

SEO-АУДИТ



Вступ

Метою цього аудиту є всебічна оцінка поточного стану сайту, визначення його сильних та слабких сторін з точки зору пошукової оптимізації (SEO), та надання конкретних рекомендацій для покращення видимості в пошукових системах. Це допоможе залучити більше органічного трафіку, покращити користувацький досвід та збільшити конверсії.

Загальна інформація про сайт

Сайт [REDACTED] присвячений психотерапевтичним послугам. Він містить інформацію про методи лікування, біографію терапевта, контактні дані та блог з корисними статтями. Основна цільова аудиторія сайту – люди, які шукають психотерапевтичну підтримку та консультації. Сайт використовує сучасний дизайн, є зручним для навігації та адаптований для мобільних пристроїв. Основна мета сайту – надання корисної інформації та залучення нових клієнтів через онлайн-записи на консультації.



Резюме висновків

SEO-аудит сайту [REDACTED] виявив як сильні сторони, так і області для покращення.

Основні напрямки роботи включають оптимізацію швидкості завантаження, покращення мобільної версії, роботу з метаданими, структурою заголовків та використанням структурованих даних.

Виконання запропонованих рекомендацій допоможе покращити видимість сайту в пошукових системах, підвищити зручність користування та залучити більше органічного трафіку.

[REDACTED]

Технічний аудит

Технічний аудит перевіряє стан сайту та включає аналіз швидкості завантаження, мобільної оптимізації, індексації, файлів robots.txt і sitemap.

- Швидкість завантаження

Підвищує зручність користування та позиції в Google.

- Мобільна оптимізація

Забезпечує зручність для користувачів мобільних пристроїв.

- Індексація, Robots.txt, Sitemap

Індексація гарантує, що важливі сторінки відображаються в пошуку. Robots.txt і Sitemap допомагають пошуковим системам ефективно сканувати та індексувати сайт.

Аналіз Швидкості Завантаження (GTmetrix)

Дата звіту: Fri, Aug 2, 2024

Локація сервера: Vancouver, Canada

Браузер: Chrome 117.0.0.0, Lighthouse 11.0

Оцінка GTmetrix:

- *Performance: 98%*
- *Structure: 93%*

Основні показники (Web Vitals):

- *Largest Contentful Paint (LCP): 1.0s*
- *Total Blocking Time (TBT): 0ms*
- *Cumulative Layout Shift (CLS): 0.01*

Показники Продуктивності:

- *First Contentful Paint (FCP): 800ms*
- *Speed Index: 943ms*
- *Time to Interactive (TTI): 1.7s*

Основні Проблеми:

1. Використання Content Delivery Network (CDN) - Зменшує час завантаження ресурсів (41 ресурси).
2. Встановлення сучасної політики кешування активів - Покращує використання кешування (потенційна економія 6.6с).
3. Увімкнення стиснення тексту - Покращує завантаження текстових ресурсів (економія 24KB).
4. Усунення блокуючих ресурсів рендерингу - Оптимізує критичні запити (економія 6мс).
5. Зменшення розміру CSS - Зменшує об'єм CSS (економія 1KB).
6. Зменшення часу відповіді сервера - Покращує час відгуку сервера (економія 365мс).

РЕКОМЕНДАЦІЇ

1. Впровадження CDN для швидшого завантаження ресурсів.
2. Оптимізація політики кешування для покращення продуктивності.
3. Використання Gzip/Brotli для стиснення текстових ресурсів.
4. Усунення блокуючих ресурсів для покращення рендерингу сторінки.
5. Оптимізація та зменшення розміру CSS для швидшого завантаження.

ПОЯСНЕННЯ ТА ВИСНОВКИ ПО ШВИДКОСТІ

- Оцінка GTmetrix: A (відмінно)
- Час завантаження: 1.0 сек.
- Показник продуктивності: 98%
- Показник структури: 93%

Сайт [REDACTED] має високі показники продуктивності та структури. Однак, для подальшого покращення варто впровадити рекомендації з використання CDN, оптимізації кешування та стиснення ресурсів.

Мобільна оптимізація

ШВИДКІСТЬ ЗАВАНТАЖЕННЯ

Для аналізу швидкості завантаження мобільної версії використано інструмент Google PageSpeed Insights.

Загальний результат

- *Оцінка ефективності: 58/100*
- *FCP (First Contentful Paint): 2.9 сек (оптимально до 2 секунд).*
- *LCP (Largest Contentful Paint): 6.8 сек (оптимально до 2.5 секунд).*
- *Speed Index: 4.7 сек.*
- *TTI (Time to Interactive): 10.0 сек (оптимально до 3.8 секунд.).*
- *TBT (Total Blocking Time): 440 мс*
- *Cumulative Layout Shift: 0.015*

РЕКОМЕНДАЦІЇ

- Оптимізація зображень. Використання форматів нового покоління (наприклад, WebP) для зменшення розміру зображень.

- Видалення блокуючого рендеринг JavaScript. Упорядкування JS для асинхронного завантаження.
- Стиснення текстових ресурсів. Використання Gzip або Brotli для зменшення розміру текстових файлів.
- Підключення CDN. Забезпечує швидше завантаження контенту.

ПОЯСНЕННЯ ТА ВИСНОВКИ

Швидкість завантаження мобільної версії сайту потребує покращення. Рекомендовано оптимізувати JavaScript і CSS, використовувати ефективніші формати зображень, такі як WebP, і скоротити час відповіді сервера. Виконання цих змін забезпечить кращий користувацький досвід та підвищить загальну продуктивність сайту на мобільних пристроях.

Індексація

Robots.txt

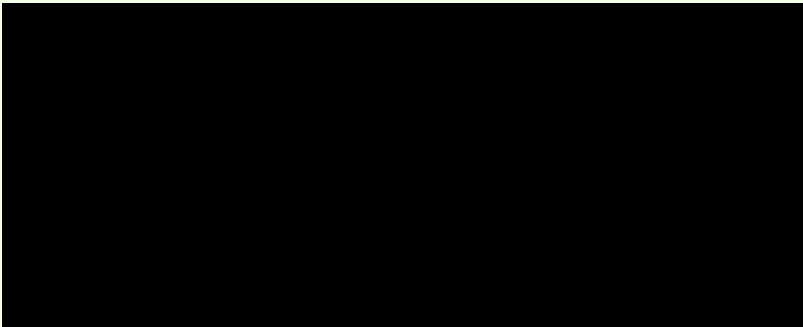
Файл robots.txt налаштований коректно, він не блокує індексацію жодної важливої сторінки, що дозволяє пошуковим системам індексувати весь контент сайту.

Карта сайту

Карта сайту є повною та добре структурованою, охоплює всі основні секції сайту (пости, сторінки, категорії, автори), що полегшує пошуковим системам процес індексації.

Індексація: На основі наявної інформації можна зробити висновок, що сайт індексується правильно і всі важливі сторінки доступні для пошукових систем. Це забезпечує хорошу видимість сайту в пошукових результатах.

Наразі для пошукових мереж видимими є 6 сторінок:



далити)

а потреби, можна прибрати)

отреби, можна прибрати - якщо не планується

Редіректи, 404, дублі

Аналіз редіректів показав, що всі перенаправлення налаштовані правильно. Більшість редіректів використовують код 301, що вказує на постійне перенаправлення, і це є найкращою практикою для SEO, оскільки зберігається передача SEO-ваги. Один редірект використовує код 302, що вказує на тимчасове перенаправлення.

Помилки 404

Перевірка сторінок, що повертають помилку 404, не виявила жодних проблем. Всі сторінки, які могли б призвести до помилок, були успішно налаштовані або перенаправлені.

Дублікати сторінок

Аналіз заголовків сторінок і метаописів показав, що немає дублікатів контенту.

Канонічні теги

Перевірка канонічних тегів підтвердила, що всі сторінки мають правильні канонічні URL, що запобігає дублюванню контенту і допомагає пошуковим системам правильно визначати головні сторінки.

Аналіз контенту

Допомагає створити контент, який залучає користувачів і покращує позиції сайту в пошукових системах.

- **Якість та унікальність контенту**

Забезпечують, щоб контент був інформативним, оригінальним і корисним для користувачів.

- **Відповідність ключовим словам**

Підвищує видимість сайту в пошукових системах за релевантними запитами.

- **Структура заголовків**

Покращує читабельність та SEO, роблячи контент зрозумілим як для користувачів, так і для пошукових систем.



Якість та унікальність контенту

Релевантність

Контент чітко орієнтований на цільову аудиторію, яка шукає послуги психологічного консультування.

Структура та оформлення

Тексти добре структуровані з підзаголовками, списками та короткими абзацами, що покращує читабельність. Використовуються заклики до дії (СТА), що сприяє конверсії.

Стиль і тон

Контент написаний професійно, з акцентом на турботу про клієнтів та професіоналізм.

Використання зображень

Зображення, які використовуються, виглядають релевантними та професійними.

Оригінальність

Високий рівень оригінальності контенту

Контент сайту добре адаптований до його тематики, цільової аудиторії та загальної мети сайту. Він структурований, легко читається і створює позитивне враження про послуги, що надаються.

Ключові слова

ПЕРЕЛІК ОСНОВНИХ КЛЮЧОВИХ СЛІВ:

Головна сторінка

Одне слово:

therapy (7 повторень)

health (7 повторень)

mental (6 повторень)

counseling (6 повторень)

training (5 повторень)

Кілька слів:

mental health (6 повторень)

land therapy (4 повторення)

new land therapy (4 повторення)

client-centered mental health (2 повторення)

Сторінка послуг

Одне слово:

therapy (9 повторень)

counseling (5 повторень)

Кілька слів:

mental health (4 повторення)

managing depression (3 повторення)

trauma recovery (3 повторення)

stress trauma (3 повторення)

new land therapy (3 повторення)

recovery managing depression (3 повторення)

trauma recovery managing (3 повторення)

stress trauma recovery (3 повторення)

Аналіз ключових слів на сайті показав, що основні ключові слова, такі як "therapy", "health", "care", "services", і "mental health", використовуються з оптимальною щільністю близько 1%, що є коректним для SEO.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

- **Розширення варіацій ключових слів**

Використання більше синонімів та фраз, пов'язаних з основними ключовими словами, щоб залучити більше трафіку.

- **Додавання LSI-ключових слів**

Додавання семантично пов'язаних слів для покращення контекстуальності контенту та відповідності пошуковим запитам користувачів.

- **Створення семантичного ядра сайту**

Це допоможе визначити основні та додаткові ключові слова, які найкраще підходять для контенту та аудиторії; дозволить побудувати контент-стратегію, яка покращить видимість сайту в пошукових системах і забезпечить відповідність контенту запитам користувачів. Створення семантичного ядра є основою для ефективної оптимізації контенту та залучення релевантного трафіку.

АНАЛІЗ ВИКОРИСТАННЯ КЛЮЧОВИХ СЛІВ:

Ключові слова у заголовках і метатеггах

Аналіз показав, що ключові слова використовуються не повною мірою. Основне високочастотне слово "Therapy" присутнє у заголовках (H1, H2), метатеггах (title, description), але інші важливі ключові слова відсутні.

Використання в основному тексті та ALT-тегах

Основний текст містить різноманітні ключові слова, що відповідають тематиці сайту, проте ALT-теги зображень не містять ключових слів, що знижує їхню оптимізацію для пошукових систем.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

Розширення використання ключових слів

Включання різноманітних ключових слів у стратегічні місця на сторінці.

Ведення блогу

Це дозволить додавати більше контенту, в якому можна використовувати ключові слова з семантичного ядра, що покращить ранжування сайту за різними запитами.

Метадані

Аналіз метаданих включає перевірку тегів заголовків (title tags) та метаописів (meta descriptions). Оптимізація метаданих підвищує видимість сайту в пошукових системах і залучає більше користувачів.

- Теги заголовків

Важливі для SEO, оскільки вони допомагають пошуковим системам зрозуміти, про що йде мова на сторінці, і залучають користувачів до переходу на сайт.

- Мета-описи

Впливають на клікабельність сторінки у результатах пошуку, допомагаючи користувачам зрозуміти зміст сторінки ще до її відкриття.

TITLES*Сторінка**Title**Аналіз*

Home		Тайтл для головної сторінки є занадто загальним і не використовує додаткових ключових слів, що могли б підвищити видимість сайту в пошукових системах. Рекомендується додати специфічніші ключові слова, що відображають послуги або цінність, яку пропонує сайт.
services		Тайтл теж є дуже загальним, хоча чітко описує зміст сторінки. Варто додати ключові слова, що конкретизують пропоновані послуги. Це допоможе краще позиціонувати сторінку у відповідь на більш точні пошукові запити.
contact-us		Тайтл відповідає призначенню сторінки, але є можливість покращення. Наприклад, додавання географічної прив'язки чи способу консультування допоможе користувачам знайти послуги та підвищить локальне SEO.
blog		Тайтл "Blog" є дуже загальним. Варто додати тему блогу або ключові слова, що відображають його зміст, щоб покращити видимість у пошукових системах і зацікавити користувачів.

META DESCRIPTIONS, HEADINGS

Meta Description:

- На всіх сторінках сайту відсутні метаописи (meta descriptions). Це може негативно вплинути на SEO, оскільки метаописи є важливими для залучення кліків у пошукових результатах.

Заголовки (Headings):

- В аналізі виявлено, що заголовки не мають чіткої структури. Є надмірне використання заголовків H2 і H5, а заголовки H3 повністю відсутні. Це може ускладнити пошуковим системам і користувачам розуміння структури контенту на сторінці.
- Варто переглянути та оптимізувати структуру заголовків, щоб вона відповідала ієрархії важливості контенту на сторінках.

РЕКОМЕНДАЦІЇ

- Додати унікальні метаописи на всі сторінки.
- Переглянути структуру заголовків і впорядкувати їх відповідно до важливості та підрозділів контенту.

Структуровані дані

Спеціальні теги, які додаються до HTML-коду сайту, щоб допомогти пошуковим системам краще розуміти зміст сторінки.

Структуровані дані можуть призвести до появи сайту в розширених сніпетах, що підвищує видимість і клікабельність.

Пошукові системи точніше індексують сайт, коли структуровані дані правильно налаштовані.

АНАЛІЗ ВИКОРИСТАННЯ СТРУКТУРОВАНИХ ДАНИХ

Schema.org

- Було виявлено, що на сайті використовується розмітка Schema.org, але типи розмітки не були визначені коректно. Це може свідчити про те, що розмітка не повністю відповідає стандартам або має помилки.
- Рекомендується перевірити розмітку за допомогою інструменту Google Structured Data Testing Tool та виправити можливі помилки, щоб забезпечити коректне відображення структурованих даних.

Open Graph і Twitter Card

- На сайті успішно впроваджено розмітку Open Graph і Twitter Card, що забезпечує коректне відображення контенту при поширенні в соціальних мережах.
- Це позитивно впливає на соціальні сигнали та може сприяти залученню додаткового трафіку.

Рекомендується виправити розмітку Schema.org для повного використання переваг структурованих даних.

Юзабіліті

Оцінка зручності використання сайту для користувачів.
Забезпечує легкий доступ до потрібної інформації на сайті.
Створює комфортний досвід користування, що утримує відвідувачів на сайті довше.



НАВІГАЦІЯ

Сайт пропонує інтуїтивно зрозумілу і логічну структуру навігації. Основні розділи, такі як "Home", "Services", "Contact us", "Blog", розташовані в головному меню, що полегшує користувачам доступ до важливої інформації. Наявність лише кількох основних пунктів меню забезпечує швидкий доступ до всіх ключових розділів сайту, що є позитивним фактором для користувацького досвіду.

КОНТЕНТ

Тексти добре структуровані з використанням заголовків різних рівнів (H1, H2, H5), що сприяє легкості сприйняття інформації. Проте, є певний дисбаланс у використанні заголовків: використовується багато заголовків H2 і H5, тоді як H3 відсутній. Це може негативно впливати на сприйняття структури сторінки, як користувачами, так і пошуковими системами.

ДИЗАЙН

Візуальний дизайн сайту привабливий, з добре продуманою візуальною ієрархією. Зображення відповідають тематиці сайту та додають професійного вигляду. Дизайн забезпечує комфортний перегляд та легкість у використанні.

МОБІЛЬНА ОПТИМІЗАЦІЯ

Сайт добре оптимізований для мобільних пристроїв. Всі елементи сайту коректно відображаються на різних екранах, забезпечуючи зручний досвід для користувачів смартфонів та планшетів.

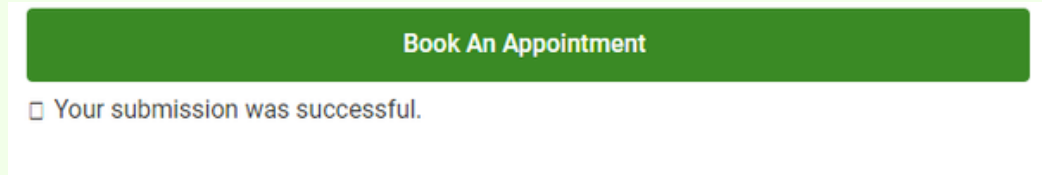
РЕКОМЕНДАЦІЇ

- Прибрати посилання з блоку:

Other Services

- ✓ Stress
- ✓ Trauma Recovery
- ✓ Managing Depression
- ✓ Anxiety
- ✓ Underlying Issues For Healing
- ✓ Self-Esteem/Self Worth
- ✓ Grief and Loss

- Можна додати більше інформації (наприклад, що після отримання запиту зателефонуємо впродовж доби і т.п.)



ЩОДО ОФОРМЛЕННЯ БЛОГУ

Структура тексту

- Текст на сторінці є досить великим блоком без розбиття на менші частини. Це може ускладнити читання. Додайте більше підзаголовків для розділення тексту на логічні блоки та використовуйте коротші абзаци.

Метаопис

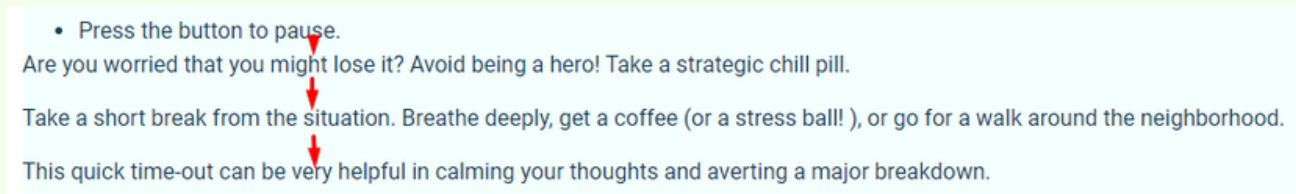
- На сторінці відсутній метаопис (meta description). Це важливий елемент для SEO, який також допомагає користувачам зрозуміти зміст сторінки ще до її відкриття.

Зображення

- Сторінка не містить достатньо зображень, які могли б доповнити текст. Додавання відповідних зображень допоможе зробити сторінку більш привабливою та зрозумілою для користувачів.

Типографіка

- Шрифт та його розмір достатньо комфортні для читання, але міжрядковий інтервал варто вирівняти, щоб зробити текст більш "легким" для очей.



Інтерактивні елементи

- Додайте кнопки для переходу до інших статей блогу або повернення на головну сторінку блогу, щоб полегшити навігацію для користувачів.

Блок з відповідями

- Варто або зменшити, вирівняти, або прибрати.

A screenshot of a 'Leave a Reply' form. It includes a text area for the comment, and input fields for Name, Email, and Website. There is a checkbox for 'Save my name, email, and website in this browser for the next time I comment.' and a 'Post Comment' button.

Висновок

В результаті проведеного SEO-аудиту сайту newlandtherapy.me було виявлено кілька ключових аспектів, які потребують покращення для досягнення кращих результатів у пошукових системах.

Незважаючи на високі показники продуктивності та структури сайту, є можливості для покращення швидкості завантаження, мобільної оптимізації, використання метаданих та структурованих даних. Контент сайту добре адаптований до цільової аудиторії, але варто розширити використання ключових слів та покращити структуру заголовків.



Рекомендації

ТЕХНІЧНИЙ АУДИТ

- **Використання CDN**

Для зменшення часу завантаження ресурсів, що покращить швидкість завантаження сайту.

- **Оптимізація кешування**

Встановлення сучасної політики кешування для покращення продуктивності.

- **Стиснення текстових ресурсів**

Використання Gzip або Brotli для зменшення розміру текстових файлів.

- **Усунення блокуючих ресурсів**

Оптимізація критичних запитів для покращення рендерингу сторінки.

- **Оптимізація CSS**

Зменшення розміру CSS для прискорення завантаження сторінки.



АНАЛІЗ КОНТЕНТУ

- **Розширення використання ключових слів**

Включення додаткових ключових слів у заголовки та метатеги для покращення видимості сайту.

- **Оптимізація метаданих**

Додавання унікальних метаописів на всі сторінки для покращення клікабельності.

- **Ведення блогу**

Це дозволить додати більше контенту, що покращить SEO за рахунок використання ключових слів з семантичного ядра.

МОБІЛЬНА ОПТИМІЗАЦІЯ

- **Оптимізація зображень**

Використання форматів нового покоління, таких як WebP, для зменшення розміру зображень.

- **Оптимізація JavaScript та CSS**

Виконання необхідних кроків для покращення швидкості завантаження та взаємодії сайту на мобільних пристроях.



ЮЗАБІЛІТІ

- **Оптимізація структури заголовків**

Впорядкування заголовків відповідно до важливості контенту.

- **Покращення навігації**

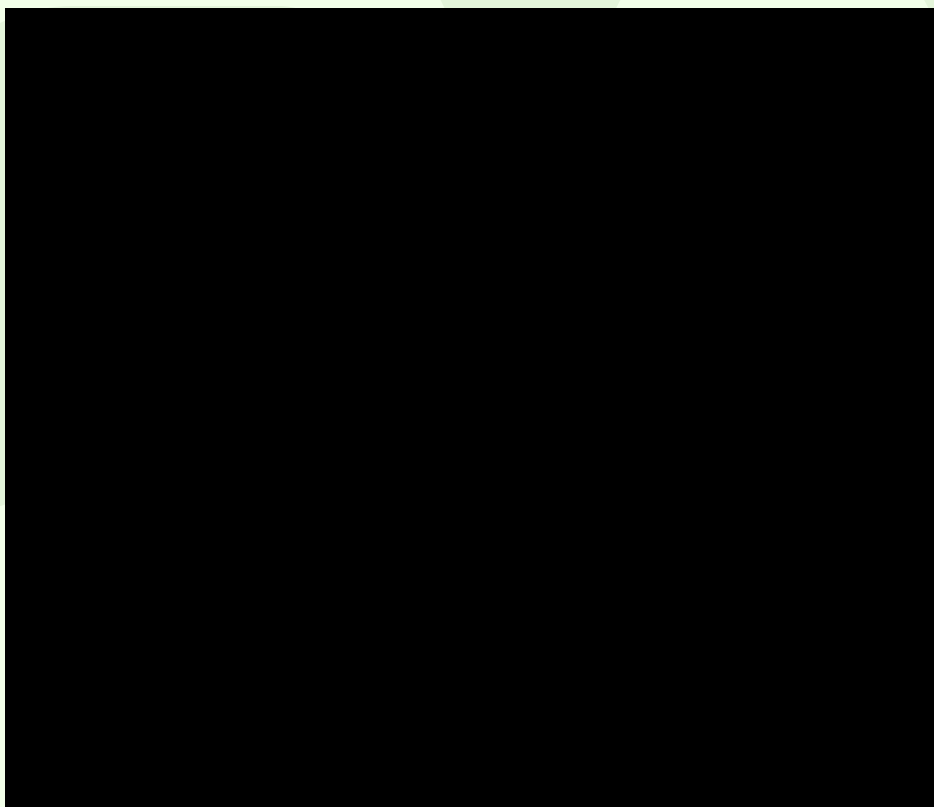
Забезпечення легкого доступу до всіх розділів сайту.

- **Впорядкування блогу згідно рекомендацій.**

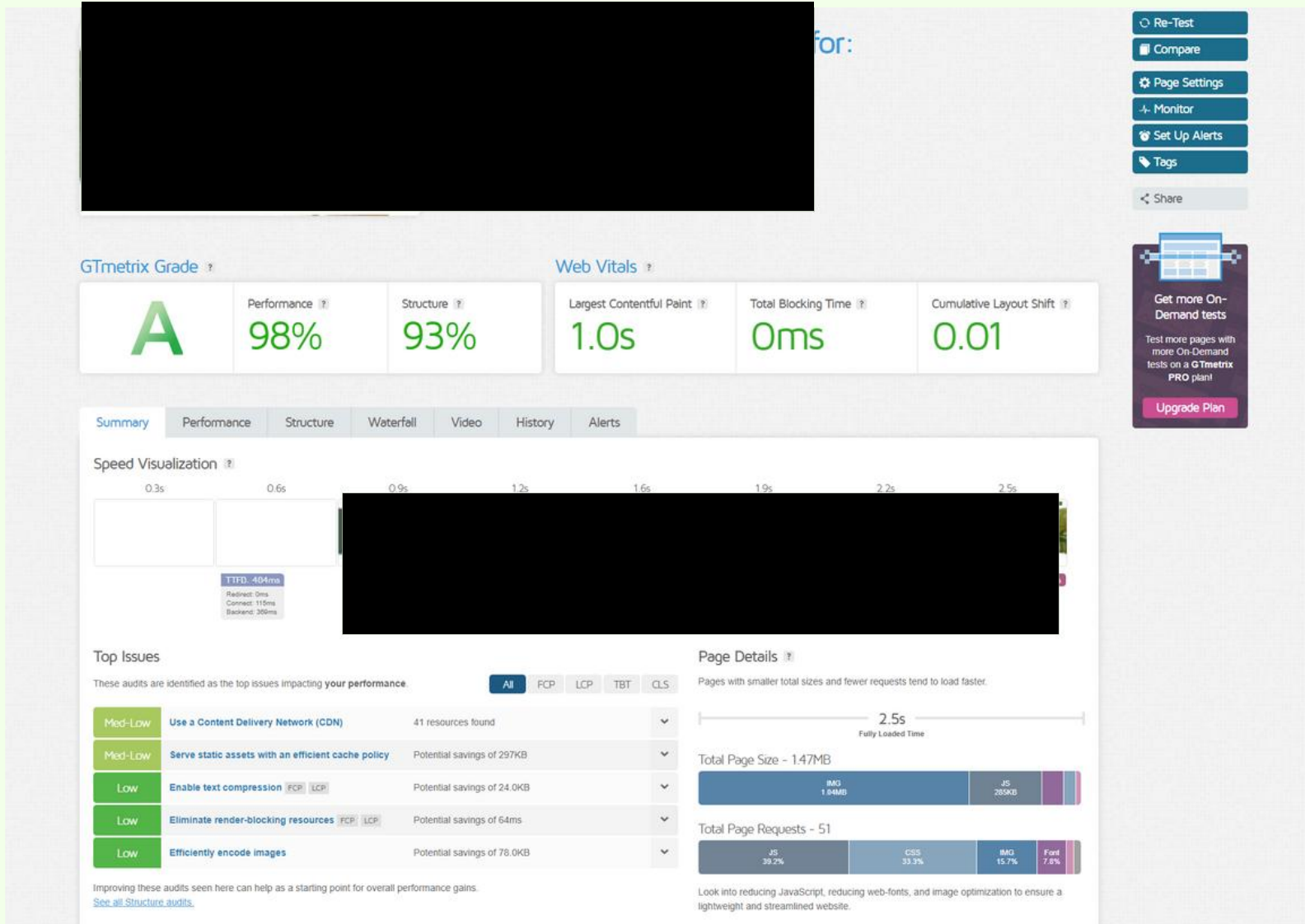


Додатки

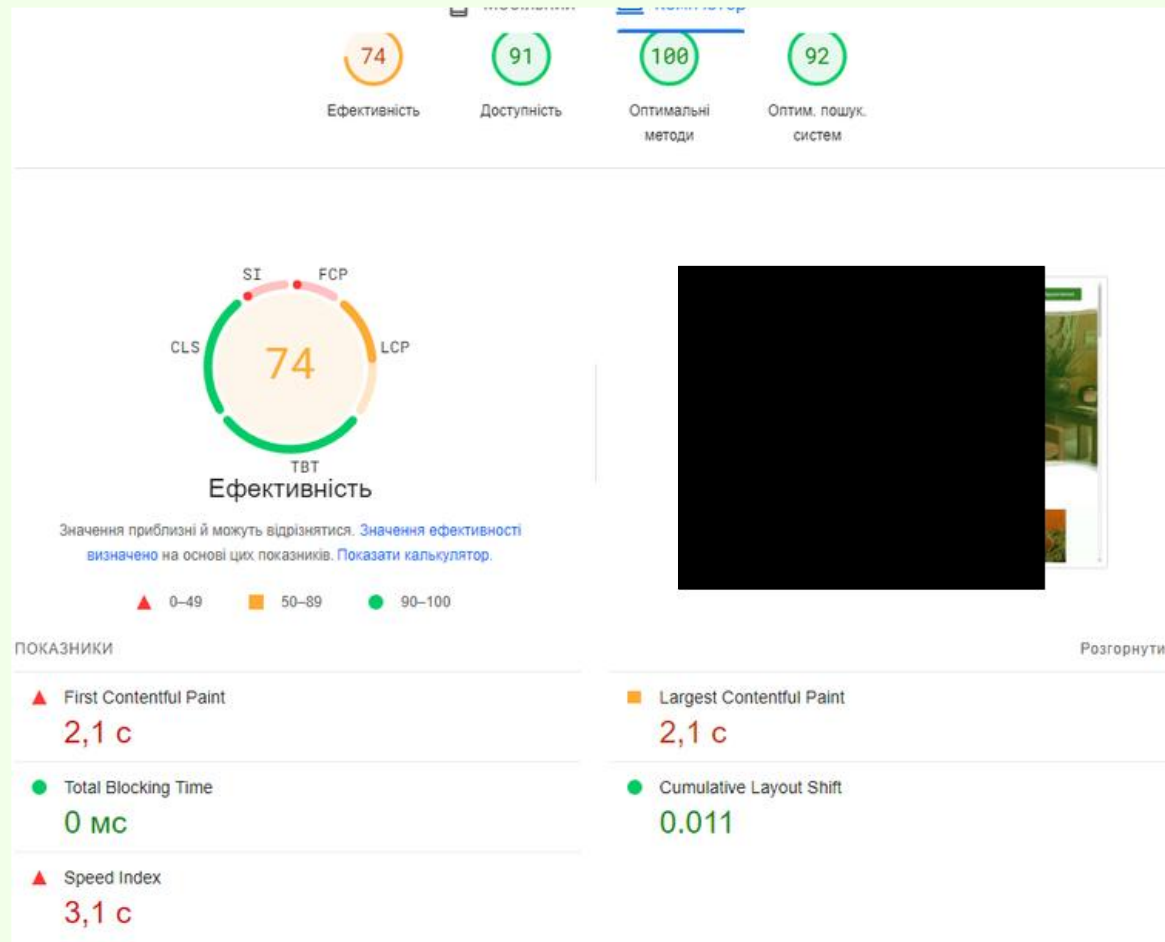
Скриншоти та звіти з інструментів



GTMETRIX



PAGESPEED INSIGHTS (ДЕСКТОП)





Мобільний



Комп'ютер



Існує багато плагінів WordPress, які можуть допомогти [вбудувати важливі об'єкти](#) або [відкласти менш важливі ресурси](#). Зауважте, що така оптимізація може порушити функції теми або плагінів, тож доведеться змінити код.

URL-адреса	Розмір передавання	Потенційне заощадження
Google Fonts Cdn	83,1 KiB	1 600 мс
/css?family=... (fonts.googleapis.com)	83,1 KiB	1 600 мс

▲ Елемент візуалізації великого контенту — 2 140 мс

Це найбільший елемент контенту, який видно в області перегляду. [Докладніше про візуалізацію великого контенту](#). LCP

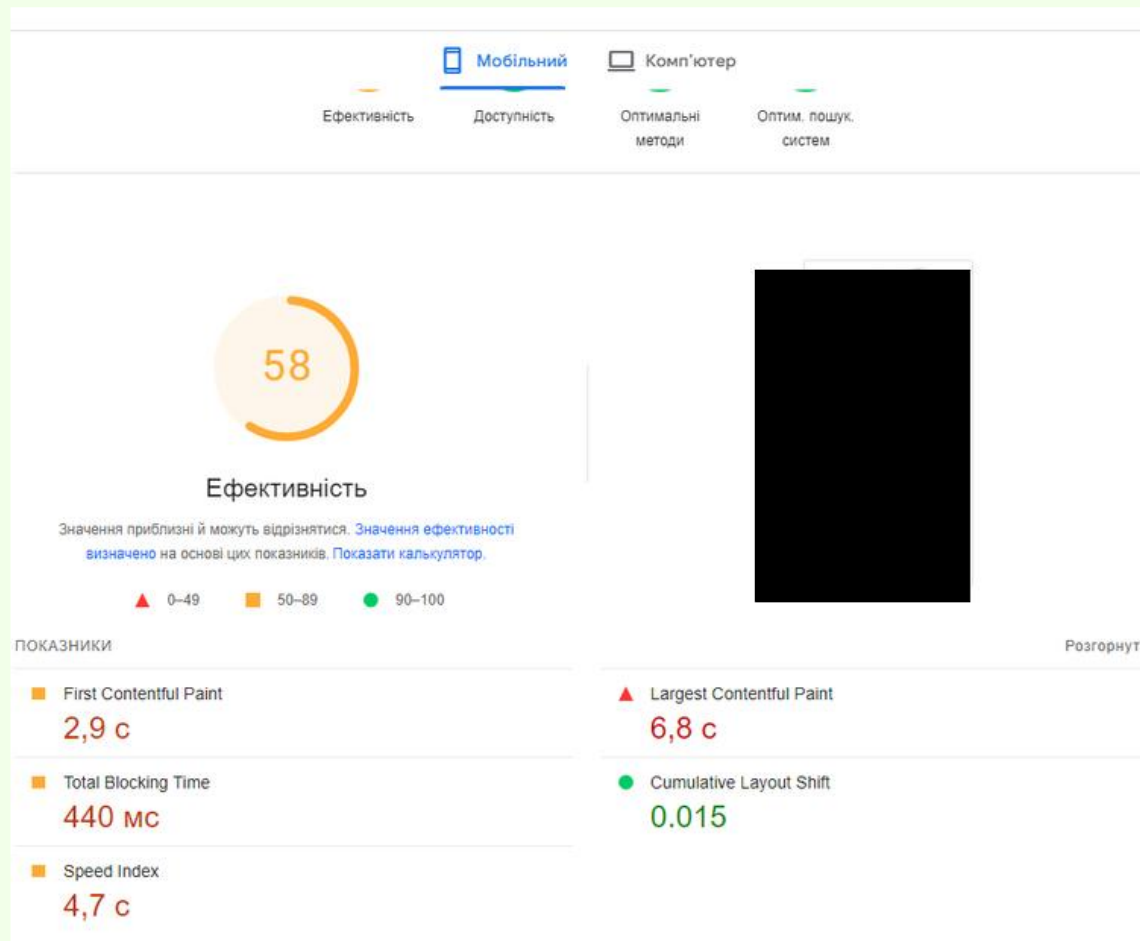
Елемент



lemen..." data-
"mountains"

Фаза	% від LCP	Час
TTFB	8%	160 мс
Затримка завантаження	85%	1 830 мс
Час завантаження	5%	110 мс
Затримка відображення	2%	50 мс

PAGESPEED INSIGHTS (МОБІЛЬНА)

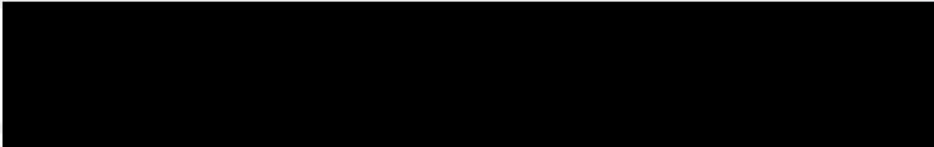


PAGESPEED INSIGHTS (МОБІЛЬНА)

▲ Елемент візуалізації великого контенту — 6 750 мс

Це найбільший елемент контенту, який видно в області перегляду. [Докладніше про візуалізацію великого контенту](#). [LCP](#)

Елемент



Фаза	% від LCP	Час
TTFB	9%	600 мс
Затримка завантаження	68%	4 620 мс
Час завантаження	17%	1 150 мс
Затримка відображення	6%	370 мс

▲ Зменште час виконання JavaScript — 1,3 с

Зменште час виконання синтаксичного аналізу, компілювання й запуску скриптів JavaScript. Для цього корисно завантажувати менші обсяги даних JavaScript. [Дізнайтесь, як зменшити час виконання синтаксичного аналізу для JavaScript](#). [TBT](#)

☒ Показати сторонні ресурси (1)

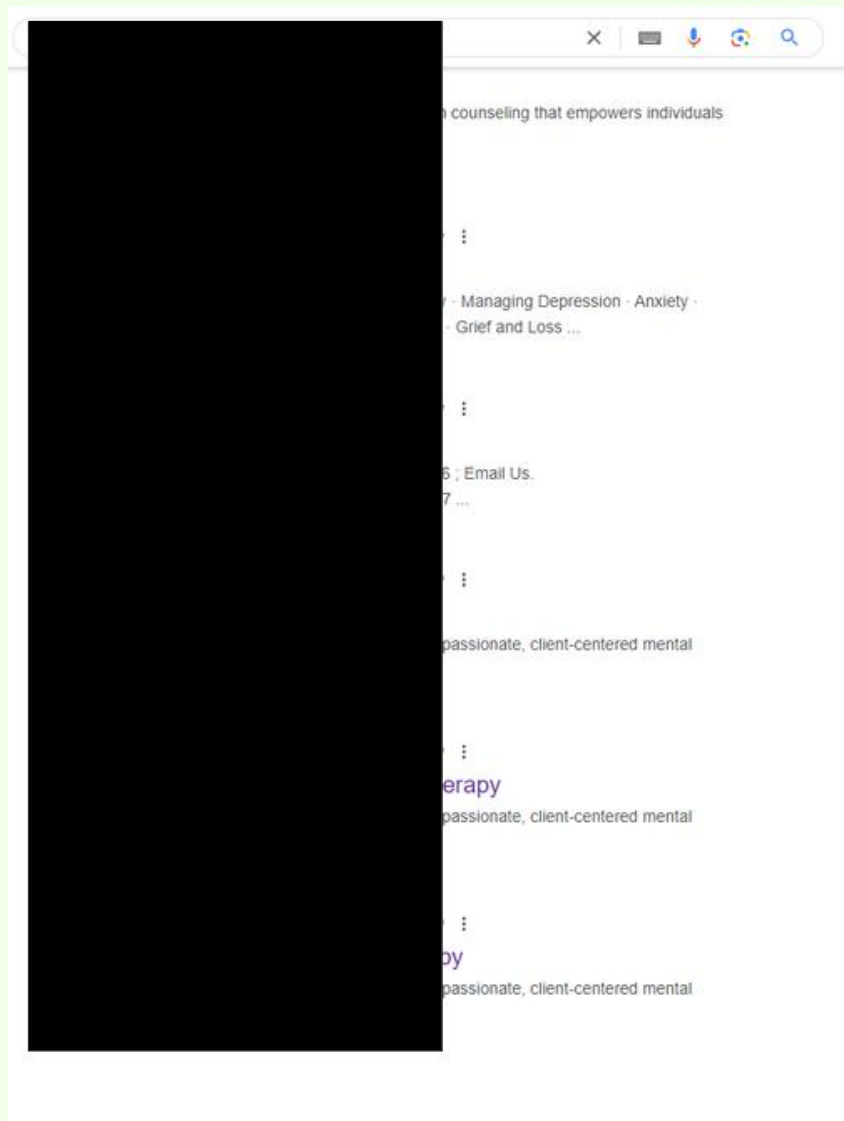
URL-адреса	Загальний процесорний час	Оцінка сценарію	Синтаксичний аналіз сценарію
newlandtherapy.me Власні	1 682 мс	794 мс	30 мс
	827 мс	31 мс	7 мс
 (newlandtherapy.me)	705 мс	631 мс	6 мс
 .min.js?ver=3.15.1 (newlandtherapy.me)	94 мс	81 мс	13 мс
 (newlandtherapy.me)	56 мс	52 мс	3 мс
 ger	495 мс	460 мс	26 мс
 (googletagmanager.com)	495 мс	460 мс	26 мс
	419 мс	7 мс	0 мс
Unattributable	419 мс	7 мс	0 мс

▲ Мінімізуйте роботу основного потоку — 2,8 с

Зменште час виконання синтаксичного аналізу, компілювання й запуску скриптів JavaScript. Для цього корисно завантажувати менші обсяги даних JavaScript. [Дізнайтесь, як зменшити обсяг роботи в основному потоці](#). TBT

Категорія	Витрачений час
Script Evaluation	1 382 мс
Other	661 мс
Style & Layout	506 мс
Parse HTML & CSS	124 мс
Script Parsing & Compilation	77 мс
Rendering	57 мс
Garbage Collection	38 мс

ІНДЕКСАЦІЯ, СНІПЕТИ



КЛЮЧОВІ СЛОВА (SEOQUAKE ANALYTICS)

Total number of words: 941. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
appointment		10	1.06%
session		10	1.06%
therapy	T	9	0.96%
services	T	8	0.85%
hours		5	0.53%
support		5	0.53%
trauma		5	0.53%
counseling		5	0.53%
treatment		5	0.53%
land	T	4	0.43%

Total 2 word phrases: 63. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
mental health		6	1.84%
land therapy	T	4	1.23%
new land	T	4	1.23%
graduated from		4	1.23%
i graduated		4	1.23%
care from	H1	4	1.23%
dedicated to		3	0.92%
request appointment		3	0.92%
english ukrainian		3	0.92%
index i		2	0.61%

Total 3 word phrases: 53. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
new land therapy	T	4	1.84%
i graduated from		4	1.84%
client-centered mental health		2	0.92%
compassionate client-centered mental		2	0.92%
in your professional		2	0.92%
and russian languages		2	0.92%
ukrainian and russian		2	0.92%
english ukrainian and		2	0.92%
in english ukrainian		2	0.92%
counseling in english		2	0.92%

Total number of words: 941. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
appointment		10	1.06%
session		10	1.06%
therapy	T	9	0.96%
services	T	8	0.85%
hours		5	0.53%
support		5	0.53%
trauma		5	0.53%
counseling		5	0.53%
treatment		5	0.53%
land	T	4	0.43%

Total 2 word phrases: 56. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
land therapy	T	4	0.85%
new land	T	4	0.85%
mental health		4	0.85%
request appointment		4	0.85%
managing depression		3	0.64%
recovery managing		3	0.64%
trauma recovery		3	0.64%
stress trauma		3	0.64%
focusing on		3	0.64%
telehealth session		3	0.64%

Total 3 word phrases: 25. [See all](#)

Keyword	Found in	Repeats	Density
new land therapy	T	4	1.28%
recovery managing depression		3	0.96%
trauma recovery managing		3	0.96%
stress trauma recovery		3	0.96%
00am- 5 00pm		2	0.64%
book an appointment		2	0.64%
self-esteem self worth		2	0.64%
issues for healing self-esteem self		2	0.64%
underlying issues for healing self-esteem		2	0.64%
anxiety underlying issues for healing		2	0.64%