

EXPLICACION PARA LOS NIÑOS DE LA TERAPIA DE RESOLUCION ACELARADA®

A veces usted tiene un problema y se siente triste o asustado, o tiene otros sentimientos que no lo hacen sentirse bien. Me complace decirle que hay ayuda para usted, para que se pueda sentir mejor. Cuando usted piensa acerca de su problema y siguen mis dedos con sus ojos al mismo tiempo, a menudo se siente mucho mejor en el momento que está ya listos para irse. Es la forma en que su mente le ayuda a solucionar su problema; al igual que cuando duerme. Por la noche, mueve los ojos hacia atrás y adelante pero porque está durmiendo no sabe que lo está haciendo. Por esta razón hay veces que cuando va a la cama con un problema, puede sentirse mejor en la mañana después de haber tenido un buen sueño. Se le llama a esta terapia **ART**, y usted también le puede llamar así si usted lo desea. Los niños que han participado en les ha gustado la experiencia que han tenido. Incluso cuando se sienten tristes o asustados mientras hablan sobre su problema, después de que mueven los ojos hacia atrás y adelante siguiendo mis dedos, los sentimientos de tristeza o miedo generalmente se desaparecen rápidamente. Los niños también pueden pensar respuestas a sus problemas, porque los movimientos de los ojos ayudan al cerebro para conectar nuevas respuestas.

¿CÓMO VAMOS A UTILIZAR ART?

Primero le pediré que me diga que tan molesto se siente acerca de su problema. Uso lo que yo llamo un Artómetro para que me muestre que tan molesto se siente acerca de su problema. Tendrá que deslizar un indicador en la escala de Artómetro. Me sentaré más cerca de usted y tendrá que seguir mis dedos para que pueda mover sus ojos hacia delante y hacia atrás mientras piensa en su problema. No se preocupe si lo está haciendo bien o no. Pase lo que pase, está bien. No olvide preguntar cualquier pregunta que tenga antes de empezar. A la mayoría de los niños realmente les gusta hacer **ART** y espero que lo disfrute también. Me puede preguntar cualquier duda que te tenga antes de comenzar.

Fundadora de ART: Laney Rosenzweig, MS, LMFT