

COMO AXUDARÁ YAM AO MEU FILLO/A?

A participación en YAM ten beneficios a longo prazo. Despois do YAM a mocidade adoita dicir que se sente máis segura á hora de dar apoio a unha amizade que o necesita. Tamén sinalan os/as participantes que as estratexias que aprenden no YAM son usadas máis tarde en situacións difíciles reais.

O máis importante é que estes/as mozos/as recoñecen a necesidade de buscar apoio cando se enfrontan a situacións complicadas da vida.

Durante o programa recibirán información sobre como pedir axuda en saúde mental e daránselles a coñecer recursos locais de asociacións ou organizacións de xuventude que funcionen nas súas comunidades

**YAM É UN PROGRAMA DE PREVENCIÓN PRIMARIA CUXO
OBJECTIVO É CHEGAR AO MAIOR NUMERO DE ESTUDANTES
POSIBLE**

YAM é útil para todo o estudantado, independentemente do seu estado de saúde mental

PROGRAMA YAM

YOUTH AWARE OF MENTAL HEALTH

QUE FARÁ O MEU FILLO/A DURANTE O YAM?

A xuventude que participa en YAM está convidada a realizar xogos de rol e debater situacións difíciles da vida cotiá traendo ao grupo os temas que lles importan.

Durante 5 sesións, repartidas en 3 semanas, o alumnado reflexionará en grupo sobre como se poden sentir nesas situacións e debatirán como afrontalas, contando co apoio de facilitadores/as adultos e material específico.

A idea é considerar como se sinten as diferentes persoas, cales son as posibles razóns das súas accións e que tipo de apoio poden necesitar en cada situación.

**O YAM está financiado
ao 95% con Fondo
Social Europeo**



YAM (Youth Aware of Mental Health) **significa Xuventude** **Consciente da Saúde Mental**

**É un programa escolar dirixido
á mocidade entre 13 e 17 anos
no que aprende e debate sobre
saúde mental**

**YAM invita á mocidade a reflexionar
sobre as súas emocións e a
considerar diferentes enfoques
cando se enfrontan a retos da vida
ou a problemas de saúde mental**



En Galicia os/as instrutores YAM son orientadores/as escolares da Consellería de Educación e profesionais da saúde mental do SERGAS. Na aula estará un/ha destes/as profesionais e unha persoa axudante.

O Programa YAM en Galicia forma parte do Protocolo de prevención e actuación nos ámbitos sanitario e educativo ante o risco suicida infanto-xuvenil.

Se algunha persoa entre o alumnado participante presenta signos de angustia psicolóxica o/a instructor/a YAM falará con esa persoa, asegurándose de que recibe o apoio axeitado.

O alumnado que non desexe participar no YAM permanecerá noutra aula co profesorado ou persoal de orientación realizando outras tarefas no tempo que dure a sesión de YAM.

