

# Acceso rápido a atención de salud mental de alta calidad

SonderMind te conecta con nuestros proveedores de alta calidad dentro de la red, que están disponibles ahora y pueden atender tus necesidades únicas. Con el portal simple y fácil de usar de SonderMind, puedes programar sesiones virtuales o presenciales, enviar mensajes a tu terapeuta, realizar pagos y ver tu progreso a lo largo del tiempo.

## SonderMind Ofrece

### Acceso rápido a la atención

Conéctate con un profesional que se adapte a tus necesidades y que, por lo general, puede atenderte en solo unos días.

### Especializado para ti

Con miles de profesionales en SonderMind, podemos atender las necesidades únicas de personas desde los 6 años, así como de parejas y familias.

### Una experiencia sin complicaciones

SonderMind facilita encontrar un terapeuta de alta calidad que esté cubierto por tu seguro.

### Resultados comprobados

Nuestra investigación demuestra que el enfoque basado en mediciones de SonderMind ayuda a las personas a sentirse mejor, más rápido—en solo 5-7 sesiones.



# Cómo funciona SonderMind: Preguntas Frecuentes

## ¿Cómo empezar con SonderMind?

Ve a [sondermind.com](https://sondermind.com). Haz clic en "Reunirse con un terapeuta" y completa un breve cuestionario en línea. Te conectaremos con 1-2 profesionales en un plazo de 48 horas. Luego, elige el que mejor se adapte a tus necesidades y solicita una cita.

## ¿Cómo me conecta SonderMind con un terapeuta o proveedor psiquiátrico?

Buscar un terapeuta puede ser abrumador, pero ahí es donde entra SonderMind. Te haremos algunas preguntas para conocer el tipo de apoyo que necesitas y lo que buscas en un proveedor. Solo te conectaremos con profesionales que acepten tu seguro.

## ¿Qué pasa si quiero un terapeuta diferente al que me asignaron?

Conectarte con un terapeuta adecuado para ti es esencial en tu viaje de salud mental. Puedes comunicarte con nuestro equipo de apoyo por teléfono o correo electrónico en cualquier momento, y te proporcionaremos más opciones de proveedores."

## ¿SonderMind es virtual o presencial?

Ofrecemos ambas opciones. Indica en el cuestionario en línea qué tipo de cita prefieres y te conectaremos con un terapeuta o proveedor psiquiátrico que se adapte mejor a tu disponibilidad.

## ¿Qué servicios ofrece SonderMind?

SonderMind ofrece terapia individual, de pareja y familiar para todas las edades (6+). Nuestros profesionales abarcan más de 40 especialidades y 60 enfoques terapéuticos para adaptarse a tus necesidades. También contamos con servicios de psiquiatría en algunos estados.

## ¿Cuánto tiempo tarda en programarse una cita?

SonderMind tiene citas disponibles en un plazo de 48 horas. La mayoría de los clientes tienen su primera sesión dentro de 5-10 días.

## ¿La terapia con SonderMind es efectiva?

Las investigaciones de SonderMind demuestran que nuestros clientes mejoran en un promedio de 5-7 sesiones. Tú y tu terapeuta pueden seguir tu progreso en el portal del cliente.