

¿CÓMO AYUDARÁ YAM A MI HIJO/A?

La participación en YAM tiene beneficios a largo plazo. Después del YAM la juventud suele decir que se siente más segura a la hora de dar apoyo a una amistad que lo necesita. También señalan los/as participantes que las estrategias que aprenden en el YAM son usadas más tarde en situaciones difíciles reales.

Lo más importante es que estos/as chicos/as reconocen la necesidad de buscar apoyo cuando se enfrentan a situaciones complicadas de la vida.

Durante el programa recibirán información sobre como pedir ayuda en salud mental y se les darán a conocer recursos locales de asociaciones u organizaciones de juventud que funcionen en sus comunidades.

YAM ES UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN PRIMARIA CUYO OBJETIVO ES LLEGAR AL MAYOR NUMERO DE ESTUDIANTES POSIBLE

YAM es útil para todo el estudiantado, independientemente de su estado de salud mental

¿QUÉ HARÁ MI HIJO/A DURANTE EL YAM?

La juventud que participa en YAM está invitada a realizar juegos de rol y debatir situaciones difíciles de la vida cotidiana trayendo al grupo los temas que les importan.

Durante 5 sesiones, repartidas en 3 semanas, el alumnado reflexionará en grupo sobre como se pueden sentir en esas situaciones y debatirá como afrontarlas, contando con el apoyo de facilitadores/as adultos y material específico.

La idea es considerar como se sienten las diferentes personas, cuales son las posibles razones de sus acciones y que tipo de apoyo pueden necesitar en cada situación.

**EL YAM está financiado
al 95% con Fondo Social
Europeo**



PROGRAMA YAM

YOUTH AWARE OF MENTAL HEALTH



YAM (Youth Aware of Mental Health) significa Juventud Consciente de la Salud Mental

Es un programa escolar dirigido a la juventud entre 13 y 17 años en el que aprende e debate sobre salud mental

YAM invita a la juventud a reflexionar sobre sus emociones y a considerar diferentes enfoques cuando se enfrentan a retos de la vida o a problemas de salud mental



En Galicia los/as instructores/as YAM son orientadores/as escolares de la Consellería de Educación y profesionales de la salud mental del SERGAS. En el aula estará un/a de estos/as profesionales y una persona ayudante.

El Programa YAM en Galicia forma parte del Protocolo de prevención y actuación en los ámbitos sanitario y educativo ante el riesgo suicida infanto-juvenil.

Si alguna persona entre el alumnado participante presenta signos de angustia psicológica el/la instructor/a YAM hablará con esa persona, asegurándose de que recibe el apoyo adecuado.

El alumnado que no desee participar en el YAM permanecerá en otra aula con profesorado o personal de orientación realizando otras tareas en el tiempo que dure al sesión de YAM.



**XUNTA
DE GALICIA**



Fondos Europeos