

На портале mos.ru можно записаться на бесплатные занятия психологической помощи населению

24.03.2020

Портал mos.ru предоставляет возможность записаться на бесплатные занятия, где всем желающим 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://perovo.mos.ru/presscenter/news/detail/8781781.html>

[Управа района Перово города Москвы](#)