

La salut mental en adolescents i l'impacte de la COVID-19

DURADA: 14h

DATES: 2, 4, 9, 11, 16, 18 i 23 de març

dimarts i dijous de 10 a 12h

LLOC: En línia (zoom)

INTRODUCCIÓ

L'etapa adolescent és un moment de vital importància en la construcció de la persona. La societat actual, hiperconnectada i en permanent canvi, pot generar un fràgil equilibri entre la maduració emocional i la maduració biològica. Alguns joves poden no disposar, en un moment donat, de les eines necessàries per gestionar situacions de més tensió i estrès i poden patir ansietat, depressió, baixa autoestima, dependències i problemes d'imatge corporal, entre altres, que interfereixin en el seu desenvolupament i funcionament psicosocial.

Per això, és important que els professionals de l'educació social disposin d'eines i estratègies per poder detectar i acompanyar situacions de fragilitat emocional en els adolescents i així evitar que s'agreugin, es cronifiquin i tinguin un impacte més gran en la persona afectada.

FORMADORS

Raquel Linares, psicòloga clínica especialista en el tractament i la prevenció dels trastorns de la conducta alimentària i la salut mental d'inici en l'etapa adolescent.

Laura Molet, psicòloga clínica, especialista en trastorns emocionals, trastorns de la conducta i teràpia familiar.

Javi Feliz, psicòleg clínic i criminòleg, especialista en Trastorns de la Conducta

Alex Dencàs, psicòleg clínic especialista en Trastorns de la Conducta i Addiccions.

Ana Moltó, psicòloga clínica especialista en dol.

OBJECTIUS

1. Conèixer i entendre l'impacte de la COVID-19 i la nova normalitat en el benestar socioemocional dels adolescents.
2. Comprendre els principals trastorns mentals d'inici en l'etapa adolescent i el que s'amaga darrere d'ells.
3. Facilitar recursos i eines per poder detectar factors de risc i senyals d'alerta d'un malestar socioemocional que pot desencadenar una problemàtica de salut mental.
4. Desenvolupar estratègies per poder acompanyar l'adolescent davant d'un malestar emocional i la seva família en un context socioeducatiu.

CONTINGUTS

Les problemàtiques de salut mental d'inici en l'adolescència.

1. Trastorns emocionals: Depressió, ansietat. Dificultats d'afrontament de l'estress. Problemes d'autoestima (2h)
2. Trastorns alimentaris i problemes d'imatge corporal (2h)
3. Autolesions i risc de suïcidi (2h)
4. Trastorns de conducta. Assetjament i ciberassetjament (2h)
5. Abús o addicions a substàncies químiques i no químiques (xarxes socials, internet, joc patològic, compres compulsives i altres conductes) (2h)
6. Aspectes psicològics i socials de la pandèmia COVID-19 (4h)
 - a. Identificar l'impacte negatiu de la covid en l'adolescent. Descobrir els aprenentatges realitzats i les capacitats desenvolupades.
 - b. Prevenció d'un dol complicat.