

На портале mos.ru работает услуга бесплатной психологической помощи

24.03.2020

Пользователи портала mos.ru могут записаться на бесплатные занятия, где им окажут квалифицированную психологическую помощь. Об этом сообщается на портале.

У 25-летней Сабины А. достаточно успешная карьера, высокий доход и вполне привлекательные перспективы в будущем. Только год назад девушка была в глубокой депрессии, и окружающий мир казался ей бесцветным. Лишь помощь психолога, которого она нашла на mos.ru, помогла вернуть веру в себя.

«Подавленность и безразличие к происходящему настигли Сабину неожиданно. После окончания университета, девушка занялась активным поиском работы. Устроиться оказалось легко, а вот прижиться на новом месте – стало невыносимой пыткой. В первые месяцы Сабина вроде старалась наладить общение с начальством и коллегами. Однако с каждым днем становилось несладко. У девушки участились конфликты с сотрудниками», - рассказывает Сабина.

Сабина случайно наткнулась на услугу портала mos.ru Московской службы психологической помощи населению, специалисты которой оказывают бесплатную психологическую помощь, и решила записаться на первое занятие.

«Я сначала хотела только оплатить счета ЖКУ на портале. Потом заметила такую услугу. Почему бы и не попробовать. Я ведь уже не знала, что мне делать. Мне терять было нечего», - говорит Сабина.

Первая вводная консультация специалиста особых результатов не принесла. Однако девушка продолжила занятия. Постепенно с психологом они начали разбирать проблему, искать пути решения и истинную причину, которая привела ее к депрессии. Со временем Сабина поняла, что проблема, прежде всего, была в ней самой. Уже после нескольких сеансов к ней пришла уверенность в своих силах, жизнь вновь заиграла яркими красками.

Признать проблему – это уже пройти половину пути к ее решению. Любой желающий житель столицы может получить конфиденциальную квалифицированную помощь психолога в любом из подразделений Московской службы психологической помощи. Они открыты во всех округах столицы. Записаться и узнать адреса можно через портал mos.ru. Также столичная служба предлагает своим клиентам дистанционное общение с консультантами по Skype, в текстовом чате или в переписке при помощи электронной почты.

Адрес страницы: <http://novogireevo.mos.ru/presscenter/news/detail/8781773.html>

[Управа района Новогиреево города Москвы](#)