

PATRICIA CONTRERAS

Psicóloga General Sanitaria

Nº Col: M-42828

FORMACIÓN ACADÉMICA

- **Grado en Psicología** por la Universidad de Alcalá. (2019-2023)
- **Cursos en formación de Apego.** Grupo laberinto (2023)
- **Curso Primeros Auxilios Psicológicos.** Universidad autónoma de Barcelona (UAB) (2024)
- **Máster En psicología General Sanitaria** por la Universidad de Alcalá. (2023-2025)
- **Curso experto en inteligencia emocional.** Aepsis (2025)
- **Cuso en tratamiento de la Autoestima.** Aepsis (2025)
- **Curso de intervención con IFS.** Un refugio para psicólogas (2025)
- **Máster en Psicoterapia Integradora.** Método Atlas. (Actualmente)

EXPERIENCIA PROFESIONAL

Mi nombre es Patricia, y desde mis primeros años de formación en Psicología, he sentido un gran interés por acompañar a las personas en sus procesos de cambio y desarrollo personal. Como profesional, me interesa acompañar a cada persona en su proceso personal, creando un entorno de comprensión y respeto donde pueda explorar sus emociones y experiencias con seguridad. Para ello, considero fundamental combinar la escucha activa y la empatía con estrategias adaptadas a las necesidades de la persona, promoviendo el desarrollo de sus recursos internos y el avance hacia un mayor bienestar emocional, siempre desde una mirada integradora y orientada a los objetivos.

En cuanto a mi trayectoria profesional, comenzó durante mis estudios universitarios. En estos años, he tenido la oportunidad de colaborar con diferentes clínicas, escuelas y centros privados, participando en evaluación e intervención clínica, supervisión de casos y desarrollo de materiales psicoeducativos. Además, he participado durante varios años en un voluntariado, acompañando a niños en riesgo de exclusión social. Cada experiencia me ha permitido enriquecer mi práctica y conocimientos, así como, mejorar mis habilidades terapéuticas y mi capacidad de acompañamiento individualizado.

En mi actual práctica profesional, compagino mi colaboración en distintos centros clínicos, realizando procesos de evaluación, intervención y crecimiento personal. Además, sigo en continua formación, realizando el Máster en Psicoterapia Integradora.

Todo ello, sigue reforzando día a día mi vocación y mi propósito de acompañar a las personas desde un espacio seguro y empático, facilitando que puedan comprender sus emociones, pensamientos, fomentar su bienestar emocional y apoyar en los cambios de manera respetuosa y colaborativa.