



Guías infantiles "Qué puedo hacer cuando..."



¿Qué puedo hacer cuando...?

Guías infantiles "Qué puedo hacer cuando..."

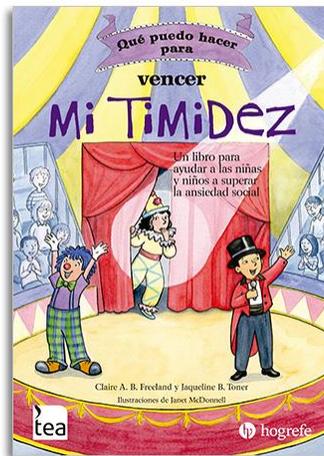
Se presenta a continuación la colección de guías infantiles que permiten ayudar a los niños a superar, con la ayuda de sus padres, distintos tipos de problemas psicológicos por medio del aprendizaje de las técnicas cognitivo-conductuales. Utilizan un lenguaje adaptado a los niños, ilustraciones atractivas y varias actividades pedagógicas.



No quiero separarme

Destinado a identificar las sensaciones, los pensamientos y los comportamientos que mantienen la ansiedad por separación y poner en marcha las habilidades necesarias para afrontarla.

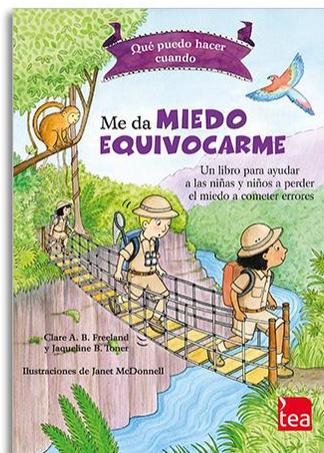
[Más información](#)



Vencer mi timidez

Destinado a mejorar la confianza y las habilidades con el objetivo de que se pueda hacer frente a las situaciones sociales.

[Más información](#)



Me da miedo equivocarme

Destinado a identificar los pensamientos y creencias que fomentan el miedo a cometer errores y a afrontar las emociones negativas relacionadas con él.

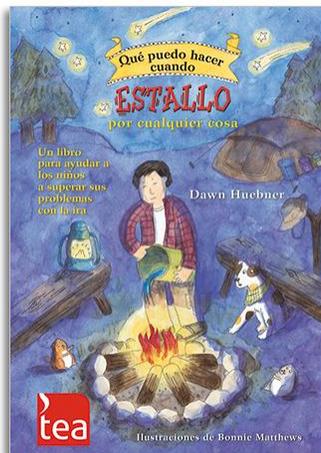
[Más información](#)



Refunfuño demasiado

Destinado a superar el negativismo empleando técnicas que les lleven a focalizar su atención en los aspectos positivos de las situaciones.

[Más información](#)



Estallo por cualquier cosa

Destinado a superar los problemas con la ira y a responder de forma más tranquila y eficaz cuando algo sale mal.

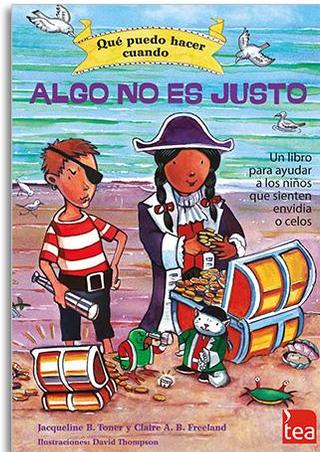
[Más información](#)



Me obsesiono demasiado

Destinado a tratar el Trastorno Obsesivo Compulsivo que convierte a los niños en detectives capaces de reconocer y responder más apropiadamente a las trampas del TOC.

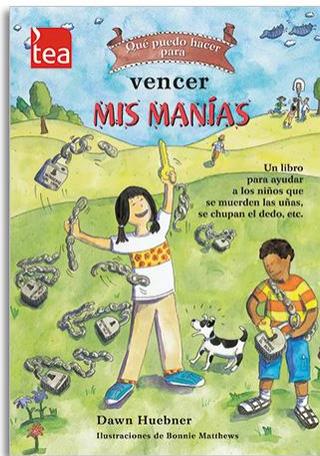
[Más información](#)



Algo no es justo

Destinado a afrontar las difíciles emociones relacionadas con la envidia y los celos.

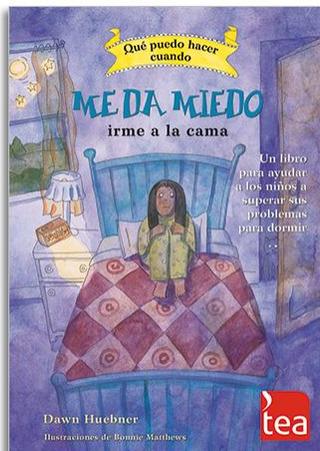
[Más información](#)



Para vencer mis manías

Destinado a ayudar a librarse de hábitos feos y molestos como morderse las uñas, chuparse el dedo, retorcerse el pelo, meterse el dedo en la nariz o chupar la ropa entre otros.

[Más información](#)



Me da miedo irme a la cama

Destinado a superar los problemas para irse a la cama (pesadillas, acostarse tarde, problemas para relajarse..) y conseguir así que duerman lo suficiente y de manera autónoma.

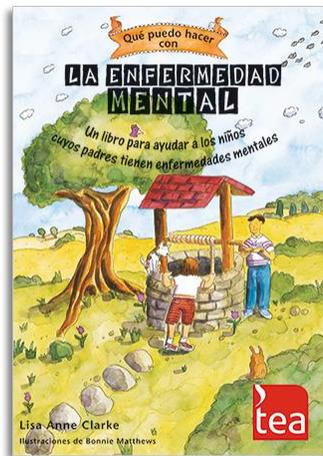
[Más información](#)



Me preocupo demasiado (También en catalán)

Proporciona pautas claras y eficaces para aprender a manejar la ansiedad y la preocupación que les generan las situaciones cotidianas.

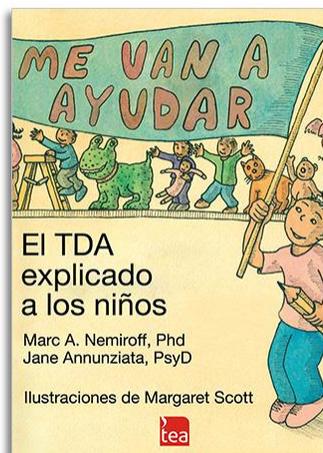
[Más información](#)



La enfermedad mental

Destinado a ayudar a que los niños cuyos padres tienen enfermedades mentales se sientan mejor y puedan comprender a la persona enferma.

[Más información](#)



Me van a ayudar: el TDA explicado a los niños

Un libro para ayudar a los niños que padecen TDA y a sus padres a comprender los trastornos por déficit de atención.

[Más información](#)



Mi primer libro de terapia

Un libro ameno y pedagógico para dar respuesta a las preguntas que se puede plantear un niño que tiene que acudir al terapeuta.

[Más información](#)

¿Necesitas información, asesoramiento o apoyo?

Si tienes alguna duda, si necesitas asesoramiento o apoyo, ponemos a tu disposición un equipo de profesionales que intentarán ayudarte. No dudes en contactarnos.