

**Проблемы и перспективы развития дистанционной психологической помощи социально-незащищенным слоям населения**

**в России<sup>6</sup>**

В век развития электроники, компьютерные и прочие инновационные технологии проникли во все сферы человеческой жизни. Благодаря научно-техническому процессу оказание психологических услуг в наши дни возможно он-лайн, по электронной почте, телефону, радио, телевидению и посредством видеоконференций.

Актуальность темы исследования обусловлена наличием людей, которые нуждаются в психологической помощи, но для многих из них она не доступна из-за неспособности самостоятельно передвигаться (люди с ограниченными возможностями), из-за проживания в сельских районах, люди, находящиеся в изоляции (осужденные) или ограниченные в передвижении, люди, находящиеся в кризисном состоянии, которые не всегда могут обратиться за очной консультацией [1].

Одной из первых демонстраций Интернет-консультаций, стал сеанс психотерапии во время международной конференции по компьютерной связи в США в 1972 году между Стэнфордским университетом и Калифорнийским университетом. Идея диалога групп поддержки была предшественницей интернет-психотерапии: прочный успех этих групп твердо показал потенциал в развитии интернет-консультаций по личным вопросам. После появления первых персональных компьютеров в 1976 году начали возникать неформальные группы поддержки. А в 1979 году они стали популярны по всей Америке. В нашей стране данное направление зародилось намного позднее. Только в 2009 году существовало более 30 сайтов, оказывающих психологическую

---

<sup>6</sup> Научный руководитель - канд. пед. наук, доц., Е.Г.Лопес

поддержку он-лайн, в то время как в США насчитывалось более 240 таких сайтов.[2]

Психотерапия, использующая интернет для психотерапевтического вмешательства, получила название «кибертерапии». Оно предполагает консультирование с психологом (в режиме чата) и психологическое онлайн-тестирование на специализированных сайтах (результаты респондент получает сразу же, как закончит тест), веб-телефония [1]. Данное направление является перспективным, но, на сегодняшний день не хватает эмпирических данных, которые бы смогли опровергнуть или подтвердить эффективность использования дистанционных технологий в психотерапевтических целях.

Данное направление имеет ряд преимуществ и недостатков. Несомненными плюсами оказания психологической помощи и поддержки при помощи интернет технологий, являются:

- Возможность получить консультацию людям с ограниченными возможностями здоровья;
- Риск нарушения конфиденциальности снижен до минимума;
- Возможность консультироваться со специалистом, независимо от места расположения (отпуск и т. д.);
- Письменное изложение проблемы служит первичным рефлексивным анализом проблемы для самого клиента;
- Текст переписки остается, что позволяет по истечению какого-то временного промежутка посмотреть на себя и ситуацию со стороны;
- Консультант может составить гибкий график работы с клиентами;
- Консультант не будет тратить денежные средства на аренду помещения, так как может работать и на дому;
- Консультанту такой способ осуществления психологической деятельности позволяет безоценочно относиться к клиенту.

Негативным аспектом он-лайн консультирования является невозможность визуального восприятия клиента, а также возможная его географическая отдаленность и недоступность интернета. К тому же, не все имеющиеся психодиагностические методики можно использовать в электронном формате. Следует отметить, что отследить результат и оценить эффективность проделанной психологом-консультантом работы весьма проблематично.

Дистанционная психологическая помощь не вызывает доверия у населения нашей страны, что обусловлено ментальностью российского народа, который относится с недоверием и боится осуждения окружающих, в связи с тем, что образ психолога сложился неправильно. Человек старается справляться со своими проблемами самостоятельно, но не всегда эффективно решает их. Сложно удостовериться в компетентности и квалифицированности специалиста, оказывающего психологическую помощь на расстоянии.

Данное направление требует дополнительных исследований применения интернет - технологий для оказания психологической помощи.

Таким образом, дистанционные способы предоставления психологической помощи, при дальнейшем их совершенствовании и развитии информационных технологий, их доступности для всех, в будущем активно включатся в процесс жизнедеятельности людей, помогут справиться с психологическими проблемами людей.

### ***Библиографический список:***

1. *Меновщиков В.Ю.* Психологическая помощь в сети Интернет: уч. пособие. / В.Ю. Меновщиков. М. 2007. 178 с.
2. *Догадова А.В.* Возможности психологического консультирования в Интернете / А.В. Догадова // [Электронный ресурс]. Находка, 2008. Режим доступа: <http://m.b17.ru/article/consult/>.
3. Психологическая помощь социально-незащищенным лицам с использованием дистанционных технологий: интернет-консультирование и дистанционное обучение: материалы межведомственной научно-практической конференции 42-25.02.2011 Москва / ред. Б.Б. Айсмонтас, В. Ю. Меньшиков. М: МГППУ, 2011. 196 с.