

## ОТНОШЕНИЕ МОЛОДЕЖИ К ОНЛАЙН КОНСУЛЬТИРОВАНИЮ: ОСНОВНЫЕ ТРУДНОСТИ И ПУТИ ИХ ПРЕОДОЛЕНИЯ

Соколовская В.В. (Российский государственный университет им. А. И. Герцена)

Научный руководитель – кандидат психологических наук, доцент Солнцева  
Н.В. (Российский государственный университет им. А. И. Герцена)

**Введение.** С начала пандемии и после ее завершения сохраняется высокий спрос на онлайн-формат психологической работы, в связи с чем остаются актуальными исследования эффективности, условий и особенностей онлайн консультирования [1]. В данной работе раскрывается образ онлайн психологической помощи в зависимости от наличия опыта обращения к психологу, типа локуса контроля, а также половой принадлежности. В выборку исследования вошли 63 респондента в возрасте от 18 до 44 лет различной профессиональной направленности. В изучении картины мира ключевым является проективный метод, который дает углубленное представление о субъективной реальности человека, позволяя учесть, в том числе, неосознаваемое отношение к различным жизненным аспектам. В данном исследовании была применена проективная методика «Символический анализатор мира» А.М. Парачева. Полученные ранговые показатели обрабатывались с помощью кластерного анализа (Ward-Method, Манхэттенское (city-block) расстояние).

**Основная часть.** В результате обработки ранговых показателей были выявлены кластеры для разных групп респондентов, и каждый кластер включал категории понятий, отображающие структуру картину мира и место психологической помощи в ней. К данным категориям относились: вид психологической помощи, ценности, субъект отношений, стратегии действия и эмоциональное состояние. Обобщение результатов кластерного анализа позволяет говорить о том, что в картине мира мужчин онлайн помощь стоит наряду с профессиональной помощью, наравне с очным видом помощи. Процесс оказания психологической помощи сопровождается состоянием уверенности. В качестве основных стратегий действий для мужчин выступают решение проблем и принятие на себя ответственности. При этом образ психолога отождествляется с родительской фигурой отца. Ценности, которые являются приоритетными у мужчин – это уважение и время. Анализ понятий, которые вошли в кластер «образ психологическая помощь» у женщин, выявил, что у молодых женщин онлайн помощь и очная психологическая помощь также не разделяются. Отличительной особенностью является представление о равенстве позиций психолога и клиентки. Психологическая консультация и действия психолога позволяют ощутить поддержку, благоприятно сказываясь на решении проблем. Кроме поддержки, консультация у психолога требует доверия, понимания, чувства безопасности и независимости, что выделяется женщинами в качестве основных ценностей психологической помощи. Респонденты-интерналы соотносят психологическую помощь с профессионализмом, работа с психологом им представляется интересной и напряженной, а значимой ценностью для консультации выступает достижение безопасности. Для экстерналов психолог занимает позицию взрослого, который помогает в постановке задач и решении проблем. Приоритетными ценностями для респондентов с внешним локусом контроля выступает время и стремление к независимости. Основная трудность данной группы респондентов выражается в принятии детской позиции, в которой роль «ведущего» в разрешении проблем отдается взрослому-психологу. Последний уровень анализа образа психологической онлайн-помощи проводился с точки зрения отсутствия или наличия опыта обращения за психологической помощью, что, как предполагалось, могло повлиять на последующее восприятие процесса консультирования. В результате кластерного анализа было выявлено, что респонденты, которые имеют опыт психологической помощи видят специфику в том, как проходит процесс помощи. Образ консультации включает в себя женщину-психолога и ребенка, что отражает проявление экстернальности и соответствующую систему отношений между консультантом и клиентом. Имеется представление о консультации, как о радостном, удивляющем событии,

которое приносит удовольствие и ценится тем, что является развлечением. При этом, одной из ценностей онлайн-помощи является уважение. Однако онлайн-помощь предполагает риск распространения неквалифицированной помощи, которая носит характер развлечения, чего не подразумевает психологическая работа над проблемой. В полученных результатах можно увидеть стигматизированное представление о психологической помощи, которое подкрепилось соответствующим опытом. В отличие от молодежи, которая имела опыт обращения за психологической помощью, респонденты без данного опыта соотносят онлайн-помощь с очной, профессиональной помощью. В консультации ценится создание атмосферы безопасности, доверительной обстановки.

**Выводы.** Практическая значимость исследования заключается в том, что понимание системы представлений о психологической помощи позволяет лучше выстраивать процесс консультации, подразумевая ориентацию на особенности клиента. Одновременно с этим, изучение представлений о психологической помощи позволяет понять, какие из них могут быть скорректированы, чтобы молодежь обращалась за психологической помощью в ситуации необходимости, не испытывая влияния негативных предубеждений [2]. Мужская или женская роль связана с разной позицией по отношению к онлайн-консультанту: для женщин данная позиция является равноправной, для мужчин – предстает из позиции ребенка. Вероятно, субъективно переживаемое неравенство в межличностных отношениях является фактором, препятствующим дальнейшему обращению к психологу. И, напротив, ощущаемое равенство между позициями психолога и клиента-женщины обуславливает тот факт, что женщины чаще обращаются к психологу [3]. При этом, мужчина стремится к ответственности и ценит в консультациях обучение тому, как самостоятельно разрешить возникшие проблемы. Изучение образа онлайн-помощи у респондентов с разным локусом контроля показало, что для внешнего локуса контроля характерно смещение причины желаемых изменений в жизни, возможности для решения личных трудностей приписываются психологу. Данная позиция сопряжена с ощущением беспомощности [4]. Видится важным вернуть клиенту-экстерналу чувство контроля и уверенности в собственных силах. В картине мира молодежи, которая не имела опыта обращения к психологу, онлайн-помощь представлена как полноправный вид деятельности наряду с очным форматом, что является ожиданиями относительно перспектив психологической поддержки. Однако реальный опыт получения помощи приводит к тому, что психологическая консультация обретает другой эмоциональный фон и функционал, выступая в качестве варианта приятного времяпровождения. Данная тенденция может укрепить отношение к онлайн-помощи, как к неполноценной, и коррекция данных представлений может являться направлением для работы.

#### **Список использованных источников:**

1. Чвилева О.В., Воронин А.Н. Основные параметры изменений психотерапевтического дискурса при онлайн-консультировании // Международный научно-исследовательский журнал. – 2023. – № 2(128).
2. Есипов М.А. Социальные представления молодежи о психологической помощи: теоретические основания исследования // Азимут научных исследований: педагогика и психология. – 2021. – Т. 10, № 2(35). – С. 354–357.
3. Шаповалов Р.А., Колпачников В.В. Проблема отношения мужчин к психологической помощи // Мир психологии. – 2019. – № 1(97). – С. 152–164.
4. Грехов Р.А., Сулейманова Г.П., Адамович Е.И. Локус контроля и феномен выученной беспомощности у больных хроническими соматическими заболеваниями // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 11: Естественные науки. – 2016. – № 1(15). – С. 74–83.