

SAÚDE MENTAL NOS JOVENS

**Que desafios?
Que respostas?**



**Repórter Gonçalo Lopes, 9ºA
Escola Básica Fialho de Almeida
Circulo Eleitoral de Beja**

Introdução

Este ano decidi participar outra vez no programa “Parlamento dos Jovens” que é uma iniciativa que pretende envolver estudantes do ensino básico e secundário na política e também na tomada de decisões. É um programa educacional que permite aos jovens aprenderem sobre a democracia, o funcionamento do sistema político e a participação cívica.

Como funciona? Cada escola inscrita neste programa leva medidas que visam de alguma forma ajudar um certo problema, neste caso, o deste ano foi saúde mental.

Ou seja, com o tema escolhido as escolas vão levar para a 2ª fase os seus projetos de recomendação a nível distrital, depois de muito trabalho e discussão é feito um novo projeto base para a 3ª fase do programa.

Na terceira fase dá-se realização da sessão nacional do parlamento dos jovens, onde se reúnem os deputados jovens, a nível nacional, representando cada distrito ou região autónoma, na qual se aprova, após debate em Comissões e em Plenário, a Recomendação final sobre o tema daquela edição do Parlamento dos Jovens.



SAÚDE MENTAL NOS JOVENS
QUE DESAFIOS?
QUE RESPOSTAS?

PARLAMENTO DOS JOVENS básico 8/9 maio 2023

PARLAMENTO DOS JOVENS secundário 29/30 maio 2023

Sessão Escolar

No ano passado já tinha participado no parlamento e desta vez não foi diferente. O professor Jaime Reis falou conosco para mais uma jornada política e lógico que não recusamos, eu e mais 3 colegas do 9º ano aceitamos o desafio e a Escola Básica Fialho de Almeida inscreveu-se no programa.

E nós começamos a elaborar as nossas medidas que iriam ser mais tarde debatidas na sessão distrital.

O tema na minha opinião foi muito bem designado que o tema debatido na última sessão.

A saúde mental é uma abordagem mais familiar e interessante de trabalhar, porque nos afeta mais e tem de se tirar o estigma de que a saúde mental não é tão importante. Depois de tanta determinação e dedicação concluímos as nossas medidas.

Medidas

1. A minha lista propõe a criação de horários de forma a tornar possível desenvolver sessões semanais ou mensais de acordo com as necessidades dos alunos (fica ao critério da escola) desde o início do primeiro ciclo até ao secundário se necessário. O psicólogo responsável por estas sessões poderia ter o seu próprio gabinete no qual poderia receber alunos dentro de um horário fixo, que seria atribuído ao psicólogo no início do ano letivo, se ainda não o tiver.

2. Promoção de formações nas quais os professores tomariam conhecimento básico sobre a saúde mental dos alunos e sintomas relevantes a várias doenças, tais como a depressão, a ansiedade, o PHDA (Perturbação de hiperatividade com défice de atenção), entre outras. Estas formações podem tornar possível, situações nas quais o professor tem maior capacidade de conseguir identificar mais cedo tais problemas e avisar dos mesmos aos encarregados de educação do jovem.

3. Adaptar a carga horária escolar, de maneira a que a pressão psicológica seja reduzida e dando também um maior espaço para vida social e pessoal dos jovens. Procurando também aumentar o aproveitamento escolar dos jovens a qual é afetada pelo stress, além de que os jovens teriam mais tempo livre para atividades extracurriculares, para os estudos ou até mesmo mais horas de sono.

Sessão Distrital

No dia 6 de março de 2023, saímos preparados para a sessão e fazer com que as nossas medidas cheguem a Assembleia da República, fomos recebidos na escola Secundária Diogo de Gouveia juntamente com mais 12 escolas dispostas a defender e levar as suas medidas além.

Durante a manhã depois da cerimónia de abertura e de um período de perguntas ao senhor deputado da AR, foi a votação na generalidade para aprovar o projeto base.

À tarde, foram feitos grupos de trabalho para modificar o projeto base escolhido e depois outro debate que definiu o projeto base que seguiu para a 3ª fase.

Foram também eleitos os deputados Sofia Silva e Miguel Ruivo da minha escola, Maria dos Reis e Marco Oliveira da Escola Básica de Amareleja para a sessão nacional, sendo o porta-voz Marco Oliveira.

Projeto de Recomendação do Círculo Eleitoral Beja

1. Implementação do conceito de literacia da saúde mental no ensino, disseminando toda a informação relativa a questões psicológicas e psiquiátricas relacionadas com crianças e jovens. Este conceito seria integrado no currículo de Cidadania - no Ensino Básico e no Ensino Secundário -, de forma transversal; seria trabalhado através das artes, nomeadamente em sessões de Bibliotecária nas bibliotecas escolares e municipais, por exemplo.

2. Criação de uma plataforma suportada pelo Estado, coordenada pelos psicólogos das escolas, funcionando como linha de apoio e, simultaneamente, como site informativo e de diagnóstico inicial ao nível de doenças do foro mental.

3. Instituir obrigatoriedade de atividades curriculares entre escolas no dia 10 de outubro, do pré-escolar até ao secundário, como celebração da saúde mental.

4. Alteração e reorganização de formações já existentes no âmbito da saúde mental para o corpo docente e não docente.

Sessão Nacional

Conseguimos que uma das nossas medidas fosse implementada no projeto, mas eu não foi escolhido para deputado ou porta-voz e assim foi como repórter.

Tenho de admitir que não tinha ideia do que iria acontecer, estava a pensar que iria como os meu colegas, mas ainda bem que foi como jornalista, porque experimentei coisas novas e como funciona um trabalho de jornalista o que agradeço muito.

No manhã do dia 8 de maio de 2023 partimos para Lisboa com os nossos colegas de Amareleja e começamos a nos preparar para o parlamento. Uma viagem em tanto já que do Alentejo até Lisboa não é pequeno o trajeto, chegamos por volta das 13:00 horas e fomos recebidos no Palácio de São Bento. Recebemos uns cartões com os respetivos nome, círculo eleitoral e “estatuto” como deputado, também recebemos uma sacola do Parlamento dos Jovens que tinha uma caneta, um livrinho com todas as informações do evento e que também servia de caderno e um copo de café também personalizado com a logo do parlamento.

Sessão Nacional

Depois de um pequeno lanche, os deputados foram para a 1ª parte das Comissões enquanto nós jornalistas tivemos uma visita guiada pelo Palácio de São Bento que de facto me encantou. E no final da visita fomos ter com os deputados para ver e repórtar o trabalho.

Eram 4 comissões e o nosso círculo ficou na 3ª juntamente com os círculos eleitorais de Bragança, Leiria, Setúbal, Viana do Castelo, Braga e Lisboa. Foi um prestígio e orgulho de puder ver os nossos deputados trabalhando em conjunto com outras escolas para resolver um problema tão importante, esta experiência foi uma enorme aprendizagem para todos nós.

Bom, às 16:00 horas fomos ter um lanche apetitoso no Refeitório dos Monges e às 18:00 estava terminado o projeto base que iria ser usado amanhã e as perguntas de cada círculo para fazer na Assembleia da República.

E de seguida fomos apreciar o programa cultural, um espetáculo de ilusionismo feito pelo Mário Daniel. Foi um deslumbre espetacular e mágico que fazia nós acreditar que tudo era real e não ao mesmo tempo, uma recordação que não vou esquecer.

Depois do jantar fomos nos preparar para o grande dia na sessão plenária e a confrência de imprensa.

Sessão Nacional

Na manhã do dia 9 de maio às 10 horas é dado o início à sessão com o presidente da Assembleia da República, Augusto Santos Silva.

Ele começa a agradecer pela nossa participação e mostra-nos que a Assembleia é de nós todos e qualquer um a poderia visitar como nós, continua o discurso a explicar a democracia, a sua importância e como ela se relaciona muito bem com o tema deste ano, a saúde mental. E termina referindo que o projeto Parlamento dos Jovens devesse a democracia e agradece outra vez por a nossa participação.

A seguir houve a intervenção de João Costa, Ministro da Educação que fala sobre a importância deste projeto nas nossas vidas e como dá voz ao jovens e insina-os mais sobre a democracia. Diz também que o tema deste ano é muito relevante na atualidade, que a saúde mental só agora está a ter alguma importância mesmo que ainda tenha alguma discriminação e refere a importância da implementação de aulas de competências socioemocionais. Acaba a intervenção a dizer que o Governo precisa dos projetos de recomendação e sugestões para resolver este problema.

Sessão Nacional

De seguida começou o período de perguntas aos deputados da Assembleia da República em que cada círculo eleitoral fez uma pergunta a um representante de um partido.

Enquanto decorriam as perguntas fomos chamados para a conferência de imprensa que para nós jornalistas era o nosso momento, com a pergunta já à mão e a cabeça no lugar começou a conferência. O convidado foi o deputado Alexandre Quintanilha, Presidente da Comissão de Educação e Ciência que respondeu muitíssimo bem às nossas perguntas e expectativas. Acabada a conferência, que foi para mim a melhor parte do programa, fomos almoçar depois de uma foto de grupo.

O almoço estava bom, mas o trabalho ainda não tinha terminado, os deputados iam acabar o projeto de recomendação e nós jornalistas íamos observar e mais tarde relatá-lo no trabalho.

O trabalho foi duro e árduo, mas o objetivo foi realizado e as medidas que foram criadas e escolhidas, que passaram por todas as fases e que chegaram Assembleia foram finalmente aprovadas e serão vistas por ela.

Apreciação Final

Para mim este projeto foi fantástico e uma experiência inesquecível, uma aula de cidadania e política em que usamos a democracia para resolver um problema que nos atinge na nossa sociedade.

Tive a oportunidade de conhecer novas pessoas, novos sítios e um pouco mais da nossa democracia que é o pior dos regimes, exceto todos a outros como dizia o nosso excelentíssimo senhor deputado João Costa. Acabo a reportagem com um olhar mais claro e mais alastrado para o nosso país e que o nosso trabalho, as nossas medidas sejam aplicadas pelo bem de todos.



Fim

Galeria de fotos

