

Личен психолог©

Психологически консултации, предоставяни по телефон от специалисти психолози и психотерапевти



Различни ситуации в ежедневието провокират определени емоции и чувства, които биват неизразени и несподелени. Консултацията с психолог е безопасната и подпомагащата среда, в която може да открием повече за своите стратегии и модели, както и да имаме възможността да ги промени, за да водим пълноценен и щастлив живот.

Покритието **Личен психолог©** предоставя кофиденциална психологическа помощ при възникване на лични проблеми свързани с безпокойство на здравето или психическото и емоционалното състояние. Психологическите консултации по телефон са регламентирани като психологическа помощ при възникнал емоционален проблем и имат характер на спешна психологическа подкрепа.

Всяко застраховано лице има възможност да ползва по две телефонни консултации, а по здравна застраховка **Health Care Premium** също и една онлайн консултация лице в лице. При консултациите лице в лице, застрахованото лице може да предложи платформата, на която да бъде осъществена консултацията и в допълнение да договори с консултатнта подробностите за ползването ѝ.

Психологическите консултации могат да бъдат ползвани в рамките на същия ден, ако заявката е постъпила между 9:00 и 17:30 ч. или на следващия ден, в случай че е възникнала необходимост след 17:30 ч. и заявката постъпва на другия ден. Самата консултация се осъществява между 9:00 и 21:00 ч.

Информация за ползване на телефонна консултация:

При заявяване на телефонна консултация на ☎ **02 983 52 04**, застрахованото лице следва да вземе под внимание следните обстоятелства, които са наложителни за провеждането ѝ:

- Да намери сигурно, спокойно и удобно място за сесии, което изключва публичните зони и заведенията.
- Да се увери, че другите лица не могат да чуват звука или да виждат екрана (за консултациите „лице в лице“).
- Да внимава да не говори твърде силно, ако носи слушалки.

Продължителността на една телефонна консултация е 50 минути

Тя включва изслушване и представяне на проблемая, оценка на потребностите на обаждащия се и овладяване на преживяването на криза, ако има такава. Рамките на включените в застрахователния пакет сесии, може да се предостави фокусирана психологическа помощ за заявения проблем, повод за който е неговото обаждане и дали в бъдеще да ползва услуги на специалиста или не, както и дали да следва получените препоръки.

Психологичените консултации се предоставят от опитни психолози и психотерапевти. Всеки един от специалистите следва правилата и принципите на професионалната етика и стандартите, за поддържане на качеството на предоставените психологични услуги, като работи под супервизия.

Конфиденциалността на проведените разговори е напълно гарантирана.