



GET PSYCHED! INC

Preparing Your Child for Testing

How to talk to your child about our work together

I'm looking forward to working with your family! Here are some ways to introduce the process to your child.

Starting the Conversation

In a nutshell, the purpose of an assessment is to “learn about how you learn,” so that:

- ➔ Teachers know how to teach you
- ➔ Parents know how to support you
- ➔ You know how to advocate for yourself

Introducing the idea of an assessment to your child may sound something like:

- ★ *I've noticed you're working really hard at ____ this year, but it still seems pretty tough, and I'm not sure why. I've been thinking that if we knew more about how you learn best, your teachers and I could do a better job helping you. Last week, we met with a person (Misty) who can help us find a way to make school easier for you and figure out what we can do differently at home.*
- ★ *"Let them know they'll be working with Misty, who will help them discover their strengths and find the best ways to support them in school. Share that Misty is excited to get to know them so she can understand how to advocate for their needs at school."*

Describing the Process

When your child comes in, we will do different activities to help me understand how they work with different types of information. We will do puzzles, play word games, chat about what they like to do, and try to figure out why hard things are hard.

For young children, it may be important to let them know that I am a “different kind of doctor” who helps them learn about their brain. They are not sick and there is nothing wrong with them - also, no shots!

Older children may feel assured that this is a confidential process, focused on finding solutions. Their input is extremely important to figuring out what will be most helpful for them.

Explaining the process may sound something like:

- ★ *The psychologist will do different activities with you to figure out how you learn best, where your strengths are, and why some things are harder right now. Some will be fun, some will be easy, and some will challenge you. Your job is just to do your best, and if something is tricky, let the psychologist know so you can work together to figure out why!*

Getting Their Input

Your child is encouraged to ask their own assessment questions. This not only helps me know what is important to them, but gets them more invested in the process itself.

Kids may need a little time to mull it over and get their thoughts together, so don't be afraid to ask a few times. This may sound something like:

- ★ *There are things I'd like to know to help me support you better, but I'm wondering what you'd like to know about your brain? If you can't think of anything right now, that's ok. I'll ask you again later and we can try to write down a list together. That will make sure that the work you do with the psychologist is as helpful to you as possible.*

What if my child doesn't want to be assessed?

If you are worried your child will resist coming in for an assessment, you are not alone! Here are some tips for setting it up for success.

Tip #1: Use your child's words to describe the problem

Many children resist testing because it feels like adults don't get it. For this reason, it can be helpful to think about how your child is describing the problem.

For example, instead of "writing is hard," they may say, "writing is boring" or "my teacher is unfair." By using their language, you are assuring them that we will help them solve their problem, not just ours. This might sound like:

- ★ *I've noticed that you really don't like your math teacher this year. I'm wondering if there's a way we could make that class better for you.*
- ★ *I've noticed that we are in a bad nagging cycle around homework. I know you don't like it and I don't like it either. I wonder if there's a way we can break out of it.*

★ *I've noticed you're getting in trouble a lot this year and it doesn't seem to make sense. I wonder if there's a way we can figure it out together.*

★ *I heard you say that you hate school, and I can totally see why! Let's see if there's a way to change that.*

Tip #2: Talk over ice cream

Some children may be worried they've done something wrong, or that there is something wrong with them. For this reason, I recommend talking to your child in a place where it is obvious that there is nothing wrong and they are not in trouble. Having a bowl of ice cream, taking the dog for a walk, or playing catch are all good ways to have a conversation without it feeling too "serious".

Tip #3: Let them know we will be working as a team, and do not force it on them.

If your child is having a really hard time, we will work together to figure it out. Keep in mind that we can get a lot of information about what might help your child in other ways, and if your child is resisting, the actual tests we do are unlikely to be valid.

Besides, giving a child the choice often makes them more likely to participate because it:

- Shows them respect and establishes trust
- Gives them choice and control over the situation
- Allows them to express their concerns
- Gives adults a chance to address those concerns before testing begins

Your child is welcome to come in for a "non-committal" first session just to check me out. While 99% of the time we end up moving forward, if for some reason we are not able to at this time, we have established a relationship so that your child can come back when they are ready.

This may sound like:

★ *It makes sense that you do not want to do the testing. I imagine I would be skeptical as well! I will respect your decision if you decide you really do not want to do it, but I want to make sure you have all the information before you make your final decision. Would you be willing to meet with **Misty** once just to see what it's all about?*

While your child may not agree on the problem that brought you in as a parent, we can often find something the child *does* want to work on, and that gives us a way to move forward.

See you soon!

Please let me know if you have any additional questions or concerns. I'm excited to start our work together and learn more about your child's amazing brain!



GET PSYCHED! INC

Hablar con los hijos acerca del proceso de evaluación

Cómo preparar a tu hijo para el trabajo que haremos

Traducido por Tania Orozco Leyva, Lic. en Psicología Clínica

¡Estoy feliz de trabajar con tu familia! Aquí hay algunos consejos para hablar con tus hijos acerca del trabajo que haremos juntos.

Iniciar la conversación

En pocas palabras el propósito de una evaluación es “aprender cómo es que aprendes”, para que así:

- Los maestros conozcan cómo enseñarte
- Los padres conozcan cómo apoyarte
- Tu conozcas cómo abogar por ti mismo

Introducir la idea de una evaluación para tus hijos, puede ser algo como:

- ★ *He notado que has estado trabajando mucho en _____ este año, pero todavía parece que te cuesta y no estoy seguro del porqué. He estado pensando que si supiera un poco más sobre cómo se te facilita más aprender, tus maestros y yo podríamos hacer un mejor trabajo enseñándote. La semana pasada, conocimos a una persona que nos puede ayudar a encontrar una forma de hacer que la escuela y aprender sea mucho más fácil para ti.*

Describir el proceso

Cuando tu hijo llegue, nosotros trabajaremos con él diferentes tipos de actividades para poder ver y entender cómo trabaja con diferentes tipos de información. Haremos rompecabezas, haremos juegos de palabras, platicaremos sobre que le gustaría hacer y trataremos de entender el porqué de las cosas difíciles.

Para los niños puede ser importante que le dejes saber que soy “una doctora diferente”, quien le ayudará a aprender sobre su cerebro. No están enfermos y no hay nada de qué preocuparse. ¡No hay inyecciones!

Para los más grandes, es necesario recordarles que este es un proceso de confidencialidad, enfocándonos en encontrar soluciones. Su aporte es extremadamente importante para poder descubrir cuáles estrategias funcionarán mejor.

Explicar el proceso de evaluación podría ser algo así:

- ★ *Tu y la psicóloga harán diferentes actividades para poder saber cómo es que aprendes mejor, cuáles son tus habilidades y porque algunas cosas se te complican. Algunas serán divertidas, algunas fáciles y algunas te pondrán a prueba. Tu trabajo es hacer lo mejor, y si se te dificultan, hazle saber a la psicóloga para que puedan trabajar juntos y saber el porqué.*

Conociendo su opinión

Al ayudar a su hijo a formular preguntas sobre el proceso de evaluación, no solo me ayudarán a ayudarlo, sino que también haremos que su hijo se involucre en el proceso.

Kids may need a little time to mull it over and get their thoughts together, so don't be afraid to ask a few times. This may sound something like:

Los niños podrían necesitar un poco más de tiempo para reflexionar, así que no duden en preguntar las veces que sean necesarias. Esto podría decirse como:

- ★ *Hay algunas cosas que me gustaría saber para poder ayudarte, y me pregunto qué quisieras saber sobre la forma en la que aprendes, o por qué algunos temas o materias son fáciles y otras difíciles. Si por el momento no te viene nada a tu mente, está bien. ¿Te parece si mañana lo intentamos de nuevo y podemos escribir una lista juntos?*

¿Qué pasa si mi hijo no quiere ser evaluado?

Si te preocupa que tu hijo no quiera asistir a la evaluación, no te preocupes no estás solo. Aquí te dejo unos tips para que se te pueda facilitar:

Tip #1: Usa las palabras de tu hijo para describir el problema.

Muchos niños se resisten a ser evaluados, ya que sienten que los adultos no los entienden, por lo que puede ser de ayuda pensar en cómo tu hijo describe el problema.

Por ejemplo, en lugar de decir “escribir es difícil”, ellos pueden decir “escribir es aburrido” o “mi maestra es injusta”. Al usar su lenguaje, les estás asegurando que le ayudaremos a resolver sus problemas, no los tuyos. Esto podría sonar algo así:

- ★ *He notado que este año no te gusta tu maestra de matemáticas. ¿Crees que haya alguna forma en la que yo pueda ayudar?*
- ★ *He notado que no has querido hacer tus tareas. Sé que no te gusta. ¿Crees que podamos hacer algo para terminarla?*

- ★ *He notado que te has metido en muchos problemas este año y no me hacen sentido. ¿Crees que haya una forma en la que lo podamos resolver?*
- ★ *Escuché que dices que odias la escuela y entiendo totalmente. Vamos reflexionando si hay alguna manera para poder cambiar eso.*

Tip #2: Háblalo con un helado

Algunos niños suelen preocuparse ya que piensan que pudieron hacer algo malo, o que hay algo mal con ellos. Por esta razón, yo recomiendo hablar con tu hijo en un lugar donde sea obvio que no está pasando nada malo y que les haga entender que no están en problemas. Con una nieve paseando al perro, jugando a la pelota son buenas maneras de tener una conversación que no se sienta “seria”.

Tip #3: Hazle saber que no es obligatorio

Si tu hijo está teniendo un mal rato o teniendo problemas, trabajaremos juntos para solucionarlo. El primer paso es hacerles saber que no es obligatorio. Tener en cuenta que podemos obtener información sobre cómo ayudar a tu hijo en otras maneras, y si tu hijo se resiste a la evaluación, es probable que las pruebas que apliquemos no sean válidas.

Además, darle a un niño opciones frecuentemente los hace más propensos a participar por lo siguiente:

- Les enseña respeto
- Establece confianza
- Les da la opción y el control sobre la situación.
- Les da espacio para que el niño exprese sus preocupaciones sin contenciones.
- A nosotros como adultos nos permite buscar diferentes maneras de resolver y abordar sus preocupaciones, de manera que ellos puedan ser participantes activos en un futuro.

Tu hijo es bienvenido a formar parte de una primera sesión “sin compromisos” solo para que me conozca. El 99% del tiempo terminamos avanzando, si por alguna razón esta vez no lo logramos, podemos establecer una relación de manera que su hijo pueda regresar cuando esté listo.

Podría sonar algo así:

- ★ *Entiendo que no quieras hacer la evaluación. Yo también estaría incrédulo. Respetaré tu decisión si decides que en verdad no lo quieres hacer, pero también me quiero asegurar de que tengas toda la información antes de que decidas. ¿Estaría de acuerdo en conocer a la psicóloga para saber de qué se trata todo esto?*

Si bien tu hijo puede no estar de acuerdo con el problema por el cual tu como padre lo trajiste, la mayoría de las veces encontramos algo en lo que tu hijo quiere trabajar, y esto nos da una manera de seguir adelante.

¡Nos vemos pronto!

Por favor hazme saber de cualquier duda o preocupaciones. Estoy emocionado de empezar a trabajar contigo y aprender más sobre el increíble cerebro de tu hijo.