

Títol: I'm Michael

Font: Programa What's up (Obertament)



Quins objectius i factors de SanaMent es treballen?

Objectiu 1. Promoció de la salut mental personalitzada, accessible i prioritària.

Objectiu 7. Altres competències per al benestar emocional.

Factors:

- Entorn conscienciat i respectuós amb les problemàtiques de la salut mental.
- Regular les emocions i la impulsivitat.

Nivell educatiu: ESO

Matèries: Anglès

Temps: 2 sessions.

Fitxa Activitat

Trobareu el desenvolupament de l'activitat al següent enllaç: [What's Up » Com vas de salut mental?](#)

Cal registre previ:

Instruccions per a accedir als recursos d'Obertament

1. Aneu a l'enllaç: <https://comvas.org/>
2. Cliqueu a **Iniciar sessió** i **registreu-vos**. Un cop fet, us hauran d'aprovar el registre, per tant no serà un accés directe (poden trigar 24h).
3. Un cop us hagin aprovat el registre, **Inicieu sessió**.
4. Desplegueu el **Menú** i seguiu la següent ruta: Materials → Centre de secundària i/o personal docent → Descarrega't la guia per a l'equip de coordinació.
5. Seleccioneu l'enllaç "**Situacions d'Aprenentatge de 3r de l'ESO**" i aneu a la **situació 3**.

Paraules Clau

BENESTAR MENTAL, ACOMPANYAMENT, VOCABULARI EMOCIONS I SALUT MENTAL EN ANGLÈS

Resum breu

Aquesta unitat didàctica es recomana fer-la seguidament després de la titulada *The stand up kid*. En cas que no sigui així, recomanem, com a mínim, fer el treball de vocabulari que hi ha plantejat en el seu inici.

A partir de la visualització d'un vídeo, es proposa que en pensin com continua la història per parelles i creïn un diàleg que, posteriorment, podran representar. Es busca la creació d'una història realista i en positiu sobre la salut mental per empoderar els joves que vulguin parlar-ne. Es proposa una avaluació conjunta entre els companys i companyes sobre l'escenificació.

Finalment es reflexiona sobre la prevalença dels problemes de salut mental en les persones joves i de les conseqüències que pot tenir compartir-ho amb l'entorn.