SALUD Y BIENESTAR

Es un estado de bienestar cuando el individuo es consciente de sus capacidades y puede afrontar las tensiones normales de la vida, puede trabajar de forma productiva y es capaz de hacer una contribución a su comodidad.

La salud mental no solo se refiere a problemas graves, sino más bien a problemas puntuales, cotidianos, personales, sociales, problemas familiares o de pareja que cualquier persona sana puede tener en su vida.
Ofrecemos terapias individuales de pareja y familiares para adulto, adolescente e infantil.

¿Cuándo atenderse?

- Dificultad personal
- Ansiedad
- Estrés
- Situación dolorosa
- Depresión
- Adicción
- Duelo
- Trauma
- Separación
- Problemas de pareja
- Problemas de familia
- Problemas en el trabajo

¿Por qué es importante la Salud Mental?

- Control de pensamientos SENTIMIENTOS, COMPORTAMIENTOS
- Mejora la perspectiva HACIA LOS PROBLEMAS
- Recuperación ANTE CONTRATIEMPOS
- Bienestar CONSIGO MISMO
- Buenas RELACIONES
- Capacidad de HACER FRENTE A DESAFÍOS
- Estar FÍSICAMENTE SALUDABLE
- Trabajar EN FORMA PRODUCTIVA
- Alcanzar SU POTENCIAL
- Ser un aporte A SU COMUNIDAD

"Derechohabientes de SIMNSA no requieren interconsulta para Psicología"

Visítanos: Ave. Paseo Tijuana # 406-102, Zona Urbana Río Tijuana, B. C.
Agenda tu cita: 231. 47.47 www.simnsa.com