

Grupo de terapia para adolescentes

Red adscrita  Salud Comunitaria Aragón

Temas

Juventud, Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Los espacios de terapia grupal que se ofrecen desde AFDA son guiados por psicólogos sanitarios y se ofrecen durante todo el año de manera ininterrumpida. Se trabajan estrategias de afrontamiento, recursos emocionales y adaptativos, psicoeducación y mejora de la comprensión sobre los estados de ánimo así como herramientas para la disminución de sintomatología, reducción del estrés, autocuidado y compromiso sobre su bienestar.

Las dinámicas de grupos tienen como ventaja el ayudar a aumentar los niveles de apoyo, conocimiento, crecimiento personal, aceptación, confianza y autonomía. Favoreciendo la amistad entre sus miembros.

Dirigido a adolescentes de 14 a 18 años.

Duración: Grupo continuo y abierto, lunes a las 17:00.

Disponible a través de la plataforma online, accediendo a este espacio de forma telemática.

Más información sobre este espacio en: <https://blogafda.com/2020/09/24/grupo-de-terapia-para-adolescentes/>

actualizado 15/12/2025

actualizado 14/11/2024

Imagen de la Actividad

