



ATENCIÓN PSICOLÓGICA PARA CENTROS EDUCATIVOS





El equipo de **NB Psicología**, con sus 10 años de experiencia, es consciente de las necesidades de los centros educativos en la Comunidad de Madrid. Durante los últimos años, se ha producido un aumento en la necesidad de atención psicológica entre la población infantil y adolescente en el contexto escolar.



Tanto la infancia como la adolescencia son épocas maravillosas, llenas de nuevas experiencias y nuevos aprendizajes. Sin embargo, también son épocas complicadas, llenas de conflictos, dudas, búsqueda de identidad, confusión, inseguridades y pérdidas que, en muchas ocasiones, no sabemos manejar y nuestro entorno más inmediato nos resulta hostil o de desconfianza. La familia es relegada a un segundo plano, sustituida por los iguales, lo que genera diversos conflictos que, en multitud de ocasiones, han de ser orientados por ayuda profesional.

En este sentido, el equipo multidisciplinar de profesionales que forman el **Grupo NB**, ha desarrollado un proyecto que permite a los centros educativos, mediante el desarrollo de habilidades y estrategias prácticas, prevenir y afrontar problemáticas como el acoso escolar, la baja autoestima, la disminución en el rendimiento académico, las dificultades para integrarse en un grupo de iguales o posibles conflictos familiares. El objetivo es claro, mejorar la salud, el bienestar emocional y la calidad de vida.

La atención psicológica y la prevención en edades tempranas es la forma de disminuir dificultades futuras.

Ofrecemos la ayuda necesaria para brindar herramientas para desarrollar una vida plena y aprendan a manejar las distintas situaciones que irán surgiendo.



Nuestro planteamiento se basa no sólo en la necesidad de ofrecer estos servicios al alumnado, sino que, además, creemos enriquecedora la presencia también de familiares y/o educadores, ya que ambos forman parte imprescindible del bienestar de los menores.

OBJETIVOS



METODOLOGÍA

“LO QUE SE OYE SE OLVIDA, LO QUE SE VE SE RECUERDA, LO QUE SE HACE SE APRENDE”

El proyecto *atención psicológica para centros educativos* pretende acercarse a los centros educativos, profesorado, alumnado y familias, basándonos en los siguientes valores:

- ▣ **Practicidad.** Todos nuestros talleres son **dinámicos** y fomenta la **participación** del alumnado, llevando a cabo una valoración previa y ajustándonos a las necesidades de cada grupo.
- ▣ **Flexibilidad.** En función de las necesidades que se detecten, de forma individualizada, en cada centro, el Grupo NB se compromete a proporcionar talleres adaptados.
- ▣ **Atención personalizada.** Las instalaciones del Centro de Psicología NB tanto de Madrid como de Villalba estarán a disposición de los alumnos, familias y profesorado que requieran una atención integral por medio de profesionales especializados.

CONTENIDOS

Atención Psicológica Individual y Familiar desde diferentes perspectivas, ajustándonos a las necesidades de las personas.

Talleres Alumnado

Educación sexual

- Promover la cultura sobre la sexualidad, realizando prevención de embarazos prematuros, transmisión de enfermedades sexuales, así como aportar información sobre la sexualidad y sus implicaciones, con el objetivo de vivir una sexualidad saludable

Habilidades Sociales

- Mejorar la forma en que nos relacionamos con los demás y con nosotros mismos

Gestión Emocional

- Identificar las emociones que sentimos, aprendiendo a comprenderlas y manejarlas, desde la aceptación y el reconocimiento de la importancia de las mismas

Relaciones Saludables

- Aprender sobre los mitos del amor, el sexo, lo que se debe esperar, lo que se espera de nosotros, la intimidad, la privacidad...y prevención de violencia de género

Bullying

- Prevención del bullying, fomentando la empatía hacia los demás y el respeto mutuo con nuestro entorno

Nuevas Tecnologías: Cyberbullying / Sexting / Grooming

- Prevención de conductas de riesgo en el uso de las nuevas tecnologías

Adicciones

- Prevención de abuso de sustancias (tanto legales como ilegales) y de conductas adictivas. A través del conocimiento sobre los efectos, tanto positivos como negativos a corto, medio y largo plazo

Técnicas de Estudio

- Aprendizaje de técnicas de estudio. Se aprenderá a resumir textos, hacer esquemas, gestionar el tiempo de estudio, mejorar la atención y la concentración, etc

Gestión de la Ansiedad frente a los exámenes

- Adquisición de herramientas para gestionar la ansiedad al enfrentarse a un examen. Entender qué es la ansiedad y por qué la sienten. Aprender diferentes técnicas de respiración y relajación

Orientación profesional



Talleres Profesorado



Escuelas de Madres/Padres

Orientación a las familias en las problemáticas habituales en la infancia y la adolescencia. Se trata de dotar de herramientas para manejar las situaciones con sus hijos y crear consciencia de la importancia de un ambiente cálido y de comprensión en el entorno familiar para el buen desarrollo de los menores



CONTACTO

Real 59, 1ªA – Izq.28400 Collado Villalba,
Madrid

Isaac Peral, 14 Bj A 28015 Madrid

918 559 347 / 658 332 886

913 994 445 / 692 553 248

info@nbpsicologia.es

www.nbpsicologia.es