SESIONES INDIVIDUALES

Alba Gerber

Psicología integrativa y manifestación

¡Qué bien que estés aquí!

Sea cual sea tu motivo de consulta, seguro que llevas un tiempo dándole vueltas. Este paso es muy poderoso. ¡Enhorabuena!

La vida nos presenta retos constantemente. Es su forma de recordarnos que la clave de nuestra existencia es aprender, seguir creciendo para florecer.
Algunos de estos retos se atraviesan mejor de la mano de una guía, para eso estoy aquí.

En este documento encontrarás todos los detalles sobre mi forma de acompañarte en tu proceso de crecimiento y expansión.

¡Empecemos!

Cómo trabajo en terapia

Mi labor es guiarte y ayudarte a encontrar en tu interior las respuestas que necesitas. Estoy segura de que tienes la capacidad de sanar. En terapia te guío a ver aquello que aún no puedes ver para poder integrarlo, transformarlo, crecer.

En mis sesiones le doy especial importancia a la creación de un vínculo cercano que nos permita explorar tus necesidades desde un lugar seguro. Mi visión es integrativa: me acerco a tu proceso teniendo en cuenta mente, cuerpo, espíritu y entorno.

Exploraremos tanto tu sombra como tu luz, creando espacio para desbloquear y manifestar lo que deseas, ya sea material, emocional o relacional. Para conseguirlo utilizo técnicas como las visualización terapéutica, la respiración o la escritura.

Si algo me encanta de mi profesión es cuidar el proceso de cada clienta ofreciendo un servicio de calidad y cercano. Te sentirás sostenida de principio a fin.

"Te guío en la aventura de conocerte, confiar en tu esencia y desde ahí manifestar lo que quieres".

Servicios

Nuestras necesidades terapéuticas no siempre son iguales.
Por eso te ofrezco dos formatos de sesión para que puedas elegir lo que mejor se ajusta al momento que estás viviendo.

SESIONES AGUA

Sesiones periódicas online para abordar tu proceso terapéutico y de manifestación de forma profunda.
Las sesiones son intensas y para que tengas oportunidad de integrar lo visto en sesión nos veremos mínimo cada 2 semanas.
Elije este formato si quieres trabajar en diferentes temas vitales y te sientes comprometida a mantener constancia en tu proceso.

60€

SESIONES LUZ

Una única sesión que te aportará claridad sobre algún tema concreto. Mi objetivo es poder darte luz sobre lo que estás viviendo y proponerte una estrategia para continuar.
Elige este formato si necesitas un toque de luz sobre algún tema puntual en el que te sientes bloqueada.
También son geniales como recordatorio si ya has acabado tu proceso terapéutico conmigo.

90€

Información práctica

Duración y formato

Las sesiones tienen una duración de 1h, aunque si así lo necesitamos nos extenderemos hasta 1h30'.
Nos encontraremos online, a través de google meet. Te enviaré el enlace por email el día antes de la sesión.

En el caso de las Sesiones Agua, en la primera sesión valoraremos la periodicidad de las sesiones y lo iremos ajustando a tus necesidades.

Las Sesiones Luz, por su formato en forma de consulta única, están pensadas para momentos puntuales y entre ellas te recomiendo un mínimo de 2 meses.

Entre sesiones

Tanto en las Sesiones Agua como en las Sesiones Luz, tras cada encuentro te enviaré un email muy completo con la información que hayamos visto. Para que en sesión te olvides de tomar nota y puedas hacer "click" con el contenido escrito.

Además, incluiré propuestas de acción para que sigas avanzando y líneas terapéuticas para futuras sesiones.

Proceso de pago

Puedes abonar cada sesión mediante transferencia bancaria o bizum una vez reservada. Encontrarás los datos en el email.

Reserva, cambio y anulación de tu sesión

Tu sesión quedará reservada una vez me la hayas confirmado vía email.
Si necesitas reprogramar una sesión, recuerda que puedes hacerlo con total tranquilidad hasta 24 horas antes. Escribeme un email a hola@albagerber.com y reprogramamos la cita.
No se acepta la anulación de la sesión salvo en excepciones concretas: hospitalización, accidente, enfermedad.

Ah! Una cosa más...

Prepara tu tiempo y espacio para la sesión de forma que sea confortable y acogedor.
Hazte con una bebida rica y pónte ropa cómoda. Si te apetece enciende una vela o sahumerio a modo de ritual. Hagamos de este encuentro un momento sagrado de autocuidado.

Puede que tras la sesión sientas ganas de tener un tiempo para ti e integrar lo vivido. Te propongo que no planifiques nada "denso" para después.

Alba Gerber
Psicóloga Integrativa y facilitadora de procesos de manifestación.
Colegiada nº.21142.

Alba Gerber

Psicología integrativa y manifestación.

Visita mi web
www.albagerber.com

Sígueme en instagram
@albagerber