

Ходить на терапию



701 Massachusetts Ave 7-ом
этаже- Бостон, MA 02119



autismprogram@bmc.org



617.414.3842

Эта история о посещении
психотерапевтом. Работа с
психотерапевтом важна для поддержания
здоровья моего ума и тела.



Сначала я приеду в здание и сяду в комнате ожидания, Я могу выбрать занятие, пока жду своего терапевта.



Во время терапии я могу говорить о
многом, например, о том, что я чувствую и о
чем думаю. Я могу доверять
психотерапевту, и он готов мне помочь.





Мой психотерапевт также может поговорить со мной о том, что меня беспокоит, или о тяжелых событиях, которые произошли в моей жизни. Я всегда могу сказать: <<Я не хочу говорить об этом сегодня>>.



Если я начинаю нервничать, я могу:

- Попросить кого-нибудь, кому я доверяю, посидеть со мной во время приема
- Подумать о чем-нибудь, что делает меня счастливым
- Попросить моего терапевта сделать перерыв в любое время



Затем, я зайду в кабинет моего
терапевта. Я смогу найти удобное
место, чтобы сесть.



Мы с моим терапевтом можем делать много разных вещей вместе, например, играть в игрушки, заниматься рисованием или читать книги. Мой терапевт может задавать мне вопросы, чтобы узнать больше обо мне, и записывать то, что я говорю, чтобы помочь им запомнить и помочь мне в будущем.





The Autism Program
AT BOSTON MEDICAL CENTER



Мой терапевт будет работать со мной, чтобы
решить, когда я приду на
следующем приеме.



701 Massachusetts Ave 7-ом
этаже- Бостон, МА 02119



autismprogram@bmc.org



617.414.3842

Я проделал/ проделала отличную
работу, узнав о своем приеме к
психотерапевту!

