

# Recibiendo terapia





Esta historia trata sobre terapia. Trabajar con un terapeuta es importante para mantener mi mente y mi cuerpo sano.



801 Massachusetts Avenue, 7<sup>th</sup> Floor  
Boston, MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842



Primero llegaré al edificio y me sentaré en la sala de espera.  
Puedo elegir hacer una actividad mientras espero a mi terapeuta.



801 Massachusetts Avenue, 7<sup>th</sup> Floor  
Boston, MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842



En la terapia, puedo hablar de muchas cosas, como de cómo me siento y lo que pienso. Es alguien en quien puedo confiar y está ahí para ayudarme.





Mi terapeuta también puede hablar conmigo sobre las cosas que me molestan o sobre las cosas difíciles que han sucedido en mi vida. Siempre puedo decir: 'No quiero hablar de eso hoy'.





Si me siento nervioso, puedo:

- Pídirle a alguien de confianza que se siente conmigo durante la cita
- Pensar en algo que me haga feliz
- Pídirle a mi terapeuta que se tome un descanso en cualquier momento





Después, iré a la oficina de mi terapeuta. Puedo encontrar un lugar cómodo para sentarme.



801 Massachusetts Avenue, 7<sup>th</sup> Floor  
Boston, MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842





Mi terapeuta y yo podemos hacer muchas cosas diferentes juntos, como jugar con juguetes, hacer arte o leer libros. Es posible que mi terapeuta me haga preguntas para aprender sobre mí y escribir lo que digo para ayudarlos a recordar y ayudarme en el futuro.







Mi terapeuta trabajará conmigo para decidir cuándo los vemos otra vez.



801 Massachusetts Avenue, 7<sup>th</sup> Floor  
Boston, MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842



¡Hice un gran trabajo aprendiendo sobre mi cita de terapia!



801 Massachusetts Avenue, 7<sup>th</sup> Floor  
Boston, MA 02119



[autismprogram@bmc.org](mailto:autismprogram@bmc.org)



617.414.3842