

CÒMIC I CONSCIÈNCIA: QUAN L'ART ES CONVERTEIX EN EINA DE SALUT MENTAL

GRAU MOLINS, MERITXELL; SALVADÓ ZURITA, ANNA

Introducció

Tot i els avenços en consciència social, l'estigma, la discriminació i l'aïllament continuen afectant profundament els joves. Davant d'aquesta realitat, des del grup de joves del Servei de Rehabilitació Comunitària de Tàrraga hem impulsat la creació d'un còmic com a eina de sensibilització i prevenció sobre la salut mental en adolescents.

S'ha optat per un format comunicatiu que permet connectar amb el públic juvenil d'una manera visual, directa i accessible, afavorint així una reflexió crítica i oberta sobre la salut mental.

Objectius

Crear un còmic col·lectiu amb joves del Servei de Rehabilitació Comunitària de Tàrraga com a eina terapèutica, de prevenció i sensibilització sobre salut mental per ser presentat als instituts del territori.

- Reforçar l'autoestima del jove.
- Resignificar la seva història de vida.
- Transformar l'experiència pròpia afavorint la prevenció de riscos de tercers.
- Prevenir la salut mental dels joves generant espais de diàleg en els centres educatius.
- Sensibilitzar sobre les emocions i l'estigma en relació amb la salut mental.

Metodologia

1 Co-construcció:

- Trobades setmanals amb el grup de joves on es desenvolupa el contingut del còmic.
- Paral·lelament a la redacció, es treballa la resignificació de l'experiència del jove.

2 Disseny:

- S'afegeix a les trobades setmanals la il·lustradora.
- Al mateix temps, es presenta el projecte a les institucions públiques.
- Impressió dels exemplars.

3 Comunitat:

- Acte de presentació del còmic.
- Activitats de divulgació als alumnes de 1r i 2n d'ESO del territori.

Resultats

Donat que és un projecte que està en actiu encara no es disposa dels resultats. No obstant això, sí que s'ha pogut observar una millora en la perspectiva de la gestió emocional d'alguns dels temes tractats per part del grup de joves del SRC.

Conclusions

Aquest projecte permet utilitzar el còmic com a eina creativa i terapèutica per sensibilitzar a la població adolescent vers la salut mental fomentant el diàleg, la prevenció i fer front a l'estigma.