



A TERAPIA É INDICADA QUANDO:

A Psicologia ainda é considerada uma área cercada por tabus, dúvidas e desconhecimentos.

Assim como a medicina, e outras áreas da saúde, a psicologia é uma ciência e também tem comprovações da sua efetividade por ser baseada em evidências científicas.

Por não ser tão bem compreendida, uma das principais dúvidas é quando exatamente se deve procurar um psicólogo.

- Dificuldade para regular ou gerenciar suas emoções;
- Vivenciou ou está vivenciando alguma situação de forte impacto emocional (luto, violência, separação, etc);
- Apresenta alterações no sono ou na alimentação;
- Dificuldade nos relacionamentos interpessoais;
- Apresenta sofrimento, seja qual for o motivo;
- Dificuldade para tomar alguma decisão;
- Apresenta prejuízo em uma ou mais áreas da vida;
- Dificuldade para mudar algum hábito;
- Desconfia que tem algum transtorno.

Se você apresenta uma ou mais dessas queixas, procure ajuda. Vamos juntos!



DANIELE MARCASSO
PSICÓLOGA CLÍNICA
CRP: 09/8264

