dijous, 18 de maig de 2017

L'estudiantat de Psicologia, contra l'estigmatització dels problemes mentals

Alumnat de la UdL participa en una campanya europea per eliminar estereotips

Combatre l'estigma dels problemes de salut mental, eliminant estereotips i donant a conèixer l'ajuda professional. Aquest és l'objectiu d'una campanya internacional en què participen 55 alumnes del Grau de Psicologia de la Universitat de Lleida (UdL). Es tracta del programa *Mind the mind* promogut la Federació Europea d'Associacions d'Estudiants de Psicologia (EFPSA [http://www.efpsa.org/]), que es desenvolupa enguany en 27 països. Els voluntaris han començat a impartir tallers interactius a Primària i Secundària, en una quinzena de centres lleidatans.

Alguns dels alumnes que fan de voluntaris al projecte Foto: FEPTS UdL

Descarregar imatge
Programa Mind the mind

Els tallers -en format de 45 o 90 minuts- inclouen vídeos sobre la realitat que viuen aquestes persones, jocs interactius i debats que conviden a la reflexió i permeten ampliar el grau de coneixement sobre la temàtica als participants, a l'hora que ajuden a desenvolupar l'empatia cap als afectats. El punt de partida és que una de cada quatre persones pot patir un problema de salut mental en algun moment de la seua vida i que només la meitat recorre a un professional de la psicologia per rebre ajuda, molts cops per l'estigmatització social.

"Conèixer la realitat dels problemes de salut mental és el primer pas per eliminar prejudicis i mites", explica l'estudiant de la UdL Andrea Martínez. "L'estigma pot provocar que moltes de les persones afectades deixin de buscar ajuda, quan realment és necessària", afegeix.

Des que va arrencar aquesta iniciativa, l'any 2014, el públic diana s'ha anat ampliant. Primer anava dirigit només als alumnes de Secundària. En aquesta tercera edició, abasta des dels 10 anys fins a persones adultes. La campanya compta amb la col·laboració amb el Col·lectiu d'Estudiants de Psicologia d'Espanya (CEP-PIE [http://www.cep-pie.org/]), amb representants de 38 universitats de l'Estat, inclosa la UdL. De fet Espanya és el país que aporta més voluntaris de tot Europa, superant els 1.300.