

Servicio de ORIENTACIÓN Y PSICOTERAPIA

Decidir

el futuro,
la carrera, el máster,
la identidad,
la imagen corporal,
la pareja,
la sexualidad,
la orientación sexual,
los conflictos relacionales,
...

**No estás sol@
Te podemos ayudar**



C/ Sarriés, 2-4 bajo
31014. Pamplona
Tfno. **600 930 110**
sop@xilema.org

¿Quién soy yo? ¿Qué será de mi futuro?

Ser joven es una presión sin espacio de reflexión. Se ha de priorizar lo urgente por lo importante: decidir los estudios, la carrera, el máster, tu futuro laboral, la imagen corporal, dudas sobre tu identidad y orientación sexual, la elección de pareja y la aparición de conflictos relacionales.

Sin saber ni cómo ni por qué...

Sientes un futuro incierto y surgen preocupaciones angustiantes y paralizadoras. El miedo, la ansiedad y la angustia que causan los exámenes y el futuro incierto son múltiples.

Sientes que no descansas como antes y que recurres a conductas de escape: alcohol, hiperconectividad a las redes sociales, drogas, promiscuidad, adicción a series, etc.

Tu vida se ha paralizado...

Las preocupaciones te agobian, el humor te cambia, te bloqueas y no sabes con quién hablar. Las emociones te hacen sufrir, la ansiedad y tristeza a veces te llevan a tener ideas reiterativas, conductas confusas, autolesivas y/o suicidas.

Estas preocupaciones son habituales en esta edad. Con la ayuda de un equipo profesional se pueden solucionar.

**Llámanos
Podemos ayudarte**

Equipo profesional especializado compuesto por psicólogos/as sanitarios/as.

**C/ Sarriés, 2-4 bajo
31014. Pamplona**

**Tfno. 600 930 110
sop@xilema.org**