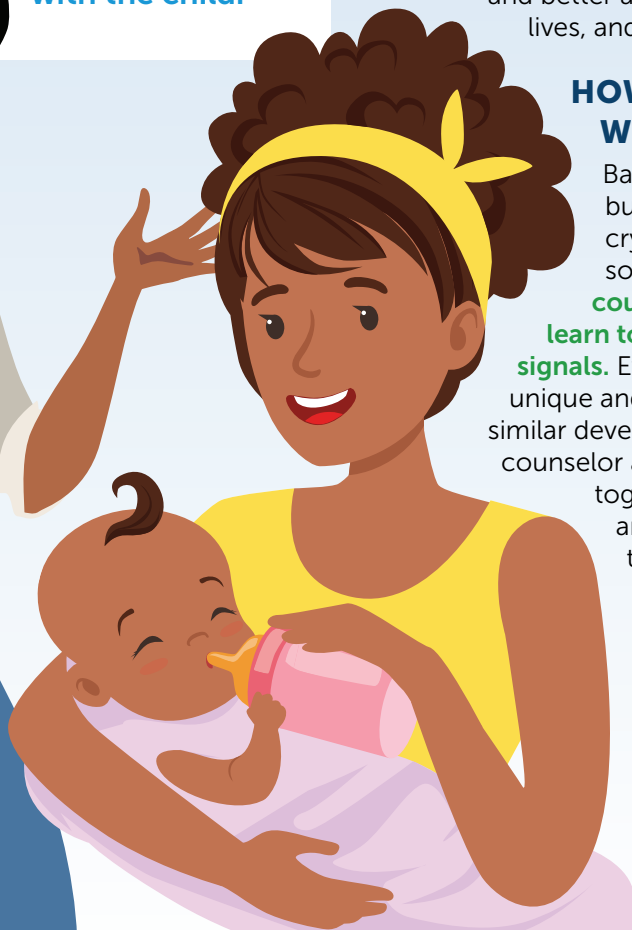


Child-Parent Psychotherapy (CPP)

Child-Parent Psychotherapy (CPP) is for young children from babies to kindergarten age and their parents.

In a nice play room, a counselor and the parent talk about the child's life and the parent's early experiences. They play together with the child.



WHAT IS IT?

The idea behind CPP is that parents and children sometimes have trouble in their relationship because of scary things that happened to the child or the parent. Carrying those bad memories around can make parents feel bad about themselves and can get in the way of having a happy relationship with their child. Painful or scary experiences can make it hard for both parent and child to control their behavior and emotions. **CPP helps the parent and child feel safe with each other.** For parents who have spent a lot of time feeling unsafe, CPP can help them feel stronger and better able to take charge of their lives, and help them with parenting.

HOW DOES THIS WORK WITH BABIES?

Babies cannot talk in words but every smile, wiggle, and cry is meant to tell parents something. **In CPP, the counselor helps the parent learn to understand their baby's signals.** Every child is special and unique and every child goes through similar developmental steps. The CPP counselor and the parent spend time together enjoying the baby and learning together about that baby's learning style.

IF THE CHILD IS A LITTLE OLDER, WHAT WOULD THIS LOOK LIKE?

As children begin to use words, the counselor and parent change the way they play with the child. The counselor helps the parent understand that the child's history can affect how they behave, the ways they show us their feelings, and how the parent's earlier painful experiences can affect their actions and relationship with their child. The parent will learn how to have fun with their child and how to provide a safe home that will support the child's development.

SO, WHAT CAN A PARENT EXPECT FROM CPP WITH THEIR CHILD?

A central goal of CPP is to support and strengthen the parent-child relationship. CPP assists parents in understanding how to best help their young children feel safe and secure. It helps parents learn that "behavior has meaning" and with that understanding, help their children name and cope with strong feelings.

In CPP, the counselor does not tell the parent what to do. Rather, CPP helps a parent understand their feelings toward their child and how even their own early experiences may affect how they interact with their children. CPP focuses on stresses in the parent's life that may affect the parent-child relationship. Parents learn to recognize their painful feelings and to cope with anger and sadness in ways that don't harm themselves or their children.

Source: Osofsky, J. (June 12, 2017), Child-Parent Psychotherapy. Personal communication. Adapted with permission.



Quality Improvement Center
for Research-Based
Infant-Toddler Court Teams



ZERO to THREE
Early connections last a lifetime

Psicoterapia padres-hijo

La psicoterapia padres-hijo (CPP, por sus siglas en inglés) está dirigida a los niños pequeños desde el nacimiento hasta los 5 años, y sus padres. En una acogedora sala de juegos, un terapeuta y el padre o la madre hablan acerca de la vida del niño y de las vivencias personales del padre o la madre. Todos juegan con el niño.

¿EN QUÉ CONSISTE?

La idea que sustenta la CPP es que los padres y los niños algunas veces tienen dificultades para relacionarse, debido a situaciones dolorosas que el niño o los padres vivieron a temprana edad. La carga de esos malos recuerdos puede hacer que los padres se sientan mal acerca de ellos mismos y les impida tener una buena relación con su hijo o hija. Las experiencias dolorosas o aterradoras pueden hacer que sea difícil, para los padres y el niño, controlar su comportamiento y sus emociones. **La CPP ayuda al padre o a la madre y al niño a sentirse seguros cuando están juntos.** Para los padres que han pasado mucho tiempo sintiéndose en peligro dentro del núcleo familiar, la CPP puede contribuir a que se sientan más fuertes y mejor preparados para tomar las riendas de su vida y desempeñar su rol de padre o madre.

¿CÓMO FUNCIONA ESTO CON LOS BEBÉS?

Los bebés no pueden expresarse con palabras, pero cada sonrisa, gesto y llanto sirve para decirles algo a los padres. **En la CPP, el terapeuta ayuda a la madre o al padre a aprender el significado de las señales de su bebé.** Todo niño es especial y único y todo niño pasa por etapas de desarrollo similares. El terapeuta de CPP y el padre o la madre pasan tiempo juntos disfrutando del bebé y aprendiendo acerca del estilo de aprendizaje de ese niño.

SI EL NIÑO ES UN POCO MAYOR, ¿CÓMO SERÍA ESTO?

A medida que el niño empieza a usar palabras, el terapeuta y el padre o la madre cambian la forma de jugar con el niño.

El terapeuta ayuda al padre o a la madre a entender que su propio comportamiento se ve influenciado por el historial del niño y por la manera que demuestra sus emociones. También les enseña cómo las dolorosas experiencias que el padre o la madre vivieron anteriormente pueden afectar sus propias acciones y la relación con su hijo. El padre o la madre aprenderá cómo pasarlo bien con su hijo o hija y cómo ofrecerle un hogar seguro que apoye su desarrollo.

ENTONCES, ¿QUÉ PUEDEN ESPERAR LOS PADRES DE LA CPP CON SU NIÑO?

Uno de los objetivos principales de la CPP es apoyar y fortalecer la relación padre-madre-hijo. La CPP ayuda a los padres a entender cómo pueden ayudar mejor a sus niños pequeños a sentirse seguros y a salvo. Ayuda a los padres a aprender que "el comportamiento tiene significado" y, gracias a esa comprensión, pueden ayudar a sus niños a llamar a sus emociones fuertes por su nombre y aprender a sobrellevarlas.

En la CPP, el terapeuta no le dice al padre ni a la madre lo que debe hacer. Por el contrario, la CPP ayuda al padre o la madre a entender sus sentimientos hacia su niño y de qué manera hasta sus propias experiencias tempranas pueden afectar la forma en que interactúa con él. La CPP se concentra en las presiones que hay en la vida del padre o de la madre que podrían afectar la relación padre-madre-hijo. Los padres aprenden a reconocer sus sentimientos dolorosos y a superar el enojo y la tristeza de manera que no se perjudiquen a sí mismos ni a sus hijos.

Fuente: Osofsky, J. (12 junio, 2017), Child-Parent Psychotherapy. Personal communication. Adaptado con autorización.



Quality Improvement Center
for Research-Based
Infant-Toddler Court Teams



CERO A TRES
Conexiones que perduran