NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

PROPOSTA
PSICOTERAPIA (TCC)
TERAPIA COGNITIVO-COMPORTAMENTAL

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890

www.neuroflux.com.br

Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

Sua saúde mental com escuta, ciência e acolhimento — onde você estiver

Na NeuroFlux Psicologia Direcionada, cuidamos de você com responsabilidade clínica, vínculo terapêutico e base científica.

Este material é um convite para você entender como funciona a psicoterapia, como ela pode transformar sua vida e quais são os primeiros passos para começar.

O que é Psicoterapia?

Psicoterapia é um processo terapêutico que promove autoconhecimento, equilíbrio emocional e novas formas de lidar com os desafios da vida.

É um espaço seguro para conversar sobre o que dói, confunde ou paralisa — e começar a construir novas possibilidades de ser, sentir e agir.

Você será acompanhado(a) por um psicólogo com formação sólida, escuta atenta e atuação ética, comprometido com seu bem-estar psicológico.

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

Como funciona a psicoterapia?

- Sessões com duração 60 minutos
- Frequência ajustada à sua necessidade (semanal ou quinzenal)
- Ambiente acolhedor e sigiloso, presencial ou online
- Estratégias práticas para lidar com emoções difíceis
- Atendimento com base na Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC)

Objetivos da psicoterapia

- Aliviar sintomas como ansiedade, tristeza, medo ou culpa
- Compreender padrões de pensamento e comportamento
- Desenvolver habilidades emocionais e relacionais
- Aprender a tomar decisões com mais clareza e consciência
- Retomar o controle da própria vida

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

Nossa Abordagem: TCC

A Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC) é uma abordagem terapêutica científica, que entende que nossos pensamentos influenciam diretamente o que sentimos e como nos comportamos.

Ao identificar e modificar crenças disfuncionais — como “não sou capaz”, “as pessoas vão me julgar”, “nunca vai dar certo” — você começa a se libertar de ciclos de sofrimento emocional.

Com a TCC, você aprende a:

- Reconhecer pensamentos automáticos
- Entender como se formam seus esquemas mentais
- Reestruturar crenças negativas
- Desenvolver novas formas de agir diante de situações difíceis

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®
PSICOLOGIA DIRECIONADA

Etapas do Processo Terapêutico

1. Avaliação e formulação do caso
2. Estabelecimento de metas claras e alcançáveis
3. Psicoeducação sobre mente, emoções e comportamento
4. Identificação de pensamentos automáticos
5. Desenvolvimento de habilidades emocionais
6. Exposição gradual a situações temidas (quando necessário)

Para quem é indicada?

A psicoterapia pode ser fundamental se você está passando por:

- Ansiedade, estresse ou ataques de pânico
- Depressão, luto ou desânimo persistente
- Crises existenciais ou baixa autoestima
- Dificuldades nos relacionamentos
- Medos, inseguranças ou fobias
- Desejo de se conhecer melhor e crescer pessoalmente

Psicoterapia Online funciona?

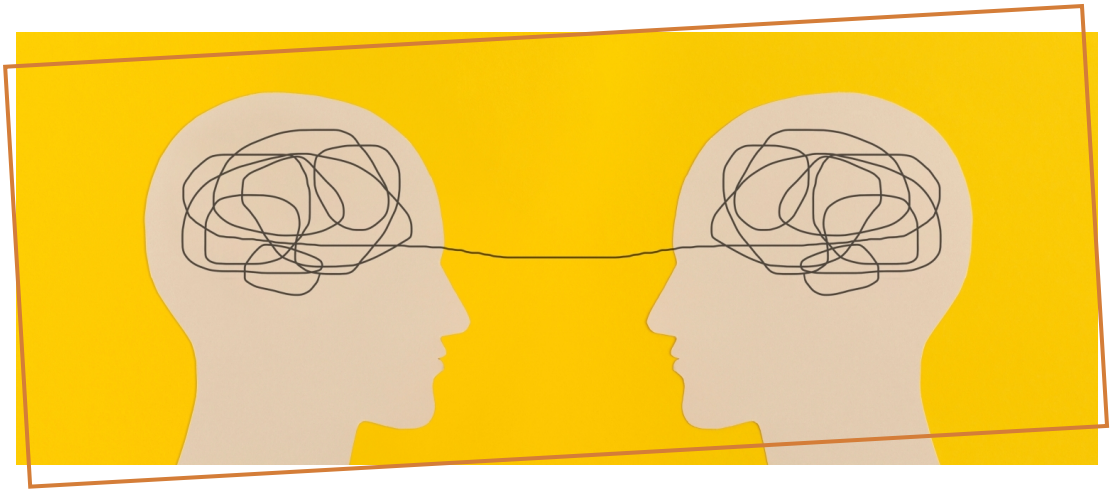
Sim! A psicoterapia online tem eficácia comprovada e é reconhecida pelo Conselho Federal de Psicologia. Você pode fazer sua terapia de onde estiver — com a mesma qualidade, sigilo e compromisso ético do atendimento presencial.

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

É possível solicitar reembolso pelo plano de saúde?



Sim. Mesmo sendo um serviço particular, muitas operadoras reembolsam o valor total ou parcial das sessões. **Na NeuroFlux, emitimos nota fiscal com todas as informações exigidas (CRP, carimbo, assinatura) para que você possa solicitar o reembolso com segurança.**

Perguntas Frequentes

1. A psicoterapia é sigilosa?
Sim. O sigilo é garantido pelo Código de Ética Profissional do Psicólogo.

2. Psicoterapia é só para quem tem diagnóstico?
Não. Ela também ajuda quem busca autoconhecimento, fortalecimento emocional e mudanças na vida.

3. E se eu estiver em crise?
A psicoterapia é um apoio essencial em momentos críticos. Quando necessário, há encaminhamento conjunto com psiquiatras ou médicos.

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com

NEUROFLUX®

PSICOLOGIA DIRECIONADA

O que dizem os nossos pacientes

"Comecei a terapia num momento em que me sentia completamente perdida, ansiosa o tempo todo e com muita dificuldade para tomar decisões. Logo nas primeiras sessões, percebi o quanto era acolhida e escutada de verdade. A abordagem da TCC me ajudou a identificar padrões de pensamento que eu nem sabia que tinha, e aos poucos fui encontrando mais clareza emocional. Hoje, me sinto mais segura, confiante e conectada com quem eu sou. Foi, sem dúvida, o melhor investimento que fiz em mim mesma."

— Graciela, 34 anos

"Tive receio de fazer psicoterapia online no início, mas acabei me surpreendendo. O atendimento é extremamente profissional, e mesmo à distância, consegui criar um vínculo real com o meu terapeuta. A cada encontro, sentia que estava aprendendo a lidar melhor com minhas emoções e a sair de ciclos de sofrimento. A terapia me ajudou a resgatar meu equilíbrio e enxergar possibilidades que antes eu não via. Recomendo fortemente a quem está em dúvida."

— Rafael, 41 anos

Como agendar?

Você pode agendar sua sessão de psicoterapia diretamente pelo WhatsApp ou e-mail. Após uma avaliação inicial, você receberá as orientações sobre os agendamentos das próximas consultas, com base nos objetivos terapêuticos mapeados.

WhatsApp: https://wa.me/5511966285460

E-mail: contato@neuroflux.com.br

Site: www.neuroflux.com.br

Dr. Osvaldo Marchesi Junior
Psicólogo - CRP/ SP - 06/186.890
www.neuroflux.com.br
Cel.: (+5511) 96628-5460
osvaldomarchesijunior@gmail.com