



Consejería

Está bien no estar bien. Cuando la vida le presente problemas que tiene dificultades para resolver por su cuenta, aproveche las sesiones de consejería que ofrece su programa. La consejería le ayuda a aprender más sobre usted mismo y a mejorar su salud mental..

Razones comunes para buscar consejería

- Trabajar en temas matrimoniales
- Enfrentar una gran transición de la vida
- Para desarrollar mejores habilidades de crianza
- Manejar los cambios de humor
- Mejorar las perspectivas profesionales
- Obtener una comprensión más profunda de sí mismo
- Procesar el duelo y el trauma
- Ser más asertivo
- Para refutar los pensamientos dañinos

Luchar solo y no hacer nada nunca es la respuesta. No hay necesidad de sentirse ansioso o culpable por buscar ayuda. La consejería proporciona un ambiente conveniente, confidencial, seguro y sin prejuicios para trabajar en problemas y aprender nuevas habilidades de afrontamiento.

Características principales

- Sin costo para usted y los miembros de su hogar.
- Conveniente, confidencial y proporcionado por un tercero.
- Usted puede beneficiarse de hasta 5 sesiones de consejería prepagadas por asunto, por año.
- Reúnase con un consejero en persona, por mensaje de texto, chat en vivo, teléfono o videoconferencia.

Comience hoy mismo.

Los consejeros con licencia proporcionan apoyo para una variedad de desafíos. Para comenzar, llame a su Programa de Asistencia al Empleado al 1-800-424-6015 (TTY 711) o visite MagellanAscend.com.