Приложение 1

1-28 февраля 2023 года

Единая социально-психологическая служба «Телефон доверия»

в Ханты-Мансийском автономном округе – Югре

проводит акцию

«Как жить с диагнозом?»

Как чувствует себя человек, которого болезнь оставляет в полной растерянности и непонимании, что делать дальше, а главное - как теперь выстраивать свою жизнь?

Жизнь каждого из нас может измениться в одночасье. Неизвестный ранее диагноз порой заставляет оставить тот привычный уклад жизни, что складывался годами. И в такой ситуации, помимо болезненной симптоматики самого недуга, человека могут сопровождать чувства вины, опустошения и отчаяния, ведь как раньше уже не будет.

Представить как тяжело и больно человеку, который услышал от врача свой неутешительный диагноз, наверное, может не каждый. Для родственников болезнь их близкого порой становится тоже тяжелейшим ударом, и поэтому они сами могут нуждаться в поддержке.

В такой ситуации, когда трудно справиться самим, можно обратиться за помощью к психологу.

На сегодняшний день экстренная психологическая помощь по Телефону доверия является одним из самых доступных видов психологической помощи, которая обеспечивает безопасное пространство для конструктивного обсуждения возникающих в семье проблем.

Если Вы:

- испытываете сложности принятия диагноза;
- говоря о болезни, чувствуете стыд;
- переживаете сложные эмоции - страх, апатию, тревогу;
- не можете говорить о своем заболевании и чувствах со своими родными и близкими;
- имеете ограниченные возможности здоровья;
- задаетесь вопросами социальной адаптации и возвращения к привычной жизни после лечения;
- не знаете, как поддержать близкого человека.

Психологическую помощь и поддержку Вы можете получить по телефонам:

8-800-101-12-12 8-800-101-12-00

круглосуточно, анонимно, бесплатно