

Atención Psicológica ONLINE



PSIGEIA



Por diversos motivos, a veces, necesitamos una consulta psicológica. La angustia es un sentimiento inherente a la misma dinámica del vivir, y el lidiar con diversos problemas puede hacer que la misma se manifieste abriendo distintos motivos de consultas:

- + Ansiedad
- + Estrés
- + Fobias
- + Depresión
- + Inhibiciones
- + Ataques de pánico
- + Conflictos de pareja
- + Conflictos laborales

En todos estos casos la consulta con un profesional permite facilitar un espacio para el diagnóstico, el tratamiento y el trabajo reflexivo sobre nuestras circunstancias. La remisión del estado de angustia nos permite, por sobre todo, “pensar mejor”, para así adoptar las decisiones más convenientes a la calidad de nuestra vida. La psicoterapia es un proceso eficaz para el tratamiento de los problemas emocionales o psicológicos, nos permite identificar nuestras dificultades, mejorar nuestras defensas y descubrir nuevas potencialidades.

¿Cómo trabajamos?

En una primera sesión establecemos con el paciente un diagnóstico presuntivo sobre las “áreas o situaciones problema”, estimamos la duración del tratamiento y la cantidad de sesiones.

Se tiene en cuenta la importancia de normalizar las reacciones de ansiedad, temor, tristeza y soledad.

Se promueve la psicoeducación con recomendaciones para el desarrollo de las defensas psicológicas en situación de pandemia.

Se evalúan e identifican la presencia de creencias irracionales o fantasías desadaptativas que generan miedos, preocupaciones y malestar.

Se promueve un papel activo en la solución de problemas basados en situaciones vitales anteriormente superadas por la persona y focalizando, así, las habilidades que el paciente posee.

Ofrecemos consulta y atención psicológica online vía:

- + Skype.
- + Google Duo.
- + Facetime.
- + Zoom.