

CONNECT

Inclusive open schooling
with engaging and
future-oriented science



PRÀCTIQUES INSPIRADORES

Descripció del lloc web:

Títol: " Recerca participativa per a la promoció de la salut mental"

Promoure la salut mental a les escoles és una necessitat urgent. Les dades de nombrosos estudis confirmen que hi ha hagut un augment dels trastorns de salut mental entre els joves. A més, també es descriu que hi ha una desconexió entre el món acadèmic i la societat, que es tradueix en desconeixement i desconfiança sobre la utilitat de la ciència per resoldre problemes socials. En el cas dels estudiants, hi ha la creença que la ciència no és per a ells.

El Departament d'Orientació del CDP Juan XXIII Chana de Granada ha posat en marxa un projecte educatiu denominat "Sana Ment", dins del seu Pla d'Acció Tutorial, que implica una investigació participativa amb enfocament Open Schooling, on els propis alumnes es converteixen en agents actius en la promoció de la salut mental. La implementació s'ha dut a terme en el marc del projecte europeu CONNECT.

Hem realitzat aquest projecte amb 6 grups classe de 1r i 3r d'ESO (180 alumnes i les seves famílies). Cada grup ha treballat a través de les sessions dissenyades per Ments sanes, i hem implementat un pla d'acció amb diverses activitats en funció de les necessitats de salut mental identificades.

En primer lloc, vam aprofundir en el concepte de salut analitzant la definició proposada per l'Organització Mundial de la Salut (OMS). A través d'això, vam descobrir que hi ha diferents tipus de salut, no només física sinó també social i mental. Vam analitzar què tenien en comú i vam trobar que benestar emocional era el terme comú. En aquest punt, els estudiants van identificar factors de risc i protectors per a la salut mental, a partir dels quals van prioritzar els que consideraven més importants per dissenyar i implementar un pla d'acció. Els alumnes van proposar crear un "Kit emocional" com a solució. Han suggerit un conjunt d'eines per protegir-se en situacions de risc i promoure el benestar emocional. Finalment, van reflexionar sobre el procés d'aprenentatge i l'impacte en la promoció de la salut mental. Durant tot el procés s'ha implicat el professorat i les famílies, permetent el disseny col·laboratiu de solucions.

Entre els resultats i l'impacte de Sana Ment en la nostra comunitat educativa, podem destacar una major conscienciació entre l'alumnat de la necessitat de centrar-se en la salut mental i de la seua capacitat per a contribuir a resoldre un problema que els afecta a través d'una investigació participativa. També s'ha promogut l'autoorganització de l'alumnat, i hi ha hagut un major compromís per part de la institució escolar per millorar la promoció de la salut mental. L'escola començarà a treballar en la creació d'un espai físic que promogui el benestar emocional, que s'anomenarà "Aula emocional". A més, el Departament d'Orientació dissenyarà activitats interdisciplinàries per promoure el benestar de l'alumnat en col·laboració amb el programa "Hàbits i estils de vida saludables" ja assignats al centre.





Selecciona la foto més representativa de la teva pràctica (serà pública i publicada sota una llicència oberta per representar la pràctica).





SOBRE LA INSTITUCIÓ CONNECT que va donar suport a l'escola	
ORGANITZACIÓ	IRSI (ESCOLES SENTINELLA)
PAÍS	ESPANYA
Nom de la persona de contacte	LAIA VIVES
Període d'execució	Data d'inici: 1/ 03/23 Data final: 31/ 05/23
SOBRE ELS PROFESSORS ENTREVISTATS	
CENTRE EDUCATIU	CDP Joan XXIII de Chana
PROFESSORAT (nom i cognoms) (per als certificats de pràctiques inspiradores)	Víctor Molinero
GÈNERE	Mascle
ÀREA (Ciències, Física, Química, Biologia, ...)	Tutories
Per a quantes sessions heu implementat el recurs CONNECT Education?	10
Títol del recurs educatiu utilitzat	Sana Ment
Currículum	
SOBRE L'ALUMNAT DEL PROFESSORAT	
Curs	1r i 3r d'ESO
Edat	13 i 15
Nombre total d'alumnes participants	180
Nombre total d'alumnes que han realitzat les activitats	180
CIENTÍFICS IMPLICATS:	
Nom	Laia Vives i Rosina Malagrida
Camp	Recerca participativa, Salut mental

QÜESTIONARI

01. Com vas utilitzar els recursos de recerca participativa que proporciona el Living Lab de Salut? Eren clars i comprensibles? Els heu modificat per adaptar-los al vostre grup de classe/assignatura/currículum? Si és així, podeu descriure breument el que va fer a les sessions modificades?

Hem realitzat aquest projecte amb 6 grups classe de 1r i 3r d'ESO (180 alumnes i les seves famílies). Cada grup ha treballat a través de les sessions dissenyades per "Sana Ment", i hem implementat un pla d'acció amb diverses activitats en funció de les necessitats de salut mental identificades. Durant tot el procés s'ha implicat el professorat i les famílies, permetent el disseny col·laboratiu de solucions.

En primer lloc, vam aprofundir en el concepte de salut analitzant la definició proposada per l'Organització Mundial de la Salut (OMS). A través d'això, vam descobrir que hi ha diferents tipus de salut, no només física sinó també social i mental. Vam analitzar què tenien en comú i vam trobar que benestar emocional era el terme comú.

En aquest punt, vam desenvolupar un focus group on els estudiants identificaven factors de risc i protectors per a la salut mental, a partir dels quals prioritzaven aquells que consideraven més importants per dissenyar i implementar un pla d'acció.





Els alumnes van proposar crear un "Kit emocional" com a solució. Han suggerit un conjunt d'eines per protegir-se en situacions de risc i promoure el benestar emocional. Finalment, van reflexionar sobre el procés d'aprenentatge i l'impacte en la promoció de la salut mental.

02. L'alumnat ha utilitzat els recursos proporcionats en la Guia de l'Estudiant? Tens un producte final de la implementació (o ho pots descriure) de la recerca participativa?

Sí. Durant el disseny del pla d'acció, s'han inspirat en les activitats del repositori.

Teniu algun exemple del que han preparat els alumnes?

Entre els resultats i impactes de Sana Ment en la nostra comunitat educativa, podem destacar:

Augment de la conscienciació de l'alumnat sobre la importància de prioritzar la salut mental.

Promoció de la capacitat dels estudiants per contribuir activament a abordar els problemes que els afecten mitjançant la recerca participativa i l'autoorganització.

Major compromís de la institució escolar per millorar la promoció de la salut mental:

L'escola iniciarà esforços per crear un espai físic específic conegut com a "Aula emocional", dissenyat per fomentar el benestar emocional.

El Departament d'Orientació col·laborarà amb el programa "Hàbits i estils de vida saludables" existents al centre per dissenyar activitats interdisciplinàries orientades a promoure el benestar de l'alumnat.

Imatge? Cartell? Videoclip?

(Afegiu una imatge si és possible)





Emotional Well-Being Classroom

Víctor Molinero Barranco

Departamento de Orientación, Colegio J23 – Chana, Granada, Spain



Introduction

Promoting mental health in schools is an urgent necessity. Data from numerous studies confirm that there has been an increase in mental health disorders among young people. Furthermore, it is also described that there is a disconnection between the academic world and society, resulting in ignorance and distrust regarding the usefulness of science in resolving societal issues. **In the case of students, there is a belief that science is not for them.**

The Guidance Department of CDP Juan XXIII Chana in Granada has implemented an educational project called “**Healthy Minds**”, within its Tutorial Action Plan, which involves **participatory research with an Open Schooling approach**, where the students themselves become active agents in promoting mental health. The implementation has been carried out within the framework of the European project CONNECT.

Objectives

- Increase awareness and consciousness regarding mental health.
- Empower students as active agents in promoting mental well-being.
- Implement an educational project for participatory research to address the challenges faced by the educational community.

Methodology

We have conducted this project with **6 class groups from 1st and 3rd year of Secondary Education (180 students and their families)**. Each group has worked through the sessions designed by “Healthy Minds”, and we have implemented an action plan with various activities based on the identified mental health needs. Throughout the process, **teachers and families have been involved**, allowing for collaborative design of solutions.

1. Care

Firstly, we delved into the **concept of health** by analysing the definition proposed by the World Health Organization (WHO). Through this, we **discovered that there are different types of health**, not only physical but also social and mental. We analysed what they had in common and found that **emotional well-being was the common term**.



Work session with one of the School groups

2. Know

At this point, we developed a focus groups where the students **identified risk and protective factors for mental health**, based on which they prioritized the ones they considered most important to design and implement an action plan.

3. Do

Students proposed to create an “**Emotional Kit**” as a solution. They have suggested a set of tools to protect themselves in risky situations and promote emotional well-being. Finally, they reflected on the learning process and the impact on mental health promotion.

Results

Among the results and impacts of Healthy Minds in our educational community, we can highlight:

- Increased awareness among the students regarding the **importance of prioritizing mental health**.
- Promotion of students' ability to actively **contribute to addressing issues that affect them through participatory research** and self-organization.
- Heightened **commitment from the school institution** to enhance mental health promotion:
 - The school will initiate efforts to create a dedicated physical space known as the “**Emotional Classroom**,” designed to foster emotional well-being.
 - The Guidance Department will collaborate with the existing “Healthy Habits and Lifestyle” program at the school to **design interdisciplinary activities aimed at promoting student well-being**.



Students working on risk and protective factors



Presentation of the Project

Conclusions

The Healthy Minds project has had a significant impact on improving mental health promotion in our educational institution. The implemented participatory research has allowed for a deeper understanding of the concept of mental health and a thorough analysis of the influencing factors. Each class group has been able to prioritize their specific needs and create an action plan to address them. These action plans have converged into the creation of the “Emotional Kit”. Furthermore, the process has enabled students to recognize that science can be a pathway to solving their everyday problems, while enhancing their scientific and civic participation skills. Lastly, we highly commend the commitment of the educational institution to the project and the achieved results, as they signify a change in how student mental health promotion is approached within the school.

Bibliography

- Living Lab for Health at IrsiCaixa, Escoles Sentinella & “la Caixa” Foundation. **CONNECT “Healthy Minds” Teaching Guide, 2022.** <https://connect-eu.exus.co.uk/2023/06/29/healthy-minds/>





03. Creus que la recerca participativa és un procés que respon a les teves necessitats com a docent?

Fes clic per introduir text El projecte Sana Ment ha tingut un impacte significatiu en la millora de la promoció de la salut mental a la nostra institució educativa. La investigació participativa implementada ha permès una comprensió més profunda del concepte de salut mental i una anàlisi exhaustiva dels factors que hi influeixen. Cada grup classe ha pogut prioritzar les seves necessitats específiques i crear un pla d'acció per abordar-les. Aquests plans d'acció han convergit en la creació del "Kit Emocional". A més, el procés ha permès als estudiants reconèixer que la ciència pot ser un camí per resoldre els seus problemes quotidians, alhora que potencia les seves habilitats de participació científica i ciutadana. Finalment, elogiem el compromís de la institució educativa amb el projecte i els resultats obtinguts, ja que signifiquen un canvi en la manera d'abordar la promoció de la salut mental dels estudiants dins de l'escola.

04. Eren fàcils d'utilitzar els recursos?

Sí.

Tens algun problema específic relacionat amb materials, procediments, pressió del currículum:

Feu clic per introduir el text

05. Creus que la recerca participativa ha estat beneficiosa per a l'alumnat?

Obsolutament. Entre d'altres, destacaria els tres objectius complerts següents:

- Augmentar la consciència i conscienciació respecte a la salut mental.
- Empoderar l'alumnat com a agent actiu en la promoció del benestar mental.
- Implementar un projecte educatiu de recerca participativa per abordar els reptes de la comunitat educativa.

Describeix els èxits dels estudiants durant la recerca participativa relacionats amb:

CONEIXEMENT	<ul style="list-style-type: none"> Què és la salut mental i com promoure-la.
HABILITATS	<ul style="list-style-type: none"> Identificació de factors de risc i protectors per a la salut mental. Disseny i implementació d'activitats amb iguals. Treball en equip.
ACTITUDS	<ul style="list-style-type: none"> Sensibilització per la salut mental. Proactivitat en l'atenció a les pròpies necessitats.





06. Quins eren els reptes dels estudiants per posar en pràctica la recerca participativa?

Hi va haver moltes sessions i això va dificultar una mica el seguiment.

Principals reptes per a l'alumnat (seleccionar tots els necessaris):

- Difícil...
- Llarg...
- Avorrit...
- Altres (especifiqueu-ho): ...

07. Quines activitats s'adaptaven millor al currículum? Creu que hi havia vincles evidents amb el currículum que actualment marca el Departament d'Educació?

Què ha ajudat els estudiants a assolir els objectius d'aprenentatge:

...

08. Quines activitats no encaixaven bé amb el currículum?

Escriu qualsevol cosa que es pugui fer d'una altra manera o evitar-la:

...

