



PRÀCTIQUES INSPIRADORES

Descripció per a la pàgina web:

Títol: "Al CFGM de Farmàcia promovem la nostra salut mental"

Aquesta pràctica inspiradora parla d'una iniciativa *Open Schooling* sobre Sana Ment, que va ser desenvolupada per ETP Xavier des del 21/3/2023 al 13/4/2023. L'activitat va ser desenvolupada per 8 docents del CFGM de Farmàcia i recolzada pel Living Lab de Salut d'IrsiCaixa.

Etapa Care: L'alumnat del CFGM de Farmàcia va fer un anàlisi sobre la salut i les seves tres branques i estava molt interessat en treballar la promoció de la seva salut mental durant la seva estada al centre educatiu. En total van participar 38 alumnes en dos grups (matí i tarda).

Etapa Know: Durant la recerca participativa en la qual van detectar les seves necessitats i van dissenyar un pla d'acció, l'alumnat va utilitzar coneixements sobre salut mental i hàbits. També van posar en pràctica competències com la planificació i organització, la recerca d'informació, l'autoaprenentatge i la utilització de coneixements.

Estapa Do: L'alumnat va dissenyar i executar un pla d'acció de promoció de la salut mental que incloïa 4 activitats. L'alumnat va ser qui va dinamitzar les sessions a l'aula.

Resultats relacionats amb l'enfocament de l'Open Schooling: Sens dubte, la recerca participativa els ha permès per una banda treballar les competències professionals, personals i socials contemplades al currículum del CFGM Farmàcia i Parafarmàcia i més, els ha ofert la possibilitat de potenciar les capacitats clau transversals de la futura professió dels alumnes com són l'autonomia, l'organització del treball, la responsabilitat i el treball en equip. Segurament, el fet d'incloure actors socials en aquesta recerca pot afavorir encara més el treball i assoliment d'aquestes competències i sabers.

Suport a la implementació dels recursos educatius per part de: el cap de departament

Resultats dels estudiants: Els alumnes van rebre molt positivament la proposta i es van sentir interpellats per a participar. Considerem que ha estat una bona excusa per donar visibilitat a la importància que tenen els problemes de salut mental en els joves. I alhora treballar la metodologia científica durant tot el procés que ens ha permès potenciar certes competències de l'alumnat.

Seleccioneu la foto més representativa de la vostra pràctica (serà pública i es publicarà amb llicència oberta per representar la pràctica).





ÀMBITS EN LES QUE ES DONEN ACTITUDS O HÀBITS QUE AFECTEN LA NOSTRA SALUT MENTAL					
	INDIVIDUAL	FAMÍLIA	AMICS	ENTORN SOCIAL DEL CENTRE EDUCATIU (en el grup classe i a la resta del centre)	ENTORN SOCIAL FORA DEL CENTRE EDUCATIU (extraescolars, barri, casals, activitats esportives, etc.)
+ PRIORITARI	<ul style="list-style-type: none"> Abús i/o addicció a pantalles (TICS) Tenir una bona higiene Capacitat de regular les emocions Capacitat de resoldre problemes Impulsivitat Caracter inestable Mala gestió de la frustració Pessimisme Dol migratori 	<ul style="list-style-type: none"> Clima familiar absent o negatiu (violència, poca afectivitat, no suport...) Dedicar temps amb la família a reflexionar sobre com millorar el benestar emocional Relacions d'abús o autoritat Tenir referents que hagin superat problemes de salut mental Sobrepotecció Relacions constructives 	<ul style="list-style-type: none"> Acceptació del grup Tenir referents que hagin superat problemes de salut mental Oci saludable Por al rebuig 	<ul style="list-style-type: none"> Violència escolar, bullying... Acceptació del grup No integració al grup Expectatives acadèmiques excessives 	<ul style="list-style-type: none"> Exigència davant dels problemes de salut mental Consum de drogues (inclos alcohol i d'altres) Poca atenció a la diversitat Oci no saludable Desavantatges socio-econòmiques
-PRIORITARI	<ul style="list-style-type: none"> Habilitats de gestió del temps i tècniques d'estudi 				

2N FARMÀCIA A → CONCUSIONS ←

23/03/23





SOBRE LA INSTITUCIÓ CONNECT que va donar suport al centre educatiu	
ORGANITZACIÓ	IRSI (ESCOLES SENTINELLA)
PAÍS	ESPANYA
Nom de la persona de contacte	LAIA VIVES
Període d'implementació	Data d'inici: 21/ 03/22 Data de finalització: 13/ 04/22
SOBRE ELS PROFESSORS ENTREVISTATS	
CENTRE EDUCATIU	ETP Xavier
DOCENTS (nom i cognom) (per als certificats de pràctiques inspiradoras)	Santi Ram3rez Ibarz, M3nica Calero Jacobs, Roser Garrofé Pujol, Lidia Mesas Horetelano, David Roca Cusso, Mireia L3zaro Domingo, Teresa Am3ros Vila i Teresa Mari Garriga Granados
GÈNERE	
ÀREA (Ciència, Física, Química, Biologia, ...)	CFGM Farmàcia (tutors, Biologia), M3dul de síntesi
Durant quantes sessions heu implementat el recurs Educatiu de CONNECT?	21
Títol del recurs educatiu utilitzat	Sana Ment
Curriculum	M13 M3dul de síntesi
SOBRE ELS ALUMNES DELS PROFESSORS	
Curs	2n curs del CFGM Farmàcia
Edat	16-18
Total d'alumnat participant	38
Total d'alumnat que ha completat les activitats	38
CIENTÍFICS IMPLICATS:	
Nom	Laia Vives i Rosina Malagrida
Camp	Recerca Participativa, Salut Mental

QÜESTIONARI

01. Com vas fer servir els recursos de recerca participativa que us vam facilitar des del Living Lab de Salut? Eren clars i entenedors? Vas modificar-los per adaptar-los al teu grup classe/matèria/currículum? Si és així, pots descriure breument què vas fer a les sessions modificades?

La guia estava bé, però podria ser més clara i simple. Vam modificar les activitats per adaptar-les a les nostres necessitats i la metodologia a la que fem servir en aquest mòdul (treball per projectes).

Activitats de l'alumnat amb científics/es:

Seguiment de la implementació de la guia

Activitats de l'alumnat amb famílies:

-





02. L'alumnat va fer servir els recursos proporcionats a la Guia de l'Estudiant? Teniu algun producte final de la implementació (o el podeu descriure) de la recerca participativa?

Els alumnes van voler crear i implementar les seves pròpies activitats en funció de la seva prioritització de necessitats segons categories.

Teniu algun exemple del que els estudiants han preparat?

Joc de taula per parlar de les emocions

Joc de cartes per parlar d'emocions relacionades a experiències viscudes.

Test per conscienciar sobre l'ansietat i eines per afrontar-la

Sessió de meditació

Imatge? Pòster? Video-clip?

(Afegiu una imatge si és possible)

Disposem dels documents amb les activitats detallades. Si us interessen podeu contactar amb el livinglab@irsicaixa.es

03. Creus que la recerca participativa és un procés que respon a les teves necessitats com a docent?

Com que la metodologia emprada en el mòdul de síntesi es basa en el treball per projectes, és fonamental la recerca col·laborativa com a fase inicial de qualsevol pla o acció a generar. Nosaltres no hem incorporat encara en cap cas la participació proactiva d'actors socials.

Necessitats relacionades amb el currículum escolar:

Sens dubte, la recerca col·laborativa permet per una banda treballar les competències professionals, personals i socials contemplades al currículum del CFGM Farmàcia i Parafarmàcia i més, ofereix la possibilitat de potenciar les capacitats clau transversals de la futura professió dels nostres alumnes com són l'autonomia, l'organització del treball, la responsabilitat i el treball en equip. Segurament, el fet d'incloure actors socials en aquesta recerca pot afavorir encara més el treball i assoliment d'aquestes competències i sabers.

Compromís i participació de l'alumnat:

Han mostrat compromís i han participat activament.

Interès i confiança de l'alumnat amb la ciència:





També han mostrat interès i confiança i han verbalitzat la necessitat de treballar la salut mental a l'aula.

04. Els recursos van ser fàcils d'utilitzar?

Si, però la guia podria ser més clara i entenedora.

Tens alguna qüestió específica relacionada amb materials, procediments, pressió del currículum:

Fes clic per introduir text

05. Creus que la recerca participativa va ser beneficiosa per a l'alumnat?

Des del moment en que s'han dividit en grups de treball i se'ls ha demanat categoritzar i prioritzar els factors relacionats amb problemes diversos de salut mental ja s'ha promociat la seva capacitat d'autoorganització i autogestió de manera molt favorable. En el nostre cas, el fet que ells hagin creat el seu pla d'acció amb les seves pròpies activitats a implementar, els ha fet sentir més protagonistes des de l'inici i ha afavorit aquesta promoció.

Describeix els assoliments de l'alumant durant la recerca participativa relacionats amb:

<p>CONEIXEMENT</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Salut, salut mental i les variables que hi influeixen. - Anàlisi dels factors que influeixen en la salut mental. - Coneixement científic. - Hàbits saludables.
<p>HABILITATS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Planificació i organització. - Recerca d'informació. - Pensament conceptual. - Pensament analític. - Autoaprenentatge i utilització de coneixements.
<p>ACTITUDS</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Flexibilitat - Autoconfiança - Autocontrol - Treball en equip - Lideratge





06. Quins van ser els reptes de l'alumnat per posar en pràctica la recerca participativa?

Van ser moltes sessions i això va dificultar-ne una mica el seguiment.

Principals reptes de l'alumnat (selecciona tots els necessaris):

- Difícil...
- Llarg...
- Avorrit...
- Altres (si us plau, especifiqueu): ...

07. Quines activitats s'adaptaven més al currículum? Creus que hi havia lligams evidents amb el currículum que marca actualment el Departament d'Educació?

En general les activitats s'adapten a les competències incloses al currículum del CFGM Farmàcia.

Què va ajudar l'alumnat a assolir els objectius d'aprenentatge:

...

08. Quines activitats no s'adaptaven bé amb el currículum?

Escriu qualsevol cosa que es pugui fer de manera diferent o evitar:

...

