

CENTRO DE PSICOLOGÍA VENTURA

PsicoTerapia / AutoConocimiento / Desarrollo Personal



Psicoterapia Individual y de Pareja

Grupos Terapéuticos de Apoyo

Actividades y Talleres

PROGRAMA

OTOÑO 2018

**¡Encuentra el apoyo
que necesitas
para vivir mejor!**

**Centro Sanitario N° 5024067
c/ San Pascual Bailón 6, Local
50017 ZARAGOZA**

¿Para qué sirve la Psicoterapia?

La psicoterapia es un tratamiento científico que promueve el logro de **cambios positivos** en la conducta, la salud física y psíquica y en general el **bienestar** de las personas o grupos que entran en una relación terapéutica con una **profesional acreditada**. A través de la psicoterapia y de la mano de la psicoterapeuta, el cliente inicia un **proceso de autoanálisis y autoconocimiento** que le permite lograr una mayor conciencia de sus actos, pensamientos y sentimientos con el fin de promover un **cambio real en su vida**.

Normalmente acuden a psicoterapia personas que están pasando un momento difícil o que pueden estar padeciendo algún trastorno de naturaleza psíquica pero los beneficios de la psicoterapia no están reservados únicamente a este tipo de personas ya que, **cualquiera** que desee desarrollarse y madurar psicológicamente **puede beneficiarse** de ella.

¿Cómo elegir una Psicóloga?

Dentro de la psicoterapia hay diferentes enfoques, herramientas y aproximaciones. En nuestro Centro, psicólogas y colaboradoras comparten una orientación **humanista e integral**. Creemos en la capacidad del ser humano para sanar y desarrollarse y nuestra misión es **acompañarte** en ese proceso de cambio y crecimiento.

A la hora de elegir una psicóloga es de suma importancia que te sientas a gusto y con confianza en la persona con la que vas a trabajar. Si todavía no nos conoces en el **Centro de Psicología Ventura** te damos la oportunidad de concertar una **primera sesión informativa gratuita (30 minutos)** para conocernos. Puedes ponerte en contacto a través del teléfono, *whatsapp* (**695553461**) o email (**info@centro psicologiaventura.es**).

En inglés también: If you are a native English speaker you can also make an appointment with our **English-speaking psychotherapist**.

Tarifas promocionales

-  Sesión Individual: **30€** por sesión
-  Individual Bono 10: **250€** 10 sesiones individuales
-  Terapia de Pareja/Familiar: **40€** sesión conjunta
-  Pareja/Familiar Bono 10: **350€** 10 sesiones conjuntas
-  Sesión Grupal de Apoyo: **7€** por sesión y persona
-  Talleres: **15€** por persona (talleres de 2 horas)
-  Ciclo Completo 6 Talleres: **85€**

Grupos Terapéuticos de Apoyo

Algunas ventajas de la terapia en grupo

12
Personas
Máximo

Potencia curativa de la comunidad
Aprendizaje por imitación
Desarrollo de relaciones sociales
Reducción de costes

Normas de convivencia en el grupo

Confidencialidad: Lo que se cuenta en el grupo, se queda en el grupo.

Responsabilidad: Hablo por mí misma.

Respeto: Escucho sin interrumpir ni juzgar.

Coordinados y
Dirigidos por
Psicóloga

Imprescindible
Reserva de Plazas:

info@centropsicologiaventura.es
Teléfono/whatsapp: 695 55 34 61

Grupos en proceso de formación:



Grupo de Crecimiento Personal

Lunes de 20.30 a 22.00

A quien va dirigido: personas que desean conocerse más a si mismas y desarrollar su potencial humano y relacional.



Grupo de Apoyo a Procesos de Separación

Martes de 20.30 a 22.00

A quien va dirigido: has vivido una separación sentimental recientemente y te gustaría compartir tu dificultad con otras personas en tu misma situación.



Grupo para Mejorar las Habilidades Sociales

Jueves de 20.30 a 22.00

A quien va dirigido: te gustan las relaciones sociales pero te gustaría mejorar la gestión de tus emociones, ser más asertivo y aumentar tu autoestima para relacionarte mejor.



Grupo Ser Mamá

Horario por determinar

A quien va dirigido: estás llena de amor por tu hijo/a pero nadie te contó las dificultades que los cambios de la maternidad traerían a tu vida y te gustaría compartir experiencias e inquietudes con otras mamás.

Requisitos para interactuar en grupo:

Ser mayor de edad y poseer capacidad socioafectiva para interactuar con **respeto** y **atención**. Si padeces una enfermedad mental diagnosticada puedes ponerte en contacto con nuestro centro para que valoremos la opción más beneficiosa para tí.

Talleres

A través de nuestros talleres terapéuticos pondrás en práctica habilidades y recursos que te ayudarán a mejorar tu bienestar emocional.

GRATUITOS (Introdutorios): Viernes de 20.30 a 22.00

En Positivo: Introducción a la Psicología Positiva

A 1ª vista: habilidades sociales para encontrar pareja

Construyendo la pareja: pasión, intimidad y compromiso



CICLO EN POSITIVO (6 talleres)

COMPLETO 85€

Ciclo de 6 talleres basados en las teorías y prácticas de la **Psicología Positiva**. Exploraremos temas como el optimismo, la gratitud, la resiliencia, las fortalezas personales, el bienestar y la autoestima. Para más información puedes pedirnos el programa completo en info@centropsicologiaventura.es.



Actividades Sociales (Gratis)

Por medio de las actividades sociales, sin objetivos específicamente terapéuticos, queremos impulsar la creación de comunidades locales que fomenten la amistad y el bienestar.



Psico Club

Grupo de encuentro mensual, 2º viernes 20.30-21.30

Debate y lectura sobre temas de psicología y autoayuda.



Mindfulness Autodidacta

Grupo de encuentro mensual, 4º viernes 20.30-21.30

Apoyo al programa online gratuito *Palouse Mindfulness*.



Charlas de expertos y Tertulias abiertas

Viernes de 20.30 a 21.30

Sobre temas de salud, bienestar, relaciones personales etc.



Amigos Ventura

Consulta nuestro grupo de facebook

Club de ocio sociocultural para adultos. ¡Únete a nuestro grupo de facebook y apúntate a las quedadas!

¡No olvides reservar tu plaza antes de venir!

Para solicitar más información sobre fechas de próximos talleres y actividades:

info@centropsicologiaventura.es

AGENDA

GRUPOS TERAPÉUTICOS DE APOYO **7€**

Grupo de Crecimiento Personal

Lunes de 20.30 a 22.00

Grupo de Apoyo a Procesos de Separación

Martes de 20.30 a 22.00

Grupo para Mejorar las Habilidades Sociales

Jueves de 20.30 a 22.00

Grupo Ser Mamá (Horario a determinar)

TALLERES GRATUITOS DE INTRODUCCIÓN

Viernes de 20.30 a 22.00

En Positivo: Introducción a la Psicología Positiva

A 1ª vista: habilidades sociales para encontrar pareja

Construyendo la pareja: pasión, intimidad y compromiso

CICLOS COMPLETOS DE TALLERES

CICLO EN POSITIVO (6 talleres) **COMPLETO 85€**

optimismo, gratitud, resiliencia, fortalezas personales, bienestar y autoestima

ACTIVIDADES SOCIALES GRATUITAS

Psico Club club de lectura y debate sobre psicología

Mindfulness Autodidacta grupo de seguimiento

Charlas y Tertulias sobre salud, bienestar, relaciones

Amigos Ventura club de ocio sociocultural para adultos

Solicita más información sobre las fechas de los próximos talleres y actividades en info@centropsicologiaventura.es



AGENDA ONLINE

www.centropsicologiaventura.es

¡Suscríbete a nuestras novedades y mantente informada!

