

## ANÁLISIS Y TÉCNICAS DE CONTROL DEL MALESTAR Y LA ANSIEDAD



**Área:** Sanidad  
**Modalidad:** Presencial  
**Duración:** 3 h  
**Precio:** 39.00€

[Curso Bonificable](#)  
[Contactar](#)  
[Recomendar](#)  
[Matricularme](#)

### OBJETIVOS

El objetivo es analizar qué puertas de entrada y de salida existen hacia el malestar y la ansiedad y tratar de desmontarlas utilizando todas las técnicas precisas.

### CONTENIDOS

Analizar el porque del malestar y la ansiedad  
Técnicas de análisis  
Técnicas de control