

## Лекция «Как поддержать близкого человека?» прошла в «Планете Семьи»

19.08.2021



Лекция «Как поддержать близкого человека?» прошла в «Планете Семьи». Фото: pixabay.com

В Семейном центре «Планета Семьи» 17 августа состоялась лекция «Как поддержать близкого человека?». Ее провели для подростков и их родителей.

Специалисты утверждают, что большинство людей, которые находятся в тяжелой ситуации или страдают депрессией, обращаются за поддержкой к друзьям и семье. Но друзья и родные не всегда знают, как поддержать близкого человека. В такой ситуации они могут не просто не помочь, но и навредить.

В пресс-службе учреждения сообщили, что психолог центра рассказал участникам лекции о том, как правильно поддержать человека, переживающего горе. Лучший способ — просто быть рядом. Предпочтительнее писать, чем звонить. Не надо спрашивать, нужна ли помощь. Надо сказать, что хотите помочь, и уточните, что можете сделать. И не следует давать советы «нужно было сделать так». Они бесполезны для человека и вызывают только раздражение.

---

Адрес страницы: <http://brateevo.mos.ru/presscenter/news/detail/10193429.html>

---

[Управа района Братеево города Москвы](#)