

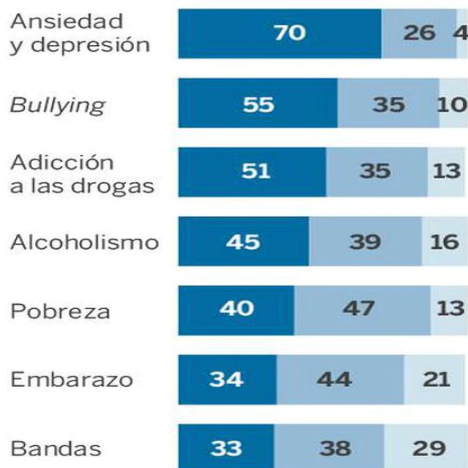
BALOREZKO PROPOSAMENA

Ondorengo grafikoetan argi ikus dezakegu gaur egungo osasun mentaleko arazo larriena antsietatea dela.

LOS PROBLEMAS DE LOS ADOLESCENTES

En porcentaje

- Problema principal
- Problema menor
- No supone un problema



IMPACTO

De acuerdo con especialistas, 43% de la población ha presentado algún grado de depresión por el aislamiento, mientras que 56% ha manifestado ansiedad.



Gure zerbitzua gehienbat ikastetxeei zuzenduta dago, ikasleak laguntzeko asmotan. Zerbitzuaren helburua edozein ikasleren buruan sor daitezkeen pentsamendu txar edo arazoak ekiditzea da, esaterako, suizidioa edo autoestima baxua. Hau da, pentsamendu negatibo hauek eragiten dituzten gaixotasunak (antsietatea eta estresa) pairatzen dituzten ikasleen arriskua murriztean datza, beraien osasun mentala hobetzeko helburuarekin.

Gure balioa desberdintasun kualitatibo baten oinarritzen da; izan ere, beste psikologoek eskaini dezaketen zerbitzuez gain (hau da, soilik laguntza profesionala) honako hauek eskaini ditzakegu guk:

- **Eskuragarritasuna eta erabilerraztasuna:** hasieran batez ere ikastetxeen bitartez, gu gerturatuko gara ikasleengana, ez beraiek guregana.
- **Antsietatea edo estresa ez duten pertsonak ere gai hau normaltasunez ikustea** lortu nahi dugu ikastetxeetan egiten ditugun talde-ekintzen eta hitzaldien bidez. Bertan, gai honi buruzko **kontzientziario kanpainak** egingo ditugu, antsietatea eta estresak izan duten hazkundera erakutsiz, adibidez: "Ikerketa berri batek % 168,6ko hazkundera islatzen du pandemiaren ondorioz sortutako antsietate kasuetan".

(Iturria:https://www.elconfidencial.com/alma-corazon-vida/2020-10-10/ansieda-d-psicologia-pandemia-duelo-psicologos_2777952/)

- Nahiz eta hasierako ekintzak taldekoak izan (ikastetxeetan), hori eta gero irekita eta prest gaude edozein ikasle guregana gerturatu eta bakarkako zerbitzuak emateko.

Beraz, hasiera batean, ikastetxeek ordainduko digute eskaintzen ditugun ekintza desberdinak (pack bat), eta gero, banakako zerbitzua nahi izanez gero, ikasleak edo beraien guraso/familiak izango ziren ordainduko ligutenak.

- **Hitzaldiak** eskainiko ditugu profesionalen eskutik (psikologoak), baina baita **esperientzia pertsonalean** oinarritutako pertsonen bidez ere (antsietatea eta estresa dituzten pertsonak).
- Horrez gain, nork bere burua **autogestionatzeko** tresnak eskainiko ditugu.