

TALLER-TERAPIA

VENCER LA ANSIEDAD Y LOS ATAQUES DE PÁNICO CON TERAPIA BREVE

3ª EDICIÓN

Inicio del Taller-Terapia: 20 FEBRERO 2019

Duración del taller: 3 semanas

Modalidad: Online, a través de plataforma educativa

Imparte: *Raquel Puig*, Psicóloga Estratégica Col. 25343, especialista en Crisis de Ansiedad.
www.raquelpuig.es

Objetivos del taller-terapia: Los objetivos de este taller-terapia es ofrecer a nuestros alumnos conocimientos exactos sobre que es, como se mantiene, y como evoluciona la ansiedad y los ataques de pánico a través de la modalidad en Terapia Breve. Este modelo psicoterapéutico ofrece soluciones eficaces en un corto periodo de tiempo, llegándose a superar las crisis de ansiedad en un 87% de los casos, sin recaídas posteriores y con la total participación del paciente durante el proceso terapéutico.

El curso de este taller ofrece al alumno un doble objetivo; uno que es vencer su propia ansiedad en un corto periodo de tiempo y otro que es aprender a aconsejar y ofrecer soporte a personas con su mismo problema, ya con unos conocimientos académicos y no simplemente con la mejor intención, llegando la mayoría de veces a aconsejar de forma desafortunada.

El taller se realizará a través de plataforma educativa, mediante la cual la psicóloga se pondrá en contacto con los alumnos diariamente para resolver dudas y aplicar distintos ejercicios y estrategias. El objetivo dentro del taller es la participación activa de todos los miembros participantes, a través de foros y chats.

Estaríamos delante de un taller innovador, en el cual se ofrece formación y a la vez terapia en grupo para superar esta terrible patología que es la ansiedad. Todo desde la comodidad de su casa.

Las plazas son limitadas.

Para reservar plaza o solicitar más información podéis contactar directamente con la impartidora de las sesiones:

Raquel Puig, Psicóloga: rp.raquelpuig@gmail.com