

GRADO: NOVENO

**TEMATICA CENTRAL: BIENESTAR MENTAL /
SALUD EN EQUILIBRIO**



DESCRIPCIÓN GENERAL

Muchos adolescentes tienen problemas de salud mental que interfieren en su desarrollo normal y en sus actividades cotidianas.

Algunos problemas de salud mental son leves, mientras que otros son más graves. Algunos duran solamente breves períodos de tiempo, pero otros pueden durar toda la vida.

Aprender a adaptarse a las nuevas circunstancias, en los procesos de cambio a lo largo de nuestra vida, conlleva dificultades que se pueden ver incrementadas por diversas problemáticas. Uno de los períodos más conflictivos es la adolescencia, donde las emociones y la interacción con el entorno toman una especial relevancia.

OBJETIVO PRINCIPAL

- ✓ Fomentar ambientes protectores de la salud mental, prevenir los factores de riesgo para las problemáticas de Salud Mental y del Comportamiento, Suicidio e Intento de Suicidio, consumo de sustancias Psicoactivas, Violencia Intrafamiliar y Lesiones Violentas Evitables.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- ✓ Identificar los valores que nos ayudan a construirnos como personas capaces de enamorarnos y amar positivamente sin esclavizar.
- ✓ Conocer los diferentes conceptos de Bienestar.

MOMENTOS

SALUDO	INTRODUCCION-REGLAS GENERALES
ORACIÓN	REFLEXION PERSONAL
DINAMICA DE INTEGRACIÓN	EL BUSCOMETRO
TEMA CENTRAL	EN MI MENTE Y EN MICUERPO / BIENESTAR EN EQUILIBRIO
EJERCICIO DE VIDA	LA SUBASTA DE VALORES - NOVIAZGO
CANCIÓN	SIEMBRA AMOR
REFLEXIÓN – ORACION	ORACION MEDITACION CON DIOS

WWW.AXUL.PRO

"Cultivamos "VIDAS TRANQUILAS" con sentir Ético y sólida conducta Moral."

3022370047-3115224239