



Век технического прогресса сильно повлиял на весь мир. С появлением интернета изменилось многое. Например, появились новые профессии, информация в большом объеме доступна всем, кто пользуется мировой сетью, люди могут общаться между собой на любом расстоянии и сообщения передаются за секунду. Психологи также используют этот ресурс, и в данном эссе будут рассмотрены возможности и ограничения интернет - консультирования.

На мой взгляд, интернет – консультирование сильно повлияло на людей с ограниченными возможностями, на тех, кто требует максимальной анонимности, любой клиент может выбрать на любой точке земного шара консультанта свой вкус, на сильно стеснительных людях и дистанционное консультирование по ресурсам гораздо менее затратно для обеих сторон и этот вариант консультирования дешевле. Я считаю, что это достаточно весомые плюсы. Рассмотрим возможности психолога, которые появились с появлением интернета:

1. онлайн-консультированием, включая профилактику аутодеструктивного поведения и экстренную интервенцию;
2. созданием информационных ресурсов для получателей психологической помощи
3. дистанционной психодиагностикой и оценкой валидности результатов;
4. организацией клиентских групп взаимопомощи: с целью успешной реабилитации после психологической травмы или продления ремиссии у лиц с зависимостями;
5. обучением и консультированием особых групп клиентов, включая родителей детей с психологическими и органическими нарушениями, переживших травматические события лиц, лиц с нарушениями сенсорных функций, заключённых и проходящих военную службу;
6. повышением уровня квалификации специалистов путём обмена опытом и создания информационных ресурсов[\[1\]](#)

Т.е это все помогает психологу работать эффективнее, продуктивнее и менее затратно в плане ресурсов. Но следует понимать, что у всего есть минусы и плюсы. Далее напишем об ограничениях:

- 1.Отсутствие “живого контакта”. Это плохо тем, что консультант не получает дополнительную информацию в виде мимики, жестов клиента.
- 2.Переписка через электронную почту, как наиболее распространенная форма консультирования, дает мало возможностей для полноценного, непосредственного диалога; существует риск неверного понимания, так как текст практически лишен эмоциональной окраски.
- 3.Как правило, сохраненные тексты переписки (протоколы) являются одной из причин возникновения ригидности и шаблонности консультирования. У психологов-консультантов ухудшается восприятие и понимание проблемы каждого отдельного клиента.
- 4.Отсутствие возможности у клиента узнать достоверную информацию о специальном образовании консультанта, его квалификации.
- 5.Анонимность клиента приводит к потере контроля над ситуацией консультирования или терапии.

Таким образом, можно сделать вывод, что у каждой стороны интернет – консультирования есть свои возможности и ограничения. Но на мой взгляд, очная консультация для клиента более эффективна, если он действительно хочет работать над собой.

Список литературы.

1. Гартфельдер Денис Викторович Дистанционная психологическая помощь: обзор современных возможностей и ограничений // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2016.
1. Гартфельдер Денис Викторович Дистанционная психологическая помощь: обзор современных возможностей и ограничений // Вестник психиатрии и психологии Чувашии. 2016. [↑](#)