



Eskolentzako Osasun Mentalaren Prebentzio Proiektua

PSICOLOGÍA Y PSIQUIATRÍA
 **IMQ Amsa**
PSIKOLOGIA ETA PSIKIATRIA

Haurtzaro eta nerabezaroa garapen prozesuaren etapak dira eta aldaketak ekartzen dituzte bai fisikoki zein arlo emozional eta kognitiboetan ere. Aldaketa hauek, garapenaren parte diren heinean, guztiz normalak dira eta, nahiz eta askotan errezak ez izan, ez lirateke sufrimendu iturri bat izan behar umearentzat edota familiarentzat.



Haurtzaroan jolasaren mundua ezagutzen dute, emozioena, eskola giroa...nerabezaroan gorputz eraldaketa garrantzitsuak ematen dira, sexualitatea ere agertu eta identitate bat sendotzen da. gauza guzti hauek erabateko eragina dute umeak eta nerabeak bere inguruarekin dituen harremanetan: familian, eskolan, lagun artean...

Gure zentruan, haur eta nerabeareetan adituak diren psikologo eta psikiatreek daude elkar lanean garai hauetan agertu daitezkeen nahasmenduak tratatzeko.

TAILER PSIKOHEZITZAILEAK

Haurren autoestimua, autonomia, hazkunde pertsonala edota emozioen kudeaketa lantzeko gunerik egokiena ikastetxea da. IMQ Amsa-k haur zein nerabeei zuzendutako tailer desberdinak eskaintzen ditu, ikasturtean zehar programatu ahal izateko. Guztiak, psikologian adituak diren gure lankideak sortu eta kudeatzen dituzte.



SORMEN TAILERRA

Sormenak autoestimua eraikitzen laguntzen du, konfidantza eta kontzientzia indartzen ditu eta nortasuna garatzen laguntzen du. Haurrek beraien komunikazioa eta trebetasun sozialak modu espontaneo batean lantzen dituzte, sormen prozesu propioak erabiliiz.

MINDFULNESS

Erlaxazio teknikak eta mindfulness ikasteko tailerra.

Haurrek beraien barne-mundua ezagutzera bultzatzen ditu, harreta osoa garatuz eta, ondorioz, emozioak kudeatzen laguntzen ditu gorputzarekin konektatuz.

TREBETASUN SOZIALAK

Trebetasun sozialak eta komunikaziorako gaitasuna sustatzea da helburua, jolasaren bitartez.

Jolas librearekin autokontrola, asertibotasuna, harretarekin entzutea, iritzien elkar trukatzea...eta bestelako gaitasunak indartzen ditugu.

ADIMEN EMOZIONALA

Emozioak ezagutuko ditugu eta hauek kudeatzen hasiko gara. Horretarako jolasak, pelikulak... erabiliko ditugu modu dibertigarri baten gure adimen emozionala suspertuz. Gure helburua emozio positiboak sortzea da, haurren trebetasun sozialak eta enpatia gartzeko.

NERABEZAROAN SUIZIDIOA ANTZEMATEKO PROGRAMA

Suizidioa osasun publikoko egiazko arazoa dugu. Izatez, 15 urtetik beherako pertsonen artean bigarren heriotza-kausa da, minbizia-
ren atzetik. 2019. urtean 75 nerabeek bere buruaz beste egin zuten Espainian. Haietatik, zazpi 10-14 urte bitartekoak ziren eta beste 68ak 15-19 urteen artekoak.

IMQ AMSA-k aurkezten duen programa honen helburua suizidioaren inguruan agertu daitezkeen jokabide zein saiakerak kudeatzeko tresnak eskaintzea da. Lana modu integratzen planteatzen da eta bai irakaslegoa zein ikasleak barneratzen ditu, talde bakoitzarentzat dinamika bereiztuak garatuz.

DEFINIZIOA ETA HELBURU OROKORRAK

- Osasun mentala sustatu
- Suizidio arriskua eta suizidioaren inguruko jarrerak antzematen ikasi
- Jarrera suizidak kudeatzeko gaitasunak eta baliabideak bereganatu



METODOLOGIA

Ikastetxean bertan egingo diren talde-saioak:

- Ikasleekin ordubeteko 2 saio (DBH 2-tik - Batxilergo 2. mailara)
- Irakaslegoarekin ordu eta erdiko saioa. Badago aukera ere egoera zehatzetarako aholkularitza jasotzeko.

EGITARAUA

Ikasleak:

1. Osasun mentala: oinarriak.
2. Suizidioaren inguruko mito eta sinesmenak.
3. Arrisku eta babes faktoreak.
4. Sare sozialen erabilera osasuntsua.

Irakaslegoa:

5. Arrisku seinaleak eta jokaera suizidak antzematea.
6. Arriskuan dauden adingabeak laguntzeko orientabideak.
7. Ikastetxea segurtasun gune bezala.

GARAPENAREN NAHASMENDUAK AURREIKUSI ETA ANTZEMATEKO PROGRAMA

0 eta 3 urteren arteko garaia, unerik erabakigarri eta harkorrena da neuronen malgutasunari dagokienez. Momenturik aproposena da beraz, arlo terapeutikoan aurreikuspen, diagnostiko eta lan bat egiteko.

Lehenengo haurtzaroan garapen nahasmenduak aurreikusi eta antzemateko programa hau, eskuhartze naturalista baten dago oinarritua. Psikologo talde batek iraslegoarekin batera egingo du lan haurreskola eta ikastetxeetan.

HELBURU OROKORRAK

- Hezkuntzaren testuinguruan sortu daitezkeen garapenaren zailtasunak antzemateko baliogarriak izan daitezkeen gaitasun eta tresnak erakustea.
- Haurren garapenari buruzko formakuntza ematea, ikuspegi bio-psiko-sozial batetik.



METODOLOGIA

- Irakaslegoari zuzendutako 2 formakuntza saio (Ikastetxean bertan).
- Saio bakoitza ordu bateko iraupena izango du.
- Familien Eskola: 0-3 urte bitarteko gurasoei zuzendutako hitzaldia (ordu bateko Saioa).

GARAPENAREN NAHASMENDUAK: KONTUTAN HARTZEKOAK

- Norbanako aholkularitza (egoera zehaztarako laguntza).

EDUKIA

1. Haur osasuntsuaren garapena 0-3 urteren artean.
2. Garapenean kontutan hartu beharrekoak:
 - TEA. Definizioa eta oinarriko kontzeptuak.
 - 0-3 urteren bitarteko garapenean larritu behar gaituzten seinaleak.
3. Ohiturak barneratzeko zailtasunak
 - Elikadura
 - Lo egin
 - Esfinterrak kontrolatzea
4. Jarrera estereotipatuak edota ez-egokitua: estereotipiak, objektu autistak, erritualak, errepikakorrek edo murriztuak diren interesak, ikasketak, agresibitatea, parekoekin harremantzeko.
5. Marrazki argigarriak.

FAMILIENTZAT ORIENTABIDE SAIOAK

Gure orientabide saioak, familiak beraien hezitze eta zaintza prozesuan laguntzeko programak dira. Helburua hezitzeko eredu eta tresnak familien eskura jartzea da.

Saioak taldekakoak eta aditu batek (edo batzuk) gidatutakoak dira. Esan bezala, gaiak haur eta nerabeen hazkuntza, garapen eta heziketa prozesuaren ingurukoak dira. Adituak hasierako hitzaldia ematen du, gaiaren alderdirik garrantzitsuenak garatuz, eta hortik abiatuz solasaldi bat proposatzen da non gurasoek euren kezkek azaltzen dituzten, iritzia elkartrukutzen diren etab.

Guk proposatzen ditugun gaietatik aparte, badago aukera ere zure ikastetxean garrantzia duen beste arloren bat lantzeko (neba-arreben arteko jelskortasuna, familia eredu berriak, gurasoen banaketa nola kudeatu...)



ARAUAK ETA MUGAK FAMILIAN



HEZKUNTZA POSITIBOA



BULLYING: ERAGILEA EDO HARTZAILEA?



SEXUALITATEARI BURUZ HITZEGITEN

GURE ZERBITZUAK

IMQ Amsa-n 3 eta 18 urte bitarteko haur eta nerabeak laguntzen ditugu zailtasun psikologiko deberdinen aurrean. Gure helburuak honako hauek dira:

- Diagnostiko bat antzeman eta tratamendu proposamen bat aurkeztu.
- Prozesuaren inguruan bai familia giroan zein ikastetxean edota lagun artean ere sor daitezken zailtasunei erantzuna eman.
- Heldutasunaren prozesuan umea eta familia lagundu.
- Zailtasunak dituzten haur eta nerabeak zaindu eta hezten dituzten pertsoneri aholkularitza zerbitzu bat eskeini (gurasoak, irakasleak...)

Horretarako zerbitzu desberdinak ditugu;

AHOLKULARITZA IKASTETXETAN

- Orientabideak
- Ebaluazioak
- Laguntza
- Parte-hartze psikoterapeutikoa

KONTSULTAK

- HAUR ETA NERABE PSIKIATRIA
- HAUR ETA NERABE PSIKOLOGIA
- FAMILIA PSIKOTERAPIA
- ONLINE PSIKOTERAPIA



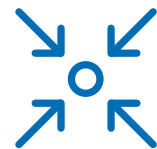
AHOLKULARITZA



KONTSULTAK



LOGOPEDIA



KOORDINAZIOA



EBALUAZIOA

LOGOPEDIA

HEZKUNTZA ZENTRUEKIN ETA BESTE ZERBITZUEKIN KOORDINAZIOA

EBALUAZIO UNITATEA

- Adimen koefizientea eta gaitasunak
- Emozioen eta portaeren ebaluazioa
- Arreta/exekutibo funtzioen ebaluazioa (TDAH y TDA)
- Ikasketaren nahasmenak
- Ebaluazio Neuropsikologikoa
- Ebaluazio psikologikoa, emozionala eta nortasun ebaluazioa

PSICOLOGÍA Y PSIQUIATRÍA



PSIKOLOGIA ETA PSIKIATRIA

Consultas Externas
Manuel Allende 19-bis, 1º
48010 - Bilbao

Hospital de Día
Heros 28, 1º dcha.
48009 - Bilbao

Servicio Infanto-Juvenil
Alda. Recalde 44, 1º dcha.
48009 - Bilbao

Hospitalización y Urgencias 24 H
Hospital San Juan de Dios
Avda. Murrieta 70, 48980 - Santurtzi

☎ At. cliente: 94 494 70 71
Urgencias: 94 468 46 98

✉ info@imqamsa.es
www.imqamsa.es

