

Dossier Informativo

Psicoterapia

Coaching

2012

Psicología
Escolar

Formación

ÍNDICE

DATOS DE CONTACTO DE BLISS ESPACIO DE PSICOLOGÍA	Pág. 3
PROFESIONALES DE BLISS	Pág. 3
PROYECTO BLISS	Pág. 4
EL CENTRO	Pág. 4
BLISS TERAPIA	Pág. 5
Adultos	Pág. 5
Niños	Pág. 5
Adolescentes	Pág. 6
Terapia de de pareja y terapia de familia	Pág. 6
Sexualidad	Pág. 6
Terapia Bliss online	Pág. 7
BLISS EDUCACIÓN	Pág. 8
Particulares	Pág. 8
Centros y Entidades Educativas	Pág. 8
BLISS FORMACIÓN	Pág. 10
BLISS COACHING Y ALTO RENDIMIENTO	Pág. 10
Artes Escénicas	Pág. 11
Ámbito deportivo	Pág. 11
Profesionales	Pág. 11

Para saber más, consulte nuestra web o visítenos en Twitter y Facebook.

DATOS DE CONTACTO

Bliss Espacio de Psicología se encuentra ubicado en Majadahonda, en la calle Puerto de los Leones, número 2, 3ª Planta, Puerta 6.

Nuestros teléfonos de contacto son 916 347 650 y 617 946 608.

E-mail: blisspsicologia@gmail.com

Web: www.blisspsicologia.com

PROFESIONALES BLISS

Elena Lanza Raggiotti. Licenciada en Psicología por la UCM. Máster en Psicología de la Actividad física y del Deporte por la UNED, Coach certificada por la Escuela Europea de Coaching y Máster en Formación del Profesorado en la especialidad de Orientación Educativa por la UCM.

Carmen Jiménez Romero. Licenciada en Psicología por la Universidad de Málaga. Máster en Sexología y Terapia de pareja por el Instituto de Psicología de Málaga. Curso de Aptitud Pedagógica por la Universidad de Málaga. Doctoranda del Departamento de Psicología Básica II de la UNED.

Ana Saro Moncloa. Licenciada en Psicología y especialidad en Psicología Clínica por la UCM. Diplomada en Psicoterapia Dinámica por la Fundación Luis Cencillo de Pineda. Máster en Educación Especial por la Universidad de Huelva y CAP por la facultad de Educación de la UCM.



Ana Saro



Carmen Jiménez



Elena Lanza

PROYECTO BLISS

BLISS Espacio de psicología nace para ofrecer servicios integrales de salud psicológica. Su objetivo es la mejora de la calidad de vida de sus clientes y pacientes, a través de la aplicación de la Psicología, de sus herramientas y técnicas, en cuatro áreas de especialización en las que desarrollamos nuestra actividad profesional:

Psicoterapia y Desarrollo Personal
Ámbito Educativo
Ámbito Empresarial
Ámbito De Coaching-Alto Rendimiento



NUESTRO CENTRO



BLISS TERAPIA

Es el área dedicada a la terapia de personas adultas, adolescentes, niños, así como a la terapia de pareja, de familia y sexual. Partiendo de una perspectiva cognitivo-conductual, trabajamos con las técnicas de los principales paradigmas de la Psicología, sabiendo que cada caso es único, y por lo tanto la combinación de dichas técnicas también ha de serlo.

ADULTOS

El ritmo de vida actual, las demandas familiares, sociales y personales, propician la manifestación de síntomas, o bien, si éstos estaban latentes, precipitan su aparición. Estos síntomas reflejan la existencia de distintas problemáticas más profundas, y presentan diversos grados: desde interferir ligeramente en la calidad de vida, hasta la incapacitación. Así mismo, se pueden presentar en uno o más ámbitos de la vida. Desde Bliss utilizamos la Psicología, sus estrategias y técnicas, como una herramienta eficaz para resolver estas dificultades y problemas. Nuestro ámbito de actuación en la Terapia de Adultos recoge el tratamiento psicológico para: depresión, depresión postparto, ansiedad y estrés, trastornos de alimentación, problemas del sueño, adicciones, vigorexia, trastorno de estrés postraumático, adaptación a situaciones difíciles, estrés en el trabajo, acoso laboral y síndrome de “burnout”, trastornos de personalidad, atención psicológica en problemas de salud y bienestar físico (dolor crónico, fibromialgia, fatiga crónica, colon irritable...), inteligencia emocional, autoestima y habilidades sociales.

NIÑOS

Durante la infancia tienen lugar los procesos de desarrollo físico, intelectual y emocional de la persona. Se trata de una etapa especialmente compleja, que necesita de un entorno equilibrado, y positivo para los niños. Muchas veces la realidad impone a las familias una serie de factores que dificultan las condiciones en las que se desarrollará el pequeño, ya sean médicas, familiares, laborales o sociales, que terminan por provocar alteraciones en la psique de los niños. En Bliss tratamos estas problemáticas con el objetivo de lograr un crecimiento y desarrollo personal adecuado y adaptado a las circunstancias de cada caso. Algunas de las más frecuentes son: TDAH, depresión, trastornos de ansiedad, trastornos del sueño, control de esfínteres, adicciones, acoso escolar, problemas y trastornos de alimentación, problemas y trastornos de conducta, desarrollo emocional y social, hábitos de autonomía en discapacidad.

BLISS TERAPIA

ADOLESCENTES

La adolescencia es una etapa cargada de cambios físicos, psicológicos y emocionales a través de la que el niño se convierte en adulto. Estos cambios pueden generar en ocasiones conflictos tanto para el propio adolescente como para el entorno familiar.

En Bliss abordamos la problemática que rodea al adolescente: ansiedad, depresión, agresividad, estrés, problemas en las relaciones sociales, timidez, problemas de decisión laboral o académica o la adicción a las nuevas tecnologías.

TERAPIA DE PAREJA Y TERAPIA DE FAMILIA

En los tiempos en los que vivimos las parejas deben sortear unos niveles de estrés importantes. Los problemas económicos, laborales, familiares, diferentes ritmos de crecimiento personal, la salud, o la misma rutina, provocan tensiones que debilitan los vínculos que han establecido entre ellos. Desde Bliss analizamos la situación propia de la pareja, y de ambas personas individualmente, para, a través de la terapia, ayudarles reencontrarse, a reconducir su relación, a descubrir qué les sucede y de qué manera pueden ambos mejorar como pareja y como personas.

Desde Bliss realizamos la terapia indicada para trabajar las siguientes situaciones: infidelidad, dependencia, problemas de comunicación, desconfianza, compromiso, intimidad, rupturas, separación y divorcio, monotonía y reactivación del deseo.

TERAPIA FAMILIAR. En Bliss entendemos la familia y su entorno como un conjunto de elementos en interacción, siendo que lo que acontece a cada uno de sus miembros influye necesariamente en los demás, así como en la relación que entre ellos se establece. Por ello, en Bliss realizamos la terapia partiendo de un enfoque sistémico de las relaciones, trabajamos con cada miembro de la familia y con toda la familia a la vez, abordando el problema desde todos los perfiles de la unidad familiar.

SEXUALIDAD

La sexualidad se ha convertido para muchos en una barrera infranqueable. La falta de pareja estable, o precisamente, el tenerla, la desinformación, la vergüenza, las expectativas, la ansiedad, el ritmo de vida, el miedo, la educación o la salud afectan a los individuos y a las parejas.

Cont.

BLISS TERAPIA

SEXOLOGÍA (cont.)

Los trastornos sexuales se producen en un alto porcentaje de la población, y dan lugar a un elevado grado de sufrimiento personal, que además culturalmente se tiende a ocultar como si se tratara de un estigma, y desde luego en casi la totalidad de los casos provocan problemas de pareja. Un trastorno sexual de causa médica, funcional u orgánica, que debe tratarse por facultativos médicos, puede causar problemas psicológicos que necesitan tratamiento propio, pero también en los casos en que la causa médica está descartada, pueden ser los problemas psicológicos los que den lugar al trastorno sexual. En ambos casos la terapia sexual que desarrollamos en Bliss, basada en el enfoque cognitivo-conductual, pretende restablecer el equilibrio y la armonía en la propia sexualidad y en la sexualidad en pareja, potenciando el desarrollo total de la persona en todos sus ámbitos.

Realizamos terapia para tratar: eyaculación precoz y disfunción eréctil, anorgasmia, falta de deseo, parafilias, vaginismo, dispareunia, emociones negativas hacia la sexualidad, autoconocimiento, desarrollo y aceptación de la propia sexualidad.

BLISS TERAPIA ONLINE

Con la actual situación económica, muchos profesionales han decidido desarrollar su labor fuera de nuestras fronteras. El desarraigo del entorno social del propio país, pensar y trabajar en otro idioma, adaptarse a las nuevas condiciones climáticas, sociales y familiares, junto a la presión de no poder “fallar” para así lograr la estabilidad económica tanto en el país de recepción como en el de procedencia, puede dar lugar a que la persona sufra diversos trastornos psicológicos: depresión, estrés, desrealización etc. En esta situación buscar un profesional de la psicología para realizar terapia en un idioma que no es el propio, es complicado, un gasto excesivo (ya que la terapia fuera de España es mucho más cara), y además poco operativo, ya que cuando se habla de sentimientos y estados de ánimo es preferible que te atienda un profesional que maneje perfectamente el idioma del paciente, que conozca el país de origen y comprenda los cambios a los que el paciente se está enfrentado en su día a día.

Desde Bliss pretendemos ofrecer esta terapia a través de la plataforma Skype, adaptándonos al horario y tiempo de nuestros pacientes, para dotarles de las herramientas necesarias y que así puedan adaptarse a la nueva situación de la forma más eficaz y operativa posible.

BLISS EDUCACIÓN

Ofrecemos una respuesta eficaz e integral a las necesidades de los alumnos y alumnas, sus familias y los centros educativos, cubriendo así las demandas tanto de particulares como de instituciones.

PARTICULARES

El fracaso escolar, a pesar de las mejoras actuales en el campo de la educación, es una realidad. Los niños y adolescentes tienen problemas de concentración, dificultades de aprendizaje y de relación social, problemas derivados de las nuevas tecnologías como el ciberacoso, por nombrar algunos de los más relevantes. En muchos casos estos problemas son síntomas de otros desajustes psicológicos más profundos o de desequilibrios en su entorno familiar o escolar, en otros, estas dificultades o las situaciones vividas por los niños/adolescentes, provocan un descenso en la calidad de su aprendizaje y problemas de adaptación escolar.

Por otro lado, el actual Sistema Educativo, obliga a los adolescentes a tomar decisiones sobre su futuro, en un momento en el que están desbordados ante los cambios personales, físicos, sociales y en definitiva, de transición que están viviendo. Desde Bliss tratamos esta problemática del niño/adolescente, implicando en la intervención a padres y profesores, para optimizar su resultado y alcanzar cuanto antes el adecuado del desarrollo de los procesos de enseñanza aprendizaje, de relación con los iguales, de motivación ante el estudio, etc. En Bliss valoramos, analizamos y trabajamos: evaluaciones psicopedagógicas e informes psicopedagógicos, tratamiento individualizado de fracaso escolar, acoso escolar, inadaptación y problemas de aprendizaje. Así mismo abordamos: técnicas de trabajo intelectual, preparación de exámenes: técnicas de control de la ansiedad, y orientación académico-profesional.

Para el aprendizaje de técnicas de estudio, Bliss ofrece la posibilidad de trabajar en el domicilio del estudiante.

CENTROS Y ENTIDADES EDUCATIVAS

En Bliss creemos en el valor añadido de la Psicología aplicada a la Educación. Los centros educativos y otras entidades de este campo profesional, deben cuidar la diversidad de personas y estudiantes que conviven en un mismo entorno, para dar una respuesta individualizada a sus necesidades concretas.

Cont.

BLISS EDUCACIÓN

CENTROS Y ENTIDADES EDUCATIVAS (cont.)

Para poder hacerlo, es vital que reciban el asesoramiento de profesionales especializados en este campo, en psicología infantil y del adolescente, en orientación educativa y académico profesional, así como en psicología de las organizaciones. Este asesoramiento, la formación que proporcionamos y la creación de talleres y programas específicos, va a mejorar el funcionamiento del centro como un sistema vivo e interconectado, y a solucionar diversos problemas que dificultan el correcto desarrollo de las actividades: aprendizaje, socialización, integración etc., eliminando situaciones y conductas potencialmente negativas para los estudiantes, profesores y centro en general como el absentismo, la violencia, el acoso y el fracaso escolar. Para lograrlo nuestro enfoque incluye el trabajo con todos los miembros de la comunidad educativa como son los alumnos, padres, profesores, y órganos de gestión del centro.

Nuestra oferta incluye: servicios integrales de orientación educativa, académica y profesional, escuela de padres, intervenciones de choque: inteligencia emocional para la mejora de la convivencia en los centros y formación del personal educativo, desarrollando talleres en torno a las siguientes temáticas:

- Técnicas de Trabajo Intelectual
- Habilidades sociales
- Comunicación
- Inteligencia emocional
- Animación a la lectura
- Aprendizaje cooperativo
- Técnicas de dinamización grupal
- Trabajo en equipo
- Control de la ansiedad ante exámenes

BLISS FORMACIÓN

Proporcionamos una formación adaptada a tus necesidades, dirigida al mundo de la empresa y de las organizaciones, donde a través de planes de formación personalizados a las necesidades de la entidad, trabajamos diversas habilidades que van a facilitar la comunicación, el trabajo en equipo, el liderazgo y otras más. Desde una metodología dinámica, basada en el trabajo de los participantes, optimizamos las relaciones humanas y empresariales, logrando con ello mejorar la productividad, el clima laboral y los resultados. Elaboramos los planes de formación para: empresa, atención sanitaria y servicios sociales, educación, instituciones y organismos públicos, particulares.

Desde nuestros cursos trabajamos: Liderazgo, Comunicación en la gestión de equipos de trabajo, Trabajo en equipo, Trato y atención al paciente, Técnicas de comunicación, Inteligencia emocional. Por otro lado, la actual situación económica ha provocado un aumento en el número de personas que buscan empleo. Para aquellos que se encuentran en esta situación, les facilitamos herramientas que optimicen los resultados de su búsqueda laboral, herramientas que les den seguridad ante las entrevistas de trabajo, instrumentos para ampliar su campo de búsqueda de empleo, y elaborando un currículum innovador, adecuado al sector empresarial al que corresponda el perfil del candidato.

En definitiva, preparamos las entrevistas de trabajo, a través de una formación individualizada basada en el role-playing, maximizando los puntos fuertes y desarrollando áreas de mejora, y formamos en las diversas técnicas existentes para la búsqueda de empleo: internet, contactos, prensa, autocandidatura, haciendo un seguimiento del proceso, y resolviendo las dudas que se planteen durante el mismo.



BLISS COACHING - ALTO RENDIMIENTO

Desde Bliss pensamos que la Psicología debe dar un paso más allá del abordaje de problemas y trastornos, ofreciendo un servicio claramente orientado al desarrollo de las potencialidades en diferentes ámbitos de la vida, como son el personal, el deportivo y el artístico, concretado en las artes escénicas.

Nuestros pensamientos, sentimientos y emociones influyen claramente en nuestro desempeño o rendimiento, pues éste va mucho más allá de nuestra habilidad o destreza específica para realizar una determinada tarea.

ARTES ESCÉNICAS

En el ámbito de las Artes Escénicas oímos muchas veces hablar del “miedo escénico”, de la ansiedad ante los castings y pruebas, o de la dificultad para sobreponerse ante las críticas que supone su amplia exposición al público.

ÁMBITO DEPORTIVO

En el ámbito deportivo, encontramos muchos deportistas cuyo rendimiento en competición es menor del que se observa en los entrenamientos, otros que, a pesar de su calidad técnica, presentan dificultades en la toma de decisiones, o entrenadores deportivos que quieren mejorar sus habilidades de trabajo psicológico con sus deportistas.

DESARROLLO PERSONAL

Por su parte, en el ámbito personal son muchas las situaciones de la vida diaria las que nos pueden llevar a requerir un acompañamiento o ayuda para conseguir que nuestras metas y objetivos se conviertan en realidades, como son la toma de decisiones, la gestión del tiempo o la mejora de las relaciones personales.

PROFESIONALES

Las demandas de la vida laboral, nos está obligando a asumir obligaciones que hasta ahora no eran competencia nuestra. Estas nuevas funciones requieren del desarrollo de habilidades en: comunicación, liderazgo y dirección de equipos, gestión del tiempo, trato con proveedores, etc., que necesitan de un entrenamiento adecuado para poder ejercerlas de manera operativa lo antes posible. A través del Coaching, se acompaña en el proceso de autoconocimiento, toma de decisiones y establecimiento de un plan de acción de forma personalizada, al propio ritmo, y teniendo en cuenta las propias características de personalidad, para lograr alcanzar las metas planteadas.

Por todo ello, Bliss, aunando Coaching y Psicología, pone a disposición de los clientes un servicio encaminado a maximizar su rendimiento, alcanzar resultados extraordinarios, y, en definitiva, optimizar su desarrollo y calidad de vida.

