Автор: Ianlune
07.02.2010 23:34 -

Сегодня психологические консультации через интернет — это повседневная реальность. Академический мир сдал свои позиции и официально признал эффективность такого рода психотерапевтической работы. Да, есть множество оговорок и ограничений, которые привносит удаленная и практически анонимная (заочная) работа, но вместе с ними она же имеет и свои собственные преимущества.

Отраслевые научные конференции одна за другой муссируют тему «Интернет и Психология», судорожно пытаясь научить старого волка новым трюкам. Опомнились… когда не признавать новых реалий жизни стало уже невозможно. Вероятно скоро начнут эту тему давать отдельным курсом в психологических ВУЗах.

Однако, старая-добрая работа лицом к лицу остается и всегда останется главным инструментом психотерапии. Нет более сильного терапевтического воздействия, чем живой пример сильной и здоровой личности хорошего психолога — человека, который истоптал уже многие тропы и может поделиться своими собственными находками и открытиями.

Точно так же, нет для психолога большего вызова, чем встреча лицом к лицу с другой личностью, с целой альтернативной реальностью, которую нужно суметь понять, привести в равновесие и при этом, не дай Бог, не разрушить.
Работа через интернет в этом смысле редко достигает должной глубины, оставаясь больше в сфере умозрительных конструкций. И отсутствие этой самой глубины есть главный ограничивающий фактор, сужающий возможности применения такой формы консультаций.

Но здесь на помощь приходит накопленная статистика, которая показывает, что 90% психологических проблем, с которыми люди обращаются к психологам, носит как раз исключительно умозрительный характер. Подавляющее большинство душевных тараканов — это результат неспособности людей разобраться в собственных мыслях и чувствах.

И вот здесь, в девяти из десяти случаев, интернет-консультаций хватает за глаза — они даже в чем-то эффективнее обычных очных консультаций, поскольку письменно врать себе сложнее, чем устно — слишком очевидными становятся логические нестыковки в

рассуждениях.

Остальные десять процентов включают в себя тех, кто либо слишком сильно запутал свою жизнь и довел себя до крайней степени невменяемости, либо, наоборот, решил все насущные проблемы, но столкнулся с другими затруднениями, теперь уже экзистенциального характера. Здесь консультации через интернет бессильны: в первом случае из-за невозможности достучаться до человека, во втором — из-за того, что словесная эквилибристика тут уже не работает.

То есть, где-то в девяти из десяти случаев с психологической проблемой можно разобраться, не встречаясь с пациентом лично. Другое дело, что при ответственном со стороны психолога подходе, работа рано или поздно должна сама собой упираться в сферу экзистенциальных проблем. Но на практике такое происходит не часто, поскольку люди заканчивают работу раньше, довольствуясь малым, но осязаемым результатом.

В сфере продаж всегда рассматриваются две противостоящих стратегии — «среднее качество, дешево и в больших масштабах» (Microsoft) и «высокое качество, эксклюзивно и дорого» (Apple). Интернет, в силу массовой своей природы подталкивает к первому варианту — всучить как можно больше всего и как можно большему числу покупателей. И эта стратегия прекрасно работает, если целью стоит заработать больше денег за меньшее время, но внутреннего удовлетворения она приносит не много…

Мне всегда был ближе второй вариант — делать свое дело в первую очередь хорошо, так, чтобы быть уверенным в своем продукте — верить в свое дело самому, а не заставлять в него верить других. Несколько пафосно звучит, но это не просто красивая поза, а вопрос согласия с самим собой — никогда не смог бы продавать то, что сам не считаю достойным покупки. Эксперимент с массовыми консультациями направо и налево был экспериментом, и теперь он закончен. Возвращаюсь к тому варианту, который мне все-таки ближе.

Что это значит на практике для тех, кто хочет записаться ко мне на консультацию? Во-первых, это значит, что больше одного-двух человек в месяц я брать не буду. Скорее даже одного, чем двух. Это автоматически означает, что далеко не все желающие на консультацию попадут, поскольку будет происходить некий отбор… в основном, по вашей внутренней готовности к серьезной психологической работе.

Про стоимость ничего не скажу — с каждым будем договариваться индивидуально. Кому-то я могу пойти навстречу, так сказать, «из любви к искусству», но если разговор будет начинаться именно с этого вопроса, то он на этом и закончится. Неспособность адекватно оплачивать консультации — один из признаков неготовности работать. Поэтому, обращаясь за помощью, заранее прикидывайте, сколько вы готовы за эту помощь заплатить. Никаких четких ценовых рамок нет — главное, чтобы вы заранее представляли свою цену.
Возрастной ценз для консультаций через интернет — от… ну, скажем, 25 лет. Исключения возможны в порядке исключения.

Тематический ценз — никаких консультаций на детские темы, типа: «Я его любила, а он меня бросил…», «Как сделать так, чтобы он…», «Меня девочки/мальчики не любят…», «Как жить дальше, после измены…» и тому подобная чушь. Такого рода запросы отправляются в корзину вместе с прочим спамом.
Работа с психологом требует некоторой изначальной осознанности, без которой все превращается в трепологию или, в лучшем случае, в изучение психологической азбуки, что утомительно и крайне скучно. Поэтому, если я не увижу, что вы сами всеми силами уже пытались решить свою проблему, то говорить нам будет не о чем.