

PROJECTE SANA MENT: Decàleg amb recomanacions per millorar el benestar emocional dels joves als centres educatius

Caixa Forum, 20 de maig de 2016

MODEL EDUCATIU

1-Treball per competències i per projectes:

Simplificar i fer més rellevants els continguts curriculars de secundària, i disminuir el rati d'alumnes per aula per tal d'afavorir un nou model educatiu basat en el treball en grup per competències i per projectes.

2-Avaluació:

Implementar mètodes d'avaluació que valorin l'esforç durant el procés d'aprenentatge així com les competències i no tant la memòria i la reproducció literal de coneixement.

3-Horaris:

Fer un horari escolar més flexible, adaptat als ritmes biològics dels adolescents, que ofereixi més estones de descans i per poder fer deures, més vacances durant el curs i on la càrrega de treball, com ara els exàmens, quedi ben distribuïda en el temps.

FORMACIÓ I PROMOCIÓ DEL BENESTAR EMOCIONAL

4-Benestar emocional a la programació anual dels centres:

Incloure el benestar emocional a la programació anual dels centres educatius creant espais de recerca i reflexió i alhora oferint formació per a estudiants i professorat en gestió emocional, relaxació, mediació, cohesió de grup, coneixement i reconeixement dels altres i detecció de maltractament psicològic i físic, entre d'altres.

5-Suport psicològic:

Gaudir d'un servei de suport psicològic als centres educatius que pugui atendre l'alumnat (i al seu professorat i famílies, si s'escau) en les seves necessitats personals i acadèmiques.

6-TICs i Xarxes socials:

Incorporar les TICs al procés d'aprenentatge amb bona connexió a internet i oferir formació en l'ús responsable de les xarxes socials.

ESPAIS FÍSICS

7-Zones de relax, aules personalitzades i ús d'espais a l'aire lliure:

Habilitar els centres educatius amb zones de relax i amb aules personalitzades, amb zones de treball diferenciades i agradables i amb espais a l'aire lliure per a la pràctica docent.

8-So, soroll i música:

Disminuir el soroll als centres educatius, creant una cultura basada en la calma i el silenci, utilitzant aparells de mesura del soroll ambiental i fomentant la música durant activitats individuals.

PARTICIPACIÓ DE L'ALUMNAT

9-Més participació en decisions dels centres i en l'oferta d'optatives:

Fomentar la participació de l'alumnat en normatives, avaluació, decisions i activitats dels centres com ara en el Pla d'Acció Tutorial, i en la definició de l'oferta d'optatives, i procurar ofertar-ne més per poder alinear millor l'educació amb els seus interessos.

COL-LABORACIÓ DE DIFERENTS ACTORS

10-Relació professorat-alumnat-famílies-entorn:

Promoure les relacions obertes entre professorat i alumnat, basades en el respecte, la confiança, l'equitat i l'acompanyament, i implicar també les famílies i d'altres actors en la promoció del benestar emocional a través d'activitats que impliquin projectes de recerca i d'altres formats.

Sana Ment és un projecte impulsat per:

Centres educatius participants:

Escola Virolai

Escola Projecte

INS Peixauet

Col·legi SIL

INS Alella

INS Joan Brossa

Escola Garbí

INS Montserrat

Escola Sagrada Família

INS Francesc Ribalta

Maristes Badalona

INS Can Puig

Fundació Llor

Grups de recerca participants:

Centre de recerca en epidemiologia ambiental (CREAL)



Grup de Recerca Educativa en Ciències de la Salut



Universitat de Barcelona (UB)



Coordinació:

Unitat de Difusió de la Recerca Biomèdica d'IrsiCaixa



Sana Ment és un projecte impulsat per: