Bienpensar Educación Emocional

Red adscrita Salud Comunitaria Aragón

Temas

Salud mental/Bienestar emocional.

Descripción

Escuela de padres y madres y un cursos de Alfabetización emocional

Trabajo a demanda según las peticiones de la gente y/o las administraciones. A nivel particular intervención tanto con personas adultas como con infancia y adolescencia, con todo lo referente a la inteligencia emocional: autoestima, habilidades sociales, gestión emocional...

El proyecto se llama Bienpensar Educación Emocional y el lema es "Piensa bien y te sentirás mejor" en lugar del típico "Piensa mal y acertarás" que nos han transmitido a través de la cultura popular. Los contenidos que trabajo son relacionados con la psicología diaria, sobre todo desde el punto de vista cognitivo y lo relacionado con nuestras creencias limitantes. Pero también es un conocimiento de la psique para conocernos mejor, entendernos y modificarnos en el caso de que lo consideremos necesario.

Contacto

Pilar Lopez - 635487995 - pilar@bienpensar.com

Fecha de última actualización del recurso

03/06/2025

Situación actual del recurso

Activa

Localización

Calle Domingo Miral 1 22728 Ansó Ansó Huesca Aragón España



Página web del proyecto

http://pilar@bienpensar.com