

周到·身边 >

为园区白领排忧解难 临空园区开设“解忧信箱”



记者 俞正丽

相信很多人都看过日本作家东野圭吾写作的长篇小说《解忧杂货店》。小说讲述了在一家僻静街道旁的杂货店，只要你写下烦恼投进店前门卷帘门的投信口，第二天就会在店后的牛奶箱里得到回答。在平时的生活和工作中，你是不是也经常被很多问题困扰？是不是也需要一个可以倾诉烦恼的地方？是不是也想有“良师益友”为你指明前进的方向？临空园区的白领们就是这样一群幸运的人，只能在小说中才能享受的“解忧待遇”，他们居然也有。原来在临空园区，这里也有一个“解忧信箱”。生活或工作中的烦恼，大家都可以统统扔进去，并且和小说《解忧杂货店》中一样，将会得

到回答。

不过，与小说中实物信箱不同的是，临空园区的“解忧信箱”是一个虚拟的电子邮箱。只要将自己的烦恼以电子邮件的方式发到该邮箱，24小时之内，你的问题将会得到回复。在这里，“解忧信箱”不仅能安静地倾听你的心声，更是你私人的专业心理咨询师。据了解，去年9月“解忧信箱”由临空园区一家专业的精神心理诊所开办，主要致力于解决临空园区大量白领的心理需求。“现在的白领工作节奏快，工作压力大，生活上也经常会有很多烦恼，我们创办‘解忧信箱’主要是想为广大临空园区的白领普及心理咨询知识，答疑解惑，帮助大家更加健康地生活。”“解忧信箱”的负责人金婧表示。

据介绍，截至目前，“解忧信箱”共收到76封来自临空园区白领的来信，其中涉及的烦恼更是方方面面，有社交恐惧症、焦虑失眠、躁郁症等等。据“解忧信箱”的另一位负责人吴雯介绍，白领将“烦恼”投递到“解忧信箱”后，专门负责管理信箱的工作人员将会根据问题进行分类，然后将邮件转发给该诊所不同领域的专业心理医生，由他们进行一对一地回复解答。“我们一共有20多位不同领域的专业心理医生，大家都很愿意为临空的白领提供免费的心理咨询服务，为他们排忧解难。”

虽然，目前“解忧信箱”主要是为临空园区的白领开设的，但吴雯表示，其实这算是自己做的一份公益事业，做公益当然是希望能帮到

更多的人。因此，不是临空园区的白领，假如你也有一些烦恼，也欢迎写信到“解忧信箱”寻求帮助，诊所专业的心理医生也会竭诚为大家服务，为大家的健康保驾护航。

最后，为大家奉上“解忧信箱”的地址，如果你也有一些困扰或者烦恼，也可以进行咨询。

“解忧信箱”地址：smile@sr-mzs.com

温馨提示：“解忧信箱”会对大家的信件进行保密，工作室“解忧信箱”提供的咨询服务为公益性，在体验期内不会向用户收取费用。在描述问题时，应尽量真实、具体地表达您面对的问题，可能一次来信无法完全解决您的问题，如有需要，欢迎通过回复邮件的方式继续进行咨询。



扫一扫二维码
关注西长宁周到
了解更多内容

西长宁周到是新闻晨报上海社区新媒体平台，覆盖新泾镇、北新泾、程家桥等地区，向您提供权威的政策咨询、邻里信息、好玩好吃、亲子教育等周到服务。

▶新泾镇荣获上海民间文化艺术之乡！淞虹路上这座展示馆值得你来看看！

▶上海环城绿带今年贯通，长宁最古老的一棵树就在此间！

▶长宁西区这座最美田园别墅有了守护人，上演“最长情的告白”！

▶你家“过气”的蛙儿子在全家“口吐白沫”了！还不快去看看吧！

想看如上内容，扫一扫二维码，关注西长宁周到

泛亚医药
BIASIA
PHARMACEUTICAL
一切为了健康 All For Health

广告

CICADA FLOWER
蝉之花
蝉 | 花 | 虫 | 草 | 粉
Synnema powder of vegetable cicada

扫码下载《蝉之花150》APP 每天领取现金红包
扫一扫 购买产品 阅读《蝉花虫草101问》

蝉之花专卖店：上海市延安西路221-6号（华东医院大门边上）
上海市徐汇区宛平南路660号（龙华医院斜对面）、闵行区古美路804号、上海市莘潭路462号、上海市罗锦路591号、上海市新村路528号、桂林西路155号
上海益丰、雷允上北区、养和堂、国大等各大药房部分门店均有销售。