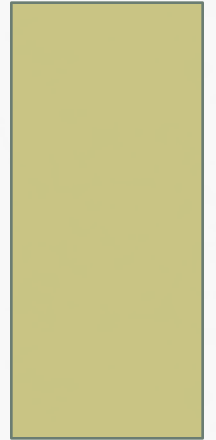
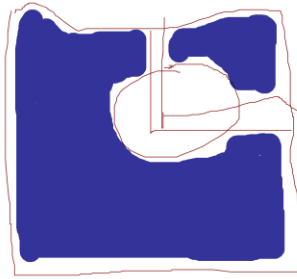


Osasun mentala, denok gara  
tratamentuaren parte.

Edurne Polanco



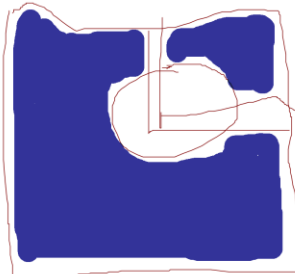


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# ENKOADRAKETA

- Beharrian bereziak dituzten ikasleak.
- Ereku psikikoa hezkuntzan?
- Sostengu emozionala laguntza geletako ikasleei?
- Prebentzio lana. Arazoak lehengo urteetan eta nahaste psikologikoak lotuta?
- PT-ak eredu.
  - Zergatik ez dira gai?



Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

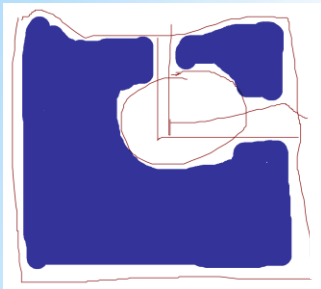
# HELBURUAK

Ikasleak beste perspektiba batetik sentitzea.

Euren (benetako) zailtasunetara hurbildu.

Sostengua, lan akademikoaz gain.

~~Ikasle honek gaitasuna du, baina ez du nahi.~~

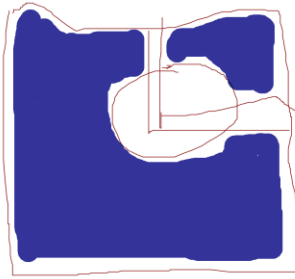


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako



# ZER DA OSASUN MENTALA?



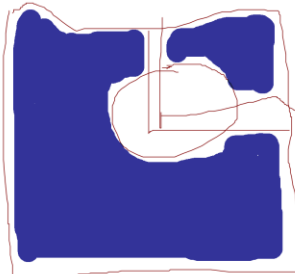
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Osasun mentala: definizioa

- Emozio guztiak sentitu eta onartzeko gaitasuna.
- Programa emozional ezberdinetan kokatzeko gaitasuna.
- Gaixotasun mentala:
  - emozio gutxi batzuetan kokatuta egotea
  - programa emozionala aldatzeko ezintasuna.

Konfliktoak, beti emozionalak

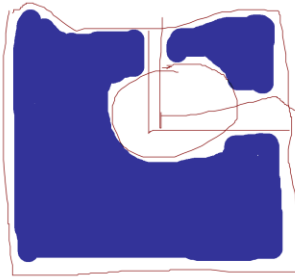


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TALDE LANA

- Enpatia lana.
- Laguntza berezia jasotzen duten ikasleak
  - Zer sentitzen dute?
  - Nola sentitzen dira?

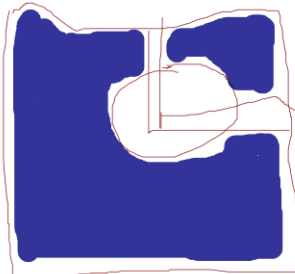


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Heziketa premia bereziak dituzten ikasleak

- “Ez naiz gai eta denak onartu dute”.
- Zailtasunak = sintomak = iceberg-aren punta
- Ez dute nahi ala ezin dute?
- Aldaketaren motorea, binkuloa.
- Lanaren aurrean, zer sentitzen dute?



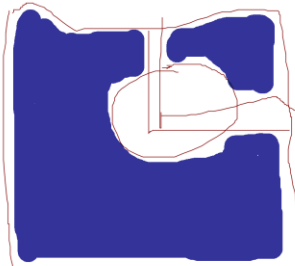
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Heziketa premia bereziak dituzten ikasleak

- Azaleko arazoak VS Benetazkoak
  - Zer gertatzen da (azalean eta barnean)
  - Noiztik (ez da kasualitatez)
  - Arazoarekin batera datozen beste sintomak.
  - Orain arteko saiakerak.
  - Familia
    - Zenbat dira? Loturak? Posizioa? Egoera sozio ekonomikoa?
    - Umearen arazoa nola sentitzen da? Senideak?
  - «Hau gertatuko ez bazen, nola izango zinateke edo nola izango zen zure bizitza?»
    - 4 laukien teknika





Osasun Mentala.

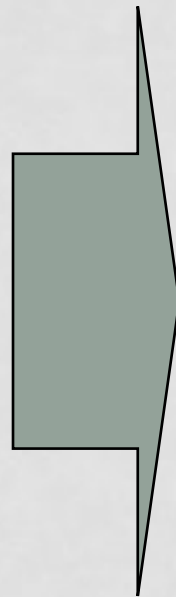
Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Blokeoak

Ez  
dakit...

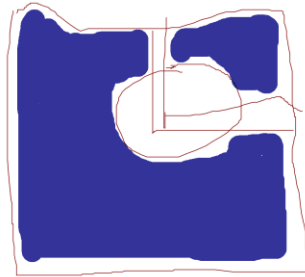
Nahi dut  
baina...

Ezin dut...



Esku-hartzea

- Esaldiak
- Ipuinak
- Marrazkiak
- Jolasak

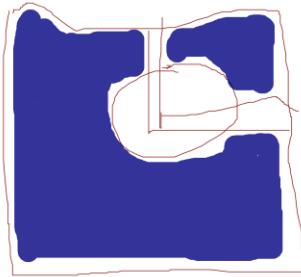


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Emozioen fisiologia



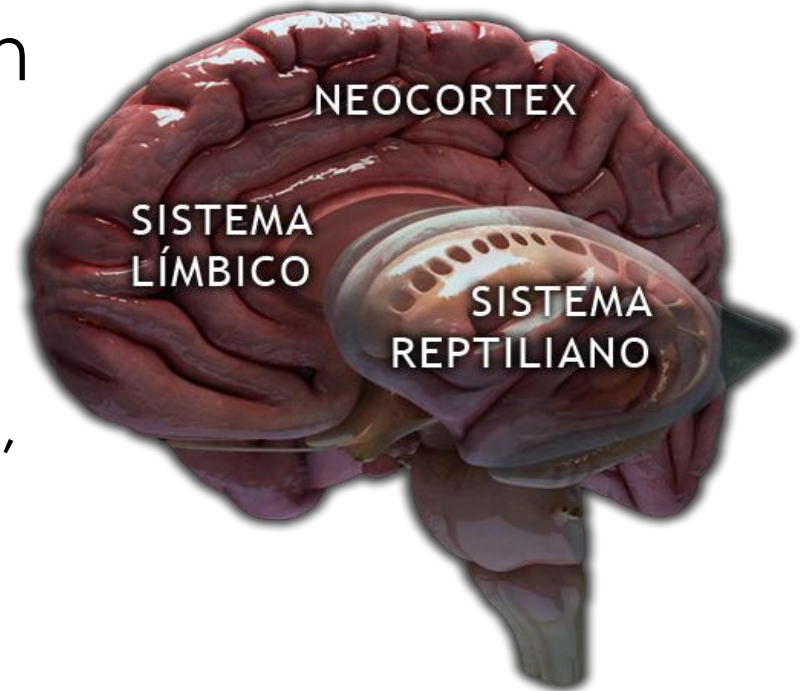


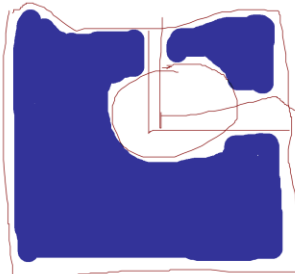
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Emozioen fisiologia

- Sistema limbikoa alarman badago,
  - ez dauka biziraupena guztiz ziurtatuta.
  - emozioak erabakitzen du, arrazoimenaz gain.
  - bahiketa emozionala.


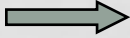


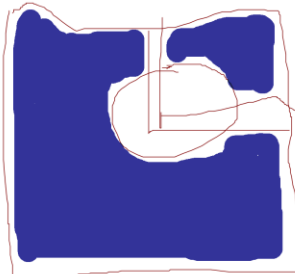


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# EMOZIOEN FISILOGIA

- Erreferentek fisiologian.
  - Gizakiaren 3 esferak.
    - Emozioa
    - Jokaera
    - Pentsamendua
- 
- Koherentzia = oreka
- Emozioak erabaki.
  - Ikasleak izaki emozionalak  zuek emozioak ondo kudeatu behar

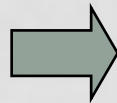


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# KASU PRAKTIKOA

- Zer gertatzen da
- Noiztik
- Beste sintomak
- Orain arteko saiakerak.
- Familia
- «Hau gertatuko ez bazen, nola izango litzateke bere bizitza?»
- Zer sentitzen du?
- 3 esferak aztertu

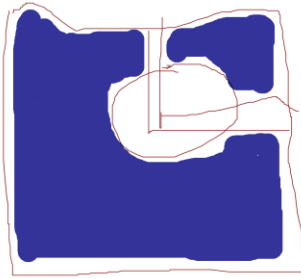


Emozioa

Pentsamendua

Jokaera

Koherentzia?

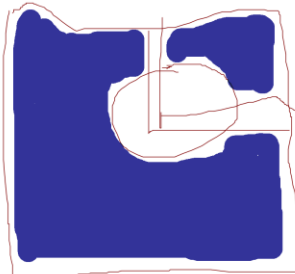


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Oinarrizko beharrizanak

- Ugaztun bezala, beharrizan
  - Fisiologikoak
  - Psikologikoak
- Beharrizanak, biziraupenari lotuta. Bulkadarik inportanteena.
- Erreferenteei lotuta.
- Esnea eta maitasuna.

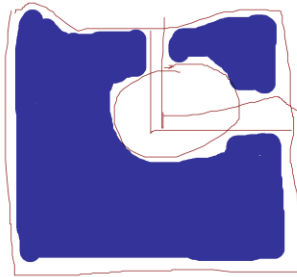


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# ATXIKIMENDUA

- *Baldintza-gabeko miresmena*
- *Balorazioa*
- *Paregabeko identifikazioa*



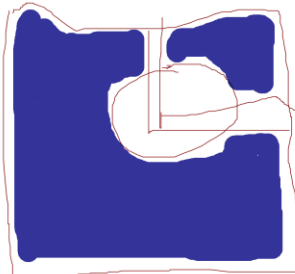
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# EUSKARRIA EDO KIDETZA

- *Defentsa eta babesia.*
- *Familia batekiko kidetza.*
  - *Ez bakarrik familia bat izatea*
- *Etxe-mina.*
  - *Elkarbizitza leku bat*



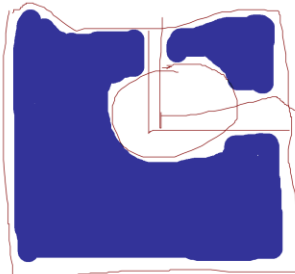


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# MUGAK

- *Mugen beharrizana*
- *Autoritate maitekorra*
  - *Asertibitatea*
  - *Enpatia*
- *Bigarren aukera*

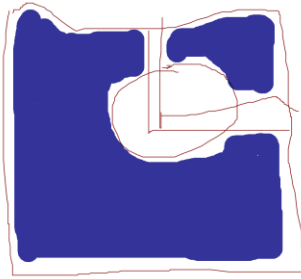


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DEFENTSA MEKANISMOAK

- *Etengabeko hedonismoa*
- *Lorpen magikoa*
- *Bestearen ongizatea*
- *Nartzisismoa*

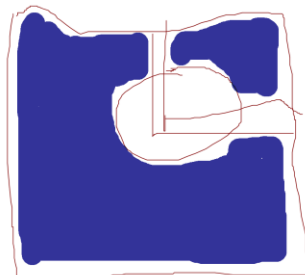


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Programa emozionala aldatzeko teknikak

- ✓ Lau koadroen teknika
- ✓ Marrazkiak
- ✓ Ipuinak kontatu edo «ezagunen» istorioak kontatu  
(Begoña Ibarrola, Bucay...)
- ✓ Kontaktu fisikoa.
- ✓ Beharrianak antzeman eta asetuta
- ✓ Binkuloak hobetu!



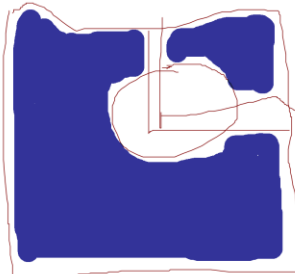
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TALDE LANA

- Emozioak adierazi
  - Binaka
  - Eskuak hartuta
- Jarrera aldaketa
  - Binaka



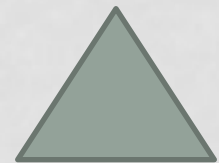


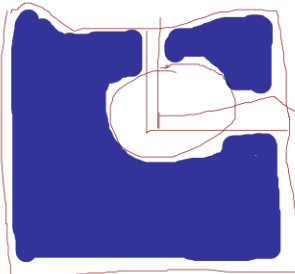
Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# ZUEK

- Eredu
  - Emozionalak: mundua sentitzeko ereduak
  - Kognitiboak: mundua ulertzeko/interpretatzeko ereduak
  - Jokaerazkoak: munduan jokatzeko ereduak
- Emozioen kudeaketa irakatsi.
- Nola sentitu, hala bizi. Emozio bat sentitu eta hori oinarritzat hartuta, burmuinak zentzu bat ematen dio gertatutakoari.
- Bizitzeko eskema mentalak = lasterbideak



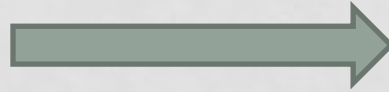


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Eskoletako mundu emozionala

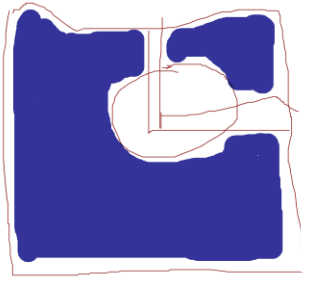
IKASLEENAK



GUREAK

- Ikasle amorratuak .....
- Ikasle aspertuak .....
- Ikasle nazkatuak .....
- Ikasle frustratuak .....
- Ikasle tristeak .....
- Ikasle «zoragarriak» .....
- Ikasle .....
- .....

**Loturak / binkuloak**



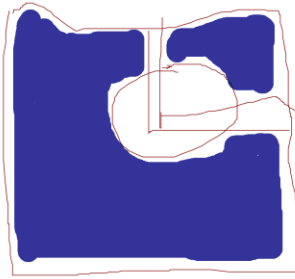
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Loturak / binkulatzeko joerak

- Ikasiak dira.
- Bizitzako lehenengo loturak.
- Irakasleek eszenatokia ipini, horren arabera izango delarik.





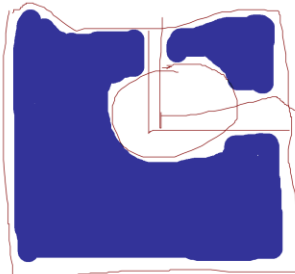
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Loturak / binkulatzeko joerak

- 3 kontzeptu:
  - Lagundu (acompañar): ez bakarrik bertan egonda, ez egoteko momentutan baita ere, psikismoan.
  - Eutsi (contener): euren inertzia, barne sufrimendua, euren kontrako agresibidatea, lotsa, kaosari euskarri eman. Kontrola eman.
  - Eskolta eman (escoltar): lagundu eta babestu ikasleak hartu eta erabakitzen duen bidean. Baldintza gabeko onarpena.

Ikasleak beren parte egin behar du.



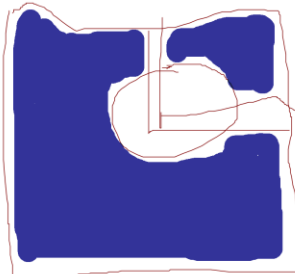
Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Loturak / binkulatzeko joerak

- Motak:
  - Kolerikoa
  - Deslotura
  - Mendekotasuna
  - Hersturazkoa
  - Depresiboa
  - Osasuntsua / afektuzkoa
- Seme-alabak izateko motibazio (inkontziente) ezberdinak





Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# Loturak / binkulatzeko joerak

- Testuinguruak:

- Mikro:

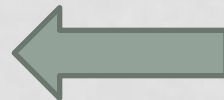
- Oinarrizko erreferentzia pertsonak (+, -, •, baldintzazkoak )

- Meso:

- Beste senideak
- Eskola: klasekideak, irakasleak, entrenatzaileak...
- Auzoa
- Zaintzaileak

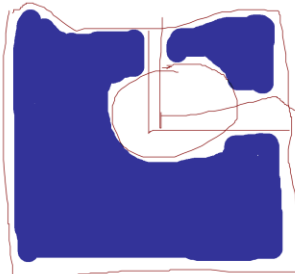
- Makro:

- Kultura
- Erlijioa...



beharrizanak asetzea



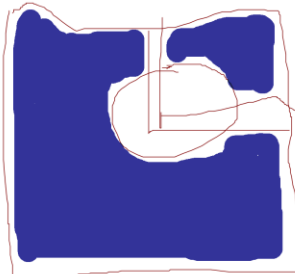


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TALDE LANA

- Nola binkulatzten dira ikasleak
  - Ikastolarekin?
  - Eguneroko lanarekin?
  - Azterketekin?
  - Gurekin?
- Nola binkulatzten dira irakasleak
  - Lan tokiarekin?
  - Eguneroko lanarekin?
  - Lankideekin?
  - Ikasleekin?

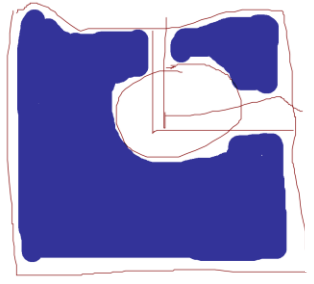


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HELBURUA

Ikasle eta irakasle baten arteko lotura asimetrikoa izan behar da, baina ez nagusitasunezkoa. Ikasleek binkulo asimetriko honetan atsedena topatu behar dute, eta ez ardura edo kezka.



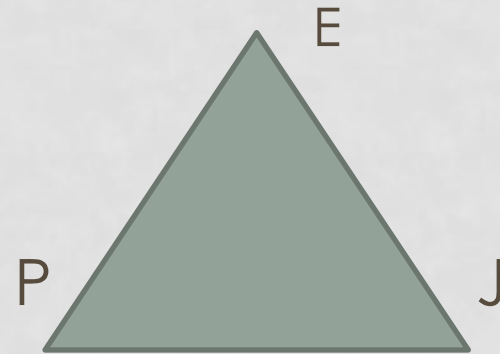
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# NAHASTE PSIKOLOGIKOAK ESKOLAN

- Irakasleenak
  - Nolakoa da gure mundu emozionala?
  - Zer sentitzen dugu?
  - Beti gaude berdin?
  - Kontziente gara?

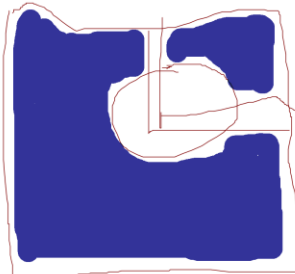
- Eskema emozionalak



nahastea eratu (EE)



Garrantzitsuena ez da gertatzen dena baizik eta hori gertatzen den bitartean, gertatzen ari dena.



Osasun Mentala.

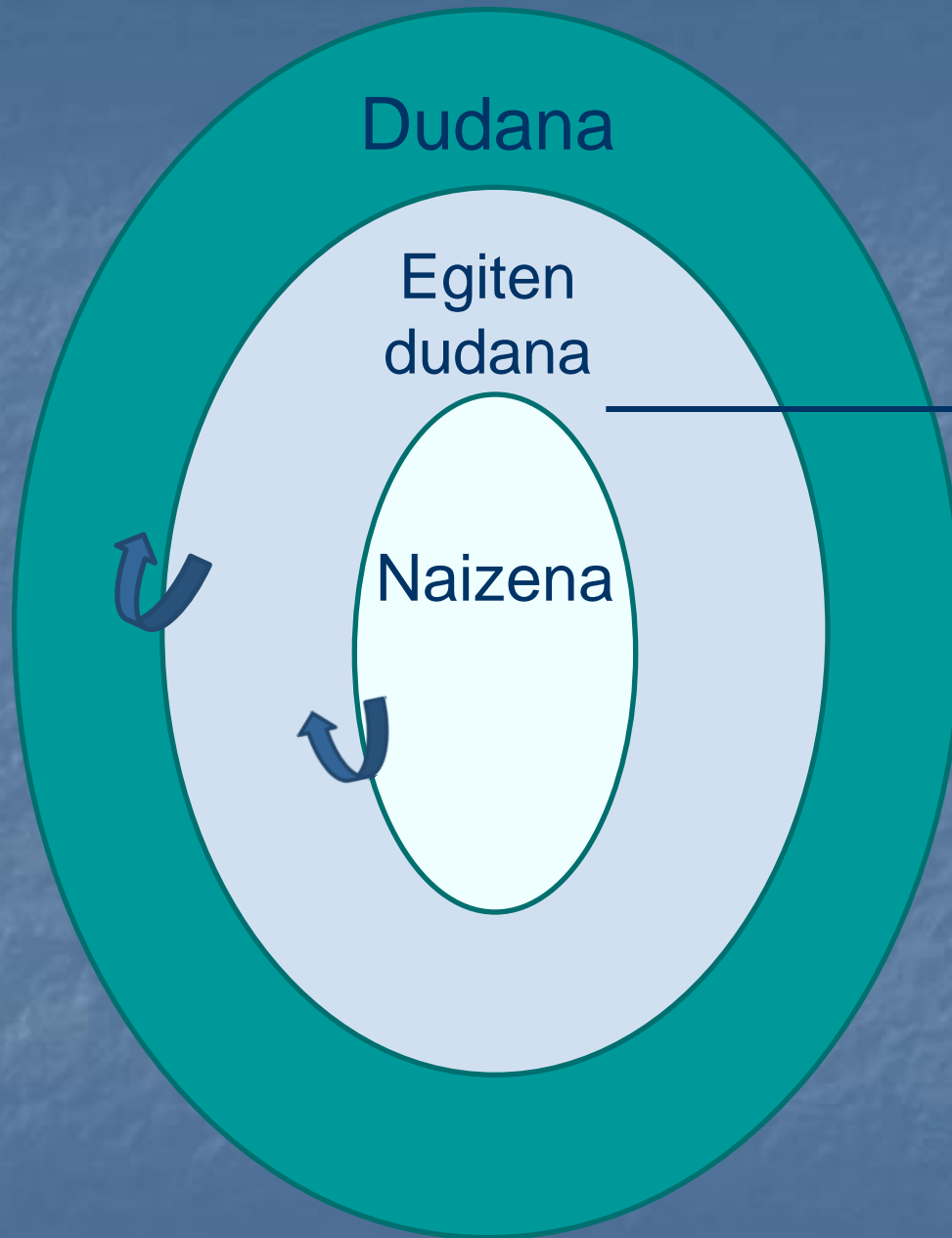
Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# NAHASTE PSIKOLOGIKOAK ESKOLAN

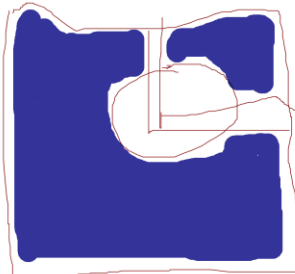
- Ezberdindu:
  - Baliabideak
  - Ez du baliabiderik → nahaste psikologikoak.



- Zein puntutan dago?





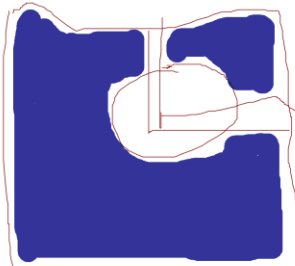


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TDAH

- Ez da nahaste psikologikoa, neurologikoa baizik.
- Neurologoek diagnostikatu!
- Ume mugitua ~~≠~~ ume hiperaktiboa
- Jokaera arazoak ~~≠~~ ume hiperaktiboa
- Kasu batzuk barne angustiak kanalizatzeko.  
Lagundu behar.

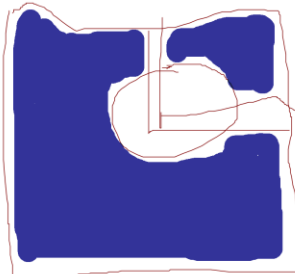


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TDAH

- Oinarrizko 3 sintoma:
  - Bulkaden kontrol eskasa
  - Mugimendu handia
  - Arreta gabezia
- Ordu erdiko klaseak.
- Burmuina: txikiagoa eta aktibitate gutxiago  
→ anfetaminak (eragin paradogikoa)  
Mediket arreta gabezia dutenentzako.

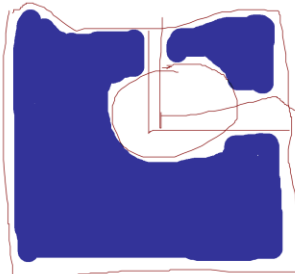


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TDAH

- Sistema retikularrak estimuluak ez iragazi  
→ burmuin hiperaktiboa → energia «erre» behar  
→ mugimendua.
- Autoestimua baxua izaten da.



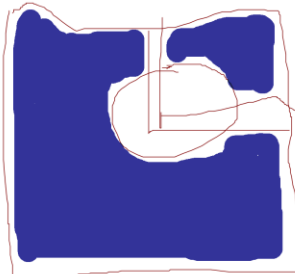
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# TDAH

## ❖ Zer landu?

- arreta mantentzen lagundu
  - Itxaroten eta galtzen erakutsi
  - estimuluak iragazten lagundu
  - ariketak bukatu bestea hasi aurretik
  - gurasoekin koordinatu (medikazioa edo homeopatia eta psikoterapia)
  - klaseak moldatu (musika, zutik, mugimendua, kaosa...)
  - moldatu eta gidatu. **(Dinamika arnasketa)**
- 
- HELBURU ERRAZAK ETA ANTOLATUAK

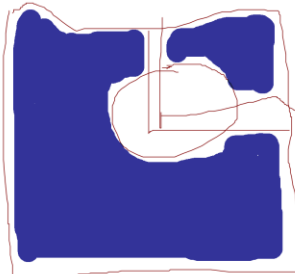


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DISLEXIA

- Esanahia: lengoaia arazoak.
- Irakurtzen ikasteko arazoei egiten die erreferentzia.  
—————→ idazketa arazoak.
- Arazo neurologikoa.
- CI normala.
- Ez beste arazo fisiko edo psikologikorik.
- Mutil gehiago neska baino.
- Logopeda.

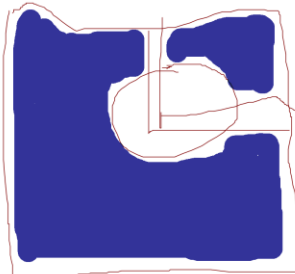


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DISLEXIA

- Eskuin hemisferioa erabili, ezkerrekoa erabili beharrean.
- Emozioak eta eskema emozionalak
  - Ez naiz gai / ezin dut / tontoa naiz...
  - Jokaera txarra, desmotibazioa, haserrea...
- Amorrua = lotsa
- Lotura dislexiarekin?
- Nortasun dislexikoa.

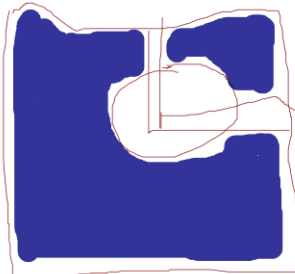


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DISLEXIA


- Euren gaitasunak topatu eta mirestu.
- Autoestima landu
  - Eskema emozionalak
  - Bereziak dira
  - Gehiago eta arinago antzeman; informazioa arinago jaso
  - Gaitasun ezberdinak (musika, marrazketa, diseinua...)
- Irakurri eta idatzi emozioekin, irudiekin, sentzazioekin.
- Hitzei koloreak ipini.
- Askok, begiak itxita hobeto hitz egin eta idatzi



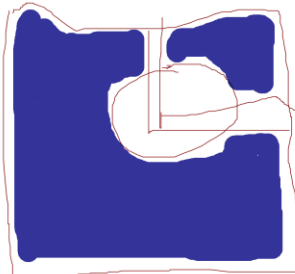
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# JOKAERA ARAZOAK

- Ikasitako lotura.
- Jokaera = sintoma.
- Zertarako egiten du?????
- Benetazko mina aurkitu eta binkulo ezberdin baten bidez landu.
- Txarto jokatu  pertsona txarra izan
- “Hermano Mayor”



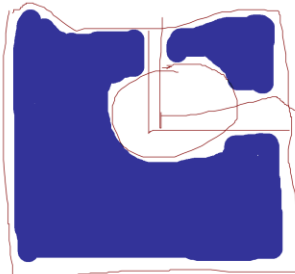


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HERSTURA NAHASTEAK

- Organismoak, arrisku baten aurrean emandako erantzun egokia.
- Alerta sistema → ondorio fisikoak  
kognitiboak  
neurologikoak  
jokaerazkoak
- Kontrolpean ez dagoenarekin horrela binkulatu.
- Geroaldiari lotutako estutasuna.

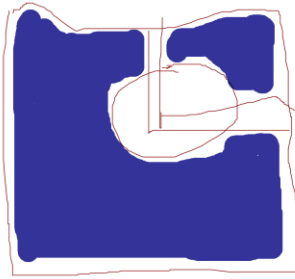


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HERSTURA NAHASTEAK

- **Sintomak eta beldurrak**, adinaren arabera aldatu.
  - 0-6 hilabete: euskarriaren galera, zarata fuerteak
  - 7-12 hilabete: bat batean agertutako objektuak, pertsona ezezagunak...
  - Urte 1: ezezagunak, zauriak, gurasoekiko banaketa, wc...
  - 2 urte: iluntasuna, zaratak (objetu zaratatsuak), animalia handiak, ingurugiro aldaketak, gurasoekiko banaketa...
  - 3 urte: mozorroak, iluntasuna, animaliak, banaketa...

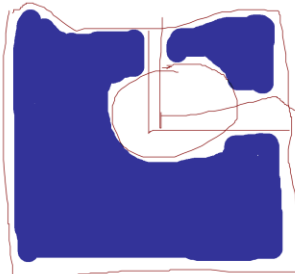


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HERSTURA NAHASTEAK


- 4 urte: mozorroak, iluntasuna, animaliak, banaketa...
- 5 urte: aurrekoak eta jende “gaiztoa”, gorputzeko minak...
- 6 urte: izaki mitologikoak, iluntasuna, komunikabideetan ikusitako gertakariak, bakarrik egotea, gorputz minak...
- 7-8 urte: izaki mitologikoak, iluntasuna, komunikabideetan ikusitako gertakariak, bakarrik egotea, gorputz minak...
- 9-12 urte: azterketak, etekin akademikoa, gorputz lesioak, itxura fisikoa, heriotza, ekaitzak (tximistak, trumoiak), iluntasuna (gutxik)...

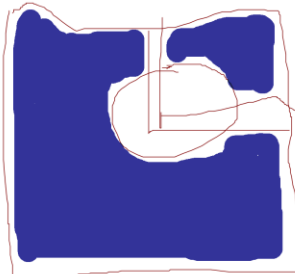


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HERSTURA NAHASTEAK

- Estutasun orokorra
- Fobiak  beldur unibertsalak
- Hipokondria
  - Nosofobia
  - dismorfofobia
- Larritasun/angustia nahastea (HK)
- Agorafobia
- Nahaste obsesibo-kompulsiboa
- Fobia soziala
- Moldatze nahasteak
- Estres post-traumatikoa
- Banaketa nahastea

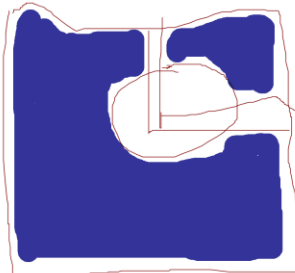


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# HERSTURA NAHASTEAK

- Ume lotsatiak
- Toteltasuna
  
- Beldurrak (instrumentalizazioa?)
- Lotsa ez da beldurra.
- Ez naiz gai / ezin dut / ezin dut bakarrik (EE)
  
- HK probokatu = deskontrola kontrolatu.
- Ausardia beldurrean jaio.
- GAI ZARA (BAKARRIK)

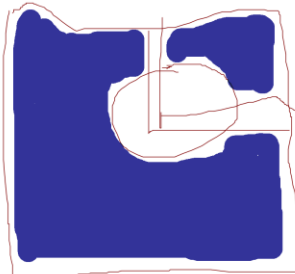


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DEPRESIOA

- Tristura  $\neq$  depresioa.
- Sintoma multzoa.
  - **Emozionalak:** tristura, interes eta gozamen falta, negarrak, suminkortasuna, etsipena, umore sena eskasa...
  - **Kognitiboak:** memoria galera, ezkortasuna, kulpa, zalantza, kontzentrazio falta, etsipena, autoestima baxua, suizidio ideiak, etekin akademiko eskasa...
  - **Jokaerazkoak:** aspertzea, kexak, liskarrak, desobedientzia, diziplina eza, gogo eza...

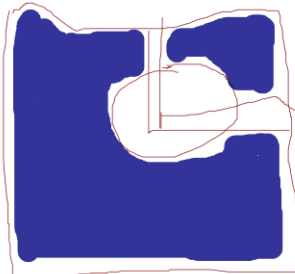


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DEPRESIOA

- **Psikosomatikoak:** enuresia, energia falta, nekea, minak, pisu galera, aldaketak lo eta jateko gogoan, ametsgaiztoak, digestio arazoak...  
(lokartzeko zailtasunak  $\neq$  goizegi esnatzea)
- **Sozialak:** isolamendua, bakardadea, gaitasun sozial eskasak, gogo eza, uzkurtasuna...
- **Motoreak:** adierazmen eza, mugimendu geldoak, hiperaktibitatea, lozorroa...



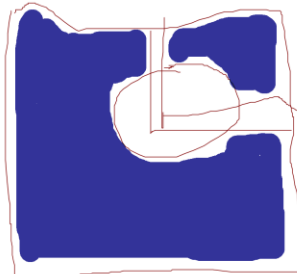
Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# DEPRESIOA

- Guk zer egin behar:
  - ❖ Kritika gutxi eta leunak
  - ❖ Baikortasuna landu
  - ❖ Lagunekin erlazioa indartu
  - ❖ Gozamena landu
  - ❖ Alde baikorra topatzeko ariketak
  - ❖ Galderak baiezkoan
  - ❖ Haien interesetaz gozatu
  - ❖ Ahalegina saritu (ez lorpenak)
  - ❖ Tristura balioztatu eta onartu
  - ❖ Limiteak (tristuraren instrumentalizazioa)
  - ❖ Enbidia landu
  - ❖ Ezinezkoa eta ahal dena ezberdindu



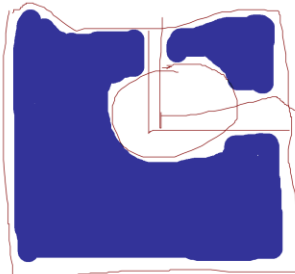


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# UMEEN DOLUA

- Dolua: urradura, galera, hutsa.
- Dolu motak lotura motaren arabera:
  - Ex → hildakoa atzean utzi ahal izango da.
  - Ez ex → hildakoa beti bere barne. Ez erabili «agur esatea» esamoldea. Hildakoa ehun psikikoaren parte.
- Tristuraren adierazmena: aldizkako mina.

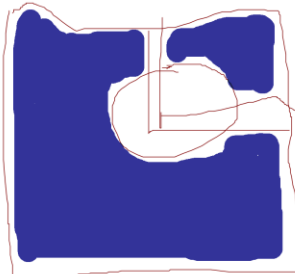


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# UMEEN DOLUA

- Sintomak:
  - Nahastea, regresioak, defentsak.
  - Etekin akademikoa jeitsi.
  - Isolamendua edo guztiz kontrakoa.
  - Kulpa edo errua → euren buruen kontrako jokaerak.
  - Beldurrak.
  - Angustia. Ukatzeko jokaerak.
  - Hildakoaren rola bereganatu.
  - Hildakoa idealizatu.
  - Haserrea eta tristura = frustrazioa.

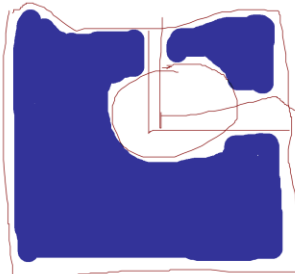


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# UMEEN DOLUA

- Guk zer egin ahal dugu:
  - Egia esan, ez nahastu
    - Joan da, zeruan dago, lo dago betirako...
  - Errealitateari lotuta mantendu
  - Egoera gogorregietatik babestu / aldendu
  - Kontuz bere aurrean esaten denarekin
  - Kulpa landu, ez da euren errua izan.
  - Sostengua eman, euskarri izan.
  - Galderei egia esanez erantzun
    - Erantzuna ez badakigu, ez asmatu (zergatik hil da?)

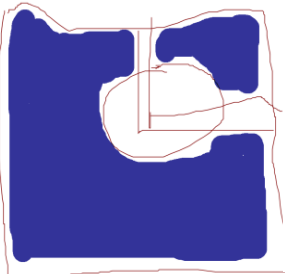


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# UMEEN DOLUA

- Nahi badu, gorpua ikusi edota hiletan parte hartu.
- Emozioak baimendu eta adierazpenean lagundu.
- Gertu eta prest egon.
- Marrazkien bidez lagundu.
- Ipuinak.
- Hitz egiteko prest egon.
- Heriotza ez ukatu!



Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

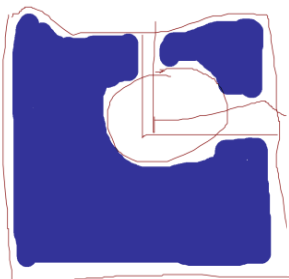
# Teknikak

## ○ Taula:

- Egiten dakiena
- Ikasi beharrekoa
- Ikasi duena
- Gustuko ez duena
- Beldurra ematen diona

## ○ Lana:

- Musikarekin
- Marrazkiekin
- Antolaketa aldez aurretik azaldu

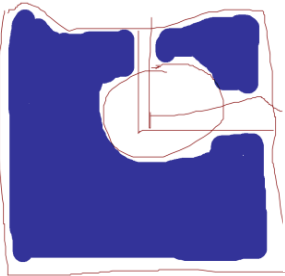


Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

## ○ Test desideratiboa:

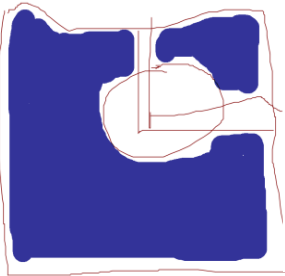
- Pertsona bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Animalia bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Kolore bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Jolas bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Klasekide bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Irakasgai bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Zapore bat izango bazina, zein izango zinateke?
- Janari bat izango bazina, zein izango zinateke?
- \_\_\_\_\_ bat izango bazina, zein izango zinateke?



Osasun Mentala.

Heber elkarte  
Zarautzko  
Berritzegunerako

- Konfidantza jolasak.
  - Oztopoak klasean + begiak itxita
  - Guk/klasekideak, haiek gidatu edo alderantziz
- Autoestima ibiliz.
  - Burua jeitsi (gutxiagotasuna)
  - Burua igo (harrokeria)
  - Normal
- Estatuen jolasa (TDAH)
  - kaosa
  - guztiz geldi (gai badira ez dira TDAH)

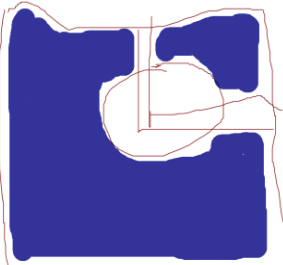


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

- Txis-txas
  
- Penduloa.
  
- Erreferentziazko profesionalak
  - Psikiatrak
  - Psikologoak
  - Logopedak
  - Irakasle partikularrak
  - .....



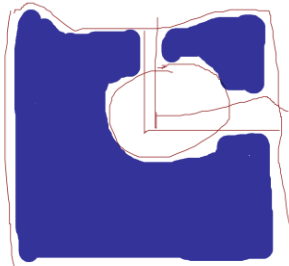


Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# BIBLIOGRAFIA

- Padres brillantes, maestros fascinantes (A. Cury)
- 101 metáforas sanadoras para niños y adolescentes (G. W. Burns)
- Los padres perfectos no existen (I. Filliozat)
- Rabia sana (Bernard Golden)
- Manual de Interacción Recíproca (R. Aguado)
- El don de la dislexia (Josep Toro)
- Ipuinak
  - Bucay
  - Begoña Ibarrola



Osasun Mentala.

Heber elkartea  
Zarautzko  
Berritzegunerako

# BIDEOAK

- La educación prohibida
- El niño de Marte (ume adoptatuak, beharrizanak)
- Redes (rtve)
  - «De las inteligencias múltiples a la educación personalizada»
  - «Neurociencia en la educación».

 **Eskerrik asko**