

Как выбрать психолога в Интернете?

Представим человека, который решил обратиться к психологу. По ряду причин он решил проходить психотерапию по Интернету и теперь ему предстоит определиться, с кем именно он будет работать. С чего начать?

Первое, самое простое и удобное, что приходит в голову, это ввести запрос в поисковики. Запросы могут звучать так: психологическая помощь, консультации психолога в Интернете, психолог онлайн, психотерапия по электронной почте и т.д. Вариантов много. Что же получаем в итоге? Много, очень много сайтов. Как в них разобраться?

Все сайты можно поделить на три большие категории.

Первое – организации, оказывающие психологические услуги через Интернет.

Чаще всего в этой категории можно встретить организации, для которых психотерапия через Интернет является сопутствующей деятельностью. Основная цель – это, продемонстрировав профессиональный уровень, помочь клиенту принять решение о необходимости личной психотерапии. В киберпространстве так же, как и в реальности, степень доверия к организациям выше, это обусловлено многими факторами, начиная от ощущения юридической защищенности в случае получения некачественных услуг, заканчивая возможностью выбора специалистов внутри компании.

Второе – частные лица, психологи, открывшие свои психологические кабинеты в Сети. На данный момент таких сайтов большинство. Психологи используют разные способы привлечения внимания потенциальных клиентов. Делают свои сайты строгими и официальными или популярными, предпочитая неформальное общение. Основная цель – это побудить человека оставить свой запрос на психологическую консультацию. Степень доверия частным психологам, пожалуй, самая низкая. Из проговоренных клиентами опасений, наиболее часто звучит: «Вдруг вы шарлатан».

Третья категория – сообщества (ЖЖ, форумы, ассоциации и т.д.). Это относительно свободное сообщество психологов, объединенных рядом правил, целей и ценностей. Так, к примеру, это могут быть психологи, работающие в каком-то одном направлении

Как выбрать психолога в Интернете

Автор: admin

08.05.2011 12:58 - Обновлено 29.10.2014 10:15

психотерапии – от психоанализа до системных расстановок. Сообщества хороши тем, что можно выбрать специалиста, ознакомившись с его комментариями или собрав отзывы других людей. Минусы часто в том, что сама система не очень надежна в плане конфиденциальности и не подразумевает долгого приватного общения, если, конечно, переписка не будет уведена из сообщества.

Что ж, определившись с формальной стороной, человек решает для себя следующий вопрос. Дело в том, что внутри самих категорий существует конкуренция, и кому же отдать предпочтение? В этом вопросе поможет беглый анализ сайта.

Первое, на что стоит обратить внимание – это на заинтересовавшего человека психолога. Как правило, на всех сайтах указывается образование, опыт работы, сфера профессиональных интересов. Если есть возможность, можно собрать дополнительную информацию, введя имя специалиста в строку поисковиков. Обращать внимание стоит на все, начиная от внешности, заканчивая стилем письма – последнее хорошо видно, если у психолога есть свои статьи. В данном случае критерий такой: если письменная речь психолога понятна человеку, то общаться им будет проще.

Второе – это способ проведения психотерапии. Их несколько: обмен видеосообщениями, система мгновенных сообщений, переписка по электронной почте.

Третье – гонорар, его размер, форма и способ оплаты. В настоящее время расценки таковы: от нуля, то есть бесплатные советы, до 10 тысяч. Форма оплаты включает в себя следующее: клиент оплачивает каждое письмо или платит за месяц переписки, количество писем при этом не ограничивается. Способы оплаты, принятые сейчас – это электронные кошельки (чаще платеж идет через терминалы, где пополняют баланс телефона), почтовые и банковские переводы.

Четвертое – это внешний вид сайта, насколько удобна навигация, комфортный стиль... Помните такую поговорку: «Что у человека на столе, то и в голове». Умение структурировать информацию и красиво подавать ее – важное качество для психолога.

Пятое – отзывы или иллюстрация работы психолога. С этим пунктом не всегда просто. Дело в том, что по причине сохранения конфиденциальности многие психологи

Как выбрать психолога в Интернете

Автор: admin

08.05.2011 12:58 - Обновлено 29.10.2014 10:15

предпочитают не выкладывать случаи из своей практики. Поэтому в лучшем случае человек сможет найти небольшие или единичные отклики в гостевых книгах или выдержки из психотерапий.

Что ж, человек все проанализировал и решил, что ему нравятся несколько психологов, что дальше? Писать письма. Дело в том, что красота и удобство сайта, профессиональное резюме специалиста, убедительные отзывы не дадут человеку гарантии, что этот психолог ему подходит. Только в результате личной переписки клиент сможет почувствовать, понимают его или нет, хочет он дальше работать или время сказать «Стоп».

На этот случай почти со всеми психологами можно договориться о пробной переписке, в результате которой проводится анализ запроса, уточняются границы компетентности психолога (возможно, он не занимается детско-родительскими отношениями), обсуждаются вопросы оплаты.

Надеюсь, что человек, который ищет своего психолога, сочтет эти советы полезными.

Автор - Екатерина Штырбу

[Источник](#)