

**СПЕЦИФИКА ОБРАЩЕНИЯ К ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ
В СОВРЕМЕННЫХ УСЛОВИЯХ В РОССИИ**© **А.В. Васенкин**Иркутский национальный исследовательский технический университет,
Российская Федерация, 664074, г. Иркутск, ул. Лермонтова, 83.

В статье рассматривается вопрос специфического отношения к психологическому консультированию в России. Раскрываются основные мотивы обращения к психологической помощи. Показаны социальные и гендерные характеристики клиентов. Отмечаются позитивные и негативные стороны неоднозначного восприятия психологической помощи.

Ключевые слова: психология, психологическое консультирование, психологическая помощь, клиент.

Формат цитирования: Васенкин А.В. Специфика обращения к психологической помощи в современных условиях в России // Социальная компетентность. 2017. Т. 2. № 3. С. 47–50.

SPECIFICITY OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT SEEKING IN MODERN RUSSIA**A.V. Vasenkin**Irkutsk National Research Technical University,
83 Lermontov Str., Irkutsk 664074, Russian Federation

The article discusses the issue of a specific attitude to psychological counseling in Russia. It sheds light on the basic motives for applying to psychological help and presents the social and gender characteristics of clients. Positive and negative aspects of the controversial perception of psychological help are noted.

Keywords: psychology, psychological consulting, psychological help, client

For citation: Vasenkin A.V. Specificity of psychological support seeking in modern Russia // Social Competence. 2017, vol. 2, no.3, pp. 47–50. (In Russian)

В современной России отношение населения к услугам психологической помощи достаточно неоднозначное. Зачастую это связано, в первую очередь, с особенностью менталитета наших граждан, а также с особенностями воспитания. Некоторыми статистическими службами отмечается, что чаще всего обращаются к психологам женщины в возрасте от 25 до 35 лет. Среди мужчин популярность психологической помощи очень низкая. По какой причине? В данном случае речь идет именно о воспитании, а также о специфике эмоционального фона женского и мужского организма. Например, известно, что в стрессовых ситуациях мужчина всегда замыкается в себе, активизирует мыслительную деятельность и очень часто остается один для решения какой-либо сложной задачи. В худшем случае мужчина прибегает к помощи алкоголя. Женщина же наоборот – в стрессовой ситуации стремится поделиться своими переживаниями и выпустить эмоциональный негативный фон для раз-

грузки организма. Как правило, в данном случае женщина прибегает к помощи подруг или родственников. Если же таковых нет, то она обращается к профессиональной помощи психолога. Женщина не считает данный поступок причиной осуждения в обществе. Она понимает, что если в буквальном смысле «выговориться» то, с большой вероятностью, станет легче. Мужчин же общество воспитывает как сильных и стойких людей, которые не должны проявлять свою слабость ни в какой степени. А если мужчина пойдет к психологу, то такое поведение может быть расценено окружающими как проявление его бессилия.

Среди мировоззренческих и гендерных причин неоднозначное отношение к профессиональной психологической помощи кроется также и в стереотипности мышления. Профессиональное сообщество психологов выделяет несколько факторов, отражающих стереотипность мышления, из-за которых люди неохотно пользуются услугами консультанта. Одна из них –

«Недопустимое проявление слабости» – уже названа. Рассмотрим ее и другие более подробно.

Во-первых, мужчины и женщины не обращаются к психологу именно потому, что они способны самостоятельно решать свои проблемы. Такая позиция в мышлении человека возникает не самостоятельно, а именно в результате навязывания обществом определенных взглядов, поскольку признание своей слабости может отразиться проявлением неуважения со стороны коллег, родственников, близких. Проще «исповедаться» подруге или соседу, который точно ничего не скажет и не осудит. А мужчины вообще в нашей стране не плачут. А значит и к психологу для них дверь закрыта.

Во-вторых, проблема обращения к консультационной психологической помощи воспринимается как добровольное пожертвование собственных сбережений ради бессмысленной процедуры. Зачем платить деньги за то, что можно получить бесплатно? Среди знакомых и родных очень часто попадаются люди, которые считают, что они на уровне житейского опыта разбираются в психологии не хуже, а порой даже лучше любого профессионала. Единственным нюансом в данной ситуации может выступать то, как вести себя человеку, находящемуся в сложном положении с теми советами, которые ему дают. Житейская психология достаточно обширна, но вряд ли она способна реализовать истинные цели психологической помощи, даже если носитель её знаний очень умён и прекрасно разбирается в людях. Тем не менее, именно в результате таких представлений растёт понимание психологической помощи как траты денег на ветер.

В-третьих, и данная причина может называться причиной из «области фантастики», это мнение людей о том, что «психолог видит насквозь». Страх оказаться «как на ладони» перед незнакомым человеком является существенным отрицательным фактором в обращении за помощью. Люди не хотят, чтобы вся подноготная их сущности была вытащена наружу и показана такой, какая она есть. Страх оказаться один на один не только с «человеком-рентгеном», но также и со своими собственными глубинными проблемами зачастую срабатывает как сдерживающий

фактор. Психолог как экстрасенс, маг или «всевидящий» – это уже не специалист, а демиург, который способен на серьезные манипуляции и которого нужно опасаться, а не доверять ему свои проблемы [1].

Эти весьма распространённые причины наполняют сознание многих людей в России, в результате чего большинство психологических проблем переходят из разряда актуальных в разряд хронических, которые человек несет в себе через всю жизнь, мешая тем самым себе жить более гармоничной и полноценной жизнью, а также и окружающим его людям. В данном случае следует обратить внимание на культуру посещения консультантов на Западе, например, в США. В этой стране практическая психология имеет очень широкое применение и, как следствие, широкой популярностью пользуются специалисты-консультанты. Особенно на это влияет стиль мышления западного человека, для которого визит к психологу является такой же нормой как вызов сантехника на дом. В этой стране нет распространённого мнения о проявлении слабости при походе к психологу. И люди не боятся приходить к консультантам, так как уверены, что они найдут, в первую очередь, эмоциональную разрядку, а также совместно смогут найти решение собственных проблем при помощи профессиональной помощи.

Рассмотрев основные факторы, препятствующие обращению к профессиональной помощи психолога, перейдем к анализу социального портрета клиента, для которого визиты к психологу являются обыденной практикой. Исследуя различные научные источники, описывающие специфику психологического консультирования, наибольший интерес представляют собственные мнения специалистов, характеризующих социальный портрет клиента. Практикой психологического консультирования установлено, что чаще всего к подобного вида помощи обращаются женщины в возрасте от 18 до 35 лет. Проблемы, с которыми они приходят, зачастую схожи между собой – это сложности во взаимоотношениях с противоположным полом, внутриличностные конфликты, трудовые конфликты, а также дефицит общения. Более редкие посетители у психологов – это мужчины в возрасте от 25 до 40 лет. У мужчин и жен-

щин проблемы похожи друг на друга. А самые нечастые посетители – это семейные пары. Здесь конфликты предсказуемы – семейные кризисы, вызванные теми или иными событиями развития семейных отношений. Необходимо подчеркнуть, что в разрешении семейных конфликтов, как правило, заинтересованы только женщины, так как мужчины постоянно заняты трудовыми отношениями и психологические проблемы семьи женщина пытается решить самостоятельно [2].

Портрет клиента, посещающего психолога, говорит о том, что популярность психологических услуг у мужчин и у женщин разная. Выше было отмечено, что существенная причина, которая влияет на посещение – это особенности эмоциональной сферы. Вместе с тем, есть в данном случае и нюансы гендерного восприятия психологической помощи. Рассмотрим их более подробно. В качестве примера приведем исследование гендерного восприятия психологической помощи, которое было проведено в г. Екатеринбурге в 2014 году среди 70 жителей, из которых 39 человек женщины в возрасте от 25 до 50 лет. 31 человек – мужчины в возрасте от 26 до 52 лет.

Основной вопрос, который был задан в ходе исследования, звучал так: «Готовы ли вы обратиться к психологу для помощи в случае необходимости?». На этот вопрос утвердительно ответили 79 % женщин и только 21 % мужчин. Эти данные коррелируют с практическими фактами о том, кто чаще всего обращается к психологу. Следующий важный вопрос, который был задан в ходе исследования – «Должен ли человек в случае затруднения обратиться за психологической помощью?» – получил 100 % подтверждение у представителей обоих полов. Из общей логики исследования возникает вопрос, который отражает специфику психологической помощи для мужчин и женщин: «К кому Вы обратитесь в случае психологических затруднений?». Среди ответов

на этот вопрос наибольшую популярность получил ответ «Подруги и друзья» и «Семья» как самые главные адресаты психологической помощи. Примечательным фактом является то, что среди мужчин популярным ответом был – «Ни к кому». На наш взгляд, для мужчин необходимость справляться со своими проблемами самостоятельно является тем самым камнем преткновения, который им установило общество [3].

Эмпирические данные показывают, что специфика обращения к психологу в современных условиях достаточно интересна. Тот факт, что при возникновении какой-либо стрессовой ситуации люди обращаются за советом к друзьям и близким говорит о наличии доверия к этим людям. Психолог же, как специализированный профессионал, воспринимается с определенными трудностями, которые чаще всего и вызваны, с одной стороны, отсутствием доверия к специалисту такого типа, а с другой, наличием стереотипного мышления в отношении эмоциональной поддержки посторонних людей. В результате мы сталкиваемся с той самой проблемой отношения к психологической помощи в современных условиях в российском обществе. Эта проблема сконцентрирована как раз-таки вокруг стереотипности мышления. Русскому человеку намного проще «исповедаться» близкому, родному, маме, товарищу, приятелю, чем доверить свои проблемы профессионалу. Представляется, что данная установка существует также и из-за того, что люди не осведомлены в должной мере о сущности работы психолога. Исправить такую ситуацию может только широкая работа специалистов с массовой аудиторией, популяризация психологической помощи в СМИ, в результате которой стереотипность может исчезнуть, а у населения появятся основательные причины изменить отношение к работе психолога с подозрительного на доверительное.

Библиографический список

1. Чугуева А. Почему я не иду к психологу? [Электронный ресурс]. URL: <http://www.psychology.su/2009/04/30/pochemu-ya-ne-idu-k-psixologu/> (17.09.2017).
2. Баркова Е.А. Кто, когда и зачем обращается к психологу. [Электронный ресурс]. URL:

<http://www.b17.ru/article/11594/> (17.09.2017).

3. Николаева Е.Ю. Гендерные особенности обыденных представлений о психологическом консультировании // Вестник Гуманитарного университета. 2014. № 4. С. 10–16.

Сведения об авторах

Васенкин Алексей Вадимович, кандидат философских наук, доцент кафедры истории и философии Института изобразительных искусств и социально-гуманитарных наук ИРНИТУ; магистрант кафедры социальной и экономической психологии, социологии и социальной работы факультета управления человеческими ресурсами БГУ, e-mail: vasenkinav@yandex.ru

Vasenkin Aleksey Vadimovitch, Candidate of Philosophical Sciences, Associate Professor of History and Philosophy Department in Institute of Fine Arts and Social Sciences and Humanities; a Master's Degree student of Social and Economic Psychology, Sociology and Social Work Department at Faculty of Human Resource Management of BSU, e-mail: vasenkinav@yandex.ru