



Derby and Derbyshire Talking Therapies



您是否感到情绪低落、 担忧或压抑？

我们可随时为您提供帮助

我们为成千上万人提供各种支持，如果您在心理健康方面遇到问题，我们可提供帮助，解决您在想法、感受和情绪方面的困惑。

我们的谈话治愈服务可以为您提供一个安全空间，您可谈谈自己的感受，处理自己的难事，并获得改善心理健康所需的支持。



www.derby-talk.co.uk



0333 041 7262



扫描以自我参照，享受这项免费私密服务。

Services provided by



您是否出现以下情况：



过度担忧



情绪低落



持续存在压力



焦虑



缺乏动力

我们的循证谈话疗法可以帮助您找到应对心理健康问题和管理情绪的新方法。

我们提供一系列谈话治愈服务,包括面对面会议、网络研讨会和 SilverCloud 数字自助服务。



简单的三步法

01

您可以使用我们的网站、扫描下面的二维码或致电我们进行自我参照。

02

我们团队的一名热心成员将对您进行评估,我们将共同商定为您提供的最佳支持方案。

03

一名资格齐全的治疗师将在整个治疗过程中为您提供支持。



立即联系我们,
享受这项免费私密服务。



www.derby-talk.co.uk



0333 041 7262

扫描以
自我参照

