

Grupo en habilidades sociales

Este servicio tiene por objetivo brindar estrategias para el afrontamiento eficaz de la timidez, ansiedad social, dificultades en la solución de problemas sociales y la falta de asertividad.

El grupo te permitirá:

1. Identificar las dificultades que tienes para interactuar socialmente.
2. Reaprender una manera más efectiva de comunicarte.
3. Facilitar la expresión de tus opiniones con los demás.
4. Regular los cambios fisiológicos que presentas en la interacción con los otros.
5. Opciones para poder establecer y mantener conversaciones.
6. Y lo más importante coincidir con personas que presentan estas dificultades y así poder aprender y mejorar.

Consta de 6 sesiones semanales puedes checar nuestro calendario en la página web.

Para ingresar puedes solicitar a tu médico realice la interconsulta o bien acude al área de registro una semana antes, para que se te pueda asignar un número de expediente y puedas realizar el pago correspondiente e iniciar en la fecha programada más cercana.