



ÁREAS DE INTERVENÇÃO

Clínica de Psicologia Joana Maria Matos

Na Clínica de Psicologia Joana Maria Matos contamos com uma equipa multidisciplinar, o que nos permite acompanhar crianças, adolescentes, adultos, casais e famílias em diferentes momentos e desafios da vida. Consulte abaixo as nossas especialidades e as áreas em que trabalhamos em cada uma delas.

Nem sempre é fácil identificar exatamente o que está a acontecer ou qual o tipo de acompanhamento mais indicado. Se tiver dúvidas, pode sempre contactar-nos e ajudamo-lo a perceber qual a consulta mais adequada à sua situação.

. Consultas de Adultos

Psicóloga Joana Maria Matos · Psicóloga Sónia Silva

- Ansiedade, preocupação excessiva e ataques de pânico
- Depressão, tristeza persistente e perda de motivação
- Stress, burnout e exaustão emocional
- Insónia e outros problemas relacionados com o sono
- Baixa autoestima, insegurança e dificuldade em confiar em si próprio
- Trauma e experiências emocionalmente difíceis
- Luto, perdas e mudanças significativas de vida
- Dificuldades na regulação emocional, irritabilidade e gestão da raiva
- Medos, fobias e comportamentos de evitamento
- Comportamentos compulsivos, dependências e dificuldades no controlo de impulsos
- Questões relacionadas com identidade, propósito de vida e desenvolvimento pessoal
- Dificuldades de adaptação a mudanças de vida (parentalidade, reforma, doença, mudança de país ou de emprego)

. Terapia de Casal

Psicóloga Joana Maria Matos - Psicóloga Carolina Marques

- Conflitos e desgaste na relação
- Dificuldades de comunicação entre o casal
- Crises de confiança, infidelidade e processos de reconstrução da relação
- Distanciamento emocional ou afetivo
- Dificuldades na parentalidade em casal
- Apoio em processos de separação ou divórcio

. Terapia Familiar

Psicóloga Joana Maria Matos · Psicóloga Carolina Marques

- Conflitos entre pais e filhos
- Dificuldades de comunicação dentro da família
- Adaptação a mudanças na estrutura familiar (separação, recasamento, luto, doença de um membro da família)
- Dinâmicas familiares desgastantes ou pouco funcionais
- Apoio a famílias com um filho em acompanhamento psicológico individual

. Consultas de Crianças e Adolescentes

Psicóloga Marisa De Canha · Psicóloga Carolina André · Psicóloga Carolina Marques

- Dificuldades emocionais e comportamentais (irritabilidade, birras frequentes, mudanças de comportamento)
- Ansiedade e medos na infância e adolescência
- PHDA (Perturbação de hiperatividade e déficit de atenção)
- Perturbação de oposição e desafio
- PEA (Perturbação do Espectro do Autismo)
- Dificuldades de aprendizagem

. Consultas de Crianças e Adolescentes (continuação)

Psicóloga Marisa De Canha · Psicóloga Carolina André · Psicóloga Carolina Marques

- Problemas escolares, sociais ou familiares
- Baixa autoestima e insegurança
- Dificuldades na regulação emocional
- Luto e perdas significativas
- Isolamento social e dificuldade em fazer amizades
- Uso excessivo de ecrãs e tecnologia
- Orientação/Suporte parental

. Avaliação Psicológica de Crianças e Adolescentes

Psicóloga Marisa De Canha · Psicóloga Carolina André

- Avaliação do desenvolvimento global (motor, cognitivo, linguagem, socioemocional)
- Avaliação do perfil neurodesenvolvimental (atenção, funções executivas, aprendizagem - PHDA, PEA, Dificuldades de Aprendizagem)
- Avaliação do funcionamento cognitivo e intelectual
- Avaliação da regulação emocional e comportamental
- Relatórios de apoio a processos escolares (ex: medidas de apoio, adequações curriculares)

. Orientação Vocacional

Psicóloga Marisa de Canha

- Apoio na escolha de curso ou área de estudo
- Dúvidas sobre percurso escolar ou profissional
- Indecisão vocacional em adolescentes e jovens adultos
- Reorientação profissional em fases de transição
- Avaliação psicológica em Orientação Vocacional (Interesses e motivações vocacionais; Aptidões e competências; Personalidade e forma de estar; Valores pessoais e projeto de vida)
- Relatório de Orientação Vocacional (com uma síntese clara e recomendações práticas para apoiar a decisão)

. Terapia da Fala

Terapeuta Vanessa Dias

- Atraso ou perturbação do desenvolvimento da linguagem
- Dificuldades articulatórias e de fala
- Perturbações dos sons da fala
- Gaguez
- Dificuldades de leitura e escrita associadas à linguagem
- Perturbações da voz
- Dificuldades de comunicação associadas a perturbações do desenvolvimento
- Perturbações da motricidade orofacial e funções orofaciais
- Alterações da respiração, mastigação, deglutição e padrões orofaciais
- Intervenção miofuncional orofacial
- Alterações associadas ao freio lingual e mobilidade da língua
- Dificuldades de alimentação e seletividade alimentar

. Neuropsicologia

Psicólogo Júnior, com Formação em Neuropsicologia

- Avaliação neuropsicológica de dificuldades de atenção, memória e funções executivas
- Avaliação após lesão cerebral, AVC ou outras condições neurológicas
- Avaliação de dificuldades cognitivas associadas ao envelhecimento (demências)
- Apoio na compreensão de dificuldades cognitivas em contexto escolar ou profissional (neurodesenvolvimento)
- Estimulação cognitiva (com recurso a RV)
- Intervenção na dor crónica (com recurso a RV)