

# COUNSELING

Freedom House counseling services employ a client-centered approach. Our goal is to support the client in their recovery process through listening, encouraging, validating, reflecting, giving resources, and providing a safe environment. Counseling involves working with the client's current issues, normalizing and validating reactions to the trauma. Counseling is available in individual, group, or family settings.

A broad range of counseling techniques are used appropriate to the survivor's age, ability, language, learning style, and culture. Counseling may consist of talking about experiences, journaling, or expressing feelings through art and play.

## TYPES OF AVAILABLE COUNSELING SERVICES

- ✔ **Crisis** – Professionals are available via telephone or in-person to provide an immediate, supportive response to the needs of people who have experienced domestic or sexual violence, sexual abuse, or sexual harassment.
- ✔ **Individual (Adult & Children)** – Provides an opportunity to work one-on-one with a counselor for guidance and support to resolve an issue, recover from an upsetting experience, explore thoughts and feelings, examine beliefs, and work toward making healthy choices. This can also be offered in school settings.
- ✔ **Adult Support Group** – A safe and secure environment for adults to discuss experiences and to share issues concerning domestic violence. It is a time where survivors can come together and empower each other.
- ✔ **Children's Support Group** – Informs youth about bullying, healthy relationships, feelings, and how to be a good friend.
- ✔ **Teen Groups** – Provides emotional support to teenagers who may be struggling with self-esteem, healthy relationships, and/or communication skills. This is also offered at local area high schools.



Domestic Violence & Sexual Assault Services

(800) 474-6031 | [www.freedomhouseillinois.org](http://www.freedomhouseillinois.org)

Funding provided in whole or in part by the Department of Human Services.

This project was supported by Grant #2015-VA-GX-0049, awarded by the Office for Victims of Crime, Office of Justice Programs, U.S. Department of Justice, through the Illinois Criminal Justice Information Authority. Points of view or opinions contained within this document are those of the author and do not necessarily represent the official position or policies of the U.S. Department of Justice, or the Illinois Criminal Justice Information Authority.

# CONSEJERIA

Los servicios de asesoramiento de Freedom House emplean un enfoque centrado en el cliente. Nuestro objetivo es apoyar al cliente en su proceso de recuperación a través de escuchar, alentar, validación, reflexión, dando recursos, y proporcionar un ambiente seguro. El asesoramiento implica trabajar con los problemas actuales del cliente, normalizando y validando las reacciones de trauma. La consejería está disponible en configuraciones individuales, grupales o familiares.

Una amplia gama de técnicas de asesoramiento se utilizan apropiadas para la edad del superviviente, capacidad, idioma, estilo de aprendizaje y cultura del sobreviviente. La consejería puede consistir en hablar de experiencias, escribir un diario o expresar sentimientos a través del arte y el juego.

## TIPOS DE SERVICIOS DE ASESORAMIENTO DISPONIBLES

- ✔ **Crisis** – Los profesionales están disponibles por teléfono o en persona para dar una respuesta inmediata y apoyar a las necesidades de las personas que han sufrido violencia doméstica o sexual, abuso sexual o acoso sexual.
- ✔ **Individual (Adulto y niños)** – Damos la oportunidad de trabajar cara a cara con un consejero para obtener orientación y apoyo para resolver problemas, recuperarse de una experiencia perturbadora, explorar pensamientos y sentimientos, examinar creencias y trabajar para lograr opciones saludables. Esto también puede ser ofrecido en el entorno escolar.
- ✔ **Grupo de apoyo para adultos** – Un lugar seguro donde los adultos puedan discutir experiencias y comparten temas relacionados con la violencia doméstica. Es un lugar donde los sobrevivientes pueden unirse y capacitarse mutuamente.
- ✔ **Grupo de apoyo para niños** – Informa a los jóvenes sobre la intimidación, las relaciones saludables, los sentimientos y cómo ser un buen amigo.
- ✔ **Grupos de adolescentes** – Proporcionen apoyo emocional a los adolescentes que están luchando con la autoestima, las relaciones sanas y habilidades de comunicación. Esto también se ofrece en las escuelas secundarias del área local.



Servicios de Violencia Domestica y Asalto Sexual

Este proyecto fue apoyado en parte por Grant # 2015-VA-GX-0049, otorgado por la Oficina para Víctimas del Crimen, Oficina de Programas de Justicia, Departamento de Justicia de los EE. UU., A través de la Autoridad de Información de Justicia Criminal de Illinois. Los puntos de vista u opiniones contenidos en este documento son los del autor y no representan necesariamente la posición oficial o las políticas del Departamento de Justicia de EE. UU. O la Autoridad de Información de Justicia Penal de Illinois.