

27 de novembro de 2024
Campo Grande-MS

ANAIIS DO WORKSHOP DE PROJETO DE EXTENSÃO DO CETESC III



Saúde Mental e sua Importância na Adolescência

Autor(res)

Rodrigo Theodoro Pires De Arruda
Adriel Xavier De Souza
Joao Henrique Mello Nechar
João Vitor Cunha
Bernardo Joerke

Categoria do Trabalho

1

Instituição

UNIVERSIDADE ANHANGUERA - UNIDERP

Resumo

Este projeto de extensão visa promover a saúde mental entre adolescentes em uma escola local, através de uma palestra interativa. Reconhecendo a importância do bem-estar psicológico nesta fase da vida, a ação tem como objetivo desmistificar crenças comuns entre os jovens e promover uma compreensão mais profunda acerca do tema. A palestra será estruturada em torno de dinâmicas de "mito ou verdade", onde os participantes poderão discutir e refletir sobre afirmações relacionadas à saúde mental. Essa abordagem interativa incentivará a participação ativa dos adolescentes, permitindo que expressem suas dúvidas e experiências, além de fomentar um ambiente seguro e amistoso para o diálogo. Durante a atividade, abordaremos estigmas associados à saúde mental, sinais de alerta e estratégias de autocuidado, utilizando linguagem acessível e exemplos do cotidiano. Acredita-se que, ao esclarecer mitos e verdades sobre a saúde mental, poderemos orientar os jovens a cuidar de seu bem-estar e a apoiar colegas que possam estar enfrentando dificuldades.

Ao final da palestra, esperamos não apenas informar, mas também criar um espaço acolhedor e incentivar a empatia e compreensão, contribuindo para a construção de uma cultura escolar mais saudável e aberta ao diálogo sobre saúde mental. O projeto se alinha aos objetivos educacionais da escola e promove um tema essencial para o desenvolvimento psicossocial dos adolescentes.