Контент-бриф сайта

Главная страница:	
***Приветственная страница с CTA (Призыв к действию) и лид-магнитом. Добавить блок задать вопрос психологу вопрос**	**План действий: Скорая помощь при неврозе (файл ворд). Напишите тг/ ватсап**
***Краткое представление (кто вы и зачем вы нужны клиентам). Добавляем 6 основных расстройств/ЦА направлений. Изображение абстрактные картины с ассмоциативным смыслом.**):	Частный психотерапевт Людмила Салахетдинова. **Работаю с человеком, а не с симптомом.** Обо мне : Клинический психолог, интегративный психотерапевт. *Клиническое и психотерапевтическое образование *Член Профессиональной Психотерапевтической Лиги *Член Ассоциации Когнитивно-Поведенческих Психотерапевтов РФ. *13 лет бизнес-карьеры в международных компаниях В своем подходе я основываюсь на психодинамическом направлении, также применяя методики психоаналитической, когнитивно-поведенческой, диалектично-поведенческой терапии. **Какие проблемы решаю:** **1.Личность** Личностные и возрастные кризисы Трудности самореализации (самовыражение, карьера,творчество) Внутриличностные конфликты, неуверенность в себе **2.Чувства** Тревога, страхи, панические атаки

	Плохое настроение, апатия,депрессия Агрессивное поведение, гнев, аффект. Нестабильное эмоциональное состояние **3.Отношения** Проблемы отношений с людьми (партнеры, близкие, дети, родители) Отношения внутри супружеской пары (семейная терапия пар) Проблемы построения отношений **4.Психосоматика** Соматические расстройства психогенной природы **5. Поведение** Расстройства пищевого поведения Ожирение Зависимое и созависимое поведение Суицидальное поведение. Самоповреждение. **6.Травма** Терапия психической травмы (ПТСП,КПТРС) **7.Острые кризисы** Острая кризисная ситуация (развод, расставание, потеря близкого человека) Горевание
***Преимущества и уникальные особенности ваших услуг.** **Сам проработаю(добавить новый блок на основе наша команда).** **Описание сервис. В своей работе сочетаю психотерапевтический и медицинский подход. Техники и методики лечение обоснованные и подтвержденные научными исследованиями.**	**Преимущества работы со мной:** **Полная конфиденциальность** Информация не выходит рамки наших отношений. Все данные и сведения- строго конфиденциальны, это закреплено договором.

	Клиент-центрированность. Ключевой принцип: Каждый человек уникален и имеет свои собственные потребности и цели. Симптом в любом виде является сигналом о том, что НУЖНЫ изменения. Наша задача - понять, принять информацию к действию , и сделать **Профессионализм** Человек может задавать любые вопросы о процессе терапии, чтобы понимать что происходит, для чего и почему мы это делаем. Чем обоснованы предлагаемые методы. **Объективность** Моя работа состоит в том, чтобы помогать вам решить ВАШИ запросы и поддержать Вас на этом пути. Я не даю моральных оценок, не ставлю под сомнение ваши действия, отношения, поведение. **Психотерапевтический и медицинский подход.** В своей работе использую научно-обоснованные методы, подтвержденные клиническими исследованиями..

***Процесс работы с клиентом. добавить отдельный блок под лечим любой невроз на любой запрос ьол** **Продукт от всех мук. Добивать кредо в отдельный.**	Как работает мы работаем в терапии : 1.Понять человека и его стратегии. Их открытые и скрытые смыслы, выгоды и последствия. 2.ВМЕСТЕ увидеть, и осмыслить сознательные и бессознательные конфликты , которые привели к возникновению симптома (невроз, соматика,сложная ситуация) 3.В терапевтическом процессе ВМЕСТЕ скорректировать стратегию мышления и как следствие поведения. ***Терапевтическое кредо:*** ***“ Последствия в виде симптомов и тяжёлых ситуаций - результат поведения, жизненной стратегии человека . Поведение управляется мышлением . Мышление сформировано чувствами и ранним опытом.*** ***Чувства и ранний опыт формируют автоматические режимы , стратегии жизни, судьбу.*** ***Терапия дает возможность : видеть , понимать, менять Вашу стратегию, Вашу жизнь, Вашу судьбу.”*** **Я не то, что со мной случилось, я -то чем я решил стать.** **К.Г.Юнг**

Обо мне	
Подробная информация о вас (образование, опыт, методики работы).	В своем подходе я основываюсь на психодинамическом направлении, также применяя методики психоаналитической, когнитивно-поведенческой, диалектично-поведенческой терапии. Образование: **Институт Практической Психологии В Социальной Сфере . МОСКВА** **Клинический психолог.** **Диплом с отличием.** Клиническая психология, диагностика, коррекция и восстановление психической деятельности при различных психологических состояниях и аномалиях развития. **Институт Практической Психологии ИМАТОН, СПБ** Интегративный подход в психотерапии. **Институт Практической Психологии ИМАТОН, СПБ** Интегративный подход в психотерапии.Работа с последствиями психической травмы (ПТСР, КПТСР). **Ассоциация Когнитивно-Поведенческой Психотерапии РФ при ГМУ им. Мечникова** Базовый курс КПТ. “Рационально-Эмотивная Психотерапия (РЭПТ) А.Эллиса”

N DIGITAL

	“КПТ Тревожных Расстройств. Паническое расстройство, Агорафобия, Социофобия и др.” “КПТ Ожирения и РПП” “КПТ Депрессивных расстройств.” “КПТ Аддиктивных расстройств и зависимого поведения .” **Институт Глубинной Психологии** Терапия искусством :импрессионизм в контексте психотерапии. **Экспертная деятельность:** Член Ассоциации Когнитивно-Поведенческих Психотерапевтов РФ. Член Профессиональной Психотерапевтической Лиги *Опыт работы:* *3 года частной практики.* *Сотрудничаю с медицинскими и социальными фондами.* *Сотрудничаю с ПКБ№1 им.Алексеева*

Ваше фото и видео-приветствие (по желанию).	
Сертификаты и достижения.	
***Отзывы/Кейсы. Мини истории 6 штук 6 ЦА исходная ситуация/ терапия сделаи ли то то/результат как счастлив клиент разными словами**	

Услуги	
Описание всех предоставляемых услуг. **Отдельно на основе протатипа блок акции и новый блок услуги** **Форматы консультаций.** **Первичная консультация:** **30 мин 2500 /1 час / 1:30** **Стоимость длительной терапии обсуждается при консультации телефон/почта после плана лечения.**	**1.Разовая консультация (60 минут) 5000 р.** **(скидки в разделе акция - минут 30% на первичный прием 3500 (1 раз-первый), пускаем там и пусть идет, надо будет уберем).** **Дальнейшая стоимость и длительность терапевтической работы обсуждается индивидуально, на основании терапевтического плана.**
Полезная информация. Чек-листы.	
Форма записи на консультацию (с возможностью выбора очной или онлайн-встречи).	

Контакты

Контактная информация (адрес в Москве, телефон, email).	**Онлайн : скайп, телеграмм, вотсап - по всему миру.** **По предварительной записи.** **Очно :** **Москва , улица Верхняя Радищевская 18 стр.2** **1 мин. от метро метро Таганская (кольцевая).** **По предварительной записи.**
Карта проезда.	https://www.google.com/maps/place/%D0%98%D1%81%D0%BA%D1%83%D1%81%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE+%D0%93%D0%B0%D1%80%D0%BC%D0%BE%D0%BD%D0%B8%D0%B8+-+%D0%BA%D0%BE%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%BA%D0%B8%D0%BD%D0%B3+%D0%B4%D0%BB%D1%8F+%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%BE%D0%B2/@55.7419314,37.6526403,15z/data=!4m6!3m5!1s0x46b54ba1f74d7ac7:0x1765595385bfdad4!8m2!3d55.7419314!4d37.6526403!16s%2Fg%2F11nx1xn5ty?entry=ttu
Ссылки на ваши социальные сети.	
Форма обратной связи	

Дополнительные функции	
Раздел с отзывами довольных клиентов.	**История 1 (личность)** Влад 34 года. Обратился с запросом , связанным с трудностями в карьере. Есть знания, навыки, но нет реализации и повышения дохода. Работали 3 месяца, клиент смог осознать свои бессознательные мотивы, препятствующие творческой реализации.

	Сменил место работы и смог начать достойно реализовывать свои личный потенциал. Отзыв: Людмила, благодарю вас за то что поставили мои мысли в правильное русло.Трудно поверить, что я не понимал то, что лежит на самой поверхности. Как будто была какая-то слепота в этом месте. Сейчас я четко знаю что я хочу , а главное как я хочу ! Спасибо. **История 2. Чувства** Ирина 21 год. Пришла с регулярными паническими атаками. Изоляция, страх выходить одной на улицу, отсутствие возможности учиться и общаться. Работали 5 сессий, в глубинном подходе, а также в когнитивно-поведенческом и диалекивно-поведенческом, для освоения навыков саморегуляции и управления своим эмоциональным состоянием. Выявили, что именно генерализует тревожность до состояния ПА. Выявили ресурсы, которые помогли принять этот страх, а затем и победить его. Отзыв : Спасибо за нашу работу. Я наконец то могу сказать , что со мной все в порядке, я справляюсь с жизнью сейчас и смогу справиться с ней в дальнейшем. Спасибо. Жизнь без ПА, без страха что будет ПА - СУПЕР. **История 3 (отношения)** Алена 45 лет. Трудности в построении отношений с мужчинами. Бесконечный поиск партнеров,

	свидания, но никто не нравится, никто не подходит. Работали 6 месяцев в глубинном подходе. Выявили истоки в раннем опыте , по какой причине, и на базе чего был сформирован образ мужского. Клиентка смогла очень глубоко переоценить свои отношения с мужчинами и с людьми в целом. Не носить в себе врага, а взрастить в себе друга и партнера. Отзыв : Терапия изменила мою жизнь. Я хочу давать, а не брать. Я могу любить и быть любимой. Ушел страх быть рядом с сильным человеком и сразу же я начала их видеть , а они начали видеть меня :) Жалею только о том, что не пришла раньше. **История 4 (Поведение).** **РПП.** Клиентка Елена 37 лет. РПП - булимия, компульсивное переедание, как следствие морбидное ожирение. Большой диетический опыт, нет устойчивого результата, пришла перед бариатрической операцией. Работали более года. В результате смогли понять причины и смыслы деструктивного поведения. Выявили страх быть женственной, страх насилия и целый комплекс травматических переживаний. Клиентка начала справляться своими страхами, с ложными мотивами изоляции. Смогла начать проявляться в социальном взаимодействии и быть видной не с помощью массы тела, а с благодаря своим личным качествам. Отзыв :

	Первый год я живу в комфорте со своим телом. Оно не предатель как было раньше, а мой герой. И я забочусь о нем, как о сокровище. Спасибо вам за эту работу ! Она была очень трудная , но жизнь стоит того ! Буду вас рекомендовать. **История 5 (Травма).** Михаил 42 лет. КПТСР. Вспышки гнева,страха, логоневроз, тик. Ночные кошмары. Эпизоды диссоциации и дереализации. Пришел с запросом что не может нормально общаться с членами своей семьи. Начал выпивать, в состоянии опьянения боится сам себя. Работали в с острой симптоматикой 6 месяцев. Клиент смог исключить употребление, была мотивация сохранить семью и стать хорошим отцом. В ходе терапии выявили травматические события начавшиеся с раннего детства. Выявили и изменили компенсаторные стратегии, которые помогли тогда клиенту выжить, и остаются при нем до сих пор (перфекционизм, трудоголизм, депривация чувств, гиперконтроль).В семье отношения наладились, появился хороший контакт с детьми. Отзыв : Людмила, благодарю вас от всей души что смогли поддержать меня на этом трудном пути. Я раньше думал что у меня не в порядке с головой, а не порядок был с чувствами. Я и не знал что они есть, и такие разные. Я очень рад что могу чувствовать не злость, гнев и усталость, а любовь. И я рад что меня любят мои дети, а не прячуться от меня , как я сам прятался в своем детстве. Больно вспоминать, но я решил что я буду жить иначе !

	История 6 (Горевание) Надежда 40 лет. Развод. Пришла с запросом не может принять ситуацию, ненавидит своего бывшего мужа, не может с ним общаться без скандала, что негативно влияет на общих детей. Работали 3 месяца. В терапевтическом процессе смогла пройти все этапы от отрицания до принятия реальности. В результате чего общение с бывшим мужем вышло на нейтральный уровень, были урегулированы имущественные, финансовые и вопросы опеки. Клиентка смогла осознать сколько у нее личных ресурсов. Отзыв : Благодаря нашей работе с смогла справится с тем, что мне казалось полной катастрофой, концом жизни, смертью. Боль предательства сводила с ума. Сейчас мне намного легче. Всем женщинами, стокнувшимся с такой проблемой, даю ваш номер :) Вместе мы справимся. Все лучшее впереди !

Часто задаваемые вопросы (FAQ).	нет
Блог и новости (Ссылки на статьи в социальных сетях).	
Кнопка "Записаться на консультацию" на всех страницах.	