

Психологи помогут москвичам снять новогодний стресс

31.12.2015

Заместитель руководителя филиала ГБУ «Московская служба психологической помощи населению» Иннокентий Постников рассказал, что чаще всего именно в новогодние праздники у некоторых граждан возникает новогодний стресс. В этом случае москвичи смогут обратиться за бесплатной психологической помощью.

Чаще всего в новогодние праздники за помощью к психологам обращаются одинокие люди, которым не с кем встретить праздник. Можно обратиться по телефону **051**, если звонить с мобильного телефона или в отдел экстренной психологической помощи по телефону **8 (499) 177-34-94**.

Специалисты по телефону выслушивают обратившихся москвичей, сопереживают им, оказывают поддержку, дают подходящие рекомендации. Обращаться на горячую линию можно круглосуточно. Круглосуточно в новогодние праздники помощь по телефону оказывают пять психологов.

Директор ГБУ «Московская служба психологической помощи населению» Антонина Ляшенко рассказала, что также можно будет прийти на приём к специалисту ГБУ. Отдел экстренной психологической помощи будет работать с 09-00 до 21-00 ежедневно. Здесь москвичам будут оказывать помощь в любых кризисных жизненных ситуациях. Адрес: **2-й Саратовский проезд, дом 8, корпус 2 (район Текстильщики)**.

Разговор с психологом в среднем занимает 40-50 минут. С москвичами ведут работу только специалисты с высшим психологическим образованием и со стажем работы не менее трёх лет. Можно сказать, что по проблемам консультируют опытные психологи, которые прошли соответствующую подготовку. Если житель города хочет записаться на очный прием, то ему подскажут ближайший адрес. Записаться к психологу можно на сайте службы msph.ru или по телефону: **8 (499) 173-09-09**. Служба помощи работает в каждом округе столицы. Кроме того, существуют консультации по скайпу.

Адрес страницы: <http://bi birevo.mos.ru/presscenter/news/detail/2416580.html>

[Управа района Бибирево](#)