



Ментальное здоровье - тема, которой с каждым днем уделяется все больше времени. В период продолжительной самоизоляции каждому из нас нужно внимательнее относиться к своему внутреннему состоянию.

Психолог Самарского Дома Молодежи бесплатно окажет психологическую поддержку молодым людям в возрасте от 14 до 30 лет. Специалист поможет тебе разобраться со многими проблемами, в том числе при:

- Трудностях в общении с близкими людьми;

- Выборе будущего и самоопределении в профессии и хобби;

- Борьбе с тревогой и стрессом;

- Пути к цели и открытию в себе новых внутренних ресурсов.

Чтобы оставить заявку, переходи на сайт <http://samdm.ru/>, выбирай опцию «Я хочу получить помощь», расскажи о проблеме и оставь нам свои контактные данные, чтобы мы могли связаться с тобой и помочь.