

ÍNDICE

1. Justificación del proyecto	2
2. Destinatarios	2
3. Objetivos	2
3.1. Objetivo general:	2
3.2. Objetivos específicos:	2
4. Metodología	3
5. Estructura del programa	3
5.1. Jornada 1: Acoso Escolar	3
5.2. Jornada 2: Amor, sexo y mitos.....	4
5.3. Jornada 3: Adicciones con y sin sustancias.....	4
6. Temporalización	4
7. Impacto y resultados esperados	5

1. Justificación del proyecto

La adolescencia es una etapa crítica para el desarrollo emocional, social y cognitivo. Los y las adolescentes enfrentan múltiples desafíos que inciden directamente en su bienestar psicológico: el acoso escolar, la desinformación sobre la sexualidad, las expectativas afectivas poco realistas, el consumo de pornografía y sustancias adictivas, entre otros. Estos factores pueden tener consecuencias negativas a corto y largo plazo si no se abordan de forma preventiva.

Desde Fundación Fundaneed, a través del proyecto **EducaMENTAL**, apostamos por una intervención psicoeducativa que proporcione herramientas prácticas y accesibles para que los jóvenes comprendan, identifiquen y gestionen estas problemáticas. EducaMENTAL fomenta la conciencia crítica, la empatía, el autocuidado y la responsabilidad afectiva, en un entorno seguro y con un enfoque lúdico y participativo.

2. Destinatarios

El proyecto está dirigido a adolescentes de **12 a 17 años** de centros educativos de Salamanca. Se organizará por grupos de edad y curso, garantizando una adaptación adecuada del lenguaje y los contenidos.

3. Objetivos

3.1. Objetivo general:

- Promover la salud mental y el bienestar emocional de adolescentes mediante acciones preventivas y educativas sobre temas relevantes y actuales.

3.2. Objetivos específicos:

1. Sensibilizar sobre las consecuencias del acoso escolar y fomentar entornos escolares seguros y respetuosos.
2. Favorecer una visión crítica y realista del amor, las relaciones afectivas y la sexualidad.

3. Prevenir conductas adictivas mediante la educación emocional y el desarrollo de habilidades personales.

4. Metodología

El enfoque metodológico se basa en la psicoeducación vivencial. Las jornadas se estructuran en forma de talleres breves, participativos e interactivos, impartidos por psicólogos/as del equipo de Fundaneed, con experiencia en población adolescente. Se utilizarán dinámicas grupales, vídeos, role-playing, debates y espacios de reflexión guiada. Se fomentará la participación libre, el respeto, el pensamiento crítico y la confianza.

5. Estructura del programa

Se realizarán **tres jornadas** durante el curso escolar. Cada jornada estará centrada en una temática principal y constará de **tres talleres consecutivos de 20 minutos**, que rotarán por grupos.

5.1. Jornada 1: Acoso Escolar

Objetivo: Identificar el acoso en todas sus formas, comprender sus consecuencias y fomentar la prevención y actuación.

Talleres:

1. "*¿Qué es y qué no es acoso?*" – Dinámica para diferenciar el conflicto del acoso, tipos de acoso y los perfiles que intervienen.
2. "*Imagen y respeto*" – Taller para concienciar a los estudiantes sobre las formas de acoso que ocurren en entornos digitales, como la difusión de imágenes sin consentimiento, los mensajes ofensivos o la exclusión en redes.
3. "*Rompe la cadena*" – Taller centrado en romper el silencio, fomentar la denuncia segura y conocer los recursos de apoyo dentro y fuera del entorno escolar.

5.2. Jornada 2: Amor, sexo y mitos

Objetivo: Desmontar mitos sobre el amor romántico, visibilizar relaciones diversas y abordar el consumo de pornografía con mirada crítica.

Talleres:

1. *"¿Qué es el amor?"* – Mitos del amor romántico, relaciones sanas vs. abusivas, poliamor.
2. *"Sexo, respeto y consentimiento"* – Claves para una sexualidad informada y consensuada.
3. *"¿Todo lo que ves es real?"* – Pornografía, expectativas y realidad afectivo-sexual.

5.3. Jornada 3: Adicciones con y sin sustancias

Objetivo: Conocer los mecanismos de la adicción, promover el autocuidado y desarrollar alternativas saludables.

Talleres:

1. *"¿Vapeo? No es tan inocente"* – Taller sobre los mitos y verdades del consumo del cigarrillo electrónico entre adolescentes.
2. *"No todo vale el finde"* – Reflexión sobre el consumo de alcohol y otras sustancias en contextos de ocio, los riesgos del consumo puntual y la presión social y, el fomento del ocio saludable.
3. *"¿Quién controla a quién?"* – Taller sobre adicciones digitales y control del tiempo, especialmente redes sociales, TikTok, videojuegos y scroll infinito.

6. Temporalización

Los talleres psicoeducativos, estarán programados para ser impartidos trimestralmente, es decir una jornada por trimestre, impartándose 3 talleres por sesión. Para el curso 2025-2026, las fechas establecidas son las siguientes:

1- 7 de Octubre de 2025: Talleres sobre Acoso Escolar.

2- 10 de Febrero de 2026: Talleres sobre Amor, sexo y mitos.

3- 14 de Abril de 2026: Talleres sobre Adicciones con y sin sustancias.

7. Impacto y resultados esperados

La implementación del proyecto **EducaMENTAL** está orientada a generar un cambio positivo, significativo y sostenible en el desarrollo personal, emocional y social de los y las adolescentes participantes. A través de una intervención cercana, preventiva y basada en la evidencia psicológica, se espera:

- **Mayor concienciación y prevención de conductas de riesgo** relacionadas con el acoso, las adicciones (con y sin sustancias), y el ejercicio de una sexualidad y afectividad sin mitos ni violencia. Se busca dotar al alumnado de herramientas para reconocer y evitar dinámicas perjudiciales para su salud mental.
- **Mejora del clima escolar**, promoviendo actitudes de empatía, respeto y responsabilidad colectiva. La reflexión conjunta sobre problemáticas comunes fomentará una cultura de cuidado mutuo y disminución de la violencia relacional.
- **Fomento de relaciones afectivas saludables y responsables**, basadas en la libertad, el respeto, el consentimiento y la diversidad. Esto contribuirá a disminuir la normalización de relaciones tóxicas y dependientes.
- **Reducción de estereotipos de género, amor romántico y sexualidad**, que muchas veces limitan el desarrollo emocional de los jóvenes y perpetúan dinámicas discriminatorias o violentas. El enfoque crítico y educativo de los talleres favorecerá una mirada más libre y consciente.
- **Desarrollo de habilidades personales y emocionales**, como el autocuidado, la toma de decisiones responsables, la gestión emocional, el pensamiento crítico y la capacidad de pedir ayuda, fortaleciendo así la autonomía y el bienestar de los participantes.

Resultados esperados

- **Participación activa de al menos 300 adolescentes** de centros educativos de Salamanca, garantizando una representación diversa de edades, contextos y necesidades.
- **Alcance de una valoración positiva superior al 80%** en las encuestas de satisfacción aplicadas al finalizar cada jornada, lo cual evidenciará la utilidad, adecuación y acogida del formato por parte del alumnado.
- **Mejora significativa del conocimiento** sobre los temas tratados, medida a través de cuestionarios pre y post-intervención, que permitirán evaluar el impacto directo en la adquisición de aprendizajes clave.
- **Solicitudes de continuidad, ampliación o réplica del programa** por parte de los centros educativos participantes, como indicador de pertinencia y necesidad del proyecto en el entorno escolar.
- **Generación de espacios seguros de expresión y reflexión**, donde los y las adolescentes puedan hablar abiertamente sobre sus experiencias y preocupaciones, favoreciendo la detección temprana de posibles casos de riesgo.