Tipos de diálogos que mejoran la salud mental

escrito por Mimar Ramis | 17 de marzo de 2026

En el mundo actual, la **salud mental** está siendo cada vez más priorizada en todos los ámbitos y, en concreto, en la educación de una forma muy notable. Ante la pluralidad de razones que explican esa creciente visibilidad, hay dos muy importantes. La primera es que el **diálogo** siempre ha sido un recurso muy importante en el tratamiento profesional de la salud mental. La segunda es que cada vez más profesionales de la psiquiatría y la psicología han reclamado la **colaboración** de toda la sociedad en el tratamiento y la prevención de la salud mental.

La educación es uno de los ámbitos al que profesionales y sociedad reclaman una **colaboración** muy activa en este proceso. Es muy importante que lo hagamos desde ahora mismo, pero todavía es más importante que lo hagamos bien. Eso significa, entre otras cosas, que tengamos muy claro **qué tipos de diálogo logran la mejora de la salud mental** del alumnado, profesorado y toda la comunidad educativa. Pero también es imprescindible tener muy en cuenta que somos profesionales de la educación y no de la psiquiatría y que, por tanto, un grave peligro a evitar es hacer **intromisión profesional**; por el contrario, lo que tenemos que hacer es colaborar exclusivamente desde nuestro ámbito, siempre de acuerdo con lo que indiquen profesionales de la psiquiatría.

Hay una extensa y creciente literatura científica sobre esos diálogos y sobre la importancia de la no intromisión. También hay una riquísima experiencia empírica, de profesionales de la educación, en los diálogos que mejoran y los que empeoran la salud mental del alumnado y de las

comunidades educativas. Se requieren **más profesionales de la salud mental, pero también más formación al conjunto de profesionales de la educación** sobre esta creciente prioridad actual. **Hay muchas escuelas que ya están mejorando muchísimo esta importante tarea**.

Imagen: