

Uma Escola Promotora de Saúde Mental deverá:

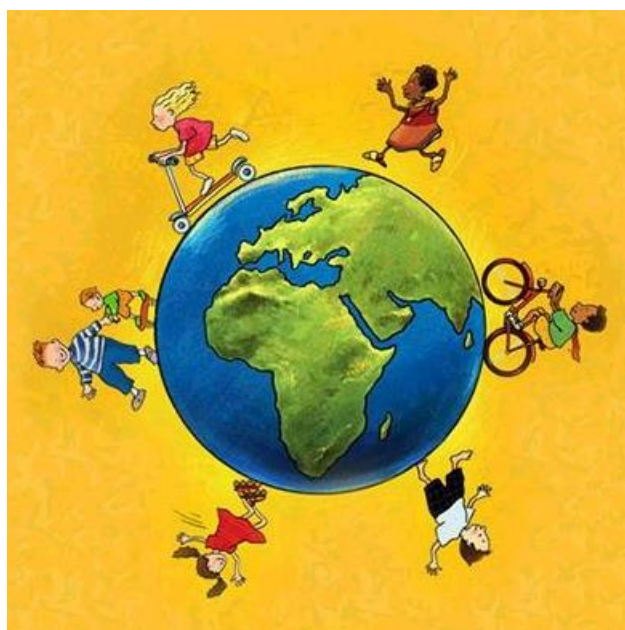
- ✚ Ser um lugar de bem estar para quem a frequenta;
- ✚ Ser um marco dinamizador de cultura na comunidade;
- ✚ Propiciar aos alunos:
 - A expressão e a comunicação;
 - Laços de afecto com as pessoas e o meio envolvente;
 - Participação e responsabilidade;
 - A curiosidade e vontade saber;
- ✚ Propiciar aos professores e funcionários um trabalho de equipa com supervisão e formação contínua adequada às suas necessidades.



Uma Prática Pedagógica Geradora de Saúde Mental implica:

- ✚ Espaços de debate entre alunos e professores e entre estes e os pais;
- ✚ Relação pedagógica empática e estimulante;
- ✚ Conhecimento e estudo do meio envolvente nomeadamente através de visitas de estudo, passeios e viagens;
- ✚ Prática desportiva;
- ✚ Educação Artística;
- ✚ Actividades oficinais, de ateliers e de laboratórios;
- ✚ Troca de experiências e intercâmbios escolares, acampamentos e festas.

A comunicação, os projectos, a organização, a planificação e a avaliação possibilita a emergência de democracia, de cooperação, de criatividade, de integração na comunidade, de valorização do saber popular e inédito, do trabalho manual e intelectual para uma vida futura ecológica e saudável.



Princípios Orientadores de uma Escola Promotora de Saúde Mental

- ✚ Considerar e respeitar as diferenças de cada indivíduo;
- ✚ Estabelecer formas de comunicação que permitam uma verdadeira participação e parceria dos alunos;
- ✚ Manter um estreito envolvimento dos pais na educação dos filhos;
- ✚ Ajudar os alunos a desenvolver a cidadania, a auto-estima e identidade segura, pelo uso das competências sociais e emocionais na resolução de problemas;
- ✚ Integrar os alunos nos aspectos da vida da comunidade escolar, para que na escola se crie uma dinâmica de bem estar para todos;
- ✚ Zelar pela segurança de todos, atendendo à vulnerabilidade de alguns, sobretudo os que estão em desvantagem;
- ✚ Adaptar o curriculum, encarando as responsabilidades específicas de alguns dando ênfase não só à aquisição de conhecimentos mas também à criatividade e aptidões de vida.



Promoção de Saúde Mental na Escola mais que prevenir a doença mental, tem como objectivos ajudar as crianças e jovens a:

- ✚ Aumentar a sua Auto-Estima;
- ✚ Desenvolver aptidões pessoais e sociais;
- ✚ Aprender a interagir com adversidades inevitáveis;
- ✚ Construírem uma identidade própria.



Documento adaptado de Folheto PES –Programa de Educação para a Saúde.