

# INFORMACIÓN *para la* FAMILIA

No. 53

(Revisado 4/98)

## QUE ES LA PSICOTERAPIA DE NIÑOS Y ADOLESCENTES

Psicoterapia se refiere a la variedad de técnicas y métodos que se usan para ayudar a niños y adolescentes que experimentan dificultades con sus emociones y comportamiento. Aunque hay diferentes tipos de psicoterapia, todos dependen de la comunicación para lograr cambios en las emociones y el comportamiento de la persona. La psicoterapia puede involucrar al niño individualmente, a un grupo o a la familia. En el caso de niños y adolescentes, el jugar, el dibujar, el construir y el pretender, además del hablar, son formas importantes para compartir sentimientos y resolver problemas.

Como parte de la evaluación inicial, el psiquiatra de niños y adolescentes determinará la necesidad de la psicoterapia. Esta decisión estará basada en factores tales como los problemas actuales que presenta el niño, su historial, nivel de desarrollo, habilidad para cooperar con el tratamiento y qué tipo de intervención es más compatible con las presentes preocupaciones o inquietudes. La psicoterapia a menudo se usa en combinación con otros tratamientos (medicamentos, control del comportamiento, o trabajos con la escuela). La relación que se desarrolla entre el terapeuta y el paciente es muy importante. El niño o adolescente debe de sentirse cómodo, seguro y comprendido. Esta clase de ambiente de confianza le permite al niño expresar sus pensamientos y emociones y usar la terapia de manera eficaz.

La psicoterapia ayuda a los niños y adolescentes de varias maneras. Además de recibir apoyo emocional, les ayuda a resolver conflictos con otras personas, a entender emociones y problemas y a tratar soluciones nuevas para sus problemas viejos. Las metas de la terapia pueden ser específicas (cambios en el comportamiento, mejorar sus relaciones con los amigos), o más generales (menos ansiedad y mayor autoestima). La duración de la psicoterapia depende de la complejidad y gravedad de los problemas. Los psiquiatras de niños y adolescentes han sido específicamente entrenados y son expertos en proveer psicoterapia.

## Qué es la psicoterapia de niños y adolescentes, “Información para la familia” No. 53 (4/98)

Los padres deben de hacer las siguientes preguntas:

- C ¿Por qué se recomienda la psicoterapia?
- C ¿Cuáles son los resultados que podemos esperar ver?
- C ¿Cuánto tiempo tendrá que estar el niño en psicoterapia?
- C ¿Con qué frecuencia quiere ver al niño el doctor?
- C ¿Se reunirá el doctor sólo con mi hijo o con la toda la familia?
- C ¿Cómo nos mantendrán informados del progreso de nuestro hijo y cómo podemos ayudar?
- C ¿Cuán pronto podemos esperar ver resultados positivos?

El psiquiatra de niños y adolescentes podrá proveerle contestaciones a sus preocupaciones y preguntas.

###

El desarrollo de la serie Información para la Familia es un servicio público de AACAP (“American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”). Solicitamos su ayuda para poder aumentar la distribución de la serie; por favor, haga un donativo (deducible de impuestos) a “AACAP *Campaign for America's Kids*”. Con su ayuda, usted respaldará el esfuerzo de abogar de manera compresiva y constante por los niños y adolescentes que padecen enfermedades mentales.

Por favor, haga su cheque pagadero a AACAP y envíelo a: AACAP *Campaign for America's Kids*, PO Box 96106, Washington, D.C. 20090

La “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry (AACAP)” representa a más de 6,000 siquiатras de niños y adolescentes quienes son doctores egresados de una escuela de medicina, con por lo menos cinco años adicionales de entrenamiento en siquiatria general (adultos) y siquiatria de niños y adolescentes,

La Información para la Familia ha sido desarrollada y distribuída por la “American Academy of Child and Adolescent Psychiatry”. No se requiere permiso escrito para reproducir las hojas de uso personal o educativo, pero no se pueden incluir en material que se presente a la venta. Para comprar la serie de “FFF’s”, puede llamar al “AACAP Office Assistant” al: 1.800.333.7636, ext. 131