** Xarxa comunitària de serveis. Xarxa de salut mental.

**3. Dirigit a:** adolescents que estiguin cursant E.S.O, Batxillerat o Cicles formatius dels centres educatius dels districtes de Les Corts i Sarrià-Sant Gervasi, que estiguin interessats en augmentar els seus coneixements sobre salut mental.

**4. Metodologia:** Explicacions teòriques, acompanyades per sessions pràctiques, on es posaran en pràctica els coneixements i habilitats adquirides. Es realitzaran exercicis individuals i en grups de treball.

**5. Duració:** 6 hores.

**6. Ponents:** professionals de la salut mental del Centre d'Higiene Mental (CHM) Les Corts.