

Обращения к психологам ВСК выросли в полтора раза за год: тревога, отношения и подавленность в лидерах

В 2025 году россияне стали обращаться к психологам на 49,7% чаще, чем в 2024-м. Такие данные собрала служба психологической поддержки Страхового Дома ВСК по обращениям клиентов.

Пик пришелся на октябрь — 9,6% от общего числа клиентов. Женщины составляют 75% посетителей онлайн-консультаций (годом ранее — 78%, а значит мужчины начали обращаться к психологам чуть чаще), при этом в основном обращаются люди 25–38 лет. Просвещенность в вопросах психологического здоровья как важной составляющей общего благополучия растет, клиенты активно интересуются улучшением своего состояния и самостоятельно записываются на консультации.

В сервисе психологической поддержки цифровой клиники ВСК работают в основном клинические психологи, которые разбираются в психосоматике. Они видят связь между телом и психикой: определяют, когда тревога провоцирует физические проблемы, а когда они — следствие душевного дисбаланса. Специалисты используют разнообразные инструменты, фокусируясь на эффективной помощи без долгосрочной терапии. Клиенты высоко оценивают нацеленный на решение профессиональный подход, при росте объемов консультаций оценка сохраняется на уровне: 4,96 из 5.

Наиболее популярные причины обращений по данным ВСК в 2025 году:

— отношения в паре — 19,4%.

— тревожное состояние — 14%.

— подавленность — 6,6%.

— вопросы самооценки — 6,3%.

«Люди стали серьезнее относиться к психическому здоровью: растет понимание своих эмоций, ценится доступ к качественным услугам. Клиенты ВСК в 91% случаев сами выбирают своего специалиста и записываются через мобильное приложение, тщательно изучая образование, специализацию и подходы психолога. Такой выбор говорит о зрелом отношении к себе. Психологическая помощь, наряду с Цифровой клиникой ВСК и онлайн-консультациями врачей по ДМС, создает цельную систему заботы о здоровье», — отметила Ольга Семёнова, руководитель управления цифровой медицины Страхового Дома ВСК.

Википедия страхования, 04.02.2026 г.