



Información sobre la terapia y condiciones.

Es importante que leas con detalle estas páginas, porque en ellas se plantean cuestiones importantes para el desarrollo de la terapia. Si no estás de acuerdo con algún punto, por favor házmelo saber, para que podamos abordarlo.

1. Terapia:

- ¿Cómo funciona el tipo de terapia que hago?

Mi forma de trabajar se basa en un modelo psicoterapéutico humanístico, esto quiere decir que el pilar del trabajo es la relación psicoterapéutica que se establece en consulta. Tengo formación en diferentes corrientes psicoterapéuticas, y en la consulta integro lo que considero más útil para el cliente. Me reservo el derecho, según la naturaleza de tu caso, de sugerirte una derivación hacia otras terapias más convenientes para ti. A veces tardaré un tiempo en ver claramente la necesidad de la derivación, porque necesito un tiempo para valorar bien lo que te ocurre. Esta terapia no es adecuada para menores de 18 años, ni para personas con trastornos clínicos, autolesiones o ideación suicida persistente.

- ¿Cuánto tiempo dura la terapia?

Es difícil establecer un número de sesiones necesario para mejorar, hay personas que mejoran en 2 sesiones, y otras necesitan más tiempo. También depende de la peculiaridad del problema que plantees además del objetivo que quieras conseguir. Si acudes a consulta por un problema

muy concreto, probablemente notes mejoría en muy poco tiempo. Por el contrario, si quieres iniciar un proceso de autoconocimiento y de desarrollo personal, probablemente necesites más sesiones.

- ¿Qué hacemos si la terapia no funciona?

Mi método de trabajo se sustenta en el continuo feedback en cuanto a resultados, es decir, constantemente intento valorar contigo si nuestro trabajo y nuestra relación están consiguiendo que alcances tus objetivos. Si no te sientes satisfecho, trato de valorarlo directamente, tratando de que arrojemos luz sobre lo que puede estar fallando. Si en cualquier momento siento que yo no tengo la capacidad o las herramientas para poder ayudarte, trataré de plantearte la posibilidad de una derivación a algún compañero o compañera que sepamos domine la problemática que quieres abordar.

2. Citas:

-¿Cuánto duran las sesiones? ¿Tengo que pagar más por sesiones más largas?

La duración de las sesiones es de una hora. La sesión de pareja dura una hora y media.

Hay personas que necesitan más tiempo de sesión, por lo que existe la posibilidad de vernos más de una hora, y el precio va aumentando según el tiempo invertido.

-¿Cómo puedo ponerme en contacto contigo fuera de las consultas?

Durante el tiempo de terapia, puedes contactar conmigo cuando quieras, siempre que las razones sean cuestiones como cambios de hora o dudas sobre cuándo es la próxima sesión. No sería terapéutico contactar para hablar de temas más emocionales, para eso tenemos reservado el tiempo de las sesiones,

que podríamos tener, si así lo necesitas, de manera más frecuente. Puedes contactarme tanto a través de teléfono, Whatsapp o correo electrónico.

-Política de cancelaciones:

Si por cualquier razón no puedes acudir a la sesión concertada, te ruego me avises con la mayor antelación posible. Sin cancelas antes de 24 horas, no te supondrá ningún coste. Si cancelas dentro de las 24 horas de la cita, deberás abonar igualmente la sesión. No es de mi agrado cobrar cancelaciones, pero lamentablemente esta hora se quedará vacía, con el coste que supone para mí.

- Aviso de citas:

Existe la posibilidad de recordarte la próxima cita 48 horas del momento de la cita, si deseas que te envíe un recordatorio de la cita, házmelo saber.

3. Tarifas:

-¿Cuál es a tarifa?

El precio de la sesión individual de una hora de duración es de 60€. Si quieres ampliar el tiempo de sesión, podría hacerse sin problema, y el precio sería de:

1 hora y media: 80€

El precio de la sesión de pareja es de 80€, y dura una hora y media .

-¿Cómo puedo pagar?

Puedes pagar en efectivo, con tarjeta, bizum (623103196) o transferencia bancaria.

-¿Cómo debo pagar? ¿Por sesión, al mes?

Lo más cómodo es pagar por sesión, pero existe la posibilidad de pagar mensualmente.

4. Confidencialidad:

Toda la información del cliente está protegida por la Ley Orgánica de Protección de datos. Empleo el formato escrito para tomar los datos y seguimiento de las sesiones, y dichos datos son guardados en un archivador bajo llave al que yo solo accedo. Nadie, excepto yo, tiene acceso a los datos personales.

5. Riesgo suicidio alto:

Si observo riesgo de suicidio alto, tengo la obligación de informarte de la necesidad de acudir al servicio de salud mental que te corresponda dentro del sistema nacional, así como de la necesidad de avisar a familia o amigos para que contengan la situación. Si te niegas a hacerlo, será bajo tu responsabilidad, y yo podré actuar con el fin de salvaguardar tu vida. Para este fin, te pido que me dejes el nombre y número de contacto de una persona muy cercana para ti:

Yo,

Con DNI _____ firmo la presente conforme estoy de acuerdo con los términos del desarrollo de la terapia.

Compostela a _____ de _____ de 2024.

Fdo. El/ La interesado/a

Fdo. La entidad (clínica)