

# Dr. Luiz Carlos Bertoni

tratamento de problemas emocionais  
Programação **NeuroLinguística** e **Técnicas de Pensamento Ativo**

*ESTE TIPO DE TERAPIA É FEITO SEM USO DE MEDICAMENTOS e SE VOCÊ QUISER SE TRATAR.*

- Emoções ou humores desagradáveis: **Depressão**, **Enfurecimento**, **Raiva**, **Pesar**, **Ciúme**, **Sofrimento**, **Ansiedade**, **Angústia**, **Frustração**, **Solidão**, **Sensação de vazio**, **Intimidação**, **Nervosismo**, “**Estresse**”, **Tristeza**, **Insônia**, **Trauma emocional**.
- **Medo**, **Síndrome Pânico** e **Síndrome Estresse Pós-Traumático** (acidente de carro, seqüestro, assalto, etc.)
- **Fobia** de barata, rato, borboleta, lagartixa, elevador, altura, voar de avião, injeção, etc.
- **Dificuldades de sentir emoções**. **Cansa muito**, sem causa física.

## HÁBITOS / VÍCIOS

- **Dificuldades com o comer**: **Bulímia**, **Obesidade** e **Sobrepeso**. “Luta com você” sobre o que comer ou o quanto comer.
- **Viciado em fumar**, em sexo, relacionamentos, jogos, computador ou outra coisa.
- **Hábitos ou manias** como mordiscar os seus dedos, comer unhas, bruxismo, tamborilar a mesa, “risadinhas nervosas”, “han-han da garganta”, etc.

## ÁREA DE RELACIONAMENTOS

- **Sente-se mal** ao saber que outra pessoa faz alguma coisa melhor do que você.
- **Normalmente acompanha** o que os outros estão fazendo, até mesmo quando não gosta. Às vezes concorda com outros, mesmo quando realmente não concorda.
- **Sua atenção está em agradar** aos outros. **Faz coisas para outros à sua custa**.
- **Sempre sente-se inseguro** até perto das pessoas que não o ameaçam.
- **Não pode viver sem** a outra pessoa.
- **Normalmente está na defensiva**. **Enfurece-se** quando fazem coisas que não pode controlar.
- **Transtorna-se** quando outra pessoa parece ter mais poder.
- **Custa-lhe manter compromissos**. **É comum dizer sim** e lamentar depois.
- **Tende a julgar** outros pelos erros ou pelas limitações. **Custa-lhe perdoar** às pessoas.
- **Tende a se culpar** pelos enganos de outros.

## AUTO-IMAGEM

- **Custa-lhe aceitar-se**, a menos que seja perfeito.
- **Crítico demais** quando comete pequenos enganos.
- **Acha-se melhor** do que as outras pessoas.
- **Julga-se inferior** aos outros. **Falta o senso** de quem é.
- **Sente vergonha** de si ou de seu comportamento.

## DOENÇAS PSICOSSOMÁTICAS

- **Doenças de pele sem causa conhecida**: os médicos dizem sempre que é emocional. **Psoríase**, **espinhas (acne)**, **tosse crônica**, **Síndrome da Fadiga Crônica...**
- **Enfermidade física suspeita de estar relacionada** às emoções ou tensões. **Dores crônicas sem causa definida**. (coluna, ombros, pescoço, etc.) **TPM**.
- **Enxaqueca** (dores de cabeça).
- **Gastrite nervosa** ou emocional.
- **Tratamento dos aspectos emocionais negativos** em doenças graves (Câncer, Lúpus, AR, etc.).

## MISCELÂNEA

- **Abusivo com os outros**.
- **Vítima de abuso físico**, sexual, mental ou emocional.
- **Experimenta muitos conflitos interno**. **Pensamentos obsessivos** sobre algo.
- **Autoderrotado**.