



Bienvenido a Talkspace

¿Qué es Talkspace?

Talkspace es una plataforma de terapia en línea que facilita y hace más cómodo comunicarse con un terapeuta de comportamiento autorizado, desde cualquier lugar y en cualquier momento. Con Talkspace, puede enviar mensajes ilimitados de texto, vídeo y audio a su terapeuta específico a través de la Web o la aplicación móvil Talkspace. También puede programar sesiones en vivo de 30 minutos en tiempo real. Sin tener que desplazarse, asistir a citas ni lidiar con problemas de programación.

Para comenzar a comunicarse con un terapeuta a través de mensajería:

- Visite la página de destino segura de su organización.
- Complete un breve cuestionario.
- Se le asignará un terapeuta dentro de las 48 horas.
- Conéctese con un consejero virtualmente con terapia de chat y/o sesiones en vivo.
- Para continuar más allá de sus sesiones gratuitas, consulte con su plan médico para ver si los proveedores de Talkspace están dentro de la red.

Después de registrarse:

- Utilice sus sesiones gratuitas: Una semana de terapia cuenta como una visita.
- Seguirá comunicarse con el mismo terapeuta a través de mensajería a menos que solicite cambiar de profesional.
- Su terapeuta le responderá diariamente, durante sus horas de trabajo, cinco días a la semana.
- Tanto si se desplaza como si se encuentra en casa, puede acceder a Talkspace de forma segura a través de su navegador web o aplicación móvil.

Sesiones en vivo

Reúnase con su terapeuta en línea para una sesión de video, teléfono o chat en vivo de 30 minutos. Cada sesión cuenta como una visita.

Cuidar de su salud mental puede ayudarlo a vivir una vida más feliz, saludable y productiva, tanto dentro como fuera del trabajo.

Para obtener más información, visite nuestra sección de **Preguntas Frecuentes**.



*Tenga en cuenta que: La terapia de chat es un servicio individual para miembros mayores de 13 años. Tiene 120 días a partir de la fecha en que se registre para utilizar sus sesiones. La terapia de chat no debe ser considerada para cumplir con los requisitos de empleo, matrícula escolar, discapacidad o documentación legal.

El EAP es administrado por Resources For Living, LLC.

Todas las llamadas del EAP son confidenciales, a menos que la ley especifique lo contrario. Los servicios de Talkspace son proporcionados y gestionados por Talkspace, un tercero independiente. Resources For Living no supervisa ni controla los servicios provistos o recomendados por Talkspace y no asume ninguna responsabilidad por sus servicios.