

Podem ajudar-te ...

- Si et trobes trist o passes per un període de solitud o d'infelicitat que s'allarga massa...
- Si et costa concentrar-te, et notes fatigat o irritable i et sobresaltes fàcilment...
- Si sents por o ansietat a l'hora d'afrontar determinades situacions o relacionar-te amb els demés...
- Si vols millorar la teva relació de parella o estàs en procés de divorci i necessites recolzament...
- A guanyar autoestima i asertivitat, millorar les teves habilitats de relació social, i potenciar l'aprenentatge de nous recursos.

T'ofereim una visita informativa gratuïta amb seguretat i confidencialitat

931 88 11 66
606 77 95 98

CENTRE DE RECURSOS PSICOLÒGICS



**Bruc, 69 entresol 2^a
08009-Barcelona**

**931 88 11 66
606 77 95 98**

**info@recursospsicologics.es
www.recursospsicologics.es**

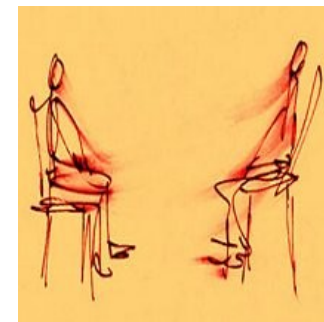


psicología clínica



CENTRE DE
RECURSOS
PSICOLÒGICS
psicologia clínica

**SERVEI DE
PSICOLOGIA CLÍNICA
I PSICOTERÀPIA**



EL CENTRE

El **Centre de Recursos Psicològics** està format per un equip de professionals amb àmplia experiència en diversos camps de la psicologia.

Com a especialistes compromesos en millorar la qualitat de vida de la gent a través del tractament, l'atenció i l'acompanyament, ens dediquem a tot el ventall de problemes psicològics, emocionals i de comportament de l'ésser humà.

Podem donar recolzament a persones individuals, parelles i famílies que han d'afrontar problemes de tipus afectiu, relacional o social, amb una visió integradora i àmplia de la salut, la teràpia i el coneixement.

L'equip d'aquest Centre està integrat per diversos professionals de la psicologia, la psiquiatria, el coaching i la pedagogia, entre altres. La formació internacional i multidisciplinària del grup ens permet realitzar teràpies en català, castellà, francès i anglès, amb competència nativa.



PSICOLOGIA CLÍNICA

El servei de psicologia clínica compren diagnòstic, tractament i seguiment de trastorns com ara:

depressió	trastorns de l'ànim	trastorns de personalitat
baixa autoestima	estrès post traumàtic	problemes de parella
inseguretats / pors / fòbies	tr. obsessius compulsius	crisis vitals
dependència	insomni	ansietat
trastorn bipolar	trastorns alimentaris	problemes sexuals

El nostre camp d'actuació inclou psicologia d'adults, infantil, juvenil, teràpia de parella i familiar.



Si m'interessa, què he de fer?

T'oferim una visita informativa gratuïta abans d'iniciar una teràpia; ho recomanem a tothom que no tingui experiència en psicoteràpia i vulgui saber-ne més abans d'iniciar un procés terapèutic.

Aquesta visita prèvia també serveix per ajudar a escollir el terapeuta més adequat, segons les necessitats específiques de cada persona.

TALLERS PRÀCTICS

Els tallers formatius suposen un espai ideal per a l'aprenentatge i la reflexió, on els participants poden incorporar algun canvi que els sigui útil en la seva vida quotidiana.

Els temes que hi tractem tenen importància a la nostra vida i a les situacions d'interacció: espais compartits, comunicació i incomunicació, bons i mals tractes, pensament i emoció, enuig que destrueix i enuig que construeix, tristesa i dolor, actituds amoroses...



- Relaxació per a reduir l'estrès
- Habilitats de comunicació
- Viure en parella; tècniques de convivència
- Autocontrol emocional i resolució de conflictes
- Autoestima: tècniques per a millorar-la
- Dependència emocional.

Apuntar-se a un taller:

Els tallers i monogràfics tenen lloc al llarg de l'any. Si hi esteu interessats podeu sol·licitar informació a través de la web del centre o bé trucar directament.

e-mail: info@recursospsicologics.es
web: www.recursospsicologics.es