



ESPAÇO
terapêutico

COMO FUNCIONA A TERAPIA?

Guia sobre tudo o que você precisa saber para fazer terapia com o Nosco

O QUE TEM NESSE MATERIAL?

- [Como funciona a terapia](#)
- [Conheça a equipe](#)
- [Nossos valores](#)
- [Explicando a teoria](#)
- [Como marcar um atendimento](#)

Clique no tópico que você quer saber para ir até essa parte no material.

COMO FUNCIONA A TERAPIA?

- A terapia é um processo de atendimento de várias semanas em que você vai ser atendido por um profissional formado ou estagiário de psicologia capacitado para te ajudar nas suas demandas.
- Os atendimentos têm frequência semanal, com duração de 1h, online feitos pelo Google Meet.

A terapia é um espaço seguro em que você pode falar das coisas que te machucam. O terapeuta e você trabalham juntos para melhorar a sua qualidade de vida e lidar com o que você estiver passando.



CONHEÇA A NOSSA EQUIPE

Psicólogos

Richard Avila



Lucas Augusto



NOSCO
ESPAÇO
terapêutico

Nossa equipe é atualmente composta por 7 terapeutas, sendo 2 psicólogos formados e 4 estagiários de Psicologia.

Estagiários

Leonardo



Letícia



Rafael



Vanessa



CONHEÇA O TRABALHO DOS ESTAGIÁRIOS

Supervisão semanal

Os estagiários passam por supervisões semanais tanto em grupo quanto individual, em que os casos são analisados e orientados pelo supervisor.



Os casos são supervisionados pelo psicólogo Richard, garantindo a **qualidade** dos atendimentos.

Seminários teóricos

Antes de iniciar os atendimentos, os estagiários passam por uma série de seminários e formações com os psicólogos da clínica.



Os planos de tratamento dos pacientes são analisados pelo supervisor.

NOSSOS VALORES

Qualidade do atendimento

Ter um atendimento de qualidade é um dos nossos pilares. Te garantimos a segurança de que juntos conseguiremos o melhor atendimento que existe. Para nós, você vem em primeiro lugar.

Psicologia Baseada em Evidências Científicas

Os nossos planos de tratamento e as intervenções realizadas nos atendimentos são todas baseadas em evidências científicas. Isso garante o melhor resultado de terapia.

Resultados mensurados

Os resultados da terapia são mensurados a partir de escalas. Ou seja, você pode ver a sua evolução em gráficos visuais.

Veja imagem a seguir.



MENSURAÇÃO DOS RESULTADOS

Início da terapia em que os sintomas de TOC estavam altos.

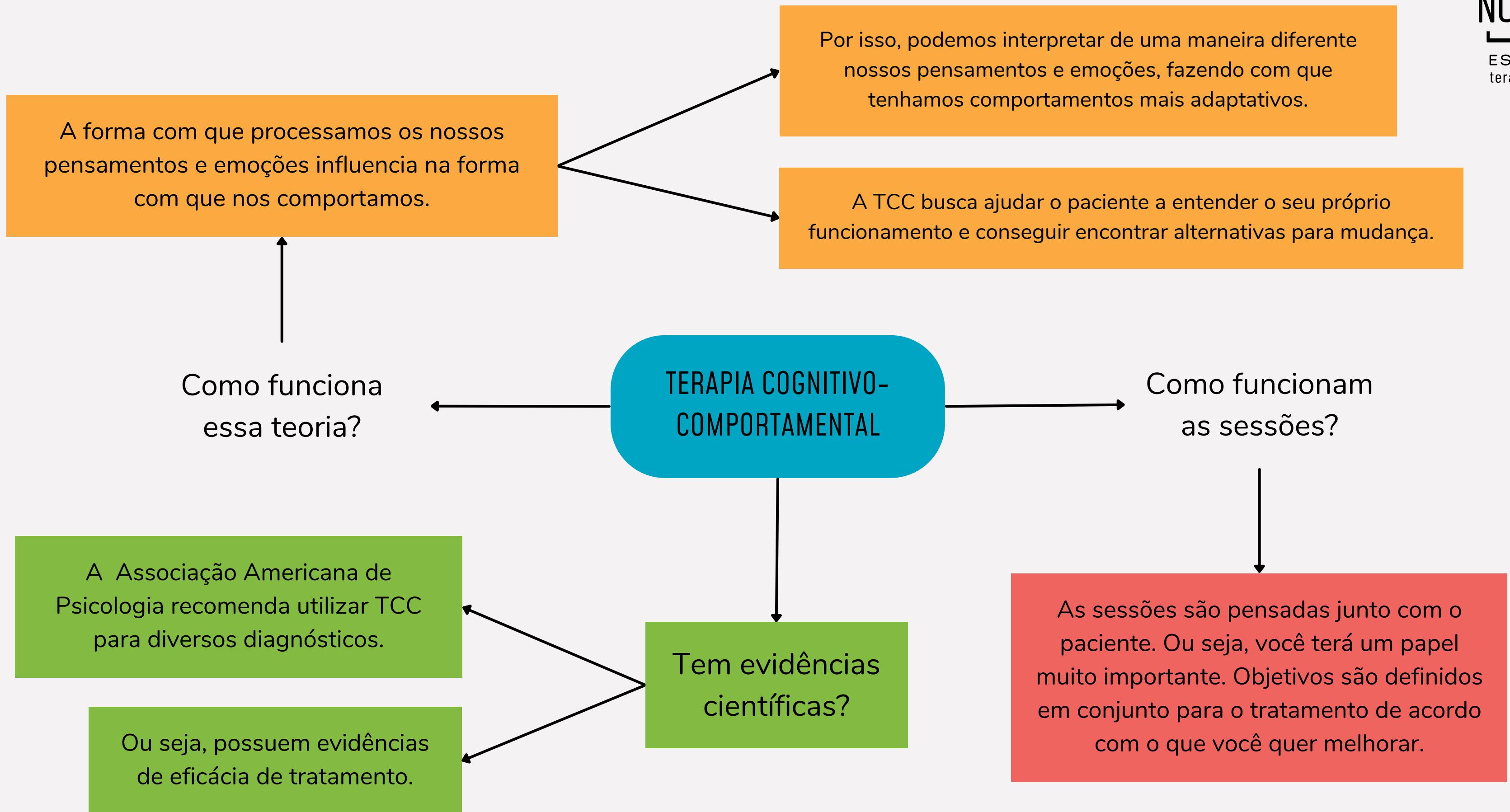


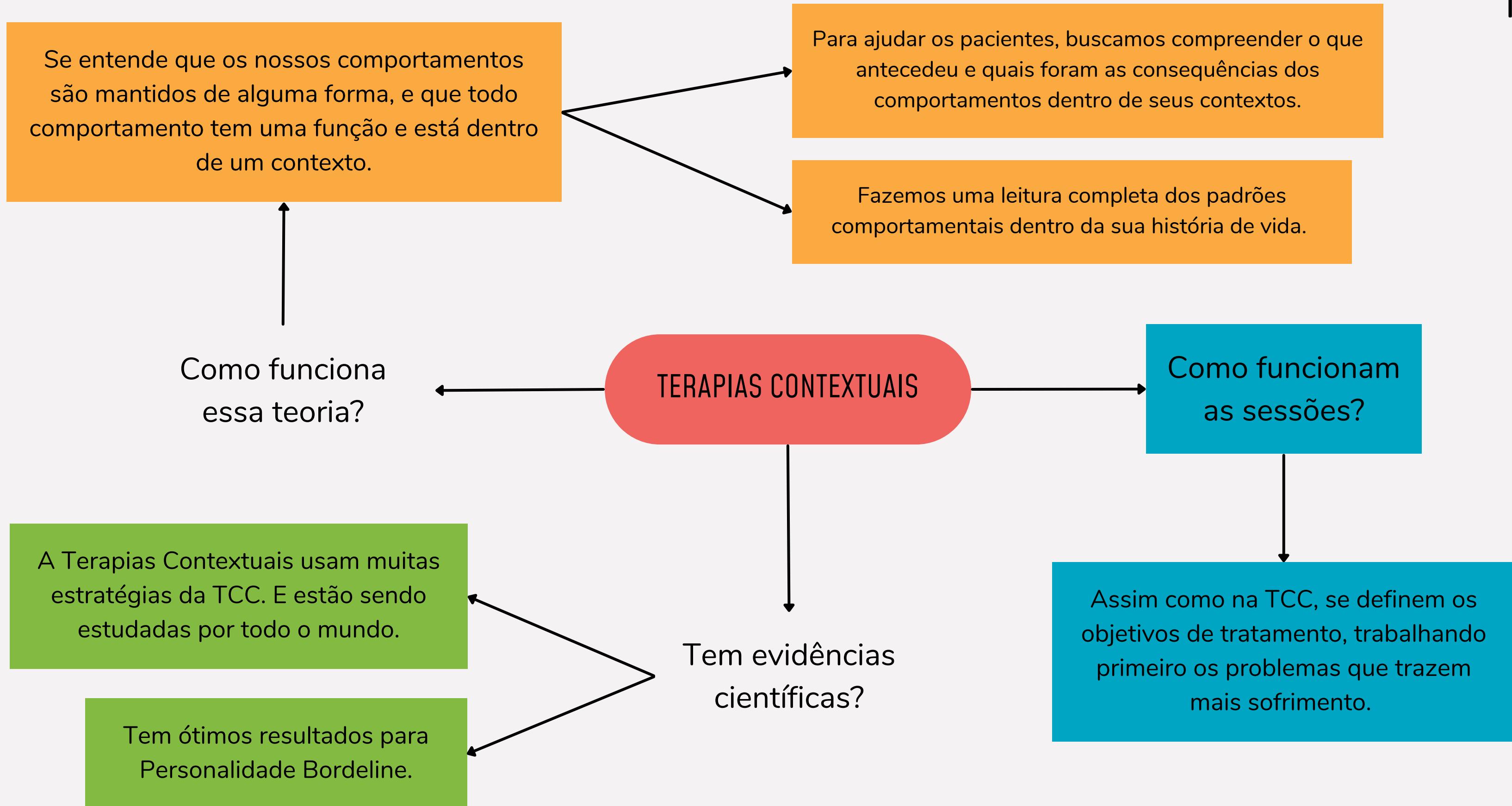
EXPLICANDO A TEORIA POR TRÁS DOS ATENDIMENTOS

- Na Clínica, nós formulamos nossos atendimentos com base em duas linhas da Psicologia: a **Terapia Cognitivo-Comportamental** e as **Terapias Contextuais**.
- Essas duas teorias possuem diversas estratégias para ajudar efetivamente os pacientes, desde problemas "simples" até os mais complexos.
- Nossa equipe passa por seminários teóricos semanalmente para continuar se atualizando sobre as teorias atuais da Psicologia.

A seguir, dois modelos explicativos sobre as teorias que utilizamos.







A TERAPIA É PERSONALIZADA PARA AS SUAS NECESSIDADES E DEMANDAS.

O processo da terapia é um acompanhamento ao de um determinado período de tempo que te ajuda a desenvolver comportamentos mais funcionais e adaptativos dentro da sua realidade. Conte com o terapeuta que está te atendendo, você não precisa passar pelas suas dores sozinho.
Estamos com você.

Como melhorar a sua relação com você mesmo

Questionar os próprios pensamentos

Assertividade nas relações

Resiliência

O QUE VOCÊ VAI APRENDER NA TERAPIA?

Flexibilidade psicológica

Desenvolver novos comportamentos

Habilidades de comunicação

Mindfulness

Regulação Emocional

Como marcar um atendimento?

- Se é a sua primeira consulta, um dos nossos profissionais ou estagiários farão uma entrevista inicial para te conhecer melhor e entender como podemos te ajudar.
- Em seguida, o seu processo de terapia começa.



Marcar consulta

Nos envie uma mensagem com "Quero marcar minha consulta" e você receberá os valores dos nossos atendimentos.

Confirmação mediante pagamento antecipado

Após encontrarmos uma data e horário para o seu atendimento, ele está confirmado assim que você fizer o pagamento.

Pronto! Você pode começar a terapia.

Tudo certo para você começar a terapia. Não se esqueça de estar em um local sem outras pessoas em volta para as sessões. Aguarde o link para a consulta.

Ficou com alguma
dúvida? Nos envie uma
mensagem!

- YouTube | Nosco Espaço Terapêutico
- Instagram | @espaconosco
- Facebook | Espaço Nosco
- TikTok | @espaconosco

