**Texto do site**

**Apresentação**

Graphical user interface, text, application

Description automatically generated

“Sou psicóloga clínica no consultório online com o foco no tratamento da depressão para jovens e adultos.

Minha missão dentro da psicologia é diminuir o adoecimento mental entre as mulheres, principalmente a depressão, promovendo qualidade de vida, bem estar e empoderamento feminino.

Graduada no Centro Universitário Adventista de São Paulo, com experiência em psicologia clínica, trabalhos voluntários, plantão psicológico e psicologia direcionada a alunos com necessidades especiais. Vivência em psicoterapia individual , dinâmicas de grupo, aplicação de testes psicológicos e psicologia em equipamentos do SUS.

Desenvolvi projetos de intervenções com o uso do  
método Design Thinking. Formanda em certificação ABA – análise comportamental aplicada. Apoio minhas práticas profissionais na abordagem da terapia cognitiva comportamental.

Amo animais e tenho um espírito empreendedor. Sou proativa, criativa e dinâmica, além de estar sempre interessada a aprender.

Muito prazer!”

“De nada adianta viver sem saber o valor dela.” – Psicóloga Karina Beatriz Gangi

**Criar ícones interativos para os valores do meu consultório**

***ÉTICA EXCELÊNCIA TRANSPARÊNCIA GENTILEZA COMPROMISSO ACOLHIMENTO CRIATIVIDADE MELHORIA CONTÍNUA EMPREENDEDORISMO***

**Psicoterapia Individual Online**

Graphical user interface, application, Word

Description automatically generated



A terapia da fala é um espaço por você e para você!

O foco é te ajudar a desenvolver habilidades cognitivas e comportamentais em prol da sua saúde psicológica através de teorias e técnicas baseadas na ciência da prática da psicologia. Aonde a transformação acontece na relação terapêutica diminuindo o sofrimento mental e seus demais sintomas relacionados com seus prejuízos cotidianos.

Este é um tratamento fundamental para questões de depressão, ansiedade, luto, estresse, comportamentos autodestrutivos, conflitos de relacionamentos e entre outras.

**Psicoterapia Grupal Online**

Graphical user interface, text, application

Description automatically generated



Este é um grupo terapêutico voltado a promoção da saúde e a criação de apoio psicológico as mulheres que sofrem com a depressão. Com intervenções grupais para te ajudar a aliviar seu sofrimento ao lidar com a depressão.

**Plantão Psicológico**

Graphical user interface, text, application

Description automatically generated



É o serviço de atendimento psicológico de apoio emergencial em situações de crises, emergências e desastres se tratando de uma situação que tire o equilíbrio momentâneo gerando grande sofrimento. Proporcionará suporte emocional, acolhimento, escuta ativa e serão trabalhadas questões emergentes.

**Palestras**

Graphical user interface, application

Description automatically generated

1. Mulheres à luta! Mulheres unidas superando a depressão.



Objetivo: Discutir, refletir e apresentar estratégias para que a mulher desenvolva autocuidado e desenvolva estratégias para lidar com a depressão em suas demandas do dia a dia.

Público alvo: Mulheres diagnosticadas com o transtorno depressivo.

2.Do isolamento da depressão para a vida: Quando buscar ajuda e como ajudar. A person in a blue dress

Description automatically generated with medium confidence

Objetivo: Promover psicoeducação sobre a depressão e orientação de como buscar ajuda.

Público alvo: Pessoas depressivas e pessoas que desejam buscar ajuda a alguém conhecido que sofre com os sintomas da depressão.

**Cursos**

Em breve!

**Artigos**

Graphical user interface, application, PowerPoint

Description automatically generated

Coletar materiais do blog: <https://universoquetocavidaspsicologia.blogspot.com/>

**Adicionar espaço para baixar ebooks**