



PSICOTERAPIA ADULTO

Un espacio libre de juicios para
pausar, autoentender tus procesos y
reencontrar tu equilibrio.



1 ¿Qué es la psicoterapia?

Un proceso confidencial para comprender pensamientos, emociones y conductas, y fortalecer recursos personales.



2 ¿Cuándo puede ayudar?

Ansiedad, depresión, duelos, crisis, conflictos personales o laborales, autoestima y crecimiento personal.



3 Enfoques disponibles

TCC, DBT, Psicoanalítica, Humanista, Vincular, EMDR y evaluaciones psicométricas según necesidad.



TCC



DBT



Psicoanalítica



Humanista



Vincular



EMDR



Evaluaciones
psicométricas



4 ¿Qué favorece?

Equilibrio emocional, autoconocimiento, afrontamiento saludable y vínculos más sanos.

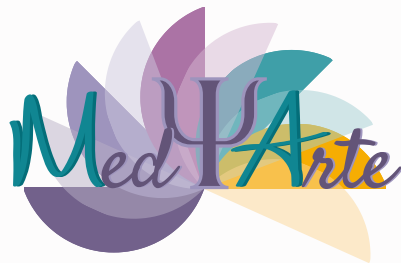


5 Atención

Modalidad presencial y online, con un enfoque ético, cálido y centrado en el bienestar.



*Cuidar tu salud mental
también es una forma de avanzar.*



Psicoterapia para Adultos en MedyArte

Un espacio seguro para comprender, sanar y avanzar

¿Qué es la psicoterapia?

La psicoterapia es un proceso de acompañamiento profesional que se desarrolla entre el terapeuta y el consultante, basado en el diálogo, la confidencialidad y la confianza. Su propósito es comprender y transformar pensamientos, emociones y conductas que generan malestar, promoviendo el bienestar emocional, la salud mental y el desarrollo personal.

A través de diversas técnicas y enfoques terapéuticos, el proceso psicoterapéutico permite identificar patrones repetitivos, resignificar experiencias dolorosas y fortalecer herramientas de afrontamiento saludables.

¿Cuándo es útil la psicoterapia?

La psicoterapia es útil en múltiples situaciones, entre ellas:

- **Trastornos de salud mental:** Ansiedad, depresión, fobias, trastorno bipolar, TOC, estrés postraumático, entre otros.
- **Afrontamiento de crisis o eventos estresantes:** Duelos, rupturas, conflictos familiares o laborales, enfermedades, pérdidas significativas.
- **Crecimiento personal:** Mejora de autoestima, autoconocimiento, relaciones más sanas, toma de decisiones.

Enfoques y servicios disponibles en MedyArte:

- Terapia Cognitivo-Conductual (TCC)
- Terapia Dialéctica Conductual (DBT)
- Terapia Psicoanalítica
- Terapia Humanista
- Terapia Vincular (parejas y relaciones significativas)
- Terapia EMDR (para trauma y eventos emocionalmente intensos)
- Evaluaciones Psicométricas (según requerimiento clínico o institucional)

¿Cómo elegir a tu terapeuta?

Es fundamental sentirte cómodo y seguro con quien te acompañará. En MedyArte, nuestros profesionales cuentan con formación clínica acreditada, experiencia supervisada y una vocación profunda por el cuidado de la salud mental. Te ofrecemos una atención personalizada y adaptada a tus necesidades emocionales y contextuales.

La psicoterapia es una herramienta poderosa para:

- ✨ Recuperar tu equilibrio emocional
- ✨ Comprender tus pensamientos, conductas y emociones
- ✨ Superar crisis o duelos
- ✨ Fortalecer tu identidad y tus vínculos
- ✨ Avanzar hacia una vida más plena y consciente

***Invertir en tu salud mental es el acto de respeto más profundo hacia tu propia vida.
Elige habitar tu presente con tranquilidad, seguridad y total consciencia.***

Si estás listo para dar el paso hacia tu bienestar emocional, conversemos.

☎ +56 9 9138 6858 – MedyArte