

TRAUMA

As reações ao trauma podem incluir sintomas como ansiedade, flashbacks, pesadelos, evitação de situações que lembram a experiência traumática, insônia, irritabilidade, hipervigilância e depressão. Esses sintomas podem interferir significativamente na vida de uma pessoa e afetar sua capacidade de funcionar normalmente em sua vida diária. É importante destacar que o trauma pode ser tratado com ajuda profissional. A terapia cognitivo-comportamental é uma abordagem comum para o tratamento do trauma, e pode ajudar a pessoa a aprender a lidar com seus sintomas e a desenvolver estratégias para superar os efeitos emocionais e psicológicos do trauma. Além disso, existem muitas outras abordagens terapêuticas que podem ser eficazes no tratamento do trauma, incluindo a terapia de exposição, a terapia de grupo e a terapia EMDR (Eye Movement Desensitization and Reprocessing). Se você ou alguém que você conhece está lidando com o trauma, é importante buscar ajuda profissional e suporte emocional. O tratamento pode ajudar a pessoa a superar os efeitos do trauma e a retomar sua vida normal.

Licenciatura em Psicologia e Educação Especial, Especialista em Neuropsicologia, Desenvolvimento Infantil, Psicopedagogia, Terapia Cognitivo-Comportamental. Profissional de psicologia e neuropsicológica Pós-graduada em Avaliação Psicológica, Avaliação do Transito, Gestão Escolar e Hospitalar, Psicomotricidade, Intervenção Precoce do Autismo, Educação Sob a Perspectiva do Ensino Estruturado de Autistas, Psicologia e Sexualidade, Dependência Química e Transtornos Mentais, Neuropsicopedagogia, Educação Especial Inclusiva, Letras Libras, Artes Visuais, Aba, Autismo, Avaliação Neuropsicológica de adultos e idosos.