

# Mental Health Awareness & Education for Parents, Guardians, Educators, and School Administrators of Teenagers



## January 2024 Newsletter



### WP 2: Ανάπτυξη του εκπαιδευτικού πακέτου

Η πρώτη φάση της ανάπτυξης των ενοτήτων κατάρτισης περιελάμβανε διεξοδικές διακρατικές ομάδες εστίασης.ing Modules involved in-depth transnational focus groups.

Οι συμμετέχοντες ήταν επαγγελματίες ψυχικής υγείας, εκπαιδευτικοί, διευθυντές σχολείων, γονείς παιδιών με ψυχικές ασθένειες και εργαζόμενοι στη νεανική κοινότητα

Αποκτήθηκαν πολύτιμες γνώσεις για τον προσδιορισμό της τρέχουσας κατάστασης όσον αφορά την παροχή υποστήριξης και ευαισθητοποίησης για την ψυχική υγεία των νέων σε καθεμία από τις χώρες της κοινοπραξίας.

Τα ευρήματα των ομάδων εστίασης αποτέλεσαν τη βάση του περιεχομένου των ενοτήτων κατάρτισης.







## Ενότητες που αναπτύχθηκαν

1. Ψυχική υγεία και ευημερία
2. Συμπτώματα, αιτίες και εκλυτικοί παράγοντες
3. Προώθηση της υγιεινής διατροφής και του τρόπου ζωής
4. Πολιτιστικά και κοινωνικά εμπόδια
5. Υποστήριξη εφήβων με ψυχικές διαταραχές
6. Ένας κόσμος χωρίς στίγμα

Οι ενότητες αναπτύχθηκαν για να υποστηρίξουν εκπαιδευτικούς, γονείς και διευθυντές σχολείων, ώστε να ευαισθητοποιηθούν σχετικά με τις συνθήκες ψυχικής υγείας των νέων.

Επιπλέον, οι ενότητες αφορούν τις προκλήσεις και την πολυπλοκότητα της ψυχικής υγείας των νέων και τον τρόπο με τον οποίο οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί μπορούν να υποστηρίξουν τους νέους στο σπίτι και στο εκπαιδευτικό περιβάλλον.

Αυτό το εκπαιδευτικό πακέτο θα διατίθεται ΔΩΡΕΑΝ σε όλους τους εγγεγραμμένους χρήστες.