



Área Mind

Programa escolar
de prevención y orientación psicológica



Estimado/a Director/a

Tengo el gusto de presentarle **BLUE HEALTHCARE, centro de salud integral**, que tiene como objetivo ser un foro de prevención y mejora de la salud en todos sus aspectos, **físicos y mentales**. En el **área MIND** de Blue Healthcare desarrollamos los programas de atención y prevención de los trastornos psicológicos y psiquiátricos, en particular de aquellos que afectan a los más jóvenes, y prestamos especial atención a la orientación de las familias y de los formadores escolares en la detección precoz de los riesgos psicológicos. Nuestra particular atención a estos problemas reside en tres aspectos básicos:

Experiencia: Los profesionales de nuestra organización son personas de gran experiencia y de prestigio nacional e internacional, en disposición de ofrecer la información más actualizada a familias y profesores cada vez más decididos a ser partícipes del desarrollo psicosocial de sus hijos y alumnos.

Humanidad y Ciencia: Nuestro equipo combina la experiencia con el trato cercano y amable, una visión humanística de los problemas psicosociales y una mirada científica desde la utilización de las tecnologías más innovadoras.

Formación, Orientación y Tratamientos: Desarrollamos **talleres de formación** para familiares y profesores y **talleres de apoyo** en: *técnicas de aprendizaje*, en el *déficit de atención*, en el *manejo del autismo*, en la *prevención del consumo de drogas*, en el *manejo del uso de móviles y nuevas tecnologías*, en la *regulación de la conducta alimentaria* y en el *manejo de los adolescentes malhumorados*. Disponemos además de **Hospitales de Día específicos** para los *trastornos de la conducta alimentaria* y los *trastornos de la personalidad*.

Todas estas actividades, tanto asistenciales como online, quedan a su disposición y a la del centro que dirige. Estaríamos encantados de poder ofrecerle sesiones de formación y orientación en las cuestiones de salud infanto-juveniles que le he comentado, gratuitas para los familiares y profesores, en el mismo centro escolar o en nuestros centros si lo prefieren.

Asimismo, le adjuntamos una serie de Cursos que pueden ser interesantes para sus alumnos (unos gratuitos y otros con un precio especial para centros escolares).

Reciba un cordial saludo y quedo a su disposición para cualquier información adicional que requiera.

Marina Díaz Marsa

Directora Médica. Blue Healthcare. Area MIND.
Profesora Titular de Psiquiatría y Psicología Médica.
Universidad Complutense. Madrid



Cursos y talleres para escolares

Presenciales y online

01

Curso de relajación y mindfulness para niños

La relajación es una de las técnicas más utilizadas para enfrentarse con éxito a situaciones que generan ansiedad, preocupación o malestar. Forman parte de un conjunto de habilidades de enfrentamiento que nos permite manejar con acierto los momentos de estrés. Todos los niños y adolescentes están expuestos a situaciones de conflicto en las que saber manejar su tensión y su ansiedad les ayudará mucho.

Los objetivos del curso son:

- Aprender estrategias de respiración y de relajación.
- Mejorar la seguridad al enfrentarse adecuadamente a situaciones que generan malestar y ansiedad: exámenes, preocupaciones, hablar en público, conflictos...

Aprenderemos y practicaremos:

- Técnicas de respiración
- Técnicas de relajación
- Técnicas de meditación y de concentración

Dos grupos en función de la edad:

- De 8 a 12 años
- De 13 a 17 años

Duración: 10 horas, 4 días.
Mínimo de 4 personas por grupo.

02

Entrena tu concentración On-Line

El programa **Entrena tu concentración** es un programa de rehabilitación neuropsicológica dirigido a niños y adolescentes que tienen dificultades en la concentración, en la atención o en la memoria, lo que conlleva un mal rendimiento escolar y, como consecuencia de ella, una merma de la autoestima.

Incluye:

- Evaluación Neuropsicológica completa, 2 horas
- Ejercicios de entrenamiento en concentración. 6 sesiones



03

Taller formativo para padres y educadores en Manejo del Déficit de Atención e Hiperactividad

El taller está dirigido a familias y profesionales que tienen que tratar con casos infantiles de Déficit de Atención e Hiperactividad.

Duración: Dos horas.



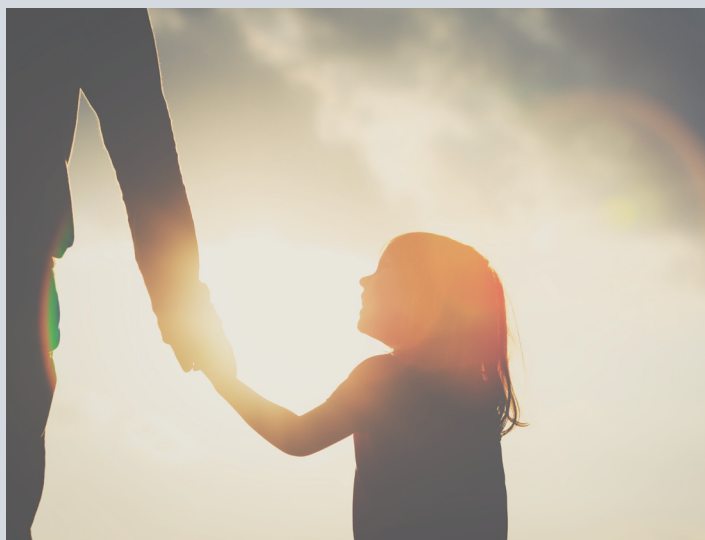
04

Grupo de Apoyo Virtual a Padres Adoptivos

El curso está dirigido a familias con niños adoptados o en acogida, menores de 6 años, y ofrece un espacio de apoyo a padres adoptivos, acompañados y guiado por dos psicólogas especialistas en psicología infantil y del desarrollo.

El grupo es un espacio donde compartir de manera constructiva las vivencias, compartiendo los recursos y fortalezas de cada familia como apoyo a las dificultades que puedan estar experimentando. Se ofrecerán pautas psicoeducativas basadas en la teoría del apego y de la parentalidad positiva, siendo las familias los agentes activos del grupo.

Duración: Diez sesiones.
Una sesión por semana.
Grupos de 3 a cinco familias.



05

Programa para familias de niños con autismo

Basándonos en la observación y en la psicología del desarrollo infantil, aprenderemos a utilizar las rutinas cotidianas y el juego para enseñar a los niños a conectar, comunicarse y aprender, siendo sus familiares una pieza clave en el proceso.

Basado en el Modelo Denver de Atención Temprana para niños con Autismo (Early Start Denver Model, ESDM), probado empíricamente.

A través del grupo, primero aprenderemos juntos a observar las habilidades y conductas de nuestros hijos, partiendo de un currículo específico del desarrollo. Tras ello, adquiriremos y compartiremos herramientas y estrategias que les ayuden a convertirse en protagonistas curiosos e interesados del mundo que les rodea.

Duración: Una hora semanal.
Grupos de 3-4 familias con
hijos con autismo,
menores de 4 años.



06

Entrenamiento en Amabilidad interpersonal

Muchos padres y profesores buscan preparar a los niños más allá del aprendizaje académico («leer, escribir, aritmética») y quieren dotarles de la capacidad de afrontar los desafíos y las oportunidades que existen fuera del aula. Esto es la inteligencia emocional, lo que llamamos EQ, y que es un mayor indicador de bienestar y éxito personal en la vida que el Coeficiente Intelectual. Sin embargo, hay poca formación en las aulas y a nivel personal de cómo los niños realmente pueden aprender habilidades sociales y emocionales que les ayuden a conseguir el bienestar emocional y a ser resilientes en el futuro.

La Universidad Wisconsin-Madison ha desarrollado el “Plan formativo de la amabilidad”, que pretende enseñar y entrenar el aprendizaje social y emocional y que les ofrecemos. Consiste en programa de clases prácticas basadas en el mindfulness y en el desarrollo de la empatía, y que incluye un aprendizaje en: Atención plena, Respiración y Amabilidad que es de fácil implementación y compatible con el plan de estudios diario.

Duración: Se entregará el material necesario y se explicará el modo de aplicar el programa.

Para niños entre tres y cinco años.



Si desea recibir más información sobre estos Programas Blue (contenido, precios, etc.), por favor, contacte con nosotros sin compromiso.

Estaremos encantados de ofrecerle toda la información de forma detallada:

Área Mind

Tlf. +34 919 991 160 / 633 27 79 18

infomind@bluehc.es

bluehealthcare.es/area-mind
