Êàê îïðåäåëèòü - íóæíà ëè ìíå ïîìîùü ïñèõîëîãà?

Àâòîð Âîëîäèìèð Ëàíüêî

Äóìàþ, ÷òî êðèòåðèåâ ìîæåò áûòü íåñêîëüêî.

Ïðåæäå âñåãî - âàøå ýìîöèîíàëüíîå ñîñòîÿíèå. Äëèòåëüíûå ïåðåæèâàíèÿ, êîòîðûå "âûáèâàþò âàñ èç êîëåè", ìåøàþò îáùàòñüÿ. Íå

Åñëè âû ÷óâñòâóåòå, ÷òî ïîðà ÷òî-òî ìåíÿòü, íî èçìåíåíèÿ íèêàê íå íàñòóïàþò èëè ïåðâûé øàã îòîäâèãàåòñÿ íà íåêîòîðûé ïåðèîä êà

Åñëè ðàçìûøëåíèÿ èëè ïåðåæèâàíèÿ, ñâÿçàííûå ñ êàêèì-òî ñîáûòèåì â âàøåé æèçíè çàíèìàþò ñòîëüêî âðåìåíè è ñèë, ÷òî âû èëè

Åñëè ÷òî-òî ïðîèçîøëî, íî âñå, ÷òî âû ïîïðîáîâàëè ïðåäïðèíÿòü, ïî âàøåìó ìíåíèþ, íå ïðèâåëî ê îæèäàåìîìó èëè æåëàåìîìó ðåçóëüòàòó

Êîãäà "íàêîïèëîñü", à ïîãîâîðèòü, äîâåðèòüñÿ âðîäå íåêîìó. À î÷åíü õî÷åòñÿ.

Êîãäà âàì õî÷åòñÿ èçìåíèòü ñâîþ æèçíü èëè ïîíÿòü ÷òî-òî - ñäåëàòü òî, ÷òî íåñìîòðÿ íà âñå âàøè óñèëèÿ ïîêà ÷òî ñäåëàòü íå óäà

Êîíå÷íî, âû ìîæåòå ïðîäîëæèòü ñàìîñòîÿòåëüíûå ïîïûòêè ðåøèòü ïðîáëåìó. Íî çà÷åì òåðÿòü âðåìÿ è âîçìîæíîñòè? Äà, íàäî ñàìîìó óìå