



Consentimiento informado para psicoterapia

¡Bienvenidos a Calm Science!

En primer lugar, felicidades por su decisión de buscar psicoterapia. La relación terapéutica es única porque es muy personal y, al mismo tiempo, un acuerdo contractual. Dada esta dinámica, es importante que lleguemos a un entendimiento claro sobre cómo funcionará nuestra relación y qué puede esperar cada uno de nosotros. Este consentimiento proporcionará un marco claro para nuestro trabajo conjunto. No dude en hablar de todo esto conmigo durante su cita de admisión y durante todo el proceso de psicoterapia. Lea e indique que ha revisado esta información y la acepta completando la casilla de verificación al final de este documento.

El proceso terapéutico

Por favor lea lo siguiente con mucha atención.

Ha dado un paso muy positivo al decidir buscar terapia. El resultado de su tratamiento depende en gran medida de su voluntad de participar en este proceso, que en ocasiones puede resultar en una incomodidad considerable. El tratamiento comienza con el reconocimiento y la aceptación de su voluntad de cambiarse a sí mismo de alguna manera. El reconocimiento y la aceptación de los cambios deseados son esenciales para el éxito de la psicoterapia. Mi trabajo es apoyarte a ti y a tus objetivos de cambio. Si bien nunca lo obligaré a sacar a relucir temas difíciles (y ningún terapeuta debería hacerlo jamás), recordar eventos desagradables y tomar conciencia de los sentimientos asociados a esos eventos puede provocar fuertes sentimientos de ira, depresión, ansiedad y otros sentimientos. No existen curas milagrosas y no hay un cronograma establecido sobre cuánto tiempo llevará la psicoterapia. Algunos pacientes encuentran alivio en unas pocas sesiones, mientras que otros permanecen en psicoterapia durante un año o más. No puedo prometer que su comportamiento o circunstancias cambiarán, porque eso depende únicamente de usted. Sin embargo, puedo prometerle apoyarlo y estar ahí para usted durante todo el proceso de psicoterapia. Haré todo lo posible para comprenderle y llamar la atención sobre los patrones que se repiten en tu vida. También trabajaré para ayudarte a aclarar qué es lo que quieres para ti. En ocasiones, el terapeuta debe cuestionar lo que un paciente trae al consultorio. Estoy aquí para hacerle saber que también está bien que me desafíe si cree que algo de lo que estoy diciendo es inexacto o está fuera de lugar. Ninguna emoción está fuera de discusión en psicoterapia. Puedes traer tu rabia, enojo, depresión, miedo y dolor a la sala de consulta conmigo, ya sea en persona o virtual. Estoy aquí para crear y mantener un espacio seguro para que experimentes y expresas estas emociones. No estoy aquí para juzgarte, avergonzarte, hacerte sentir mal por tus decisiones pasadas o presentes, ni para castigarte. Estoy aquí para apoyarte de la mejor manera que pueda.

A menudo me comunicaré con usted sobre cómo estamos “*nosotros*” y le preguntaremos cómo me está experimentando a mí o a mi relación con usted en una sesión determinada. ¡Me gustaría aclarar que el propósito de mi pregunta no es centrar la sesión en mí! Hacer estas preguntas a los pacientes es una piedra angular de *la terapia psicoanalítica relacional*. Es mi trabajo comunicarme con usted cómo cree que va nuestro trabajo juntos y cómo se siente al trabajar conmigo. Esto puede parecer muy extraño al principio si no ha experimentado este tipo de interacción antes, como con un entrenador, un proveedor de atención primaria o un mentor. A veces, los pacientes y los terapeutas pueden decir o hacer cosas que causen daño involuntario. Puedes sentirte enojado conmigo, sospechar de mí o sentir que te he juzgado. **Si siento que algo que he dicho o hecho lo ha lastimado de alguna manera, haré todo lo posible para reconocer, disculparme, abordar y resolver estos problemas con usted para reparar cualquier daño que esto haya causado a nuestra relación laboral.** Del mismo modo, puedes mencionar cualquier incidente en el que sientas que te he hecho daño. Este es exactamente el propósito de la psicoterapia. Cuando tengamos una relación de trabajo positiva, desarrollará las habilidades para plantearme temas difíciles e incómodos. Cuando tengamos éxito en nuestro trabajo juntos, podrá transferir estas habilidades fuera de la terapia, lo que dará como resultado cambios positivos que continuarán mucho después de finalizar la terapia.



Terminación

Trabajo principalmente con pacientes que han experimentado un trauma, muchos de los cuales han experimentado un abandono significativo en sus vidas. Terminar una relación puede ser muy doloroso para algunos pacientes, y mi trabajo es reconocer el final de la terapia y prepararlo para terminar la terapia. La relación paciente-proveedor es diferente de la relación paciente-proveedor con otros proveedores médicos, en que usted discute sus inquietudes y dolencias en un nivel mucho más profundo y con mayor frecuencia que con su proveedor de atención primaria. Debido a la naturaleza de la relación paciente-terapeuta, la terminación de la psicoterapia suele ser difícil para los pacientes, especialmente cuando la terminación es iniciada por el terapeuta. Es posible que experimente miedo, enojo, tristeza o incluso abandono cuando finalice el tratamiento. Antes de finalizar el tratamiento, haré todo lo posible para solucionar cualquier problema que tengamos, ayudarlo a encontrar un cierre en nuestro trabajo conjunto y prepararlo para el éxito una vez finalizada la terapia. Si la terminación está cerca porque ha logrado cambiar y lograr sus objetivos de psicoterapia, le haré saber que estamos cerca de la terminación y reconoceré sus éxitos. **La terminación de la psicoterapia no será una sorpresa.** A veces, los pacientes deciden terminar la terapia por falta de encaje con el terapeuta, porque sienten que el terapeuta los ha maltratado, porque ya no están progresando o por otras razones importantes, como costo, tiempo, trabajo, cambios en la vida, y transiciones o reubicación. Si hemos completado algunas sesiones juntos y siente que la terapia no le funciona o que no soy un buen terapeuta adecuado para usted, estaré encantado de escuchar sus inquietudes y ayudarlo a encontrar el mejor terapeuta para usted. Si decide terminar, le recomendaré que tengamos una última sesión para discutir su situación y ayudarlo a encontrar un terapeuta más adecuado o resolver cualquier problema que podamos tener. Si necesita cancelar su contrato porque se muda, cambia de trabajo o se va a desplegar, haré todo lo posible para ayudarlo a encontrar un terapeuta en su área para que pueda continuar el tratamiento con un proveedor calificado. Le deseo éxito, independientemente de las circunstancias, al finalizar la psicoterapia. No dude en hacerme cualquier pregunta sobre este proceso durante la cita de admisión y durante todo el proceso de psicoterapia.

Confidencialidad

El contenido de la sesión y todos los materiales relevantes para el tratamiento del paciente se mantendrán confidenciales a menos que el paciente solicite por escrito que todo o parte de dicho contenido se entregue a una persona o personas específicamente designadas. Existen limitaciones del privilegio de confidencialidad que tiene el paciente:

- Si un paciente amenaza o intenta suicidarse o se comporta de una manera que exista un riesgo sustancial de sufrir daños corporales graves.
- Si un paciente amenaza con causar daño corporal grave o la muerte a otra persona.
- Si el terapeuta tiene una sospecha razonable de que un paciente u otra víctima designada es el autor, observador o víctima real de abuso físico, emocional o sexual de niños menores de 18 años.
- Sospechas como las expuestas anteriormente tratándose de una persona mayor que pueda ser sometida a estos abusos.
- Sospecha de negligencia de las partes mencionadas en los puntos 3 y 4.
- Si un tribunal de justicia emite una citación legítima para obtener la información indicada en la citación.
- Si un paciente se encuentra en terapia o siendo tratado por orden de un tribunal de justicia, o si se obtiene información con el fin de rendir un informe pericial a un abogado.

Ocasionalmente, es posible que necesite consultar con otros profesionales en sus áreas de especialización para poder brindarle el mejor tratamiento. La información sobre usted puede compartirse en este contexto sin utilizar su nombre. Si nos vemos accidentalmente fuera de la oficina de terapia, no te reconoceré a ti primero. Su derecho a la privacidad y la confidencialidad es de suma importancia para mí y no deseo poner en peligro su privacidad.



Sin embargo, si me saluda primero, estaré más que feliz de hablar brevemente con usted, pero considero apropiado no entablar discusiones prolongadas en público o fuera de la oficina de terapia para proteger su confidencialidad.

Al firmar a continuación, reconozco que he leído, comprendido y acepto los elementos contenidos en este documento.

Firma del paciente

Fecha

Firma del tutor legal/representante

Fecha