

Ver opciones de tipografía para la letra del nombre:

Por ej:



\*\*\*\*\*

## Inicio

### Ataques de pánico, ansiedad y crisis de angustia

Descubre qué área predomina en tu vida (cuerpo, mente y espíritu) y hallarás las respuestas que te ayudarán a superar las crisis.

¿Te animas a tomar las riendas de tu vida?. Primera sesión sin cargo

### Conocer más. (Click\*\*)

#### Click

La idea es que les aparezca un cuadro donde puedan cargar Nombre y Apellido, mail y nacionalidad. ( En ese último punto de la nacionalidad, si existe un reporte que te indique de dónde viene el mail no haría falta agregarlo).

## Sobre mi

Mi nombre es Betsabe Brandan y me dedico a la consultoría Psicológica desde el 2012.

Mi misión es **acompañarte en los procesos de cambio** y ayudarte a superar aquellas situaciones que vives con miedo, ataques de pánico, ansiedad o angustia y que te dejan paralizado sin poder tomar las decisiones que te permitirán **avanzar en tu proyecto de vida**, dejando de sentir que estás perdiendo el tiempo.

Mi método de trabajo es desde un **enfoque integral e integrativo**. Se basa en abordar la totalidad de tu persona, pero descubriendo el aspecto más preponderante de tu vida. Bajo la tríada psicológica cuerpo-mente-espíritu, aplicó de una manera más novedosa y original, las distintas herramientas que permitirán abordar las problemáticas de manera más efectiva y eficiente.

Este trabajo implica un gran desafío, ya que se trata de realizar una autoexploración y un autoconocimiento que podría cambiar tu vida drásticamente. Yo lo hice y te cuento mi experiencia.

Entonces, **¿te animas a tomar las riendas de tu vida?**

## Mi Historia

Tengo 40 años y **tomar decisiones** adentrándome en esta etapa no resultó nada fácil.

Gran parte de mi vida la pasé estudiando, trabajando y tratando de tener una vida ordenada. A veces para conformar a mis allegados, otras veces para gustarle a una pareja, o simplemente porque deseaba ingresar a un trabajo determinado.

El tiempo me fue demostrando, que vivir en piloto automático o seguir mandatos ajenos, solo generaba que se dilatará en el tiempo la **posibilidad de un buen vivir**.

**El miedo y la ansiedad** al ¿Qué dirán? ¿Qué pasará? o del ¿Que haré luego? entre otros interrogantes, me dejaban en ese incómodo e insalubre lugar donde veía que la vida seguía corriendo pero gozosa de una **falsa seguridad**.

Eso me llevó a convivir muchos años con **ataques de pánico y crisis de ansiedad**, acarreando **incertidumbres y angustias** que con el tiempo solo se volvían más intensos e incontrolables y cada día resultaban más indescifrables para quienes me acompañaban. Probé infinidad de métodos, herramientas, disciplinas hasta probé viajar por el mundo pero continuaba presa de todo aquello.

Sin embargo, en ese camino, mi cuerpo anunciaba lo que yo no era capaz de descubrir. Luego de muchas frustraciones y falta de solución, retomé mi **pasión por la psicología** y reflexionando sobre los conceptos más básicos << cuerpo - mente - alma (espíritu) >> me propuse crear mi propio método de **autoexploración y autoconocimiento**.

**Método diseñado** a mi medida, con mis deseos, mis preferencias y sobre todo mi tiempo, me ayudó a **priorizar cada aspecto** y darle el equilibrio y la atención que merecían. Trabajar de manera clara y simple. Consciente y responsable. Identificando miedos y deseos. Hizo que un día me encontrara lista para **tomar las verdaderas riendas de mi vida** y cambiarlas drásticamente, logrando dejar atrás los mandatos, obligaciones, acomodar viejas heridas y redirigir **mi proyecto de vida**.

Luego de atravesar aquel largo y angustiante proceso, **me convertí** en quien soy hoy en día, una mujer **segura e independiente** emocional y corporalmente. Logre un desarrollo y expansión profesional sin fronteras. Pudiendo tomar **decisiones** desde la **convicción** y siendo más **asertiva**. Pero sobre todo me convertí en un **SER LIBRE**.

## Servicios

Terapias individuales

Abordaje Ataques de Pánico y Crisis de ansiedad

Psicoeducación

Trabajos en grupo

Creación de talleres a medida.

Charlas de prevención Psicosocial

Orientación vocacional y proyecto de vida

Acompañamiento de crisis de desarrollo.

Primera sesión de acercamiento sin cargo.  
Modalidad online y/o presencial.

### **Contacto**

Redes sociales  
(Instagram - face)

Wapp 54 9 11 4439-5508 (Ideal si se puede linkear para que abra el wapp directamente)

Mail: [psico.brandan@gmail.com](mailto:psico.brandan@gmail.com)