



ÍNDICE

| | |
|---|----|
| AGRADECIMIENTOS | 05 |
| INTRODUCCIÓN: Como fue hecho y como usar este manual | 07 |
| CAPÍTULO 1: El Qué y el Porqué - Una introducción al tema de la salud mental y los hombres jóvenes | 19 |
| ¿Cómo entendemos la salud mental? | 21 |
| ¿Cómo interviene el género en la salud mental de los jóvenes? | 22 |
| ¿Cuál es la situación de los hombres y el consumo de drogas? | 23 |
| ¿Cómo se puede prevenir el uso de drogas con los hombres jóvenes? | 23 |
| ¿Cómo abordar el problema del suicidio? | 24 |
| ¿Cómo se puede intervenir para prevenir el suicidio? | 25 |
| ¿Cómo trabajar en salud mental con hombres jóvenes? | 26 |
| CAPÍTULO 2: Cómo - Lo que el educador puede hacer | 29 |
| Técnica 1: Cuerpo de Joven | 31 |
| Técnica 2: Expresión y manejo de emociones | 33 |
| Técnica 3: Yo soy | 36 |
| Técnica 4: La muralla | 37 |
| Técnica 5: Tipos de comunicación | 39 |
| Técnica 6: Los 7 Puntos de la Autoestima | 41 |
| Técnica 7: Elige tu Adicción | 43 |
| Técnica 8: Hablando Sobre el Alcohol y el Alcoholismo | 45 |
| Técnica 9: Decidiendo | 47 |
| Técnica 10: No te Pases: Aprendiendo a No Excederse con la Bebida | 50 |
| Técnica 11: ¡Se murió José! | 52 |
| Técnica 12: Juego de roles | 54 |
| Técnica 13: Mi redografía | 56 |
| Técnica 14: Las 4 frases | 59 |
| Técnica 15: Mis recursos | 61 |
| Anexo: Sugerencias para el facilitador | 62 |
| CAPÍTULO 3: Dónde - Dónde buscar más información | 65 |
| Recursos | 67 |
| Relato de una Experiencia: Salud y Género AC | 72 |
| Organizaciones Colaboradoras en la evaluación de los manuales | 76 |
| Bibliografía..... | 78 |
| ANEXO: Prueba de Campo de los Manuales | 80 |