

Progetto

PROMUOVERE LA SALUTE MENTALE

INTRODUZIONE

Secondo l'Organizzazione Mondiale della Sanità il 20% degli adolescenti soffre di un problema di sviluppo emozionale o del comportamento e 1 su 8 di un disturbo mentale.

Il Piano d'Azione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità 2013-2020 recita che *“non c'è salute senza salute mentale”*, riconoscendo che la salute e la salute mentale in particolare, è *“assenza di malattia”*. Essa si configura non come uno *“stato”* ma come una condizione di equilibrio dinamica, fondata sull'interazione dell'individuo con l'ambiente (OMS).

Secondo la definizione dell'OMS l'espressione *“salute mentale”* fa riferimento ad uno *“stato di benessere emotivo e psicologico nel quale l'individuo è in grado di sfruttare le sue capacità cognitive o emozionali, esercitare la propria funzione all'interno della società, rispondere alle esigenze quotidiane della vita di ogni giorno, stabilire relazioni soddisfacenti e mature con gli altri, partecipare costruttivamente ai mutamenti dell'ambiente, adattarsi alle condizioni esterne e ai conflitti interni”*.

La Promozione della Salute Mentale, intesa come benessere psico-fisico, è, di conseguenza, una priorità della salute pubblica.

“Investire sul benessere dei giovani” così come indicato dai macro obiettivi del Piano Nazionale della Prevenzione implica adottare stili di vita sani, rafforzare le capacità di resilienza e promozione dei processi di empowerment personali e sociali, identificare tempestivamente i soggetti con problemi emozionali e/o comportamentali e di disagio sociale, promuovendo azioni in una logica di perseguimento di benessere psicofisico ed affettivo.

In linea con i principi generali espressi dall'OMS e dal Piano Nazionale della Prevenzione, incentivare e promuovere una cultura della Salute Mentale significa, quindi, focalizzarsi su un approccio educativo/formativo.

Questo concetto identifica l'importanza fondamentale della scuola come istituzione educante nel processo evolutivo della crescita. Gli interventi di sensibilizzazione, di promozione e di prevenzione in ambito scolastico non possono prescindere dal coinvolgimento dei Servizi Sanitari presenti nel territorio che si occupano di salute mentale.

Il Progetto “Promuovere la Salute Mentale” ha la finalità di sensibilizzare la Scuola all'importanza della salute mentale, così che orienti i giovani verso atteggiamenti e comportamenti di prevenzione, conoscenza, accettazione e inclusione, in una dimensione di attenzione e rispetto, capacità di affrontare i problemi, di definire e raggiungere obiettivi personali e nelle relazioni social

Obiettivi dell'iniziativa sono quelli di:

- sensibilizzare sui temi della salute mentale;
- incrementare le conoscenze relative al disagio e alla malattia mentale;
- ridurre lo stigma nei confronti delle persone affette da Disturbi Psichiatrici;
- far conoscere i Servizi della Salute Mentale del SSN per la loro accessibilità;
- promuovere pratiche di collaborazione, scambio e supporto fra i servizi sanitari della salute mentale e il sistema scuola
- dare supporto affinché vengano promossi ulteriori progetti di approfondimento sul tema.

Destinatari:

Studenti, Dirigenti Scolastici, Insegnanti, Genitori degli I.I.S.S. Città Metropolitana Cagliari

Fasi del progetto:

- Divulgazione dell'iniziativa tramite invito ai Sigg. Dirigenti Scolastici
- Raccolta adesioni Scuole;
- Organizzazione date incontri negli Istituti aderenti;
- Partecipazione alla Giornata Mondiale della Salute Mentale organizzata dal Servizio Riabilitazione Psichiatrica Semiresidenze e Residenze del DSMD Asl Cagliari;
- Produzione di elaborati sul tema (Bando di concorso di idee);
- Partecipazione e condivisione ai Laboratori riabilitativi psichiatrici;