



Conjunto de Herramientas Para Familias de Niños Pequeños

Hoja de Consejos # 9: Encontrar un Consejero de Familia

Ya sea que esté considerando asesoramiento para miembros de la familia específicos o para toda la familia, encontrar al consejero familiar adecuado puede ser un proceso abrumador. El asesoramiento puede ser muy efectivo para ayudar a las familias a identificar sus fortalezas, resolver conflictos a problemas difíciles y manejar transiciones de vida estresantes. Los consejeros que trabajan con las familias deben ser expertos en la comprensión de la dinámica familiar y la creación de un espacio seguro donde las necesidades y preocupaciones se pueden discutir. Para ayudarle a decidir sobre un consejero para su familia, pregunte a los profesionales que está considerando las siguientes preguntas:

1. **¿Qué entrenamiento y experiencia tiene usted relacionado con el asesoramiento familiar?** El consejero debe tener una formación específica en teorías y enfoques para trabajar con las familias, ya que se trata de un área de especialidad única en la profesión de asesoramiento. Idealmente, usted puede encontrar un consejero que ha trabajado extensivamente con familias, o un consejero más nuevo que está siendo supervisado por un consejero de familia que tiene más experiencia.
2. **¿Cuál es su enfoque para aconsejar a las familias?** Existen diferentes enfoques para el asesoramiento familiar. Su consejero debe ser capaz de explicar su enfoque teórico en un lenguaje que pueda entender, sin usar términos teóricos complejos y abstractos.
3. **¿Cuántas sesiones habrá?** Su consejero puede tener un marco de tiempo en el que le gusta trabajar con familias. Sin embargo, sus necesidades y el horario pueden requerir un programa más corto o más largo. Puede que no sea posible determinar un periodo de tiempo exacto al inicio del asesoramiento, pero una vez que su consejero tenga un sentido general de los objetivos de su familia para recibir consejería, debería ser capaz de ofrecer un periodo de tiempo general para que entienda el compromiso de tiempo que se requiere.
4. **¿Cuál es el costo?** El costo de consejería y consejería familiar en general puede variar ampliamente. Debería consultar con su compañía de seguros de salud para ver si el asesoramiento familiar puede ser un servicio cubierto. Muchas veces, tener seguro de pago para consejería familiar requerirá que un miembro de la familia sea identificado como el cliente principal. Es importante informarse sobre los costos con su consejero por adelantado para que pueda tomar una decisión informada sobre cuánto puede pagar. Si no puede pagar los servicios de un consejero en particular, pregunte si pueden proporcionarle referencias a servicios más accesibles en la comunidad.
5. **¿Tiene experiencia trabajando con familias frente a nuestra situación única?** Si está buscando consejería para un desafío específico en sus relaciones familiares, puede ser útil entender si el

consejero tiene experiencia específicamente frente a esos desafíos. Ciertas situaciones familiares - como separación, divorcio o familias combinadas- pueden beneficiarse de trabajar con un profesional que está especialmente capacitado para abordar esas situaciones.

6. **¿Quiénes serán incluidos en el proceso de tratamiento?** Debido a que existen varios enfoques diferentes para el asesoramiento familiar, no todos los miembros de la familia van a asistir a cada sesión. Es importante preguntar sobre quiénes cree el consejero deben de estar presente para las sesiones y si el consejero tendrá contacto con otros que pueden proporcionar una visión adicional de la situación, como miembros de la familia extendida, maestros, consejeros escolares y pediatras.

Además de las preguntas anteriores, también es importante considerar que tan bien usted y su familia se sienten con el consejero. Es importante trabajar con alguien con quien todos se sientan cómodos. Cuanto más positivo se sientan con el consejero, más seguro se sentirán todos en explorar problemas desafiantes en sus relaciones.