

En TuConsejería queremos apoyarte a cuidar de tu salud mental. Te brindamos distintas opciones, impartidas por profesionales de la salud mental graduados y colegiados, a precios accesibles. ¿Cómo saber qué servicio necesitas?

Consejería: para situaciones cotidianas de tratamiento inmediato.

Ej: "Tuve una discusión con mi pareja, terminamos, y es una situación que me hace sentir mucho malestar".

Terapia: para situaciones más profundas y con duración más larga.

Ej: Estado depresivo, situaciones de trauma, acontecimientos de abuso.

Orientación vocacional: para situaciones académicas

Ej: "No sé qué carrera seguir en la Universidad, y mis intereses incluyen: arte, historia, música, literatura".

Grupos de apoyo: para trabajar experiencias con otras personas.

Ej: "Soy una persona que forma parte de la comunidad LGBTQ+ y he tenido diferentes situaciones que me hacen sentir incómodx. Hay otras personas que han experimentado lo mismo, y conversarlo con ellxs me ayudará y fortalecerá mi red de apoyo".

Talleres y charlas: para conocer más sobre un tema en específico, con información fundamentada.

Ej: "Me interesa saber más sobre el ciclo de la violencia, y ya que he experimentado, me serviría tener información científica y recursos sobre ello".

Si tienes alguna duda sobre alguno de estos servicios o algún otro que no se haya presentado en esta plantilla, no dudes en comunicarte con nosotrxs a través de nuestras redes. Con gusto buscaremos una alternativa que se acople a tus necesidades.

Recuerda que si deseas iniciar un proceso, comunícate con TuConsejería a través de nuestras redes. ¡No estás solx!