

ACERCA DE NOSOTROS

Ofrecemos servicios de asesoramiento tradicionales, virtuales y presenciales en nuestras sedes de Galveston y Texas City. Nuestro objetivo es garantizar que todos puedan acceder a nuestros servicios, sin importar su nivel de ingresos. Puedes acceder a los servicios de asesoramiento del programa a través de una escala de tarifas variables, seguro, Medicaid, y programas EAP. También ofrecemos programas específicos financiados con subvenciones y que brindan servicios en escuelas, lugares comunitarios, iglesias, centros recreativos y organizaciones que brindan servicios a jóvenes.



AYUDAMOS A ABORDAR UNA
VARIEDAD DE PROBLEMAS
DIFÍCILES A TRAVÉS DE
ASESORAMIENTO
INFORMADO SOBRE EL
TRAUMA Y BASADO EN LAS
FORTALEZAS

ADMITIMOS CON GUSTO TODOS LOS
PROVEEDORES DE SEGUROS

OFICINA DE GALVESTON

2200 Market Street, Suite 600
Galveston, TX 77550

T: (409) 762-8636 F: (409) 762-4185

OFICINA DE TEXAS CITY

10000 Emmet F. Lowry Expwy, Suite 4000-300D
Texas City, Texas 77591

T: (409) 938-4814 T: (281) 576-6366
F: (409) 938-4849

Haz una cita



THE CENTER
FOR MENTAL HEALTH
& WELLBEING

ASESORAMIENTO INDIVIDUAL Y FAMILIAR



ADHD/ADD

Ira

Ansiedad

Enfermedad crónica

Terapia de pareja

Consulta

Depresión

Estrés/Conflictos familiares

Terapia

Dolor y pérdida

Asesoramiento grupal

Asesoramiento individual

Problemas matrimoniales

Terapia de juego

Preocupaciones de los padres

Problemas de relación

Estrés laboral

www.fscgal.org

ADHD/ADD

El asesoramiento para el TDAH es una forma de tratamiento que implica orientación psicológica, educación y capacitación en habilidades.

Ira

El asesoramiento para problemas de ira es un tipo de tratamiento de salud mental que ayuda a las personas a aprender a controlar su ira y a afrontar los desencadenantes.

Ansiedad

La terapia para la ansiedad implica trabajar con un terapeuta para reducir los síntomas de ansiedad. La forma más común y eficaz de terapia es la cognitivo-conductual (TCC), que ayuda a identificar y desafiar los pensamientos y comportamientos negativos.

Enfermedad crónica

La terapia puede ser un recurso útil para las personas con enfermedades crónicas. Puede ayudarle a controlar el estrés y la ansiedad que suelen acompañar a la convivencia con una enfermedad crónica.

Terapia de parejas

Es un tipo de terapia para parejas íntimas que implica la exploración de cualquier conflicto entre los miembros de la pareja, suele ser a corto plazo y se centra en problemas específicos. Este tipo de terapia puede ayudar a las parejas a mejorar su relación en cualquier etapa.

Consulta

Tiene como objetivo ayudar tanto al consultante como al sistema del cliente de alguna manera específica. La consulta de salud mental combina el conocimiento y las habilidades de la asesoría tradicional con la capacidad de llegar a los consultantes en entornos como escuelas y organizaciones pequeñas o grandes que tienen estudiantes que necesitan recibir asistencia especializada.

DIFICULTADES QUE ABORDAMOS

Depresión

La terapia psicológica es un tipo de tratamiento que puede ayudar a las personas con depresión a aprender a identificar y manejar patrones de pensamiento y comportamiento negativos que pueden contribuir a su depresión. La terapia psicológica también puede ayudarle a aprender nuevas habilidades y técnicas de afrontamiento para manejar mejor los síntomas.

Estrés/conflictos familiares

El estrés y los conflictos familiares son desafíos comunes que muchas personas enfrentan en sus vidas y pueden afectar a su bienestar físico, mental y emocional.

Terapia familiar

La terapia familiar es un tipo de asesoramiento psicológico (psicoterapia) que puede ayudar a los miembros de la familia a mejorar la comunicación y resolver conflictos. La terapia familiar suele estar a cargo de un psicólogo, un trabajador social clínico o un terapeuta autorizado.

Duelo y pérdida

El asesoramiento sobre el duelo es una forma de psicoterapia que busca ayudar a las personas a afrontar las respuestas físicas, emocionales, sociales, espirituales y cognitivas a la pérdida.

Asesoramiento grupal

La terapia grupal es una forma de terapia que involucra a un pequeño grupo de personas que comparten sus problemas e inquietudes entre sí y con uno o dos terapeutas capacitados. La terapia grupal puede brindar apoyo, perspectiva y sugerencias para el cambio a personas que enfrentan problemas similares. Este es un espacio seguro y cómodo para que los miembros interactúen y expresen sus pensamientos y sentimientos.

Asesoramiento individual

El asesoramiento o terapia individual es un proceso de conversación individual entre un cliente y un profesional capacitado. El objetivo es explorar los sentimientos, creencias y conductas del cliente y ayudarlo a cambiar o mejorar aspectos de su vida.

Problemas maritales

La asesoría para problemas matrimoniales es un tipo de terapia que ayuda a las parejas a identificar y resolver conflictos y mejorar sus relaciones.

Terapia de juego

La terapia de juego es una forma de terapia dirigida principalmente a los niños. En esta forma de terapia, el terapeuta anima al niño a explorar los acontecimientos de la vida que pueden tener un efecto en las circunstancias actuales, de la manera y al ritmo que elija el niño, principalmente a través del juego, pero también a través del lenguaje.

Preocupaciones de los padres

Algunos de los problemas de crianza más comunes que se llevan a los profesionales incluyen la rutina diaria del niño, modificaciones menores en el horario de crianza, arreglos para el cuidado de los niños, guardería y cuidado de niños, intercambios y transporte de niños, atención médica, dental y de la vista, y asesoramiento psicológico, pruebas u otra evaluación de los niños.

Problemas de relación

El asesoramiento de relaciones, también conocido como asesoramiento de parejas o terapia de pareja, es un tipo de psicoterapia que se centra en ayudar a las personas a mejorar sus relaciones románticas.

Estrés laboral

El asesoramiento para el manejo del estrés consiste en un amplio espectro de técnicas destinadas a controlar el nivel de estrés de una persona, en especial el estrés crónico, generalmente con el propósito de mejorar el funcionamiento diario.