

# Servicios

Todos los servicios son gratuitos

- ❖ **Psicoterapia Breve**
- ❖ **Asesoramiento de crisis**
- ❖ **Recursos y Ayuda**
- ❖ **Psicoterapia**
- ❖ **Psicoeducación**
- ❖ **Terapia Familiar**
- ❖ **Grupos de Apoyo**

**St. Paul's Episcopal Church  
Iglesia Episcopal San Pablo**

7843 Park Place Blvd.  
Houston, TX 77087

**Oficina: 713-645-5031  
Consejera: 832-409-1075**

**Horario**  
martes 8am – 5pm  
miércoles, jueves 10am – 8pm  
viernes 8am – 3pm

**Facebook:**  
**St. Paul's Episcopal Church/  
Iglesia Episcopal San Pablo**



## **Programa de Psicoterapia y Salud de Comportamiento – Después del huracán Harvey**

¿Usted o un miembro de su familia a ha pasado dificultades después del huracán Harvey? ¿Ha visto un incremento en su depresión o ansiedad como resultado de Harvey o alguna otra razón? Por favor comuníquese con la Especialista de Salud del Comportamiento para ver como le puede ayudar.

# Servicios

- ❖ **Psicoterapia Breve-** 2 a 4 sesiones con la consejera enfocados en la resolución de problemas
- ❖ **Asesoramiento de crisis:** Apoyo durante una crisis donde le ayudamos aprender técnicas afrontamiento.
- ❖ **Recursos y Ayuda:** Le ayudaremos a encontrar recursos en la comunidad que le puedan ayudar.
- ❖ **Psicoterapia:** 5 sesiones o más con la consejera.
- ❖ **Psicoeducación:** proveeremos educación sobre diferentes temas.
- ❖ **Terapia Familiar:** Involucra los miembros de la familia juntos en la sesión.
- ❖ **Grupos de Apoyo:** Los grupos serán liderados por la consejera y tratarán diferentes temas.

## ¿Quién debería acudir a terapia?

¡Todos! La psicoterapia le puede ayudar a manejar el estrés, ansiedad, manejar un duelo, mejorar la dinámica familiar, establecer límites, y definir o establecer sus metas. El hecho de que busques ayuda no significa que haya algo "malo" contigo.

## ¿Qué beneficios tiene la psicoterapia?

Te da un espacio seguro para que compartas lo que está pasando con alguien que guardara confidencialidad. No serás juzgado por lo que compartas. Puedes aumentar tu auto estima, reducir estrés y tener alguien que te escuche.

## ¿Quién debería de buscar servicios o asistencia?

Si tiene depresión, ansiedad o necesita otros tipos de ayuda, comuníquese con la Especialista en Salud del Comportamiento para ver cómo puede ayudarle a usted o a su familia.

Si fue víctima del huracán Harvey que todavía experimenta dificultades, comuníquese con la Especialista en salud del comportamiento para ver cómo puede ayudarle.

## ¿Quién es la Especialista en Salud del Comportamiento?



Marisol Salgado, MA, LPC, NCC

Marisol es originaria de Houston, TX con descendencia Latina. Es bilingüe en inglés y español. Recibió su Licenciatura en Psicología y una Maestría en Consejería con enfoque en Salud Mental Clínica. Tiene experiencia trabajando con diversos problemas de salud mental, víctimas de violencia doméstica, víctimas de agresión sexual, y personas que han pasado un trauma. Durante los últimos 8 años ha trabajado en servicios sociales y se ha enfocado en dar psicoterapia los últimos 4 años. Tiene experiencia trabajando con la comunidad Latina, inmigrantes, adolescentes y adultos. Es reconocida como consejera profesional licenciada en el estado de Texas, y tiene su certificado como consejera nacionalmente.

*“La consejería no es solo para cuando estamos en una crisis, o nos sentimos tristes. Todos podemos convertirnos en mejores versiones de nosotros mismos y a través de la consejería, podemos alcanzar nuestro potencial.” – Marisol Salgado*