

¡Hola! Mi nombre es Patricia Alvarado y soy una Consejera Licenciada (LPCC) en el estado de California y Consejera Licenciada de Salud Mental (LMHC) en el estado de Nueva York. Recibí mi Maestría en Consejería de Loyola Marymount University en California y tengo más de nueve años de entrenamiento extenso en intervención en crisis y tratamiento de trauma trabajando dentro de agencias comunitarias de salud mental, con Víctimas del Crimen a través del estado de California, organizaciones de atención administrada y practica privada.

Mi experiencia proviene de varias escuelas de pensamiento, a través de un lente multicultural que incluye el reprocesamiento de la desensibilización del movimiento ocular (EMDR), la terapia cognitivo-conductual (CBT) y el tratamiento centrado en soluciones utilizando un enfoque basado en las fortalezas. A través de estas modalidades, puedo trabajar con una variedad de clientes que sienten emociones desde ansiedad y depresión hasta traumas y transiciones de vida. Este enfoque me permite trabajar con cada cliente basado en sus necesidades, con el fin de trabajar juntos para crear un plan de tratamiento unico y para usted.

Tengo experiencia trabajando con la crianza de los hijos, la ansiedad, la depresión, la atención plena, el abuso de sustancias, los problemas de la mujer, las relaciones intimas, la intervención en crisis y el tratamiento centrado en el trauma, especialmente en tiempos de incertidumbre. Mis áreas de especialización incluyen explorar el trauma y las relaciones entre padres e hijos utilizando un enfoque didáctico para ayudar a padres e hijos a trabajar juntos de manera efectiva para tener mejores relaciones dentro del hogar.

Mi trabajo tiene como objetivo comprender las preocupaciones subyacentes que están causando situaciones estresantes y de mala adaptación. A través de escuchando, mirando las cosas con empatía y desde un punto de vista sin prejuicios, mi esperanza es que podamos trabajar juntos para ayudar a crear confianza dentro de la relación terapéutica.