



Consejería para Adolescentes: ¿Que compartirá el/la terapeuta de su hijo con usted?

Los adolescentes asisten a terapia y asesoramiento individual para adolescentes por una multitud de razones, que incluyen:

- Superar los sentimientos de tristeza, soledad y depresión
- Mejorar la confianza en uno mismo y la autoestima
- Aprender técnicas de manejo de la ansiedad y el estrés
- Como afrontar el duelo, la pérdida o un evento traumático
- Mejorar las relaciones con amigos y familiares
- Desarrollar mejores habilidades para la resolución de problemas y la toma de decisiones
- Resolver problemas académicos
- Recuperarse del abuso de alcohol o sustancias, trastornos alimentarios y otras conductas autodestructivas
- Lidiar con enfermedades crónicas u otros problemas de salud
- Superar límites y otros problemas sexuales

Si bien la participación de los padres en la vida de un adolescente es vital y usted siempre debe asumir un papel activo y de apoyo en los intereses y actividades de su hijo adolescente, existen límites en cuanto al papel activo que podrá desempeñar en el asesoramiento o la terapia de su hijo adolescente.

La Relación Cliente-Terapeuta

Ya sea que un cliente tenga ocho años u 80, la relación creada entre ese individuo y su terapeuta no se parece a ninguna otra.

Uno de los aspectos más importantes de la relación terapéutica (de hecho, uno de los aspectos más importantes de la eficacia de la terapia) es la privacidad y confidencialidad inherentes a esta relación.

Menos adolescentes y adultos estarían dispuestos a asistir a terapia si supieran que lo que revelaron en las sesiones de asesoramiento se compartiría con otros después del hecho. E incluso aquellos que asistieron a terapia en condiciones menos confidenciales estarían menos dispuestos a compartir los sentimientos y preocupaciones necesarias para la eficacia de la terapia.

Por lo tanto, los profesionales de salud mental autorizados, como psicólogos, consejeros, terapeutas y trabajadores sociales trabajan según pautas éticas que protegen las identidades y conversaciones de los clientes para que no se compartan fuera de la terapia sin el permiso escrito del cliente, comúnmente conocido como “consentimiento informado”.

Límites a la Confidencialidad y la Privacidad de su Adolescente

Existen varios límites a la confidencialidad cliente-terapeuta que afectan a clientes de todas las edades, y existen algunas áreas grises que son específicas del asesoramiento y la terapia para adolescentes. En general, si un cliente revela información sobre el abuso de un niño, una persona mayor o alguien con alguna discapacidad, la ley exige que el terapeuta reporte el abuso.

Los consejeros y terapeutas también deben informar sobre amenazas a la seguridad personal, incluidas las amenazas o intenciones de los clientes de hacerse daño a sí mismos o a otros.

Además, dado que los adolescentes se consideran menores hasta los 19 años, los consejeros y terapeutas de adolescentes siempre deben discutir cuestiones de confidencialidad con los adolescentes y los padres antes de comenzar el tratamiento.

Como se mencionó, uno de los determinantes más importantes en el éxito de la terapia y el asesoramiento para adolescentes es la relación confidencial y de confianza creada entre el adolescente y su terapeuta. Para que su adolescente confíe en su terapeuta, debe saber que este mantendrá en secreto lo que comparte.

Sin embargo, dada la singularidad de cada adolescente y las dificultades que enfrentan - sin mencionar la variación en las leyes locales, estatales y nacionales con respecto a la confidencialidad y la divulgación - a menudo existen diferencias en los acuerdos de confidencialidad que acuerdan mutuamente un terapeuta, un adolescente y sus padres.

Dicho esto, un compromiso común con respecto a la participación de los padres en el asesoramiento para adolescentes es que el adolescente proporcione a sus padres actualizaciones periódicas sobre los temas que se están trabajando en la terapia y si están progresando o no, a cambio de garantías de que el terapeuta informara al adolescente antes de que este revele cualquier información.

En general, no debe esperar que el terapeuta de su adolescente comparta nada más que información general sobre los problemas en los que está trabajando y si esta progresando o no. Las únicas excepciones son las revelaciones de abuso o amenazas a la seguridad personal mencionadas anteriormente.

Las cuestiones de confidencialidad y consentimiento informado deben ser discutidas y acordadas por el adolescente, sus padres y el terapeuta antes de comenzar el tratamiento, y su adolescente y usted deben sentirse libres de hacer cualquier pregunta sobre privacidad y confidencialidad antes de comenzar el asesoramiento.

La Importancia de su Participación en la Terapia y la Vida de su Adolescente

Cada individuo, independientemente de su edad, merece un entorno seguro y confidencial en el que pueda explorar sus vidas. Los consejeros y terapeutas profesionales se esfuerzan por brindar este espacio a sus clientes. Y este espacio seguro y confidencial es un componente fundamental para la relación cliente-terapeuta y la eficacia del asesoramiento y la terapia.

Al mismo tiempo, los padres deben desempeñar un papel activo en la vida de sus hijos y brindarles el amor y el apoyo que necesitan para convertirse en adultos jóvenes sanos y maduros.

Los padres y los consejeros adolescentes deben equilibrar estos roles para que los adolescentes aprovechen al máximo la terapia.

Esto significa que los terapeutas ocasionalmente deben compartir información sobre su cliente adolescente con los padres del adolescente que nunca compartirían si su cliente fuera un adulto. Al mismo tiempo, los padres deben estar dispuestos a brindarles a su hijo/a adolescente la privacidad y el espacio que necesita y merece, y comprender que el terapeuta de su hijo/a adolescente no revelara detalles específicos discutidos durante la terapia sin el consentimiento del adolescente.

Si le preocupan los problemas de privacidad y confidencialidad, hable de sus inquietudes con el terapeuta de su adolescente durante su primera reunión.

La capacidad de un consejero de adolescentes para trabajar eficazmente con los padres, escuchar sus evaluaciones o inquietudes, brindar sugerencias y recibir comentarios es vital para el proceso de curación. Es igualmente importante que se sienta cómodo con el terapeuta de su hijo/a adolescente para que puedan comunicarse abiertamente y trabajar juntos para crear un ambiente que le permita a su hijo/a prosperar y ser lo mejor que pueda ser.