



# CENTRO DE HABILIDADES PARA LA VIDA DE RIVERSIDE MILFORD Y NEEDHAM

Las Habilidades para la Vida de Riverside es un programa día que brinda apoyo terapéutico a adolescentes de 12-18 años con significativas dificultades emocionales o un diagnóstico psiquiátrico, y que tienen problemas en el hogar, la escuela o la vida comunitaria.

## A quién ayudamos

Trabajamos con adolescentes que se enfrentan a problemas de salud mental significativos, como los siguientes:

- Trastornos de ansiedad y depresivos
- Trastorno obsesivo-compulsivo
- Trastornos psicóticos y del estado de ánimo
- Trastorno de estrés postraumático

Además, muchos estudiantes acuden al Centro de Habilidades para la Vida por problemas de identidad de género e inquietudes propias de la comunidad LGBTQ+. Otros, por su parte, han tenido experiencias difíciles relacionadas con el acoso escolar.

## Qué hacemos

En el Centro de Habilidades para la Vida ayudamos a los adolescentes con lo siguiente:

- Identificar y comprender sus patrones de conducta
- Aprender formas más eficaces de hacer frente a los problemas
- Comprender mejor sus problemas de salud mental
- Aumentar su autoestima y mejorar sus habilidades sociales

## Atención clínica

Ofrecemos un entorno clínico muy estructurado, que incluye grupos y actividades terapéuticas, para ayudar a los adolescentes a procesar y manejar los retos a los que se enfrentan mediante alguno de los siguientes métodos de tratamiento:

- Terapia dialéctico conductual
- Terapias expresivas
- Terapia cognitivo conductual
- Habilidades sociales y establecimiento de relaciones
- Terapia centrada en la persona
- Educación para la salud y el bienestar

## Un círculo de apoyo

Para coordinar una atención completa, que abarque todos los aspectos que influyen en la vida de un joven trabajamos con los siguientes actores:

- **Las familias**, que son esenciales para el éxito del adolescente, y a las que animamos a participar en las reuniones familiares
- **Las escuelas**, para identificar los factores que generan estrés en el ámbito académico y social y desarrollar habilidades de adaptación saludables
- **Los socios de la comunidad**, entre los que se incluyen terapeutas externos, el Departamento de Salud Mental (Department of Mental Health, DMH) y el Departamento de Niños y Familias (Department of Children and Families, DCF)

*En el caso de jóvenes con dificultades emocionales graves, como la psicosis emergente, pregunte por nuestro programa de Habilidades para la Vida LARRY (Aprendizaje y preparación para jóvenes resilientes) en Somerville.*

## Contáctenos

### Por derivaciones

Samantha Poutas, LICSW  
(trabajadora social clínica independiente con licencia),  
coordinadora clínica del área central de Massachusetts,  
Departamento de Salud Mental (DMH)  
361 Plantation St.  
Worcester, MA 01605  
Teléfono 774-420-3138  
Fax 774-420-3166  
Samantha.Poutas@mass.gov

### Centros de Habilidades para la Vida

25 Birch Street, Suite B3  
Birchwood Business Park  
Milford, MA 01757  
Teléfono 508-422-9250  
Fax 508-422-9298

255 Highland Avenue  
Needham, MA 02494  
Teléfono 781-247-7762  
Fax 781-444-3971

### Hours of Operation

De lunes a viernes, de  
9am-3pm

## Riverside Community Care

Leading the Way in  
Behavioral Healthcare &

[www.riversidecc.org](http://www.riversidecc.org)

