

What Happens During Parent Counseling?

At the beginning of your time together, a parent counselor will get to know you and how your family works. Together you will decide what you want to accomplish: they may be different ways of handling things, stopping doing things, ways to keep calm, ways to prevent arguments and how to build a stronger connection with your children.

A parent counselor will help you develop tools you need to confront your fears, improve your communication, cope with stressful situations, resolve conflicts and successfully parent your child. Your parent counselor may assign "homework" to help you apply what you learn sessions to your home life.

In addition, your counselor will assist you in working as a team with your child's teachers, responding to any unhealthy or self-destructive behaviors, effectively communicating with your child, managing your child's moods, coping with stressful situations. You will improve your parenting skills, set achievable goals, and help you better balance your parenting and work commitments.

What is Parent Counseling?

Parent counseling is a type of counseling where the goals are to improve your relationship with your child and strengthen your family bond.

Being a parent is a joyful and challenging job. Parents are people too with worries and struggles. Most parents find that raising children stirs up feelings of love, fear, frustration, guilt, shame and much more.

Parent counseling helps parents identify, heal and learn from past experiences and present situations as these may be affecting the way they connect with their children. When a parent has the help, support and knowledge of how to resolve their own issues and how they impact their children, they can be better able to handle the challenges their children bring to their family.

A parent counselor will work with you to identify ways to reduce stress and to help you be more able to connect and feel in control with your children.

Parent counseling will also help parents find a way to better communicate with each other about parenting issues.

Parent Counseling Services

Counseling Partners of Los Angeles



Counseling Partners of Los Angeles (CPLA) is dedicated to improving the lives of students attending schools in underserved areas of Los Angeles.

Our team of highly committed and compassionate counselors provides school-based counseling services for elementary and high school students throughout the school year.

CPLA will begin providing Parent Counseling services for parents and caregivers at your school beginning in February 2021.

Please reach out to us at parents@counselingpartnersofla.org if you would like someone to call you to speak about how we might be able to help you and your family.

Common Issues Parents Face

- Financial worries
- Childcare challenges
- Marital/relationship problems
- Illness and death of loved ones
- Challenges of their children: peer pressure, learning, anger
- Living changes: moving, family members coming and going
- Job loss and/or job stress
- Mental wellness challenges: depression, addiction,

Key Topics Addressed In Parent Counseling

- How we influence our children
- Identifying how our past influences who we are as parents
- How to identify and build on family strengths
- Understanding emotions
- How to resolve conflicts with less anger
- How to build stronger connections with our children
- How to increase our joy as a parent

How Parent Counseling Can Help

Parent counseling can provide you with useful skills on how to better manage your child's behavior, how to stay calmer during stressful moments, and can help you and your children increase feelings of love and joy in your home.

Why Choose Parent Counseling

You wish someone could help you come up with a plan to make things work better between you and your child.

You want to help your child want to cooperate with you without yelling, crying threats, or punishment.

Yelling, nagging or threatening doesn't feel good for anyone-parents or children.

“ The most important ingredient for a child is a healthy caregiver ”

-Dr. Nadine Burke Harris

Introduction to Parent Counseling

Parents are people too. They have strong feelings and emotions which sometimes get in the way of being able to be a calm parent.

What we have learned about parenting is the stronger the connection between parent and child, the more families stay strong. Parenting is 80% connection and 20% guidance. Children who feel connected and loved follow their parents' guidance. In the same way, if children do not feel loved, do not feel heard, they will fight parents' guidance and even go so far as to rebel against their parents.

Parenting is 80% connection and 20% guidance

Counseling takes courage and commitment. Parenting doesn't come naturally. There is no such thing as a perfect parent.. nor should there be! If you are feeling overwhelmed by the stress of parenting, you are not alone.

For More Information

If you would like more information about CPLA, visit our website at <http://www.counselingpartnersofla.org>.

To inquire about receiving parent counseling, email us at parents@counselingpartnersofla.org.

Qué es una consejería para padres?

La consejería para padres es un tipo de asesoramiento en el que las metas son mejorar la relación con sus hijos y fortalecer el vínculo familiar.

Ser padre es un trabajo alegre y desafiante. Los padres también son personas con preocupaciones y luchas. La mayoría de los padres descubren que criar a sus hijos despierta sentimientos de amor, miedo, frustración, culpa, vergüenza y mucho más.

El asesoramiento para padres ayuda a los padres a identificar, sanar y aprender de experiencias pasadas y situaciones presentes, ya que pueden estar afectando la forma en que se conectan con sus hijos. Cuando un padre tiene la ayuda, el apoyo y el conocimiento de cómo resolver sus propios problemas y cómo afectan a sus hijos, pueden estar en mejores condiciones de manejar los desafíos que sus hijos traen a su familia.

Un consejero de padres trabajará con usted para identificar formas de reducir el estrés y ayudarlo a ser más capaz de conectarse y sentirse en control con sus hijos.

La consejería para padres también ayudará a los padres a encontrar una manera de comunicarse mejor entre sí sobre los problemas de crianza

Qué pasa durante la consejería para padres?

Al comienzo de su tiempo juntos, un consejero de padres se familiarizará con usted y conocerá cómo funciona su familia. Juntos decidirán lo que quieren lograr: pueden ser diferentes formas de manejar las cosas, formas de mantener la calma, formas de prevenir discusiones y como construir una conexión más fuerte con sus hijos.

Un consejero para padres le ayudará con las herramientas que necesita para enfrentar sus miedos, mejorar su comunicación, afrontar situaciones estresantes, resolver conflictos y criar a su hijo con éxito. Su consejero de padres puede asignar tareas para ayudarlo a aplicar lo aprendido durante las sesiones en su vida hogareña.

Además, su consejero lo ayudará a trabajar en equipo con los maestros de su hijo, respondiendo a cualquier comportamiento poco saludable o autodestructivo, comunicándose eficazmente con su hijo, ayudando en el mejoramiento del estado de ánimo de su hijo haciendo frente a situaciones estresantes. Mejorará sus habilidades de crianza, establecerá metas alcanzables y lo ayudará a equilibrar mejor sus compromisos laborales.

Consejería para Padres

Counseling Partners of Los Angeles



Counseling Partners of Los Angeles (CPLA) se dedica a mejorar las vidas de los estudiantes que asisten a escuelas en áreas marginadas de Los Ángeles.

Nuestro equipo de consejeros altamente comprometidos y compasivos brinda servicios de consejería para estudiantes de primaria y secundaria durante todo el año escolar. CPLA comenzará a brindar servicios de asesoramiento para padres y cuidadores en su escuela a partir de febrero de 2021.

Por favor comuníquese con nosotros al correo electrónico: parents@counselingpartnersofla.org si desea que lo contactemos para hablar sobre cómo podríamos ayudarlo a usted y a su familia.

Problemas comunes que enfrentan los padres

- Preocupaciones financieras
- Desafíos en el cuidado de los niños
- Problemas en la relación de pareja
- Enfermedad y muerte de seres queridos
- Desafíos de sus hijos: presión de grupo, aprendizaje, enojo
- Cambios de vida: mudanza, miembros de la familia que se van y llegan
- Pérdida de trabajo y / o estrés laboral
- Desafíos de bienestar mental: depresión, adicción.

Temas clave abordados en la consejería para padres

- Cómo influimos en nuestros hijos
- Identificar cómo nuestro pasado influye en quiénes somos como padres
- Cómo identificar y aprovechar las fortalezas familiares
- Entender las emociones
- Cómo resolver conflictos con menos ira
- Cómo construir conexiones más sólidas con sus hijos
- Cómo aumentar nuestra alegría como padres

Cómo puede ayudar la consejería para padres

La consejería para padres puede brindarle herramientas útiles sobre cómo manejar mejor el comportamiento de su hijo, cómo mantenerse más tranquilo durante los momentos estresantes y puede ayudarlo a usted y a sus hijos a aumentar los sentimientos de amor y alegría en su hogar.

Por que elegir la consejería para padres

Desearía que alguien pudiera ayudarlo a elaborar un plan para que las cosas funcionen mejor entre usted y su hijo. Quiere ayudar a su hijo a cooperar con usted sin gritar, llorar, amenazar o castigar. Gritar, regañar o amenazar no se siente bien para nadie, ni para los padres ni para los niños..

“ El Ingrediente más importante para un niño es un cuidarsaludable ”

-Dr. Nadine Burke Harris

Introducción a la consejería para padres

Los padres también son personas. Tienen sentimientos y emociones fuertes que a veces impiden ser un padre tranquilo.

Lo que hemos aprendido sobre la crianza de los hijos es que entre más fuerte sea la conexión entre padres e hijos, las familias se mantienen más fuertes. La crianza es un 80% de conexión y un 20% de orientación. Los niños que se sienten conectados y amados siguen la guía de sus padres. De la misma manera, si los niños que no se sienten amados, no se sienten escuchados, lucharán contra la guía de los padres e incluso llegarán a rebelarse.

La crianza es un 80% de conexión y un 20% de orientación.

La consejería requiere coraje y compromiso. La crianza de los hijos no es algo natural. No existe un padre perfecto ¡ni debería haberlo! Si se siente abrumado por el estrés de ser padre, recuerde no está solo.

Para más información:

Si desea obtener más información sobre CPLA, visite nuestro sitio web en <http://www.counselingpartnersofla.org>

Para solicitar información sobre cómo recibir asesoramiento para padres, envíenos un correo electrónico a parents@counselingpartnersofla.org