

ANSIEDAD Social

Tienes dificultades al:

- Hablar en público
- Reuniones sociales
- Comer frente a otras personas
- Iniciar conversaciones o tener citas
- Ir al trabajo
- Entrar a lugares con gente ya sentada

Te ayudaremos a

ENTENDER, AFRONTAR
y SUPERAR esas situaciones

4 sesiones

Programa
Ansiedad Social

Consulta tarifas con y sin seguro médico

CLÍNICAS DE
MEDICINA
AVANZADA



ANSIEDAD SOCIAL

Programa Completo

¿Qué trabajaremos?

- ✓ Qué es la ansiedad social y cómo actúa
- ✓ Técnicas para manejar pensamientos negativos
- ✓ Exposición progresiva en un entorno seguro
- ✓ Entrenamiento en habilidades sociales
- ✓ Herramientas para tu día a día

(No sustituye terapia individual si esta es necesaria)

¿Cómo es el programa?

Duración: 4 sesiones (cada 15 días)

Terapia grupal, con ambiente empático y confidencial

Coordinado por profesionales en salud mental

INSCRIPCIONES ABIERTAS

Plaza Limitadas

C/María Zambrano, 3 Local 29-30 - 28522 - Rivas Vaciamadrid

 91 485 35 87 www.medicinaavanzada.com

Síguenos en



@clinicademedicinaavanzada