

## Formación

---

- Licenciado en Psicología
- Máster en Psicología  
Clínica y de la Salud.



Mario Gómez Psicólogo

---

Teléfono: 660962760

Facebook: Mario-Gómez-Psicólogo

Email: mario.gomez.martinez1@gmail.com

Web: [www.mariogomezpsicologo.com](http://www.mariogomezpsicologo.com)

C/Jabonerías nº 2-1º A, Murcia



Psicólogo  
**Mario Gómez  
Martínez**

---

psicólogo  
**mario gómez  
martínez**



## Dificultades más frecuentes en adultos

Entre los problemas más frecuentes que tratamos en la consulta están los siguientes:

- Ansiedad
- Depresión
- Baja autoestima
- Estrés laboral
- Déficit de Habilidades Sociales

Y muchos otros. No dudes en preguntar cualquier duda que pueda surgir.

## Terapia de adultos

A lo largo de nuestra vida, se nos presentan dificultades o situaciones que nos sobrepasan, y que, llegado un momento no sabemos resolver por nosotros mismos.

- En la psicoterapia u orientación psicológica, podemos llegar a comprender mejor el proceso que estamos pasando, ordenar nuestras ideas y gestionar adecuadamente las emociones que sentimos.
- Se trata también de aprender una serie de recursos o habilidades para enfrentarnos al problema que nos preocupa y para problemas que aparezcan en el futuro.
- Esta terapia se adapta al caso concreto de la persona y a sus necesidades.

## Terapia de pareja

La pareja es una realidad cambiante y en el transcurso de la misma pueden aparecer problemas de incomunicación, dependencia, monotonía o infidelidad.

- La terapia de pareja consiste en intervenir con los dos miembros de la misma considerando su relación de interdependencia y reciprocidad.
- Se trata de fomentar la comunicación y poder expresar nuestros deseos y pensamientos de forma libre pero sin dañar al otro miembro de la pareja.

