

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

**DURADA:** 14h

**DATES:** 17, 22, 24, 29, 31 de març i 5 i 7 d'abril

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

**Júlia Pous.** Psicòloga clínica especialista en Trastorns de la Conducta i Addiccions.

**Dr. Enric Armengou.** Psiquiatra especialista en Trastorns de la Conducta Alimentària, autolesions i risc de suïcidi.

**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'estrès. 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)
  1. Identificar l'impacte negatiu de la covid en l'adolescent. Descobrir els aprenentatges realitzats i les capacitats desenvolupades.
  2. Prevenció d'un dol complicat.