

## Mòdul Formatiu per a famílies

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



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

## **1. Objectius del mòdul:**

- Augmentar els coneixements sobre què implica l'etapa de l'adolescència, canvis físics, psicològics i socials.
- Identificar factors de risc i senyals d'alarma d'un possible trastorn mental en els adolescents.
- Augmentar els coneixements en salut mental.
- Conèixer la xarxa comunitària i de salut mental.

## **2. Continguts**

- **Unitat didàctica 1:** L'adolescència. Desenvolupament físic, emocional i social.
- **Unitat didàctica 2:** Concepte de salut mental i trastorn mental. Conductes saludables i conductes de risc en salut mental.
- **Unitat didàctica 3:** Factors de risc i senyals d'alarma.
- **Unitat didàctica 4:** Trastorns mentals més prevalent en els adolescents (part I).
- **Unitat didàctica 5:** Trastorns mentals més prevalent en els adolescents (part II).
- **Unitat didàctica 6:** Xarxa comunitària de serveis. Xarxa de salut mental: recursos per la derivació

**3. Dirigit a:** les famílies dels adolescents dels centres educatius d'E.S.O, Batxillerat i Cicles formatius dels districtes de Les Corts i Sarrià –Sant Gervasi, que estiguin interessats en augmentar els seus coneixements sobre la salut mental en l'adolescència.

**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.