



*JENYFER FREITAS*

PSICÓLOGA

# JENYFER FREITAS

*Psicóloga*



## PRAZER, JENYFER

Idealizadora, fundadora e psicóloga. Mulher, jovem e apaixonada pela profissão, permaneço no compromisso de ser quem sou e cumprir o que me foi proposto: amar e servir. Tenho como primícias o olhar empático, respeitoso e acolhedor com cada indivíduo, assim como uma escuta ativa e atenciosa. Entretanto, faço uso da Psicologia como ciência para auxiliar pessoas a promoverem qualidade de vida, no que refere-se a saúde mental.

### *E-MAIL*

DESDE 2021

[jenyfer.freitas@outlook.com](mailto:jenyfer.freitas@outlook.com)

### *IG*

DESDE 2021

[@psijenyfer](https://www.instagram.com/@psijenyfer)

### *FACE*

DESDE 2021

Psicóloga Jenyfer Freitas

### *Profissão*

---

PSICÓLOGA

Formada em Psicologia, pós-graduada em Terapia Cognitivo Comportamental e especialista em saúde mental sigo o percurso, projetando e implantando sonhos. O propósito é conectar a Psicologia com a comunidade, tornando-a mais acessível, empática, acolhedora e profissional. Desta forma, quebrar paradigmas, compartilhar conhecimento e experiências, bem como criar conexões e, sobretudo, auxiliar aqueles que necessitam e querem ser ajudados.

# ATENDIMENTOS

ONLINE E PRESENCIAIS

---

Os atendimentos são realizados consoante ao mais favorável método para cada indivíduo. Os mesmos poderão ser online, através da plataforma Google Meet ou presenciais. Consoante ao período de duração, é equivalente a 50 minutos, podendo ser adaptado no momento do agendamento.



# EVENTOS

EXTRAS

---

Pertinente à eventos, como palestras, rodas de conversas e parcerias, o convite deverá ser realizado através do endereço de e-mail. Tais eventos poderão ocorrer via online ou presencial, de acordo com a necessidade de cada contratante. No que refere-se ao período de duração, a combinar consoante a temática e o evento.

## *Pós-graduação*

---

# TCC

Na psicologia há diferentes técnicas para estruturar os atendimentos. Entretanto, a Terapia Cognitivo-Comportamental (TCC), foi desenvolvida por Aaron Beck no início da década de 60. E, entre seus principais fundamentos, Beck a reconheceu como uma psicoterapia semiestruturada e diretiva, que caracterizada pela curta duração, é direcionada para a solução de problemas atuais e a modificação de pensamentos e comportamentos desorganizados.

