

Психологическая помощь онлайн: может ли психолог помочь на расстоянии?

Сейчас активно набирает обороты психологическая помощь онлайн. Всё больше людей, сидя дома перед компьютером, нет-нет, да и зайдут на сайт психологической помощи или форум какой в надежде получить квалифицированную помощь специалиста.

При этом, не учитывая объективные и очевидные вещи, ведут себя так, словно все психологи, что работают онлайн, поголовно экстрасенсы высшего класса. А потом говорят, что всё это чушь, никакой помощи таким образом получить невозможно и всё это – если не лохотрон, так просто пустая трата времени.

Но так ли это на самом деле? Давайте разберемся.

Представьте себе молодого человека (или не очень молодого), у которого есть реальная проблема, не смертельная, а так, нудная. И он хочет с ней разобраться. Самому не получается, друзья помочь не могут. Остаются психологи. Или экстрасенсы. Или и те и другие, и причем одновременно – для большего эффекта.

Молодой человек делает выбор в пользу науки.

Но прийти на очный прием к психологу – для некоторых еще всё равно, что пойти лечиться в психушку. А проблема нудит, не дает покоя. И вот наслушавшись рассказов знакомых про онлайн-консультирование, решает наш юноша/человек обратиться за помощью. Но как это сделать так, чтобы знакомые не узнали, что это твоя проблема, а не соседа?

А очень просто. Надо, как в классическом примере, заявить, что это не у меня ситуация такая сложная, а у друга. Но он сам стесняется спросить. Или у него компа нет. Или времени мало. Или по-дружески помочь ему хочется.

И вот на открытом форуме жаждущие помощи пишут посты от имени и по поручению мифического друга. А если по скайпу обращаются, то так завуалируют исходную информацию, что сами потом понять не могут, какую проблему хотели обсудить. Напишут и ждут подмоги.

Она приходит. Но в том ли виде, в каком ожидалось – это другой вопрос. И как раз из-за этого и начинаются споры о том, может ли помочь психолог на расстоянии. Вопрос этот отнюдь не праздный. Его задают себе и психологи, и клиенты. Но единого ответа нет.

Давайте попробуем разобраться в этой ситуации и ответить на этот вопрос хотя бы для себя.

На мой взгляд, оказать квалифицированную помощь психолог может и по скайпу, и по личной переписке. Даже на открытом форуме можно консультацию провести успешно. В смысле, с пользой для клиента.

Именно поэтому специалисты, учитывая менталитет наших сограждан, не предлагают сразу прийти на прием, а задают уточняющие вопросы, просят более развернуто описать ситуацию, добавить деталей. Дают и рекомендации, что сделать и как. И даже домашние задания в некоторых случаях.

Если это платная консультация по переписке, то оговариваются сроки и условия сотрудничества. Если бесплатная, то рекомендации носят общий характер и в конце всё-таки дается совет сходить к специалисту на личную встречу.

А что ожидает наш знакомый? Что его занудную проблему решат сходу. Что ему распишут, что и как делать без этих уточняющих вопросов, из которых становится ясно, где, собственно, собака порылась. И естественно, без приглашения на личную встречу. А самое главное, быстро и по существу.

Быстро, увы, не получается. Чтобы помочь человеку, надо знать, в чем помогать-то. А для этого заявки типа «От меня девушка ушла, что делать?» мало. Надо узнать, почему

Автор: admin

09.03.2011 21:39 - Обновлено 31.10.2014 14:08

ушла? Когда? Куда? Или к кому? И что ты такого сделал, что она взяла и просто так ушла? Или не сделал – тоже вариант.

Но хочется-то, чтобы тебе с разбегу ответили на вопрос и вернули беглянку. А когда этого нет – то «сам дурак». И помощь на расстоянии такая же.

Вот и появляются разговоры о том, что психологи не могут помочь на расстоянии. Что консультации онлайн – это еще один способ вытягивания денег.

Но на самом деле всё не так. Тот, кто серьезно нацелен получить помощь, тот ее получит. Даже если он и психолог будут жить на разных континентах и никогда в реале не встретятся.

Автор - **Гульнара Байдаулетова**

[Источник](#)