



PATRICIA GASPAR MELLO

Psicóloga | CRP 07/17736



Especialista em Terapia Cognitivo-Comportamental

Formação em Terapia do Esquema

Mestre em Cognição Humana

Doutora em Psicologia



TRATAMENTOS OFERECIDOS

TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Foco em solução de problemas atuais, tais como: ansiedade, preocupações, tristeza, déficit de atenção, procrastinação, dificuldades de organização e manejo de tempo, alterações de sono, etc.

TERAPIA DO ESQUEMA

Foco em mudanças de problemas crônicos e persistentes, associados a traços de personalidade, frequentemente desenvolvidos desde a infância que interferem nas relações interpessoais ao longo da vida.

**Os atendimentos podem ser realizados na modalidade presencial ou remoto.*

A indicação de abordagem (TCC ou TE) e modalidade de atendimento ocorre apenas após a avaliação inicial.

ATENDIMENTO EM PSICOLOGIA

AVALIAÇÃO INICIAL

Objetiva identificar motivos de busca de atendimento, possíveis hipóteses diagnósticas e indicações de tratamento. Pode ter duração de 1-3 sessões, sendo, a primeira, com maior tempo de duração.

PSICOTERAPIA

Em alguns casos, pode ter ênfase em mudanças de humor, melhora da ansiedade, e/ou resolução de problemas atuais. Em outros casos, tem enfoque em superação de traumas e/ou aprofundamento em questões emocionais com origem na infância que interferem nas relações interpessoais e funcionalidade.

AVALIAÇÃO INICIAL

A avaliação inicial costuma necessitar de 1-3 encontros para ser concluída, sendo estruturada da seguinte maneira:

1. entrevista inicial: tem objetivo de identificar os motivos de busca de atendimento, possíveis hipóteses diagnósticas e indicações de tratamento e/ou encaminhamentos. Ênfase no rastreamento de sintomas atuais, problemas a serem resolvidos e histórico de tratamentos psicológicos/psiquiátricos.

Duração: 90-120min

2. entrevista de anamnese: tem objetivo de compreender a história de vida e de relacionamentos interpessoais, funcionamento familiar, histórico de saúde física e emocional, e fatores psicossociais que influenciaram o desenvolvimento.

Duração: 50-60min

3. entrevista diagnóstica: tem objetivo de identificar possíveis transtornos mentais presentes na vida atual ou pregressa, discutir sobre possíveis diagnósticos e indicar tratamentos cientificamente validados para as condições apresentadas.

Duração: 50-60min

PSICOTERAPIA

Embora não exista regra geral, a psicoterapia tende a seguir um processo semi-estruturado. As sessões iniciam com periodicidade semanal, mas algumas pessoas beneficiam-se de atendimento com maior frequência. Não aconselha-se início com periodicidade quinzenal ou inferior, e não há garantias ou previsões de redução de tempo entre as sessões. Ainda que exista variações em cada caso, sabe-se que existe um fluxo natural de evolução, que tende a se organizar da seguinte forma:

- **Etapas Iniciais:** buscam familiarização do paciente com a própria condição psíquica, envolvendo automonitoramento de sintomas, pensamentos, emoções e comportamentos.
- **Etapas de Mudança:** buscam utilização de intervenções e técnicas para melhora do humor e modificação de padrões disfuncionais de reações emocionais, respostas psicofisiológicas e comportamento.
- **Etapas de Manutenção:** buscam reforçar e manter os ganhos terapêuticos com fins de promover autonomia e bem estar a longo prazo. Com o tempo, tendem a diminuir de frequência, até o momento da alta.

INVESTIMENTO

Observações

- *Outros valores e condições de pagamento podem ser negociados na primeira consulta*
- *Não são aceitos convênios, mas fornece-se notas fiscais com as datas de atendimento para planos de saúde que operam por meio de reembolso.*
- *Não são aceitos cartões de crédito.*
- *Não são realizados pacotes com pagamento antecipado.*

CONSULTA INICIAL

Duração: 90-120min

Valor: R\$ 550,00

PSICOTERAPIA

Duração: 50-60min

Valor: R\$ 400,00

- *Pagamento via Pix para pgmello@gmail.com. Envie comprovante para (51) 980529481*



PATRICIA GASPAR MELLO
Psicóloga | CRP 07/17736



(51) 98111 9541



synapsetcc



pgmello@gmail.com

SYNAPSEPSICOLOGIA.COM.BR