

## ☐ Sobre as consultas de psicologia...

---

**As consultas de psicologia / acompanhamento psicoterapêutico destinam-se a todas as pessoas que queiram:**☐

- promover o seu bem-estar psicológico e um funcionamento otimizado em diferentes áreas da vida
- promover o desenvolvimento de recursos pessoais para lidar com situações problemas
- auxiliar na resolução de problemas psicológicos, seja no âmbito de perturbações emocionais, dificuldades relacionais, problemas de adaptação escolar / académica / laboral, problemas de adaptação familiar, entre outros...
- promover o autoconhecimento e auxiliar na exploração de oportunidades de carreira e nos processos de tomada de decisão.

**Primeira consulta de psicologia:** Superior a 60min.

**Consultas seguintes:** Duração aproximada de 50min.

### Primeiras Consultas e Seguintes:□

Numa **primeira consulta**, é efetuado um levantamento dos motivos que o/a trazem à consulta.

É uma consulta destinada a conhecê-lo/a melhor e ao **problema** apresentado.

Nesta primeira sessão, ou nas seguintes, geralmente, são aplicados alguns **testes psicológicos** que ajudam à compreensão dos sintomas, comportamentos e sentimentos apresentados. Estes são, por isso, uma mais valia na tomada de decisões clínicas e na monitorização do processo de mudança.

Consoante a **avaliação efectuada**, decidir-se-á a eventual necessidade de iniciar um acompanhamento psicológico, com o consentimento do cliente ou encarregado de educação (tutor legal), no caso de crianças/adolescentes.

Caso o cliente necessite de uma intervenção específica que o serviço não possa providenciar, proceder-se-á aos trâmites necessários ao seu encaminhamento para outras valências/serviços mais adequados.

As **consultas seguintes são de acompanhamento/intervenção psicológica**.□ O número total de consultas depende das características específicas de cada caso clínico.

### Preços das Consultas:

O preço das consultas varia consoante ter vínculo ou não (atual) com a universidade, conforme tabela seguinte ou [Documento em anexo \(tabela de preços\)](#) .

<b>Consultas de Psicologia Individual</b>			<b>Preços</b> Em vigor 2014/2015
<b>Comunidade Académica</b>	Alunos da UMa e filhos	:: Bolseiro	6,5€
		:: Sem bolsa de estudo	10€
	Funcionários da UMa e filhos	:: Remuneração inferior a 1500 euros	10€
		:: Remuneração entre 1500 a 4200 euros	15€
		:: Remuneração superior a 4200 euros	20€
	Bolsa de Apoio Psicológico *		
(*Consulte mais informações no nosso regulamento ou junto aos nossos serviços)			
<b>Comunidade exterior</b> (crianças, adolescentes e adultos)			30€

**A marcação de consultas pode ser feita:**

- por telefone (através do n.º 291 209 498 ou do 918159467)

- ou através do preenchimento do formulário online de marcação de consulta [\[adultos\]](#) [\[crianças/adolescentes\]](#).

**Desmarcações:**

Se não puder comparecer à consulta agendada, agradecemos que nos informe, de preferência com um mínimo de 24 horas de antecedência.

O seu contacto é importante, por existirem outras pessoas que poderão beneficiar dessa mesma marcação, bem como para procedermos a nova marcação.

Esclareça dúvidas...

---

□□ **A procura de ajuda psicológica é muitas vezes mediada por muitas dúvidas e hesitações.**

**Consulte** □ [aqui algumas perguntas frequentes](#) ;□

**Leia o que dizem os nossos clientes acerca do apoio psicológico** □ ["Relatos na Primeira Pessoa"](#) ;

**Aceda ao** □ [albúm \(facebook\) psicoeducativo sobre esta temática.](#) \_ \_

***Caso tenha alguma questão, não hesite em nos contactar.***□