

QUÉ ESPERAR de una buena terapeuta



Seguridad y una buena relación

Es importante que tu hijo(a) se sienta seguro(a) hablando con su terapeuta, y también es importante que la personalidad del terapeuta sea compatible con la de tu hijo(a).



Educación y experiencia

La terapeuta de tu hijo(a) debe tener un título avanzado y formación en el tratamiento de los problemas que está experimentando tu hijo(a).



Un plan para ayudar a tu hijo(a)

La terapeuta de tu hijo(a) debe poder explicarte cómo planea trabajar con él/ella y qué cree que ayudará a que los problemas sean más manejables.



Apertura a recibir comentarios

La terapeuta de tu hijo(a) debe estar dispuesto(a) a hablar con los cuidadores y escuchar tus comentarios y los de tu hijo(a) sobre cómo va la terapia.



RECUERDA:

- Una buena terapeuta **nunca actuará de manera sexualmente inapropiada**. No hablará con otras personas sobre el tratamiento de tu hijo(a) a menos que tú se lo pidas específicamente, y no intentará tener una relación contigo o con tu hijo(a) fuera de la terapia.
- A menos que tú o tu hijo(a) pidan específicamente un consejo, una buena terapeuta **no pasará mucho tiempo diciéndote exactamente qué hacer en la terapia**. Reconocerá que tú conoces mejor a tu hijo(a), intentará entender tus metas y valores, y te guiará de manera amable o te hará preguntas para ayudarte a encontrar la mejor manera de actuar por tu cuenta.
- Una buena terapeuta es alguien **con quien puedes sentirte cómodo(a)** compartiendo cosas y **que dedica tiempo a escucharte y comprender** las emociones y experiencias de tu hijo(a) y las tuyas.

QUÉ ESPERAR de una buena terapeuta



Seguridad y una buena relación

Es importante que tu hijo(a) se sienta seguro(a) hablando con su terapeuta, y también es importante que la personalidad del terapeuta sea compatible con la de tu hijo(a).



PREGUNTAS PARA HACER

- ¿Cómo ayudarás a que mi hijo(a) se sienta seguro(a) en la terapia?
- ¿Cómo describirías tu estilo de terapia?
- ¿Ofreces una llamada de consulta inicial para ver si eres una buena opción para mi hijo(a)?



Educación y experiencia

La terapeuta de tu hijo(a) debe tener un título avanzado y formación en el tratamiento de los problemas que está experimentando tu hijo(a).



PREGUNTAS PARA HACER

- ¿Qué tipo de título tienes y cuáles son tus áreas de especialidad?
- ¿Tienes experiencia trabajando con otros niños como mi hijo(a)?
- ¿Alguna vez consultas con otros profesionales si no estás seguro(a) de cómo tratar algo?



Un plan para ayudar a tu hijo(a)

La terapeuta de tu hijo(a) debe poder explicarte cómo planea trabajar con él/ella y qué cree que ayudará a que los problemas sean más manejables.



PREGUNTAS PARA HACER

- ¿Tienes un plan de tratamiento para mi hijo(a)?
- ¿Qué herramientas o técnicas usarás para ayudar a que mi hijo(a) mejore?
- ¿Qué puedo hacer en casa para ayudar a mi hijo(a)?



Apertura a recibir comentarios

La terapeuta de tu hijo(a) debe estar dispuesto(a) a hablar con los cuidadores y escuchar tus comentarios y los de tu hijo(a) sobre cómo va la terapia.



PREGUNTAS PARA HACER

- ¿Con qué frecuencia te reunirás conmigo para hablar sobre cómo está mi hijo(a)?
- ¿Cómo podemos darte retroalimentación cuando las cosas van bien o no van bien?
- ¿Tienes otros profesionales que puedas recomendar si sentimos que no eres la mejor opción para mi hijo(a)/nuestra familia?