**Site como modelo:** [**https://psicologabrunaborges.com.br/#sobre**](https://psicologabrunaborges.com.br/#sobre)

**LOGO: enviada em anexo**

**FOTOS: enviadas em anexo**

**Psicóloga Eliz Anneth Gurgel**

**MENU**

Sobre

Áreas de Interesse

Formação

Serviços Clínicos

Contato

**Sobre**

Eliz Anneth Gurgel é psicóloga clínica cognitiva comportamental (CRP 22/02231) que tem o propósito de auxiliar os seus clientes na adoção de um estilo de vida psíquico saudável, real e autêntico, bem como, contribuir para a transformação da melhor versão de si mesmo.

**Formação (ordem decrescente)**

**Uma imagem contendo desenho

Descrição gerada automaticamente**

INSTITUTO UNIVERSITÁRIO DE LISBOA ISCTE-IUL

Mestrado Ciências em Emoções

Ícone

Descrição gerada automaticamente

GRUPO IWP COGNITIVO

Especialização em Terapia Cognitivo Comportamental

Logotipo, nome da empresa

Descrição gerada automaticamente

Instituto Educacional Kroton

Graduação em Psicologia

**Serviços Clínicos**

*O psicólogo clínico é o profissional que ajuda o paciente a identificar a razão de seus dilemas, pondera sobre os desajustes comportamentais - comportamentos que provocam algum tipo de prejuízo - e promove a inserção de novas habilidades no repertório comportamental. O tratamento ocorre através de sessões de periodicidade semanal ou quinzenal.*

**Terapia Cognitivo-Comportamental**

*O papel do psicólogo especialista é utilizar de métodos científicos para estudar os fatores que influenciam o modo como a pessoa pensa, sente e age. A promoção da reestruturação cognitiva a partir da identificação dos pensamentos distorcidos, assim como a elaboração de maneiras mais realistas de formulá-los.*

**Saúde Mental**

*Saúde mental é a capacidade de tomar decisões em relação à si próprio, de reagir às exigências da vida cotidiana de forma equilibrada e de saber procurar ajuda quando necessário. Pessoas mentalmente saudáveis detêm autoconhecimento suficiente para discriminar os seus pontos fortes e pontos a melhorar.*

**Regulação Emocional**

*Regulação emocional é a capacidade de reconhecer as emoções em si mesmo e nos outros. O gerenciamento das próprias emoções tem sua premissa na identificação, avaliação, aceitação e manutenção da funcionalidade. O sujeito que possui inteligência emocional sabe aplicar estratégias que o levam ao êxito na resolução de conflitos internos e externos***.**

**Psicoterapia para Transtornos Alimentares**

*Os transtornos alimentares surgem da insatisfação corporal associada a desajustes emocionais e baixa autoestima. O objetivo em psicoterapia é reestabelecer uma relação saudável com o corpo e a comida.*

**Atendimento**

Você pode escolher: ser atendido presencialmente em São Luís - MA ou por videoconferência, de qualquer lugar do país.

Quer agendar um atendimento ou esclarecer alguma dúvida?

Entre em contato pelo formulário abaixo e rapidamente te responderei.

Se preferir, envie sua mensagem para o WhatsApp: (98) 98190-5400.

**Contato**

Instituto Pangeia - Rua dos Abacateiros, Quadra 05 - N° 16 - Jardim São Francisco, São Luís - MA, 65076-010, Brasil

Endereço com mapa como no modelo

Chamada para ação Instagram como o modelo

**@psielizgurgel**