Grupo de terapia para jóvenes

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 afrontamietno, 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 personas de 18 a 30 años

Duración: Grupo continuo y abierto, martes 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/2016/09/15/grupo-de-terapia-para-jovenes-2/

Actualizado 17/10/2025

Población

Jóvenes (12-29 años) - Cualquiera ()

Persona de contacto

AFDA Asociación. (976443754, 691846596) (info@asociacionafda.com)

Fecha de última actualización de la actividad

17/10/2025

Situación actual de la actividad

Activa

Gratuita

Sí

Localización

Calle Santa Lucia 9 50003 Zaragoza Zaragoza Zaragoza Zaragoza Aragón España



Página web del proyecto

http://www.asociacionafda.com

Imagen de la Actividad

