

В 2023 году россияне стали обращаться к психологам и психотерапевтам на 60% чаще, чем годом ранее. Об этом свидетельствует статистика обращений клиентов службы психологической поддержки Страхового Дома ВСК

Пик обращений в 2023 году пришелся на июнь – почти 10% от общего числа пациентов. Основную долю посетителей онлайн-консультаций психологов – 78% – составляют женщины, а средний возраст пациентов – от 32 до 38 лет. Причем поход к специалисту – в основном осознанный шаг для улучшения психологического состояния. Это объясняется развитием общей психологической просвещенности населения.

Сервис ВСК состоит в основном из клинических психологов, которые также могут проконсультировать по вопросам психосоматики, что важно для полноценной заботы о здоровье. Клинический психолог понимает взаимосвязь соматического и психологического здоровья, определяет, когда психологическое состояние может быть следствием дисбаланса в организме, а когда наоборот тревожность, переживания и стресс становятся пусковым механизмом физического заболевания.

Из наиболее «популярных» проблем специалисты Страхового Дома ВСК выделяют три причины, из-за которых люди чаще всего обращаются к психологам. Первая – сложные отношения в паре (17% обращений). Вторая – эмоциональное выгорание из-за работы и окружающих событий (15,9%) – многие сталкиваются с конфликтами в коллективе, трудностями с адаптацией и саморазвитием. Третья – вопросы эмоционального спектра (12%), к ним относятся повышенная раздражительность, агрессия, плаксивость и острые реакции.

«Рост интереса к психологической помощи объясняется сразу несколькими факторами: в современном обществе пропагандируется забота о ментальном здоровье, осознанности и изучении себя и своих эмоций, а стоимость визита к специалисту становится доступнее. Например, в 85% случаев клиенты ВСК записываются на прием самостоятельно, предварительно изучив профиль психолога, что говорит об ответственном отношении людей к своему психологическому состоянию. Совместно с

Цифровой клиникой ВСК и врачебными онлайн-консультациями, которые также входят в полис ДМС, психологическая помощь становится важной частью комплексной заботы о здоровье», – заявил Олег Витько, Заместитель генерального директора по медицине Страхового дома ВСК.

***Википедия страхования***