

Autoras:

Natalia Zaira Pedrajas Sanz
Celia López Pérez

Coautoras:

Isabel Morales Gil
Carla Rodríguez Caballero

Ilustradora:

Anna Peris Rodriguez



apoyo psicológico en casa

El propósito de este cuento es ayudar a las mamás y los papás a explicar qué es una psicóloga y especialmente qué es eso de una psicóloga a domicilio.

Respondiendo a las preguntas qué hace y qué no hace la psicóloga, porqué viene a casa, con quién habla y cuándo se va.

¿ Quién es la psicóloga a domicilio ?



¿ Quién es la psicóloga a domicilio ?

Presentación:

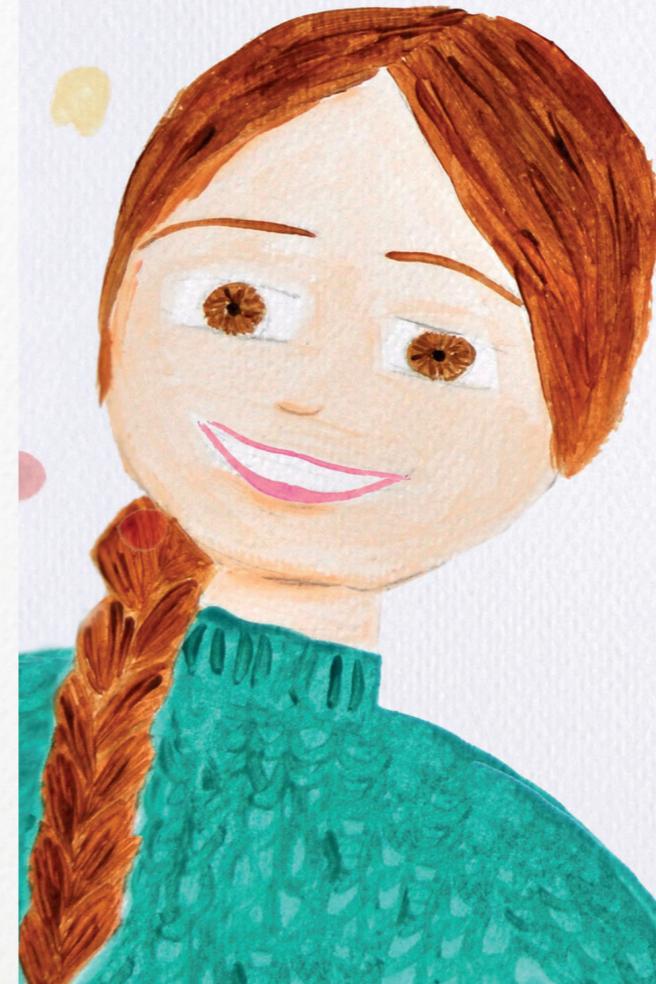
- La psicóloga es hoy en día conocida por el mundo adulto, pero desconocida para los menores. Además, cuando comienzan a construir su propia concepción de quiénes somos, desgraciadamente nos relacionan con enfermedad, locura, vergüenza, etc.
- La mayoría de nosotras somos o hemos sido psicólogas a domicilio y nos hemos encontrado siempre con la dificultad de explicarle a los más pequeños quiénes somos y qué hacemos.
- Nuestro propósito es ayudar a mamás y a papás, a explicar qué es una psicóloga y especialmente qué es eso de una psicóloga a domicilio.

Agradecimientos:

a todas las psicólogas y familias que han confiado en nosotras.

iii HOLA !!!

¿ Sabes quién va a venir a conocernos ?



Se llama _____

Y me gustaría que fuese nuestra psicóloga, vendría a casa algunos días para ayudarnos a sentirnos mejor.



Le gusta...

- ESCUCHAR.
- AYUDAR.
- SONREIR.
- y... **SER AMABLE.**

• *No pone inyecciones ni da jarabes, no es una médica.*

• *No grita, ni dice palabras feas.*

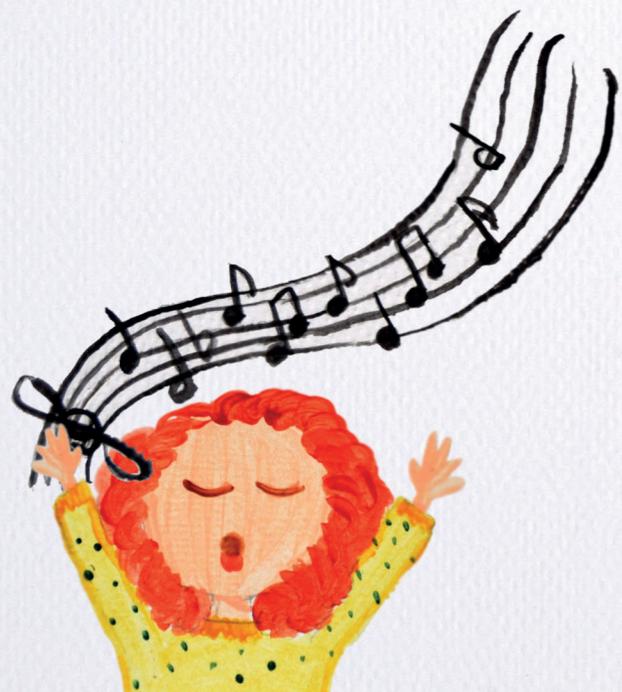
• *No pone deberes y tampoco es profesora.*





¿Sabes qué podéis hacer juntos ?

- **DIBUJAR** lo que queráis.
 - **LEER** cuentos.
 - **SONREÍR** mucho.
 - **CANTAR** lo que te gusta.
 - **MOVEROS** con el cuerpo.
 - **BAILAR** como queráis.
 - **ELEGIR UN JUEGO QUE TE GUSTE** entre los tuyos o los que te traiga.
- ¿ Qué es lo que más **TE GUSTARÍA**?
- ¿Por dónde quieres empezar?



¿Sabes para qué viene a casa ?

- Para entender tus emociones y saber cómo expresarlas. Incluso... para saber lo que es una emoción y qué emociones hay.
- Para compartir tu cuarto y lo que le quieras enseñar.
- A veces, podréis ir a otros sitios, por ejemplo, al parque o a dar un paseo.
- Para aprovechar el tiempo.
- Para que te sientas más a gusto.
- Para conocerte mejor.
- Para descubrir tus gustos.
- Para que te sientas mejor.
- Para que nos queramos mejor.
- Y mejorar en lo que quieras y nos haga más felices.



¿ Por qué crees que viene ?...

- ¿Crees que eres muy travieso? ¿Que no paras, que estás todo el rato moviéndote?
- ¿Estudias poco o que no sabes estudiar ?
- ¿Alguien se ha metido contigo, te ha dicho algo que no te hace sentir bien? o ¿has dicho tú algo feo a otra persona?
- ¿Te has sentido triste y no sabes qué hacer?
- ¿A veces te enfadas y no sabes por qué?
- ¿Cuando te enfadas haces cosas que luego te hacen sentir mal?
- ¿Tienes miedos y no sabes qué hacer con ellos? y tú, ¿en qué crees que nos puede ayudar?

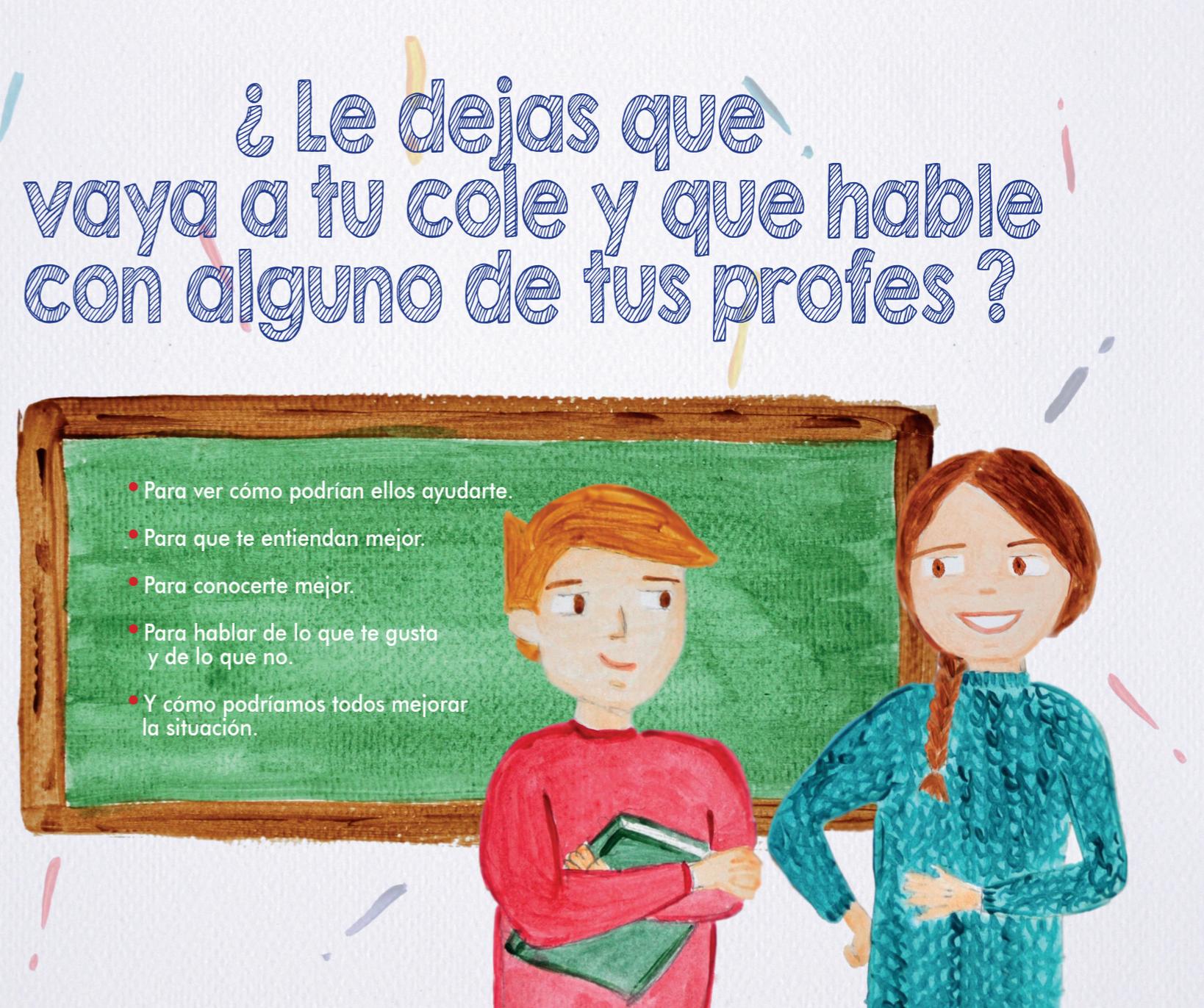




Pero no te preocupes...

¿Quieres saber un secreto ?...

- Me ha dicho que podéis guardar secretos entre vosotros... porque hay cosas que no hace falta compartir con otras personas si no quieres... si hay algo que no me hayas contado a mí que se lo quieras contar a ella también me hará feliz, lo que habléis puede quedar entre vosotros.
- Podéis **DECIDIR** juntos qué contar y qué no contar.
- Además... si hay algo que quieras contarle y no sepas cómo siempre puedes escribirlo o dibujarlo. Juntos buscaréis la manera que mejor te haga sentir.



¿ Le dejas que vaya a tu cole y que hable con alguno de tus profes ?

- Para ver cómo podrían ellos ayudarte.
- Para que te entiendan mejor.
- Para conocerte mejor.
- Para hablar de lo que te gusta y de lo que no.
- Y cómo podríamos todos mejorar la situación.

¿ Se te ocurre alguna forma en la que pueda ayudarnos ?

A mí, se me ocurren algunas...

- Haciendo que aquí nos sintamos bien.
- Ayudándonos a mejorar aquello que nos permita ser más felices.
- Hablando con nosotros o con tus profesores cosas importantes que te puedan ayudar a sentirte bien.
- Descubriendo qué cosas te pasan.
- Aprendiendo a conocer tus emociones y a expresarlas de una forma que te haga sentir bien.
- Practicando cómo te gustaría ser de mayor.

• ¿Se te ocurre alguna más?



¿ Ya sabes qué es una psicóloga y cuál es su trabajo ?

¡¡CON ELLA, TU COLE Y NOSOTROS VAMOS A SER UN GRAN EQUIPO!!

¿Quieres que invitemos a más gente?

La psicóloga puede hablar y jugar con tus hermanos, o tus abuelos, con cualquier persona a la que tú quieras.

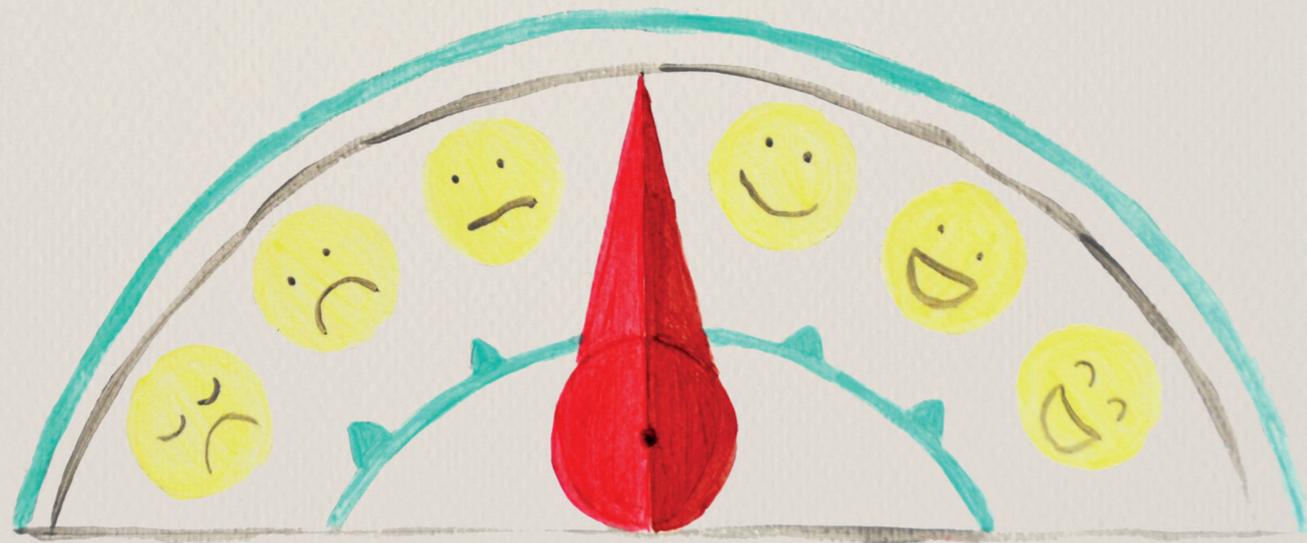
¿qué te parece?



¿ Sabes cómo
te vas
a sentir poco a poco ?

CADA DÍA UN POQUITO MÁS,
MÁS Y MÁS
CONTENTO...

Y CUANDO YA TE SIENTAS MEJOR...
NOS DESPEDIREMOS DE ELLA...



Este es un espacio
y un momento especial
para cuidarnos.

¿Cómo podemos llamarlo?

¿TE PARECE BIEN **SESIÓN** O **ENCUENTRO**?
PORQUE RECUERDA... ELLA NO ES PROFE Y NO ES UNA CLASE...

Y SI NECESITAS QUE VUELVA DÍLO, A MAMÁ, PAPÁ o
a algún profesor con el que te llesves muy bien,
seguro que están encantados de ayudarte.

Y, por supuesto, yo también.

