

La infancia es una de las etapas de la vida más importantes, donde se va a forjar la manera en que el menor entienda el mundo, a sí mismo y a los demás. Que el niño se desarrolle en un entorno donde se encuentre seguro, querido y comprendido va a ser clave. Por ello es tan importante no restar importancia a los problemas y sufrimiento que puedan tener.

¿Por qué suele un niño@ necesitar ayuda psicológica?

- Por miedos, ansiedad, inseguridades.

- Por problemas de relación con otros.

- Por baja autoestima

- Por problemas escolares

- Por Problemas de adaptación

- Por problemas familiares

- Por problemas de conducta

- Por diferencias en el ritmo de adquisición de habilidades y/ o hábitos

¿Y un adolescente?

- Por depresión
- Autolesiones, intentos de suicidio.
- Ansiedad
- Problemas de control de ira e impulsos
- Problemas de relación con iguales
- Problemas de relación con padres
- Problemas escolares
- Adicciones
- Conductas delictivas
- Relaciones tóxicas
- Violencia de género

Trabajo desde el modelo cognitivo conductual y terapias de tercera generación, avaladas ambas científicamente. Dependiendo del objetivo terapéutico, problema que abordemos, trastorno subyacente y madurez cognitiva del menor hago uso de las técnicas más adaptadas a cada caso. Siempre buscando la mejora tanto a corto como a largo plazo.

Si crees que tu hijo podría necesitar ayuda, no dudes en llamarme o pedir cita y encantada solucionaré todas tus dudas. ¿Quién os atendería?, mi compañera [Cristina Garrido](#) o [yo misma](#)

Es muy importante una intervención temprana, pues un problema resuelto a tiempo puede evitar sufrimientos mayores en un futuro. Y no olvidemos lo importante que puede llegar a ser una adecuada valoración o diagnóstico, pues va a permitir comprender y nos guiará en los recursos y técnicas que pueden facilitar la adaptación del niño.

“si sigues cavando el hoyo con la pala y te das cuenta de que cada vez estás más hondo, ¿por qué no pides ayuda, para cambiar la estrategia?”