

HOLA, ¿CÓMO ESTÁS HOY?

¿NECESITAS A
ALGUIEN CON QUIEN
HABLAR? ¿ALGUNA
SITUACIÓN DIFÍCIL
QUE NO PUEDES
MANEJAR SOLO?

Estamos aquí para escuchar y apoyar. No tienes que pasar por esto solo.

OFRECEMOS SERVICIOS DE TERAPIA EN PERSONA Y VIRTUALES EN VARIOS IDIOMAS.

TELL ofrece terapias y valoraciones profesionales para la comunidad internacional. Tenemos psicólogos y terapeutas que hablan inglés, japonés, español, indonesio, y más. Ofrecemos una escala de tarifas basada en los ingresos.



Cristina Howe, (CSAC)

Cristina es una Consejera Certificada en Abuso de Sustancias y Trabajadora Social Clínica Supervisada Licenciada en Hawái. Está comprometida a ayudar a sus clientes a desarrollar sus habilidades y fortalezas naturales para hacer cambios significativos en sus vidas.

Ella practica desde una perspectiva informada por trauma y proporciona estrategias empáticas y basadas en fortalezas para promover la curación. Ha usado la Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), Entrevista Motivacional, Terapia de Exposición, Terapia de Estados del Ego, y Terapia Dialéctico Conductual (TDC) cuando es apropiado. Cristina adapta la terapia a las necesidades de cada individuo, familia, o pareja. Ella proporciona un ambiente seguro para ayudar a quien esté intentando alcanzar la mejor versión de sí mismo.

Alejandra Reyes (M.A., LPC)

Alejandra Reyes es una psicóloga clínica con más de 15 años de experiencia trabajando en diversos entornos clínicos y en colegios.



Tiene un enfoque integral que puede incluir Terapia Cognitivo-Conductual (TCC), terapia de juego, Terapia Dialéctico Conductual (TDC), y estrategias incorporando la relación mente-cuerpo como el Mindfulness, incluyendo Mindfulness sensible al trauma y Somatic Experiencing. Su objetivo en proporcionar terapia es mantener un espacio seguro y libre de prejuicios para que los clientes aprendan a estar presentes consigo mismos de una manera integrada, incluyendo no solamente sus dificultades sino también sus fortalezas para así fomentar cambios significativos. La Sra. Reyes utiliza una orientación centrada en los clientes, y aporta sus habilidades terapéuticas para corresponder a las necesidades del cliente. Ella cree que la terapia es un proceso colaborativo y dinámico, en donde los clientes puedan aprender en un espacio de integración, confianza, juego y curiosidad.

¿Quieres pedir una cita?

Por favor completa tu información visitando nuestro formulario seguro: www.telljp.com/counseling/appointment/. Si quieres tener una sesión en español, por favor escriba una nota sobre esto en el formulario.